

令和 5 年度 年間授業計画 教科 保健体育 科目 体育(女子)

教科: 保健体育 科目: 体育(女子) 単位数: 2 単位

対象学年組: 第 1 学年

使用教科書: 現代高等保健体育

教科 保健体育 の目標:

【知識及び技能】	各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活におかえる健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。
【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。

科目 体育(女子) 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するとともに、それらの技術を身に付けようとする。	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という科学技術者としても必要な力を養う。	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、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、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
単元 1 陸上競技 【知識及び技能】 スピードに乗った動走から力強く踏み切って跳ぶことができる。 【思考力、判断力、表現力】 体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに競技を楽しむための活動の方法や修正のしかたを見つけている。 【学びに向かう力、人間性等】 陸上競技の学習に自主的に取り組み、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。	指導項目に対し、次の教材等を活用する。 ・指導事項 短距離走 走り幅跳び ・教材 ふりかえりシート ・一人 1 台端末の活用(場面)	次の観点別評価規準に従い評価する。 【知識及び技能】 踏み切り前 3-4 歩からリズムアップして踏み切り、空間動作からの流れの中で、脚を前に投げ出す着地動作をとることができる。 【思考力・判断力・表現力】 体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに競技を楽しむための活動の方法や修正のしかたを見つけている。 【学びに向かう力、人間性等】 陸上競技の学習に自主的に取り組み、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。	○	○	○	10
	指導項目に対し、次の教材等を活用する。 ・指導事項 クロール 平泳ぎ ・教材 ふりかえりシート ・一人 1 台端末の活用(場面)	次の観点別評価規準に従い評価する。 【知識及び技能】 クロールではローリングを生かして腕を前方に動かし、平泳ぎではキックと腕の動きを合わせて 1 掻きで大きく進むことができる。 【思考力・判断力・表現力】 自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法について、自己の考えを伝えている。	○	○	○	12
	指導項目に対し、次の教材等を活用する。 ・指導事項 フォアハンド バックハンド サーブ ・教材 ふりかえりシート ・一人 1 台端末の活用(場面)	次の観点別評価規準に従い評価する。 【知識及び技能】 サーブやストロークで相手コートの狙った場所に打つことができる。 【思考力・判断力・表現力】 自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法について、自己の考えを伝えている。	○	○	○	12
	指導項目に対し、次の教材等を活用する。 ・指導事項 アンダーパス オーバーパス ・教材 ふりかえりシート ・一人 1 台端末の活用(場面)	次の観点別評価規準に従い評価する。 【知識及び技能】 オーバーハンドパスとアンダーハンドパスをプレイしやすい高さや位置にあげることができる。 【思考力・判断力・表現力】 体力や技能の程度に配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正のしかたを見つけている。 【学びに向かう力、人間性等】 同チームのメンバーと作戦などについての話し合いに貢献しようとしている。	○	○	○	12
定期考査(第 1 学期中間考査)/返却と解説						
定期考査(第 1 学期期末考査)/返却と解説						

令和 5 年度 年間授業計画 教科 保健体育 科目 体育(女子)

教科: 保健体育 科目: 体育(女子) 単位数: 2 単位

対象学年組: 第 1 学年

使用教科書: 現代高等保健体育

教科 保健体育 の目標:

【知識及び技能】	各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活におかえる健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。
【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。

