豊島高等学校 令和５年度（男子１・２学年用） 教科　保健体育　　科目　体育(柔道)

教　科：　保健体育　　科　目：　体育(柔道)　　単位数：　2　単位

対象学年組：第　1･2 学年　1 組～　8 組

使用教科書：　（　新高等保健体育　大修館書店　）

教科　保健体育　の目標：

【 知 識 及 び 技 能 】　○基礎的な運動技能を身に付け、運動する楽しさや喜びを味わえるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】　○自分の健康に興味・関心を持ち、体力の高め方を身に付けながら、運動できるようにする。

【学びに向かう力、人間性等】　○自分やグループの課題解決を目指して、教え合い、励まし合いながら運動できるようにする。

科目　体育(柔道)　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】
各種の運動の特性に応じた技能等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，技能を身に付けるようにする。	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。

	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	【柔道】 ①受け身を身に付け、自己の安全に留意することができる。 ②柔道の所作・礼法を学び、武道の精神に触れ、実行することができる。 ③基本的な技を学び、自身と相手の能力に応じて、進んで練習を行うことができる。	【柔道】 ①礼法・道着の取り扱い ②回転運動・受け身 ③かかり練習(打ち込み) ④約束練習	【知識・技能】 武道の技能を高めている。また、自己の体力や生活に応じて体力を高めるための合理的な方法や行い方に加え、武道の精神を重んじた礼法や所作を身に付けている。 【思考・判断・表現】 自己や他者の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して、活動の仕方を考え、工夫している。 【主体的に学習に取り組む態度】 武道の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう自ら進んで運動をしよ うとする。また、公正、協力、責任などの態度を身に付けるとともに、健康・安全に留意して運動をしようとする。	○	○	○	12
				○	○	○	
				○	○	○	
2学期		【柔道】 ①回転運動・受け身 ②かかり練習(打ち込み) ③約束練習 ④自由練習(乱取り) ⑤寝技練習		○	○	○	14
				○	○	○	
				○	○	○	
3学期		【柔道】 ①回転運動・受け身 ②打ち込み・約束練習 ③自由練習(乱取り) ④寝技練習(寝技乱取り)		○	○	○	9
				○	○	○	
				○	○	○	
							合計
							35