

翔陽 高等学校 令和5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～6組

使用教科書：（新高等保健体育（大修館））

教科 保健体育 の目標：

- 【知識及び技能】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、保健体育に関する知識と技能を適切に使うことができるようにする。
- 【思考力、判断力、表現力等】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、保健体育に関する思考・判断・表現力を高め、実生活に活かすことができるよ
- 【学びに向かう力、人間性等】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、粘り強く取り組む姿勢を育む。

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、計画的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かに継続するための理論について理解しているとともに、目的に応じた技術を身に付けている。また、個人及び社会生活における健康・安全について総合的に理解しているとともに、技能を身に付けている。	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、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、それらを他者に伝えている。また、個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して総合的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組みうとしている。また、健康を大切に、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりに関する学習に主体的に取り組みうとしている。

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
単元 器械体操 器械運動の楽しさに触れるとともに基本的な接転技・本転技が1人で安定して行えるようになる。	・マット運動 接転技 前転、開脚前転、伸膝前転、倒立前転、跳び前転 後転、開脚後転、伸膝後転、後転倒立 本転技 側転、ロンダート、ハンドスプリング	【知識・技能】 基本的な前転後転及びそれらの発展技を安定して滑らかに行うことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 器械運動の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	9
単元 陸上競技 陸上競技を通じて「走る・跳ぶ・投げる」運動の楽しさに触れるとともに、自身の競技会での記録向上を目指しスピード感のある安定した滑らかなフォームを身に付けることができる。	・30mハードル走 ・走り幅跳び ・ジャベリックボール	【知識・技能】 リズムカルなインターバルと滑らかなフォームによってハードルを早く安定して飛び越えることができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 陸上運動の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	9
単元 バスケットボール バスケットボールの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作（ドリブル・パス・シュート）と空いた空間に走りこむ動きを通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 パス・ドリブル・シュートといった基本的なボール操作を安定して行うことができる。またそれらを試合の中で発揮することができる。 【思考・判断・表現】 試合の中で味方と連動してパスやドリブル、ボールをもらう動きを行おうとしている。また、実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 バスケットボールの楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。またチームの中で作戦に応じた自分の役割を全うしようとしている。	○	○	○	9

1 学 期	単元 柔道 【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】	・基本的な受け身、礼法 ・基本的な崩し、投技、固技	【知識・技能】 基本的な礼法や受け身及び技を安定して行うことができる。またそれらを組み合わせた攻防を安全に行うことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。また自分の得意技を見つけ、その技に応じた試合運びや崩しを行おうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 武道の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	8
	単元 剣道 【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】	・基本的な礼法及び所作 ・基本的な打突技法(面・胴・小手)とその発展(仕掛け技及び応じ技)	【知識・技能】 基本的な礼法及び構え、打突技術を安定して行うことができる。またそれらを組み合わせた攻防を安全に行うことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。また自分の得意技を見つけ、その技に応じた試合運びを行おうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 武道の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	8
	単元 ダンス 【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】	・	【知識・技能】 体ほぐし、リズムに乗って動く、フォークダンス等を通じ、全身を使った表現力を高めることができる。 【思考・判断・表現】 曲のテーマに応じた表現方法を仲間と協力して考え集団で表現することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 表現の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	8
	単元 水泳 【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】	・指導事項 ・教材 ・一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 クロール及び平泳ぎを伸びのある動作と安定したフォームで行うことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 水泳の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	8
	単元 器械体操 器械運動の楽しさに触れるとともに基本的な接転技・本転技が1人で安定して行えるようになる。	・マット運動 接転技 前転、開脚前転、伸膝前転、倒立前転、跳び前転 後転、開脚後転、伸膝後転、後転倒立 本転技 側転、ロンダート、ハンドスプリング	【知識・技能】 基本的な前転後転及びそれらの発展技を安定して滑らかに行うことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 器械運動の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	9