科目 体育(女子) 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するとともに、それらの技術を身に付けようとする。	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という科学技術者としても必要な力を養う。	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、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、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
単元 5 体ほぐし運動(縄跳び)	指導項目に対し、次の教材等を活用する。	次の観点別評価規準に従い評価する。				6
	【知識及び技能】 ・指導事項	【知識及び技能】				
	体力の向上を図り、縄跳びの基本技や規定演技を安定して行うことができる。 縄跳び	基本技や規定演技の検定を受け、合格することができる。				
	【思考力、判断力、表現力】 ・教材	【思考力・判断力・表現力】	○	○	○	
自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法について、自己の考えを伝えることができる。 ふりかえりシート	自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法について、自己の考えを伝えている。					
【学びに向かう力、人間性等】 ・一人1台端末の活用(場面)	【学びに向かう力、人間性等】					
縄跳びの学習に自主的に取り組もうとすること。		自主的に練習に取り組む、積極的に検定を受けている。				
単元 6 持久走	指導項目に対し、次の教材等を活用する。	次の観点別評価規準に従い評価する。				12
	【知識及び技能】 ・指導事項	【知識及び技能】				
	自己に適したペースを維持して走ることができる。 長距離走	自己の体力や技能の程度に合ったペースを維持して走ることができる。				
	【思考力、判断力、表現力】 ・教材	【思考力・判断力・表現力】	○	○	○	
体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正のしかたを見つけている。 ふりかえりシート	体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正のしかたを見つけている。					
【学びに向かう力、人間性等】 ・一人1台端末の活用(場面)	【学びに向かう力、人間性等】					
陸上競技の学習に自主的に取り組み、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしていること。		陸上競技の学習に自主的に取り組み、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。				
定期考査(第2学期中間考査)/返却と解説						
単元 7 体育理論	指導項目に対し、次の教材等を活用する。	次の観点別評価規準に従い評価する。				6
	【知識及び技能】 ・指導事項	【知識及び技能】				
	運動やスポーツが多様であることについて理解できる。 運動・スポーツの文化的特徴	運動・スポーツについて「する」「みる」「支える」「調べる」の観点から理解したことを言ったり書き出したりする。				
	【思考力、判断力、表現力】 ・教材	【思考力・判断力・表現力】	○	○	○	
自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えることができる。 ワークシート	運動やスポーツとの関わり方や楽しみ方について、言語や記述を通して他者に伝えられる。					
【学びに向かう力、人間性等】 ・一人1台端末の活用(場面)	【学びに向かう力、人間性等】					
運動やスポーツが多様であることについての学習に積極的に取り組むこと。		運動やスポーツが多様であることについて情報を集めたり、意見を交換したりする学習活動に積極的に取り組もうとしている。				
単元 8	指導項目に対し、次の教材等を活用する。	次の観点別評価規準に従い評価する。				
	【知識及び技能】 ・指導事項	【知識及び技能】				
	【思考力、判断力、表現力】 ・教材	【思考力・判断力・表現力】				
	【学びに向かう力、人間性等】 ・一人1台端末の活用(場面)	【学びに向かう力、人間性等】				
定期考査(第2学期期末考査)/返却と解説						

令和 **5** 年度 年間授業計画 教科 **保健体育** 科目 **体育(女子)**

教科: **保健体育** 科目: **体育(女子)** 単位数: **2** 単位

対象学年組: 第 **1** 学年

使用教科書: **現代高等保健体育**

教科 **保健体育** の目標:

【知識及び技能】	各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活におかえる健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。
【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。

科目 **体育(女子)** 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するとともに、それらの技術を身に付けようとする。	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という科学技術者としても必要な力を養う。	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、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、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
単元 9 【知識及び技能】	指導項目に対し、次の教材等を活用する。 ・指導事項	次の観点別評価規準に従い評価する。 【知識及び技能】				
	【思考力、判断力、表現力】	・教材	【思考力・判断力・表現力】			
	【学びに向かう力、人間性等】	・一人1台端末の活用(場面)	【学びに向かう力、人間性等】			
単元 10 【知識及び技能】	指導項目に対し、次の教材等を活用する。 ・指導事項	次の観点別評価規準に従い評価する。 【知識及び技能】				
	【思考力、判断力、表現力】	・教材	【思考力・判断力・表現力】			
	【学びに向かう力、人間性等】	・一人1台端末の活用(場面)	【学びに向かう力、人間性等】			
単元 11 【知識及び技能】	指導項目に対し、次の教材等を活用する。 ・指導事項	次の観点別評価規準に従い評価する。 【知識及び技能】				
	【思考力、判断力、表現力】	・教材	【思考力・判断力・表現力】			
	【学びに向かう力、人間性等】	・一人1台端末の活用(場面)	【学びに向かう力、人間性等】			
単元 12 【知識及び技能】	指導項目に対し、次の教材等を活用する。 ・指導事項	次の観点別評価規準に従い評価する。 【知識及び技能】				
	【思考力、判断力、表現力】	・教材	【思考力・判断力・表現力】			
	【学びに向かう力、人間性等】	・一人1台端末の活用(場面)	【学びに向かう力、人間性等】			
定期考査(学年末考査)/返却と解説						

3
学
期