

瑞穂農芸高等学校 新カリキュラム用 教科 保健体育 科目 体育

教 科：保健体育 科 目：体育 単位数： 2 単位
対象学年組：第 3 学年 A 組～ F 組
教科担当：（ ）
使用教科書：（ 現代高校 保健体育 ）
教科 保健体育 の目標：

- 【知識及び技能】体育について理解するとともに、関連する体の作りや自身の健康について知る。
- 【思考力、判断力、表現力等】健康な体作りに関する課題を発見し、合理的かつ創造的に解決する力を養う。
- 【学びに向かう力、人間性等】体育を通して豊かな人間性を育み、生涯にわたって健康でいられる体作りを行う。

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】
体育を総合的に捉え体系的・系統的に理解するとともに、関連する技術を身に付けるようにする。	体育に関する総合的な課題を発見し、体づくりや運動に関することを合理的かつ創造的に解決する力を養う。	体育の総合的な知識や技術が身に付くよう自ら学び、スポーツを通して社会貢献や生涯スポーツを理解したうえで意欲的に取り組む態度を養う。

	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	バスケットボール 【知識及び技能】 バスケットボールについて理解するとともに、関連する技術を身に付けること。 【思考力、判断力、表現力等】 バスケットボールについて課題を発見し、合理的かつ創造的に解決すること。 【学びに向かう力、人間性等】 バスケットボールについて自ら学び、主体的かつ協働的に取り組むこと。	・体の使い方 ・ルールの理解 ・パス練習 ・ドリブル練習 ・シュート練習 ・シュートフォームの確認 ・対面パス ・簡易ゲーム ・2対2 ・フリースロー練習 ・審判法 ・オフェンス練習 ・ディフェンス練習 ・ポジションの確認 ・安全なゲームの運営 ・交代のタイミング ・道具の扱い方 ・故障しにくい体のケア	【知識及び技能】 バスケットボールについて理解するとともに、関連する技術を身に付けている。 【思考力、判断力、表現力等】 バスケットボールについて課題を発見し、合理的かつ創造的に解決している。 【学びに向かう力、人間性等】 バスケットボールについて自ら学び、主体的かつ協働的に取り組もうとしている。	○	○	○	6
	卓球 【知識及び技能】 卓球について理解するとともに、関連する技術を身に付けること。 【思考力、判断力、表現力等】 卓球について課題を発見し、合理的かつ創造的に解決すること。 【学びに向かう力、人間性等】 卓球について自ら学び、主体的かつ協働的に取り組むこと。	・体の使い方 ・ルールの理解 ・フォアハンドの打ち方 ・バックハンドの打ち方 ・ラケットの持ち方 ・ラケットの振り方 ・サーブの打ち方 ・簡易ゲーム ・ティーボール ・シングルス ・ダブルス ・ポジションの確認 ・安全なゲームの運営 ・審判法 ・道具の扱い方 ・故障しにくい体のケア	【知識及び技能】 卓球について理解するとともに、関連する技術を身に付けている。 【思考力、判断力、表現力等】 卓球について課題を発見し、合理的かつ創造的に解決している。 【学びに向かう力、人間性等】 卓球について自ら学び、主体的かつ協働的に取り組もうとしている。	○	○	○	6
	ソフトボール 【知識及び技能】 ソフトボールについて理解するとともに、関連する技術を身に付けること。 【思考力、判断力、表現力等】 ソフトボールについて課題を発見し、合理的かつ創造的に解決すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ソフトボールについて自ら学び、主体的かつ協働的に取り組むこと。	・キャッチボール ・バッティング ・ゴロ捕球 ・フライ捕球 ・簡易ゲーム ・ミニゲーム ・ポジションの確認 ・安全なゲームの運営 ・審判法 ・道具の扱い方 ・故障しにくい体のケア ・運動特性の理解 ・走塁練習 ・三角ベース ・素振り	【知識及び技能】 ソフトボールについて理解するとともに、関連する技術を身に付けている。 【思考力、判断力、表現力等】 ソフトボールについて課題を発見し、合理的かつ創造的に解決している。 【学びに向かう力、人間性等】 ソフトボールについて自ら学び、主体的かつ協働的に取り組もうとしている。	○	○	○	6
	実技試験			○			1

