高等学校 令和6年度(1学年用) 教科 保健体育 科目 体育

教 科: 保健体育 科 目: 体育 単位数: 3 単位

対象学年組:第 1学年 1組~ 5組

教科担当者:

使用教科書: ()

教科 保健体育 の目標:

【知 識 及 び 技 能】 各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活日おける健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】 運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。

【学びに向かう力、人間性等】 生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

科目 体育

の目標:

【知識及び技能】	【思考力、判断力、表現力等】	【学びに向かう力、人間性等】
運動の合理的、計算的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付けるようにする。	を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し 判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他 考に伝える力を養う	運動における競争や協議の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

	単元の具体的な指導目標	指導項目・内容	評価規準	知	思	態	配当 時数
1 学期	(1)日 戸 (/) 龍 刀 に は、1 7~ 鯉 網 (/) 搬 丼 み	・新体力テスト ・グループレベル別に3つに分け、段階的指導を実施し泳力を伸ばす。 初級:クロールの習得 男子:2泳法の習得とタイムの向上 女子:2泳法の習得とタイムの向上 ・生涯スポーツとして水泳理論を学び将来に活かしていく。 ・各グループにで実技指導を実施し伸びた泳力を測る。 ・授業中は事故が起きないように	【知識・技能】 ①各種目のルーやや特性、適切な練習の仕方を理解し自分や他者の課題を解決するため ②各種目のよとができているか。 ②各種目の基本動作を身に付け、状況に応じて使い分けることができているか。 【思考・判断・表現】 ①自計画的な練習のり組むを解決を目指して、計画的な練習のり組むを楽しきを感じようとしての書に取り組むを解決を書きる。 【主体・競技にない。 ②を持つて課題に取り組むでいるか。 【知識及び技能】 ①各種目のルールや特性分の。 【知識及び技能】 ①各種種目のルールや特合分の。 【知識及び技能】 ①各種種目のルールや特合分の。 【思考力能力に応じた決定を開めた応じた方を理解して、判断方、た課題の解決を目指して、計画的な練習の力・大課題の解決を目指して、計画的な練習の人間に楽して、記して、計画的な練習の人間と楽してもあいた。 【学育活いる。 【学育活いる。 ②練育活の動に興味をもち、東国の解決を目指して、計画的な練習の人間に象別、 【学体育活の意味をもち、本語を感じようとして習ります。 【学体育活の音、表別を表別を表別を表別を表別でいる。 【学体育活の音、表別を表別を表別を表別を表別を表別を表別を表別を表別を表別を表別を表別を表別を表	0	0	0	26
	・選択種目【柔道・剣道・ダンス】 【知識及び技能】 各種目のルールや特性、適切な練習 の仕方を理解し、自分や他者の課題 を解決するために役立ててさせる。 【思考力、判断力、表現力等】 自己の能力に応じた課題の解決を目 指して、計画的な練習の仕方を工夫 させる。 【学びに向かう力、人間性等】 ダンス・武道に興味を持ち、楽しさ を感じようとしているか。	・柔道(受け身・寝技の習得) ・剣道(礼法・防具の着装・素振り) ・ダンス(表現ダンス)	【知識及び技能】 各種目のルールや特性、適切な練習の仕方を 理解し、自分や他者の課題を解決するために 役立てることができる。 【思考力、判断力、表現力等】 自己の能力に応じた課題の解決を目指して、 計画的な練習の仕方を工夫することができ る。 【学びに向かう力、人間性等】 ダンス・武道に興味を持ち、楽しさを感じる ことができる。	0	0	0	7