<p>単元 陸上競技 陸上競技を通じて「走る・跳ぶ・投げる」運動の楽しさに触れるとともに、自身の競技会での記録向上を目指しスピード感のある安定した滑らかなフォームを身に付けることができる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・30mハードル走 ・走り幅跳び ・ジャベリックボール 	<p>【知識・技能】 リズムカルなインターバルと滑らかなフォームによってハードルを早く安定して飛び越えることができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 陸上運動の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。</p>	○	○	○	9
<p>単元 バスケットボール バスケットボールの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作(ドリブル・パス・シュート)と空いた空間に走りこむ動きを通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的なボール操作 ・グループ戦術 	<p>【知識・技能】 パス・ドリブル・シュートといった基本的なボール操作を安定して行うことができる。またそれらを試合の中で発揮することができる。 【思考・判断・表現】 試合の中で味方と運動してパスやドリブル、ボールをもらう動きを行おうとしている。また、実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 バスケットボールの楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。またチームの中で作戦に応じた自分の役割を全うしようとしている。</p>	○	○	○	9
<p>単元 柔道 【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】</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・指導事項 ・教材 ・一人1台端末の活用 等 	<p>【知識・技能】 基本的な礼法や受け身及び技を安定して行うことができる。またそれらを組み合わせた攻防を安全に行うことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。また自分の得意技を見つけ、その技に応じた試合運びや崩しを行おうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 武道の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。</p>	○	○	○	8
<p>単元 剣道 【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】</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・指導事項 ・教材 ・一人1台端末の活用 等 	<p>【知識・技能】 基本的な礼法及び構え、打突技術を安定して行うことができる。またそれらを組み合わせた攻防を安全に行うことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。また自分の得意技を見つけ、その技に応じた試合運びを行おうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 武道の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。</p>	○	○	○	8
<p>単元 ダンス 【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】</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・指導事項 ・教材 ・一人1台端末の活用 等 	<p>【知識・技能】 体ほぐし、リズムに乗って動く、フォークダンス等を通じ、全身を使った表現力を高めることができる。 【思考・判断・表現】 曲のテーマに応じた表現方法を仲間と協力して考え集団で表現することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 表現の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。</p>	○	○	○	8

年間授業計画

翔陽 高等学校 令和5年度(2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: 2 単位

対象学年組: 第1学年 1組～6組

使用教科書: (大修館 新高等学校 保健体育)

教科 保健体育 の目標:

- 【知識及び技能】生涯にわたって豊かな生活が過ごせることができるよう、保健体育に関する知識と技能を適切に使うことができるようにする。
- 【思考力、判断力、表現力等】生涯にわたって豊かな生活が過ごせることができるよう、保健体育に関する思考・判断・表現力を高め、実生活に活かすことができるようにする。
- 【学びに向かう力、人間性等】生涯にわたって豊かな生活が過ごせることができるよう、粘り強く取り組む姿勢を育む。

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、計画的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かに継続するための理論について理解しているとともに、目的に応じた技術を身に付けている。また、個人及び社会生活における健康・安全について総合的に理解しているとともに、技能を身に付けている。	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、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、それらを他者に伝えている。また、個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して総合的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとしている。また、健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりについての学習に主体的に取り組もうとしている。

	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	単元 バレーボール 【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】	・指導事項 ・教材 ・一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	
	単元 サッカー 【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】	・指導事項 ・教材 ・一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	
	単元 アルティメット 【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】	・指導事項 ・教材 ・一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	
	単元 水泳 【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】	・指導事項 ・教材 ・一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	
2 学 期	単元 バレーボール 【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】	・指導事項 ・教材 ・一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	
	単元 サッカー 【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】	・指導事項 ・教材 ・一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	
	単元 アルティメット 【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】	・指導事項 ・教材 ・一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	
	単元 水泳 【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】	・指導事項 ・教材 ・一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	
	単元 持久走 【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】	・指導事項 ・教材 ・一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	
3 学 期	単元 持久走 【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】	・指導事項 ・教材 ・一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	
	合計						

年間授業計画様式例

翔陽高等学校令和5年度 教科： 保健体育 科目： 体育 年間授業計画

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1組～5組)

使用教科書： (現代高等保健体育 (大修館))

使用教材： (現代高等保健体育 (大修館))

指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
<p>4月</p> <p>体育理論</p> <p>体づくり運動</p> <p>1期：サッカー</p> <p>1期：硬式テニス</p> <p>1期：バスケットボール</p> <p>1期：バドミントン</p>	<p>豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解できる 運動における安全の確保を熟知できる</p> <p>健康の保持増進や調和のとれた基礎体力を高める運動に取り組むことができる</p> <p>基本練習(パス、ドリブル、リフティング、シュート)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームの中で活かすことができる</p> <p>基本練習(ストローク、ボレー、サーブ)を十分に行い、基本的な技能を身につけることができる</p> <p>基本練習(パス、シュート、1対1など)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームの中で活かすことができる</p> <p>基本練習(ハイクリアー、ドロップ、ヘアピン、サーブ)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームの中で活かすことができる</p>	<p>関心・意欲・態度 思考・判断 知識・理解 運動の技能</p>	<p>0</p>

