

豊島 高等学校 令和8年度（女子1・2学年用） 教科 保健体育				科目 体育(ダンス)			
教 科： 保健体育		科 目： 体育(ダンス)		単位数： 1		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(ダンス)		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	【ダンス】 ①ダンスの種類に応じた基本的な動作やステップを理解し、実行できるようになる。 ②仲間と協力して、一つの作品に対して互いに教え合いができ、より良い表現をしようと取り組むことができるようになる。 ③自身の身体動作コントロールをより良くしていくこと、進んで学習へ取り組む姿勢を育成する。	【フォークダンス】 マイムマイム ①基本動作を覚える ②リズムに合わせて踊る 仲間とリズムに合わせてシンクロさせる ④グループ発表 ③	【知識・技能】 ダンスを通して、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、課題のダンスに必要な基本動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】 ダンス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。	○	○	○	13
				○	○	○	
				○	○	○	
2 学 期		【現代的なリズムのダンス】 ヒップホップ ①基本動作を覚える ②リズムに合わせて踊る 仲間とリズムに合わせてシンクロさせる ④グループ発表 ③		○	○	○	14
				○	○	○	
				○	○	○	
3 学 期		【創作ダンス】 グループで課題ダンスを設定 ①基本動作を覚える ②リズムに合わせて踊る 仲間とリズムに合わせてシンクロさせる ④グループ発表 ③		○	○	○	8
				○	○	○	
				○	○	○	
							○
							35