

年間授業計画 新様式

教科： 保健体育

体育

単位数： 2 単位

対象学年組：第1学年

(H・A・B・E組：横山・奈良・荒井・白井)

教科担当者： H組：

A組： B組： E組：

使用教科書： (なし)

教科 保健体育

の目標： 体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体としてとらえ、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを継続するとともに、事故の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を育成することを目指す。

単元の目標：

【知識及び技能】

各種の運動の特性に応じた技能など、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、技能を身につけるようにする。

【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。

【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しているとともに、それらの技能を身につけるようにする。	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
A 体づくり運動 【知識及び技能】 基礎運動を行い、自己の体力や生活に応じて仲間と主体的に関わりあうことができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 それぞれの運動の合理的、計画的な課題解決に向けて取り組むことができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 運動に主体的に取り組む、互いに高めあうことができるようにする	・柔軟体操 ・基礎体力作り (短距離走、ボール投げ、中距離走) ・農芸体操 (体操の体得)	【知識・技能】 運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などについて理解している。 【思考・判断・表現】 自己の狙いに応じた運動に計画を立案したり、他者に伝えようとした。 【主体的に学習に取り組む態度】 互いに教えあうなど、運動に主体的に取り組もうとした。	○	○	○	6
B 柔道 【知識及び技能】 基礎運動を行い、自己の体力や生活に応じて仲間と主体的に関わりあうことができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 それぞれの運動の合理的、計画的な課題解決に向けて取り組むことができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 運動に主体的に取り組む、互いに高めあうことができるようにする	・柔道 (受け身の習得)	【知識・技能】 技術の名称や行い方、体力の高め方について理解している。 【思考・判断・表現】 攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組みを工夫し、他者に伝えようとした。 【主体的に学習に取り組む態度】 互いに教えあうなど、運動に主体的に取り組もうとした。	○	○	○	6
C 卓球 【知識及び技能】 基礎運動を行い、自己の体力や生活に応じて仲間と主体的に関わりあうことができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 それぞれの運動の合理的、計画的な課題解決に向けて取り組むことができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 運動に主体的に取り組む、互いに高めあうことができるようにする	・卓球 (技能の習得と試合)	【知識・技能】 技術の名称や行い方、体力の高め方について理解している。 【思考・判断・表現】 攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組みを工夫し、他者に伝えようとした。 【主体的に学習に取り組む態度】 互いに教えあうなど、運動に主体的に取り組もうとした。	○	○	○	6
D 水泳 【知識及び技能】 基礎運動を行い、自己の体力や生活に応じて仲間と主体的に関わりあうことができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 それぞれの運動の合理的、計画的な課題解決に向けて取り組むことができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 運動に主体的に取り組む、互いに高めあうことができるようにする	・水泳 (クロール・平泳ぎの技術習得とタイム測定)	【知識・技能】 手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、伸びのある動作で泳ぐことができる。 【思考・判断・表現】 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組みを工夫し、他者に伝えようとした。 【主体的に学習に取り組む態度】 互いに教えあうなど、運動に主体的に取り組もうとした。	○	○	○	5

1
学
期

<p>E 体育理論</p> <p>【知識及び技能】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解させる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えさせる。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展についての学習に自主的に取り組ませる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・講義 ・レポート作成 	<p>【知識・技能】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解している。</p> <p>【思考・判断・表現】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	○	○	○	2	
定期考査							
<p>A 水泳</p> <p>【知識及び技能】 基礎運動を行い、自己の体力や生活に応じて仲間と主体的に関わりあうことができるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 それぞれの運動の合理的、計画的な課題解決に向けて取り組むことができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 運動に主体的に取り組む、互いに高めあうことができるようにする</p>	<p>水泳（クロール・平泳ぎの技術習得） 水泳（クロール・平泳ぎのタイム測定）</p>	<p>【知識・技能】 手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、伸びのある動作で泳ぐことができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組みを工夫し、他者に伝えようとした。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 互いに教えあうなど、運動に主体的に取り組もうとした。</p>	○	○	○	3	
<p>B 柔道</p> <p>【知識及び技能】 基礎運動を行い、自己の体力や生活に応じて仲間と主体的に関わりあうことができるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 それぞれの運動の合理的、計画的な課題解決に向けて取り組むことができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 運動に主体的に取り組む、互いに高めあうことができるようにする</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・柔道（受け身・固め技の習得） 	<p>【知識・技能】 技術の名称や行い方、体力の高め方について理解している。</p> <p>【思考・判断・表現】 攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組みを工夫し、他者に伝えようとした。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 互いに教えあうなど、運動に主体的に取り組もうとした。</p>	○	○	○	6	
<p>C ダンス</p> <p>【知識及び技能】 技術の名称や行い方、ダンスの名称や用語、文化的背景と表現の仕方、体力の高め方について理解させる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 それぞれの運動の合理的、計画的な課題解決に向けて取り組むことができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 運動に主体的に取り組む、互いに高めあうことができるようにする</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・基礎運動 ・リズム体操 ・ダンスの創作 ・発表 	<p>【知識・技能】 技術の名称や行い方、ダンスの名称や用語、文化的背景と表現の仕方、体力の高め方について理解している。</p> <p>【思考・判断・表現】 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組みを工夫し他者に伝えようとした。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 互いに教えあうなど、運動に主体的に取り組もうとした。</p>	○	○	○	6	
<p>D ソフトボール</p> <p>【知識及び技能】 基礎運動を行い、自己の体力や生活に応じて仲間と主体的に関わりあうことができるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 それぞれの運動の合理的・計画的な課題解決に向けて取り組むことができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 運動に主体的に取り組む、互いに高めあうことができるようにする</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ソフトボール（技能の習得と試合） 	<p>【知識・技能】 技術の名称や行い方、体力の高め方について理解している。</p> <p>【思考・判断・表現】 攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組みを工夫し、他者に伝えようとした。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 互いに教えあうなど、運動に主体的に取り組もうとした。</p>	○	○	○	8	
<p>E バドミントン</p> <p>【知識及び技能】 基礎運動を行い、自己の体力や生活に応じて仲間と主体的に関わりあうことができるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 それぞれの運動の合理的・計画的な課題解決に向けて取り組むことができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 運動に主体的に取り組む、互いに高めあうことができるようにする</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・バドミントン（技能の習得と試合） 	<p>【知識・技能】 技術の名称や行い方、体力の高め方について理解している。</p> <p>【思考・判断・表現】 攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組みを工夫し、他者に伝えようとした。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 互いに教えあうなど、運動に主体的に取り組もうとした。</p>	○	○	○	6	
<p>F 体育理論</p> <p>【知識及び技能】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解させる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えさせる。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展についての学習に自主的に取り組ませる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・講義 ・レポート作成 	<p>【知識・技能】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解している。</p> <p>【思考・判断・表現】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	○	○	○	2	
定期考査							