指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
5月 体育理論 体づくり運動 1期：サッカー 1期：硬式テニス 1期：バスケットボール 1期：バドミントン	豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解できる 運動における安全の確保を熟知できる 健康の保持増進や調和のとれた基礎体力を高める運動に取り組むことができる 基本練習(パス、ドリブル、リフティング、シュート)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームの中で活かすことができる 基本練習(ストローク、ボレー、サーブ)を十分に行い、基本的な技能を身につけることができる 基本練習(パス、シュート、1対1など)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームの中で活かすことができる 基本練習(ハイクリアー、ドロップ、ヘアピン、サーブ)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームの中で活かすことができる	関心・意欲・態度 思考・判断 知識・理解 運動の技能	0

指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
<p>6月</p> <p>体育理論</p> <p>体づくり運動</p> <p>2期：ソフトボール</p> <p>2期：サッカー</p> <p>2期：バレーボール</p> <p>2期：バドミントン</p>	<p>豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解できる 運動における安全の確保を熟知できる</p> <p>健康の保持増進や調和のとれた基礎体力を高める運動に取り組むことができる</p> <p>基本練習(バッティング、投げる、捕るなど)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームに活かすことができる</p> <p>基本練習(パス、ドリブル、リフティング、シュート)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームの中で活かすことができる</p> <p>基本練習(パス、レシーブ、スパイク、サーブ)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームの中で活かすことができる</p> <p>基本練習(ハイクリアー、ドロップ、ヘアピン、サーブ)を十分に行い、基本的な技能を身につけることができる</p>	<p>関心・意欲・態度 思考・判断 知識・理解 運動の技能</p>	<p>6</p>

指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
<p>7月</p> <p>体育理論</p> <p>体づくり運動</p> <p>2期：ソフトボール</p> <p>2期：サッカー</p> <p>2期：バレーボール</p> <p>2期：バドミントン</p>	<p>豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解できる 運動における安全の確保を熟知できる</p> <p>健康の保持増進や調和のとれた基礎体力を高める運動に取り組むことができる</p> <p>基本練習(バッティング、投げる、捕るなど)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームに活かすことができる</p> <p>基本練習(パス、ドリブル、リフティング、シュート)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームの中で活かすことができる</p> <p>基本練習(パス、レシーブ、スパイク、サーブ)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームの中で活かすことができる</p> <p>基本練習(ハイクリアー、ドロップ、ヘアピン、サーブ)を十分に行い、基本的な技能を身につけることができる</p>	<p>関心・意欲・態度 思考・判断 知識・理解 運動の技能</p>	<p>8</p>

指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
<p>9月</p> <p>体育理論</p> <p>体づくり運動</p> <p>2期：ソフトボール</p> <p>2期：サッカー</p> <p>2期：バレーボール</p> <p>2期：バドミントン</p>	<p>基本練習（パス、ドリブル、リフティング、シュート）を十分に行い、基本的な技能を身につけることができる</p> <p>体ほぐし、リズムに乗って動く、フォークダンス等を通じ、全身を使った表現力を高めることができる</p> <p>基本練習（バッティング、投げる、捕るなど）を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームに活かすことができる</p> <p>基本練習（パス、ドリブル、リフティング、シュート）を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームの中で活かすことができる</p> <p>基本練習（パス、レシーブ、スパイク、サーブ）を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームの中で活かすことができる</p> <p>基本練習（ハイクリアー、ドロップ、ヘアピン、サーブ）を十分に行い、基本的な技能を身につけることができる</p>	<p>関心・意欲・態度 思考・判断 知識・理解 運動の技能</p>	<p>6</p>

指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
<p>10月</p> <p>体育理論</p> <p>体づくり運動</p> <p>3期：ソフトボール</p> <p>3期：卓球</p> <p>3期：バレーボール</p> <p>3期：バドミントン</p>	<p>豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解できる 運動における安全の確保を熟知できる</p> <p>健康の保持増進や調和のとれた基礎体力を高める運動に取り組むことができる</p> <p>基本練習(バッティング、投げる、捕るなど)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームに活かすことができる</p> <p>基本練習(ラリー、サーブなど)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームに活かすことができる</p> <p>基本練習(パス、レシーブ、スパイク、サーブ)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームの中で活かすことができる</p> <p>基本練習(ハイクリアー、ドロップ、ヘアピン、サーブ)を十分に行い、基本的な技能を身につけることができる</p>	<p>関心・意欲・態度 思考・判断 知識・理解 運動の技能</p>	<p>8</p>

