年間授業計画　新様式例

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：　2　単位

対象学年組：第　1 学年　1 組～　6 組

教科担当者：（1組：佐々木・丸山）　（２組：佐々木・丸山）　（３組：佐々木・丸山）　（４組：佐々木・丸山）　（５組：佐々木・丸山）　（６組：佐々木・丸山）

使用教科書：（　　）

教科　保健体育　　の目標：

【 知　識　及　び　技　能 】運動の意義や特性を理解するとともにその楽しみ方や学習の進め方、安全性を理解し知識を身につけている。

【思考力、判断力、表現力等】自分の体力や生活に応じた体つくり運動の行い方と体力の高め方を目指して，練習の仕方を工夫している。

【学びに向かう力、人間性等】運動の特性に関心を持ち、楽しさや喜びを味わえるように互いに協力して練習に取り組もうとする。安全に配

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】
各種の運動に関連する体力及び健康に関する体力の向上に必要な体つくり運動を身につけながら、体力を高めることができる。運動の意義や特性を理解するとともにその楽しみ方や学習の進め方、安全性を理解し知識を身に着けている。	自分の体力や生活に応じた運動の行い方と体力の高め方を目指して、練習の仕方を工夫している。①自己の体力に応じた運動を選択したり、組み合わせて課題を設定している。②課題解決に必要な練習や場つくりの仕方を選んだり、見つけたりしている。③課題の達成状況をとらえ、練習計画を見直したり、新しい課題を選んでいる。	運動の特性に関心を持ち、生涯スポーツを視野に入れて楽しさや喜びを味わえるように互いに協力して練習に取り組もうとする。安全に配慮して練習や発表をしようとする。

	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	A 陸上ハードル走 【知識及び技能】自分に合ったピッチとスライドで走ることができる。 【思考力、判断力、表現力等】自分に合った目標記録を設定している。 【学びに向かう力、人間性等】記録の計測を協力して公正に行う。	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、各種目特有の技能を高めることができるようにする。スピードを維持した走りからハードルを低くリズミカルに越すことができるようにする。	【知識・技能】力まずに身体のぶれがなく走ることができる 【思考・判断・表現】自分の課題を見つけて練習方法を考えている。 【学びに向かう力、人間性等】協力して授業に参加し、お互いに競い合いながら記録の計測をしようとする。	○	○	○	12
	Bマット運動【知識及び技能】技能を高める練習法を理解している。 【思考力、判断力、表現力等】目標達成に必要な練習方法を選んでいる。 【学びに向かう力、人間性等】仲間と協力して公正な態度で取り組もうとしている。	技がよりよくできる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技を高めて、演技することができるようになる。	【知識・技能】演技の難易度や構成が自己の能力に応じて実施できる。 【思考・判断・表現】技の組み合わせを工夫して能力に合った演技を構成している。 【学びに向かう力、人間力等】お互いに協力して練習しようとする。健康、安全に留意して学習に取り組んでいる。	○	○	○	11
	スポーツテスト						3
	定期考査						

1・2学期	C水泳 【知識及び技能】 技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法等について理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 水泳について、自己の動きを分析して，良い点や修正点を指摘している。 【学びに向かう力、人間性等】 学習に主体的に取り組もうとしている。	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、自己に適した泳法の効率を高めて、泳ぐことができるようにする。手と足、呼吸のバランスを保ち、伸びのある動作と安定したペースで長く泳いだり早く泳いだりすることができるようにする。	【知識・技能】 記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、自己に適した泳法の効率を高めて、泳ぐことができる。 【思考・判断・表現】 泳法などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。 【学びに向かう力、人間力等】 水泳の学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	7
3学期	Dテニス 【知識及び技能】技能を高める練習法を理解している。 【思考力、判断力、表現力等】練習やゲームの仕方を見直したり新しい課題を設定している。 【学びに向かう力、人間性等】 ルールや規則を守り、公正な態度で取り組もうとしている。	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めてゲームが展開できるようにする。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空間を作り出すなどの攻防を展開できるようにする。	【知識・技能】練習やゲームで自らの判断で場面に応じた攻守を選択できる。 【思考・判断・表現】自己、チームの課題を設定して練習しようとする。 【学びに向かう力、人間力等】お互いに協力して練習しようとする。審判の指示やルールを守り公正な態度で取り組もうとしている。	○	○	○	10
	D サッカー 【知識及び技能】正確なボールコントロールができる。 【思考力、判断力、表現力等】 目標達成に必要な練習方法を選んでいる。 【学びに向かう力、人間性等】仲間の安全に気を配るなど健康・安全に留意している。	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めてゲームが展開できるようにする。状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの連携した動きによって空間への侵入などから攻防を展開できるようにする。	【知識・技能】場面に応じたボールコントロールができる。 【思考・判断・表現】練習やゲームの仕方を見直したり新しい課題を発見できる。 【学びに向かう力、人間力等】仲間の安全に気を配るなど健康、安全に留意している。	○	○	○	12
	E 陸上　長距離走 知識及び技能】安定したペースで走ることができる。 【思考力、判断力、表現力等】目標達成に必要な練習方法を選んでいる。 【学びに向かう力、人間性等】記録の計測や記述を協力して行う。	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、各種目特有の技能を高めることができるようにする。 ペースの変化に対応するなどして走ることができるようにする。自己に適したペースを維持して走ることができるようにする。目標タイムを達成するペースを自己の技能・体力の程度に合わせて設定して走ることができるようにする。	【知識・技能】正確なピッチストライドで走ることができる。 【思考・判断・表現】自分の課題を見つけて練習方法を考えている。 【学びに向かう力、人間力等】仲間と声を掛け合いながら計測や練習をしている。	○	○	○	10
	F 縄跳び【知識及び技能】技能を高める練習法を理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 目標達成に必要な練習方法を選んでいる。 【学びに向かう力、人間性等】仲間と協力して公正な態度で取り組もうとしている。	技がよりよくできる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技を高めて、演技することができるようになる。	【知識・技能】演技の難易度や構成が自己の能力に応じて実施できる。 【思考・判断・表現】技の組み合わせを工夫して能力に合った演技を構成している。 【学びに向かう力、人間力等】お互いに協力して練習しようとする。健康、安全に留意して学習に取り組んでいる。				10 合計 75