2 学期	・球技(3種目中から2種目) (バレーボール/サッカー/ソフトボール) 【知識及び技能】 ①客種目のを理解し、自分立てでいる。 種目のを解決するために役立では、決て のの仕方を解として使い分けることができることができることができまれ、判断力、表現力等】 ①自己の能力に応じた課題の仕方を工としているか。 【思考力、判断力、表課題の仕方を工とがいるか。 【思考力、判断力、表課題の付きることがにいるか。 【思考力、判断力、表課題の付きることがにいるが、 【思考力、判断力、表課題の付きる。 【思考力、判断力、表課題の仕方を工とでに向きからには関係を工 大学びに向いるが、入楽しきを感じ ようとでにしているが、 ②練習任感を持って課題に取り組んでいるか。	ブロックロテーション は合 (サッカー) インサイドキック インファントキック インファック インスップ リフティング は (ソフトボール)	【知識・技能】 ①各種目のルールや特性、適切な練習の仕方を理解し、自分や他者の課題を解決するために役立てている。 ②各種目の基本動作を身に付け、状況に応じて使い分けることができている。 【思考・判断・表現】 ①自己の能力に応じた課題の解決を目指して、計画的な練習の仕方を工夫している。 【主体的に対する。【主体的に蒙習に取り組む態度】 ①球技種目(ネット型・ゴール型)に興味を持ち、楽しさを感じようとしている。 ②練習や話し合いに積極的に参加し、責任感を持って課題に取り組んでいる。	0	0	0	24
	・選択種目【柔道・剣道・ダンス】 【知識及び技能】 各種目の基本動作を身に付け、状況 に応じて使い分けさせる。 【思考力、判断力、表現力等】 ①自己の能力に応じた課題の解決を 目指して、計画的な練習の仕方を工 夫させる。 【学びに向かう力、人間性等】 練習や話し合いに積極的に参加し、 責任感を持って課題に取り組ませ る。		【知識及び技能】 各種目の基本動作を身に付け、状況に応じて 使い分けすることができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ①自己の能力に応じた課題の解決を目指し て、計画的な練習の仕方を工夫することがで きる。 【学びに向かう力、人間性等】 練習や話し合いに積極的に参加し、責任感を 持って課題に取り組むことができる。	0	0	0	11
字	・持久走(1000又は1500m走) 【知識及び技能】 ①各種目のルールや特性、適切な練課題を解決するために役立でないるか。 ②各種にで使い分けることが、でタイス更新が、半してでしてがいるか。 ③次年度のスポーツラスストへのタイ【思考力、判断力、応じ練習の仕方を正とが、ののりまでができているか。 【思考力、判断力、応に練習の仕方を工とがでいるか。 ①大生がに応じた練習の仕り、後では、からか。 ②大生がにから、人情ち、人情ち、といるに、「学長距離走に興いをから、人情ち、といるでは、からに、といるが、といるが、といるが、といるが、といるが、といるが、といる。 【学長にしている。」といるは、といるでは、まない。 ・球技、バドミントン・サッカー	・長距離走やシャトルラン 〈バドミントン〉 サーブ ドライブ ブッシュ ドロップ ログ アフィッシュ は合 〈サッカー〉 インサイドキック	【知識及び技能】 ①各種目のルールや特性、適切な練習の仕方を理解し、自分や他者の課題を解決するために役立てている。 ②各種目の基本動作を身に付け、状況に応じて使い分けることができている。 【思考力、判断力、表現力等】 ①自己の能力に応ごの仕方と等】 て、計画的な対力、大時ち、楽しさを感じようとして、計画的な対力、大時ち、楽しさを感じようとして、計画的なが力力、持ち、楽しさを感じようとして、計画的な神話とのいた積極的に参加し、責任感を持つて課題に取り組んでいる。 【知識・技能】 ①各種目のルールや特性、適切な練習の仕方と理解してできて、以高値を明めたができている。 【知識・技能】 ①各種目のルールや特性、適切な練習の仕方と理解立てにいる。 【知識・技能】 ①各種目のルールや特性、適切な練習のために役種でいる。 【思考・判断・表現】 ①自己の能力に応じた課題の解決を目指して、計画的な練習の仕方をきている。 【思考・判断・表現】 ①自己の能力に応じた課題の解決を目指して、計画的な響習に取り組むずにル型)に、関味技種目にネットとして、計画にな習の対組を重要しました。 【主体的に「ネットとした」とした。 ②練習や課題に取り組んでいる。	0	0	0	17
							85