3 学 期	A 陸上 【知識及び技能】 自己の体力や生活に応じて仲間と主体的に関わりあうことができるようになる。 【思考力、判断力、表現力等】 動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的な課題解決に向けて取り組むことができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 運動に主体的に取り組む、ルールやマナーを大切に、互いに高めあうことができるようにする	・持久走（ワークシート作り、記録測定）	【知識・技能】 自己の体力に適したペースを維持して走ることができる。 【思考・判断・表現】 動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的な課題解決に向けて取り組み、他者に伝えようとした。 【主体的に学習に取り組む態度】 ルールやマナーを大切に、互いに高めあうことができ、運動に主体的に取り組もうとした。	○	○	○	8
	B バスケットボール・サッカー 【知識及び技能】 基礎運動を行い、自己の体力や生活に応じて仲間と主体的に関わりあうことができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 それぞれの運動の合理的・計画的な課題解決に向けて取り組むことができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 運動に主体的に取り組む、互いに高めあうことができるようにする	・バスケットボール（技能の習得と試合） ・サッカー（技能の習得と試合）	【知識・技能】 技術の名称や行い方、体力の高め方について理解している。 【思考・判断・表現】 攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組みを工夫し、他者に伝えようとした。 【主体的に学習に取り組む態度】 互いに教えあうなど、運動に主体的に取り組もうとした。	○	○	○	4
	C 体育理論 【知識及び技能】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解させる。 【思考力、判断力、表現力等】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えさせる。 【学びに向かう力、人間性等】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展についての学習に自主的に取り組ませる。	・講義 ・レポート作成	【知識・技能】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解している。 【思考・判断・表現】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展についての学習に自主的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
							合計
							70
	定期考査						

年間授業計画 新様式

教科：保健体育 科目：保健

単位数： 1 単位

対象学年組：第 1 学年 H 組～ E 組

教科担当者：A 組～E 組 伊藤

使用教科書：（ 現代高等保健体育 ）

教科 保健体育

の目標： 体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体としてとらえ、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を次の通り育成することを目指す。

単元の目標：

- 【知識及び技能】 各種の運動の特性に応じた技能など、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、技能を身につけるようにする。
- 【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。

【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】
個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めているとともに、技能を身につけるようにする。	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、目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。	生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

	単元の具体的な指導目標	指導項目・内容	評価規準			配当 時数
			知	思	態	
1 学期	A 現代社会と健康 【知識及び技能】 国民の健康課題について、我が国の死亡率、受療率、平均寿命、健康寿命など各種の指標や疾病構造の変化を通して理解させる。 【思考力、判断力、表現力等】 個人の行動選択やそれを支える社会環境づくりなどが大切であるというヘルスプロモーションの考え方に基いて現大社会の様々な健康課題について理解し、その解決に向けて思考・判断・表現できるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 現代社会の様々な健康課題に関して理解させるとともに、その解決に向けた学習活動に、主体的に取り組ませる。	・健康の考え方	○	○	○	3
		・現代の感染症とその予防	○	○	○	5
		・生活習慣病などの予防と回復	○	○	○	4
	定期考査		○	○		1
2 学期	A 現代社会と健康 【知識及び技能】 国民の健康課題について、我が国の死亡率、受療率、平均寿命、健康寿命など各種の指標や疾病構造の変化を通して理解させる。 【思考力、判断力、表現力等】 個人の行動選択やそれを支える社会環境づくりなどが大切であるというヘルスプロモーションの考え方に基いて現大社会の様々な健康課題について理解し、その解決に向けて思考・判断・表現できるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 現代社会の様々な健康課題に関して理解させるとともに、その解決に向けた学習活動に、主体的に取り組ませる。	・生活習慣病などの予防と回復	○	○	○	3
		・喫煙・飲酒・薬物乱用と健康	○	○	○	6
		・精神疾患の予防と回復	○	○	○	5
	定期考査		○	○		1

3 学期	<p>【知識及び技能】 国民の健康課題について、各種の指標や疾病構造の変化を通して理解させる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 現代社会の様々な健康課題について理解し、その解決に向けて思考・判断・表現できるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 現代社会の様々な健康課題に関して理解させるとともに、その解決に向けた学習活動に、主体的に取り組ませる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・調べ学習 ・発表 	<p>【知識・技能】 国民の健康課題について、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>【思考・判断・表現】 現代社会の様々な健康課題について理解し、その解決に向けて思考・判断・表現できるようにしている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 学習活動に、主体的に取り組もうとしている。</p>	○	○	○	7
							35