

高等学校 令和5年度

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～ 5 組

教科担当者：

使用教科書： (大修館書店 ステップアップ高校スポーツ2023)

教科 保健体育

の目標：

- 【知識及び技能】 運動の合理化、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
- 【思考力、判断力、表現力等】 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
- 【学びに向かう力、人間性等】 運動の楽しさや喜びを深くあじ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。

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】 |
|---|---|---|
| 運動の合理化、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、目的に応じた技能を身に付けさせる。 | 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組み合わせ方を工夫し、それらを他者に伝えることができる。 | 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むことができる。 |

| | 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 | ○ソフトボール 【知識及び技能】 安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と連携した守備などによって攻防をすること。 【思考力、判断力、表現力等】 攻防などの自己やチームの課題を発見し、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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。 【学びに向かう力、人間性等】 球技に自主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、作戦などについての話し合い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、互いに助け合い教え合おうとすることなどや、健康・安全を確保すること。 | ①バットイング ・置きティーバットイング ・トスバットイング ②守備 ・キャッチボール ・ノック ③ゲーム | 【知識・技能】 タイミングよくバットを振りぬぎ、強いボールを打ったり、安定してボール捕って・投げる等の打撃・守備の基本的な技能を定着することができる。 【思考・判断・表現】 自己やチームの課題に向き合い、技能の向上のために試行錯誤したり、アドバイスをしあったりして協働的な学習ができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 役割を積極的に見つけ、自己の役割を果たそうとするとともに、ソフトボールに主体的に取り組んでいる。 | ○ | ○ | ○ | 12 |
| | ○柔道 【知識及び技能】 相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技、連絡技を用いて、相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防をすること。 【思考力、判断力、表現力等】 攻防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ること。 【学びに向かう力、人間性等】 武道に自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保すること。 | ①礼法、柔道着の着方 ②基礎トレーニング ・柔軟トレーニング ・バランストレーニング ・基礎運動 ③受け身 ・後ろ受け身 ・前受け身等 | 【知識・技能】 基礎トレーニング等柔道に必要な身体の使い方ができるようになるとともに、受け身をすることができる。 【思考・判断・表現】 自己の課題に向き合って技能の向上のために試行錯誤をするとともに、仲間の課題にも向き合い課題解決のためにアドバイスを送ったり、取り組み方を工夫することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 役割を積極的に見つけ、自己の役割を果たそうとするとともに、柔道に主体的に取り組んでいる。 | ○ | ○ | ○ | 12 |

| | | | | | | | |
|-------------|---|---|--|---|---|---|----|
| 2 学 期 | <p>○サッカー</p> <p>【知識及び技能】 状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防をすること。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 攻防などの自己や仲間の課題を発生し、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ること。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 武道に自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする事、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする事などや、健康・安全を確保すること。</p> | <p>①パス</p> <p>②ドリブル</p> <p>③シュート</p> <p>④ゲーム</p> | <p>【知識・技能】 基本的なパス・ドリブル・シュート等の個人の技能を定着しているとともに、試合の状況に応じたプレーをすることができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 自己やチームの課題に向き合い、技能の向上のために試行錯誤したり、アドバイスをしあったりして協働的な学習ができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 役割を積極的に見つけ、自己の役割を果たそうとするとともに、サッカーに主体的に取り組んでいる。</p> | ○ | ○ | ○ | 16 |
| | <p>○柔道</p> <p>【知識及び技能】 相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技、連絡技を用いて、相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防をすること。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 攻防などの自己や仲間の課題を発生し、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ること。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 武道に自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする事、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする事などや、健康・安全を確保すること。</p> | <p>①基礎トレーニング</p> <p>②受け身</p> <p>③寝技</p> <p>④投げ技</p> | <p>【知識・技能】 柔道に必要な受け身が正しくできるとともに、寝技や投げ技等の技の技能を習得している。</p> <p>【思考・判断・表現】 自己の課題に向き合って技能の向上のために試行錯誤をするとともに、仲間の課題にも向き合い課題解決のためにアドバイスを送ったり、取り組み方を工夫することができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 役割を積極的に見つけ、自己の役割を果たそうとするとともに、柔道に主体的に取り組んでいる。</p> | ○ | ○ | ○ | 16 |

| | | | | | | | | | |
|-------------|---|-----------|---|--|--|--|--|--|----|
| 3 学 期 | ○持久走（陸上競技） | ○長距離（持久走） | 【知識・技能】 自身の記録の向上やタイムを競うなどして体力の保持及び向上ができています。 | | | | | | |
| | <p>【知識及び技能】 記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、各種目特有の技能を身に付けること。</p> <p>【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ること。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 陸上競技に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする事、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする事などや、健康・安全を確保すること。</p> | | <p>【思考・判断・表力】 自己の課題に向き合って技能の向上のために試行錯誤をするとともに、仲間の課題にも向き合い課題解決のためにアドバイスを送ったり、取り組み方を工夫することができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 役割を積極的に見つけ、自己の役割を果たそうとするとともに、陸上競技に主体的に取り組んでいる。</p> | | | | | | 14 |
| | | | | | | | | | 合計 |
| | | | | | | | | | 70 |