

都立南平 高等学校 令和6年度(3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 3 学年 1 組 ~ 8 組 【女子】

教科担当者: 1組~8組 (神山・妹尾・半田・藤原・横山・綿引)

使用教科書: (新高等保健体育(大修館) )

教科 0 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における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けられるようにする。
- 【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 0 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、計画的な実践を通して、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られるようにする。	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。	運動における競争や協働の経験を通して、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
<p>○体づくり運動</p> <p>【知識及び技能】 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくりの行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方などを理解するとともに、自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て、実践に役立てる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 体づくり運動に主体的に取り組むとともに、互いに助け合い高め合おうとすること。一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする。合意形成に貢献しようとする。健康・安全を確保できるようにすること。</p>	<p>○ストレッチング</p> <p>○用具を何も使用しないでこなう運動</p> <p>○用具を使用してこなう運動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・縄跳び</li> <li>・ボール</li> </ul>	<p>【知識・運動】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・体力の構成要素は、健康に生活するための体力と運動を行うための体力に密接に関係していること。</li> <li>・実生活への取り入れ方には、自己のねらいに応じた様々な運動の計画などがあること。</li> </ul> <p>【思考・判断・表現】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・仲間との話し合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けること。</li> <li>・体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに体づくり運動を楽しむための調整の仕方を見付けること。</li> </ul> <p>【学びに向かう力、人間性等】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・体づくり運動の学習に主体的に取り組もうとする。</li> <li>・課題解決に向けて話し合う場面で、合意形成に貢献しようとする。</li> </ul>	○	○	○	9
<p>○球技 (ネット型: バドミントン)</p> <p>【知識及び技能】 状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって作り出すなどの攻防をすること。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えること。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする。合意形成に貢献しようとする。一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする。互いに助け合おうとすること。健康・安全を確保すること。</p>	<p>○バドミントン</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・いろいろな球種 (ハイクリア・ロブ・ドロップ・スマッシュ・ブッシュ等)</li> <li>・サービス</li> <li>・ゲーム</li> </ul>	<p>【知識・技能】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・シャトルを相手側のコートの守備のいない空間に緩急や高低などの変化をつけて打ち返すこと。</li> <li>・ラリーの中で、相手の攻撃や味方の移動で生じる空間をカバーして、守備のバランスを維持する動きをとること。</li> </ul> <p>【思考・判断・表現】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・選択した運動について、チームや自己の動きを分析して、良い点や修正点を指摘すること。</li> <li>・課題解決の課程を踏まえて、チームや自己の新たな課題を発見すること。</li> </ul> <p>【学びに向かう力、人間性等】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・球技の学習に主体的に取り組もうとすること。</li> <li>・仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとすること。</li> </ul>	○	○	○	7
<p>○球技 (ゴール型: ユニホッケー)</p> <p>【知識及び技能】</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パス</li> <li>・ドリブル</li> <li>・シュート</li> <li>・ゲーム</li> </ul>	<p>【知識・技能】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・スティックを操作して、ドリブルやパス、シュートができる。</li> </ul> <p>【思考・判断・表現】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・安全面に配慮しながら、スティック操作を行う。</li> <li>・選択した運動について、チームや自己の動きを分析して、良い点や修正点を指摘すること。</li> <li>・課題解決の課程を踏まえて、チームや自己の新たな課題を発見すること。</li> </ul> <p>【学びに向かう力、人間性等】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・球技の学習に主体的に取り組もうとすること。</li> <li>・仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとすること。</li> </ul>	○	○	○	7
<p>○球技 (ベースボール型: ソフトボール)</p> <p>【知識及び技能】</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・オーバースロー</li> <li>・キャッチング</li> <li>・バッティング</li> <li>・ゲーム</li> </ul>	<p>【知識・技能】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ねらった方向へ送球することができる。</li> <li>・クラブをしっかりと開き、ボールの勢いを吸収するように捕ることができる。</li> <li>・タイミングを合わせてバットをふるることができる。</li> </ul> <p>【思考・判断・表現】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・積極的な打撃と守備の連携プレイによって、攻防を展開。</li> </ul> <p>【学びに向かう力、人間性等】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・球技の学習に主体的に取り組もうとすること。</li> </ul>	○	○	○	12

1 学期

