

高等学校 令和4年度（1学年用） 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～ 組

教科担当者：（1組：盛 中村）

使用教科書：（現代高等保健体育 大修館書店）

教科 保健体育

の目標：

【知識及び技能】 運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体力の構成要素、実生活への取り入れ方などを理解するとともに、自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て、実生活に役立てることができるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】 実生活に生かす運動の計画では、自己のねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための継続的な運動の計画を立て取り組むことができるようにする。

【学びに向かう力、人間性等】 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。

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】
各種目の歴史やルールを知り、簡単な動きから複雑な動きを習得できるようにする。其々の運動種目の体の動きの着目し、より効果的かつ合理的な体の使い方ができるようにする。	体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気づき、仲間と主体的に関わり合うことができるようにする。	運動に主体的に取り組むとともに、互いに助け合い高め合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとするなど、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。

	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	・体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに運動を楽しむための調整の仕方を見付け、自己のペースで成長すること。 ・一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする。	体づくり運動 スポーツテスト種目の練習測定 球技 サッカー テニス	【知識・技能】 ・自己のねらいに応じて、効果的な成果を得動の行い方があることについて、言ったり書き出したりして。 【思考・判断・表現】 ・体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに体づくり運動を楽しむための調整の仕方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・一人一人の違いに応じた動きなどを大切に、危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。ようとしている。	○	○	○	16
	・体力や運動の能力など程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに運動を楽しむための調整の仕方を見付け、自己のペースで成長すること。 ・一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする。	体づくり運動 スポーツテスト種目の練習測定 球技 バドミントン バレーボール	【知識・技能】 ・自己のねらいに応じて、効果的な成果を得動の行い方があることについて、言ったり書き出したりして。 【思考・判断・表現】 ・体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに体づくり運動を楽しむための調整の仕方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・一人一人の違いに応じた動きなどを大切に、危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。ようとしている。	○	○	○	16
2 学 期	・体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに運動を楽しむための調整の仕方を見付け、自己のペースで成長すること。 ・一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする。	体づくり運動 球技 バドミントン・テニス バスケットボール	【知識・技能】 ・自己のねらいに応じて、効果的な成果を得動の行い方があることについて、言ったり書き出したりして。 【思考・判断・表現】 ・体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに体づくり運動を楽しむための調整の仕方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・一人一人の違いに応じた動きなどを大切に、危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。ようとしている。	○	○	○	16
	・体力や運動の能力など程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに運動を楽しむための調整の仕方を見付け、自己のペースで成長すること。 ・一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする。	体づくり運動 球技 ソフトボール 卓球	【知識・技能】 ・自己のねらいに応じて、効果的な成果を得動の行い方があることについて、言ったり書き出したりして。 【思考・判断・表現】 ・体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに体づくり運動を楽しむための調整の仕方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・一人一人の違いに応じた動きなどを大切に、危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。ようとしている。	○	○	○	16
3 学 期	・体力や運動の能力など程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに運動を楽しむための調整の仕方を見付け、自己のペースで成長すること。 ・一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする。	体づくり運動 持久走 球技 卓球	【知識・技能】 ・自己のねらいに応じて、効果的な成果を得動の行い方があることについて、言ったり書き出したりして。 【思考・判断・表現】 ・体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに体づくり運動を楽しむための調整の仕方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・一人一人の違いに応じた動きなどを大切に、危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。ようとしている。	○	○	○	14
							合計
							78