

令和7年度 年間授業計画

田無工科高等学校

教科・科目	保健体育 体育		単位数	2
対象学年・組	1学年全クラス	教科担任	MA:近藤・柳浦 MB:近藤・柳浦 AA:近藤・柳浦 AB:近藤・柳浦 CA:近藤・柳浦	
教科書	現代高等保健体育			
副教材	現代高等保健体育ノート			

教科 保健体育 の目的：

【知識及び技能】	【思考力、判断力、表現力】	【学びに向かう力、人間性等】
各種の運動の特性に応じた技能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。	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。	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 の目的：

【知識及び技能】	【思考力、判断力、表現力】	【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するとともに、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。	生涯にわたって継続して運動に親しむために、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・安全を確保しようとする態度を養う。

単元の具体的な指導目標	指導項目・内容	評価規準	知	思	態	時数
<p>Aバスケットボール</p> <p>【知識及び技能】勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができるようにする。安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をすることができるようにする。</p> <p>【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ができるようにする。</p> <p>【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ができるようにする。</p>	<p>基本技能の練習</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ドリブル・パス・セットシュート・レイアップシュート ・チームごとのグループ学習 ・パスからドリブルシュート・1対1・2対1・3対2ミニゲーム ・3対3・アタックとディフェンスなど ・試しのゲーム ・アタックとディフェンスなど ・総当たり戦ゲーム ・一人一人の違いに応じたプレイを大切にゲーム <p>技能テスト</p> <ul style="list-style-type: none"> ・シュート（セットシュート、ドリブルシュート、レイアップシュート） ・ドリブル・パス 	<p>【知識・技能】①バスケットボールにおいて用いられる技術や戦術、作戦の名称理解している。②戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて、学習した具体例を挙げている。③練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。④パス、シュート等ボールをねらった場所に打つことができる。⑤ポジションの役割に応じて、拾ったりつないだり打ち返したりすることができる。</p> <p>【思考・判断・表現】①選択した運動について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。</p> <p>②ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。</p> <p>③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仕方を見つけている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】①球技の学習に自主的に取り組もうとしている。</p> <p>②相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。</p> <p>③一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	10

<p>Bバレーボール</p> <p>【知識及び技能】勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができるようにする。役割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いた場所をめぐる攻防をすることができるようにする。</p> <p>【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ができるようにする。</p> <p>【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ができるようにする。</p>	<p>基本技能の練習</p> <ul style="list-style-type: none"> ・オーバーハンドパス・アンダーハンドパス・サーブ・レシーブ・スパイク・ブロック <p>チームごとのグループ学習</p> <ul style="list-style-type: none"> ・サーブカット・3対3・色々なアタック攻撃ミニゲーム ・3対3・アタックとディフェンスなど <p>試しのゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・アタックとディフェンスなど・サーブ投げ入れゲームなど <p>総当たり戦ゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・一人一人の違いに応じたプレイを大切にゲーム <p>技能テスト</p> <ul style="list-style-type: none"> ・パス、スパイク、サーブ 	<p>【知識・技能】①バレーボールにおいて用いられる技術や戦術、作戦の名称理解している。②戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて、学習した具体例を挙げている。③練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。①パス、スパイク、サーブでは、ボールをねらった場所に打つことができる。②ポジションの役割に応じて、拾ったりつないだり打ち返したりすることができる。③攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にボールを上げることができる。④ネット付近でボールの侵入を防いだり、打ち返したりすることができる。</p> <p>【思考・判断・表現】①選択した運動について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。</p> <p>②ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。</p> <p>③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仕方を見付けている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】①球技の学習に自主的に取り組もうとしている。</p> <p>②相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。</p> <p>③一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。</p>				10
--	--	--	--	--	--	----

定期考査

<p>水泳</p> <p>【知識及び技能】・技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解できるようにする。・クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができるようにする。・平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】・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ることができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】・水泳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、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をして、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>基本技能の練習</p> <ul style="list-style-type: none"> ・蹴伸び ・クロール、平泳ぎ、のキック ・クロール、平泳ぎ、のプル ・コンビネーション <p>技能テスト</p> <ul style="list-style-type: none"> ・クロール、平泳ぎ、25mタイム計測 	<p>【知識及び技能】①技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。②クロール(25m・50m)では、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができる。③平泳ぎ(25m・50m)では、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】①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。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】①水泳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、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をして、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保したりしている。</p>				8
---	---	---	--	--	--	---