2 学 期	ニュースポーツ 【知識及び技能】 ニュースポーツについて理解するとともに、関連する技術を身に付けること。 【思考力、判断力、表現力等】 ニュースポーツについて課題を発見し、合理的かつ創造的に解決すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ニュースポーツについて自ら学び、主体的かつ協働的に取り組むこと。	・種目の理解 ・ルールの理解 ・歴史や成り立ち ・道具の種類 ・動きの確認 ・コミュニケーションの取り方 ・基本動作の確認 ・反復練習 ・応用練習 ・ゲーム ・対人練習 ・交流戦 ・個人練習 ・実践練習 ・挨拶の仕方	【知識及び技能】 ニュースポーツについて理解するとともに、関連する技術を身に付けている。 【思考力、判断力、表現力等】 ニュースポーツについて課題を発見し、合理的かつ創造的に解決している。 【学びに向かう力、人間性等】 ニュースポーツについて自ら学び、主体的かつ協働的に取り組もうとしている。	○	○	○	6
	テニス 【知識及び技能】 テニスについて理解するとともに、関連する技術を身に付けること。 【思考力、判断力、表現力等】 テニスについて課題を発見し、合理的かつ創造的に解決すること。 【学びに向かう力、人間性等】 テニスについて自ら学び、主体的かつ協働的に取り組むこと。	・体の使い方 ・ルールの理解 ・フォアハンドの打ち方 ・バックハンドの打ち方 ・ラケットの持ち方 ・ラケットの振り方 ・サーブの打ち方 ・簡易ゲーム ・ディーボール ・シングルス ・ダブルス ・ポジションの確認 ・安全なゲームの運営 ・審判法 ・道具の扱い方 ・故障しにくい体のケア	【知識及び技能】 テニスについて理解するとともに、関連する技術を身に付けている。 【思考力、判断力、表現力等】 テニスについて課題を発見し、合理的かつ創造的に解決している。 【学びに向かう力、人間性等】 テニスについて自ら学び、主体的かつ協働的に取り組もうとしている。	○	○	○	5
	生涯スポーツ 【知識及び技能】 生涯スポーツについて理解するとともに、関連する技術を身に付けること。 【思考力、判断力、表現力等】 生涯スポーツについて課題を発見し、合理的かつ創造的に解決すること。 【学びに向かう力、人間性等】 生涯スポーツについて自ら学び、主体的かつ協働的に取り組むこと。	・種目の理解 ・ルールの理解 ・歴史や成り立ち ・道具の種類 ・動きの確認 ・コミュニケーションの取り方 ・基本動作の確認 ・反復練習 ・応用練習 ・ゲーム ・対人練習 ・交流戦 ・個人練習 ・実践練習 ・挨拶の仕方	【知識及び技能】 生涯スポーツについて理解するとともに、関連する技術を身に付けている。 【思考力、判断力、表現力等】 生涯スポーツについて課題を発見し、合理的かつ創造的に解決している。 【学びに向かう力、人間性等】 生涯スポーツについて自ら学び、主体的かつ協働的に取り組もうとしている。	○	○	○	4
	実技試験			○			1
	3 学 期	バドミントン・ミニテニス 【知識及び技能】 ネット型スポーツについて理解するとともに、関連する技術を身に付けること。 【思考力、判断力、表現力等】 ネット型スポーツについて課題を発見し、合理的かつ創造的に解決すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ネット型スポーツについて自ら学び、主体的かつ協働的に取り組むこと。	・体の使い方 ・ルールの理解 ・バス練習 ・ドリブル練習 ・シュート練習 ・シュートフォームの確認 ・対面バス ・簡易ゲーム ・2対2 ・フリースロー練習 ・審判法 ・オフェンス練習 ・ディフェンス練習 ・ポジションの確認 ・安全なゲームの運営 ・交代のタイミング ・道具の扱い方 ・故障しにくい体のケア	【知識及び技能】 ネット型スポーツについて理解するとともに、関連する技術を身に付けている。 【思考力、判断力、表現力等】 ネット型スポーツについて課題を発見し、合理的かつ創造的に解決している。 【学びに向かう力、人間性等】 ネット型スポーツについて自ら学び、主体的かつ協働的に取り組もうとしている。	○	○	○
バスケット・サッカー・フットサル 【知識及び技能】 ゴール型スポーツについて理解するとともに、関連する技術を身に付けること。 【思考力、判断力、表現力等】 ゴール型スポーツについて課題を発見し、合理的かつ創造的に解決すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ゴール型スポーツについて自ら学び、主体的かつ協働的に取り組むこと。		・体の使い方 ・ルールの理解 ・バス練習 ・ドリブル練習 ・シュート練習 ・シュートフォームの確認 ・対面バス ・簡易ゲーム ・2対2 ・フリースロー練習 ・審判法 ・オフェンス練習 ・ディフェンス練習 ・ポジションの確認 ・安全なゲームの運営 ・交代のタイミング ・道具の扱い方 ・故障しにくい体のケア	【知識及び技能】 ゴール型スポーツについて理解するとともに、関連する技術を身に付けている。 【思考力、判断力、表現力等】 ゴール型スポーツについて課題を発見し、合理的かつ創造的に解決している。 【学びに向かう力、人間性等】 ゴール型スポーツについて自ら学び、主体的かつ協働的に取り組もうとしている。	○	○	○	5
ウォーキング：中距離装 【知識及び技能】 陸上競技について理解するとともに、関連する技術を身に付けること。 【思考力、判断力、表現力等】 陸上競技について課題を発見し、合理的かつ創造的に解決すること。 【学びに向かう力、人間性等】 陸上競技について自ら学び、主体的かつ協働的に取り組むこと。		・呼吸法 ・ストレッチの仕方 ・ウォーミングアップの仕方 ・ベース走 ・タイム走 ・筋力トレーニング ・駅伝 ・クロスカントリー ・ミニハードル ・ラダートレーニング ・瞬発力強化トレーニング ・筋持久力強化トレーニング ・インターバル走 ・スタンディングスタートとクラウディングスタートの違い ・長距離走の心得 ・給水の重要性 ・競技の特性	【知識及び技能】 陸上競技について理解するとともに、関連する技術を身に付けている。 【思考力、判断力、表現力等】 陸上競技について課題を発見し、合理的かつ創造的に解決している。 【学びに向かう力、人間性等】 陸上競技について自ら学び、主体的かつ協働的に取り組もうとしている。	○	○	○	4
実技試験				○			1
							50