指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
11月 3期：ソフトボール 3期：卓球 3期：バレーボール 3期：バドミントン	運動における安全の確保を熟知できる 健康の保持増進や調和のとれた基礎体力を高める運動に取り組むことができる 基本練習(バッティング、投げる、捕るなど)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームに活かすことができる 基本練習(ラリー、サーブなど)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームに活かすことができる 基本練習(パス、レシーブ、スパイク、サーブ)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームの中で活かすことができる 基本練習(ハイクリアー、ドロップ、ヘアピン、サーブ)を十分に行い、基本的な技能を身につけることができる	関心・意欲・態度 思考・判断 知識・理解 運動の技能	8

指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
12 月	<p>3期：ソフトボール</p> <p>3期：卓球</p> <p>3期：バレーボール</p> <p>3期：バドミントン</p> <p>基本練習(バッティング、投げる、捕るなど)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームに活かすことができる</p> <p>基本練習(ラリー、サーブなど)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームに活かすことができる</p> <p>基本練習(パス、レシーブ、スパイク、サーブ)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームの中で活かすことができる</p> <p>基本練習(ハイクリアー、ドロップ、ヘアピン、サーブ)を十分に行い、基本的な技能を身につけることができる</p>	<p>関心・意欲・態度</p> <p>思考・判断</p> <p>知識・理解</p> <p>運動の技能</p>	6

1月	指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
			関心・意欲・態度 思考・判断 知識・理解	4

2月	指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数

3月	指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数

年間授業計画様式例

翔陽高等学校令和5年度 教科：保健体育 科目：上級体育 年間授業計画

教科：保健体育 科目：3年上級体育 単位数：2単位

対象学年組：（第3学年1組～5組）

使用教科書：（現代高等保健体育（大修館））

使用教材：（現代高等保健体育（大修館））

指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
4 月	オリエンテーション	関心・意欲・態度 思考・判断 知識・理解 運動の技能	8
	ハードル走		

	指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
5 月	ニュースポーツ	基本練習を十分に行い、基本的な技能を身につけることができる	関心・意欲・態度 思考・判断 知識・理解 運動の技能	8

	指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
6 月	器械運動 跳躍系・支持系・連続系 ニュースポーツ	基本練習を十分に行い、自己に適した技で演技することができる 基本練習を十分に行い、基本的な技能を身につけることができる	関心・意欲・態度 思考・判断 知識・理解 運動の技能	8

	指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
7 月	水泳	クロール、平泳ぎで伸びのある動作と安定したペースで泳ぐことができる	関心・意欲・態度 思考・判断 知識・理解 運動の技能	6

	指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
8 月	水泳	背泳ぎ、バタフライで伸びのある動作と安定したペースで泳ぐことができる	関心・意欲・態度 思考・判断 知識・理解 運動の技能	4

	指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
9 月	バドミントン	基本練習(ハイクリアー、ドロップ、ヘアピン、サーブ)を十分に行い、基本的な技能を身につけることができる	関心・意欲・態度 思考・判断 知識・理解 運動の技能	8

	指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
10 月	バレーボール 体育系大学進学対策	基本練習(パス、レシーブ、スパイク、サーブ)を十分に行い、基本的な技能を身につけることができる 過去問対策、実技対策を行う	関心・意欲・態度 思考・判断 知識・理解 運動の技能	8

指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
ニュースポーツ 硬式テニス バスケットボール	基本練習を十分に行い、基本的な技能を身につけることができる 基本練習(ストローク、ボレー、サーブ)を十分に行い、基本的な技能を身につけることができる 基本練習(パス、ドリブル、シュート)を十分に行い、基本的な技能を身につけることができる	関心・意欲・態度 思考・判断 知識・理解 運動の技能	8

11
月

指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
12月 バスケットボール 体育理論	基本練習(パス、ドリブル、シュート)を十分に行い、基本的な技能を身につけることができる 実技の様子を、映像で確認する	関心・意欲・態度 思考・判断 知識・理解 運動の技能	6

	指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
1 月	総まとめ	直前に迫った入試に向けた総まとめを行う	関心・意欲・態度 思考・判断 知識・理解 運動の技能	2

2月	指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数

3月	指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数