定期考査

<p>水泳</p> <p>【知識及び技能】・技術の名称や行い方，体力の高め方，運動観察の方法などについて理解できるようにする。・クロールでは，手と足の動き，呼吸のバランスを保ち，安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができるようにする。・平泳ぎでは，手と足の動き，呼吸のバランスを保ち安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】・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ることができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】・水泳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。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をしてしたり，水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>基本技能の練習</p> <ul style="list-style-type: none"> ・蹴伸び ・クロール、平泳ぎ、のキック ・クロール、平泳ぎ、のプル ・コンビネーション <p>技能テスト</p> <ul style="list-style-type: none"> ・クロール、平泳ぎ、50mタイム計測 	<p>【知識及び技能】①技術の名称や行い方，体力の高め方，運動観察の方法などについて理解している。②クロール（25m・50m）では，手と足の動き，呼吸のバランスを保ち，安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができる。③平泳ぎ（25m・50m）では，手と足の動き，呼吸のバランスを保ち，安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】①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。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】①水泳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。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をしてしたり，水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保したりしている。</p>	○	○	○	5
<p>Aサッカー</p> <p>【知識及び技能】勝敗を競う楽しさや喜びを味わい，作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができるようにする。安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をすることができるようにする。</p> <p>【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ができるようにする。</p> <p>【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ができるようにする。</p>	<p>基本技能の練習</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ドリブル・パス・シュート・ドリブルシュート チームごとのグループ学習 ・パスからドリブルシュート・3対1・4対2ミニゲーム ・3対3・アタックとディフェンスなど <p>試しのゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・アタックとディフェンスなど <p>総当たり戦ゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・一人一人の違いに応じたプレイを大切にゲーム <p>技能テスト</p> <ul style="list-style-type: none"> ・リフティング・シュート・ドリブル・パス 	<p>【知識及び技能】①サッカーにおいて用いられる技術や戦術，作戦の名称を理解している。②戦術や作戦に応じて，技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて，学習した具体例を挙げている。③練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには，自己観察や他者観察などの方法があることについて，言ったり書き出したりしている。④ゴールの枠内にシュートをコントロールすることができる。⑤味方が操作しやすいパスを送ることができる。⑥パスを出した後に次のパスを受ける動きをすることができる。⑦ゴール前の空いている場所をカバーすることができる。</p> <p>【思考・判断・表現】①選択した運動について，合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して，成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。</p> <p>②ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で，よりよいマナーや行為について，自己の活動を振り返っている。③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仕方を見付けている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】①球技の学習に自主的に取り組もうとしている。②相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。③一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	8
<p>定期考査</p>						
<p>B柔道</p> <p>【知識及び技能】・伝統的な考え方，技の名称や見取り稽古の仕方，体力の高め方などについて理解できるようにする。・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ができるようにする。</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ができるようにする。</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。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をしてしたり，健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>基本技能の練習</p> <ul style="list-style-type: none"> ・柔道着の着方 ・礼儀作法 ・受け身 ・固め技（袈裟固め、横四方固め、上四方固め） <p>技能テスト</p> <ul style="list-style-type: none"> ・前回り受け身 ・固め技 	<p>【知識・技能】①伝統的な考え方，技の名称や見取り稽古の仕方，体力の高め方などについて理解できる。②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ができる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】①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ができる。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】①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をしてしたり，健康・安全を確保したりしている。</p>	○	○	○	8
<p>持久走</p> <p>【知識及び技能】体力の高め方，課題解決の方法などについて理解できるようにする。長距離走では，ペースの変化に対応して走ることができるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】生涯にわたって運動を豊かに継続するための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ができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】主体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。役割を積極的に引き受け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をしてしたり，健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ウォーミングアップ走 ・1500m走 ・1800m走 ・2100m走 ・ペアをつくり，相手生徒が学習カードに300m毎のラップタイムならびに最終タイムを記入する。 	<p>【知識・技能】①体力の高め方，課題解決の方法などについて理解している。②長距離走では，ペースの変化に対応して走ることができる。</p> <p>【思考・判断・表現】①生涯にわたって運動を豊かに継続するための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ができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】①主体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。役割を積極的に引き受け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をしてしたり，健康・安全を確保しようとしている。</p>	○	○	○	8
<p>定期考査</p>						

3 学 期	持久走 【知識及び技能】体力の高め方、課題解決の方法などについて理解できるようにする。長距離走では、ペースの変化に対応して走ることができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】生涯にわたって運動を豊かに継続するための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ができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】主体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いうこと、役割を積極的に引き受け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いうことなどをしたり、健康・安全を確保することができるようにする。	・ウォーミングアップ走 ・1500m走 ・1800m走 ・2100m走 ・ペアをつくり、相手生徒が学習カードに300m毎のラップタイムならびに最終タイムを記入する。	【知識・技能】①体力の高め方、課題解決の方法などについて理解している。②長距離走では、ペースの変化に対応して走ることができる。 【思考・判断・表現】①生涯にわたって運動を豊かに継続するための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ができる。 【主体的に学習に取り組む態度】①主体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いうこと、役割を積極的に引き受け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いうことなどをしたり、健康・安全を確保しようとしている。	○	○	○	5	
	柔道・サッカー 【知識及び技能】 2学期に同じ 【思考力、判断力、表現力等】 2学期に同じ 【学びに向かう力、人間性等】 2学期に同じ	2学期に同じ	2学期に同じ		○	○	○	5
	柔道・サッカー 【知識及び技能】 2学期に同じ 【思考力、判断力、表現力等】 2学期に同じ 【学びに向かう力、人間性等】 2学期に同じ	2学期に同じ	2学期に同じ		○	○	○	3
							合計	70