令和5年度　新川みどり野高校　年間指導計画（シラバス）

学科	教科	科目（講座名）	対象学年	単位数	教科書	使用教材
普通科・福祉教養科	保健体育	体育④	全	2	高等学校 保健体育 Textbook（第一学習社） 高等学校 保健体育 Activity（第一学習社）	ステップアップ高校スポーツ2023（大修館）
学習の到達目標	・各種の運動について、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決する楽しさを味わい、技術の名称や行い方等を理解するとともに作戦に応じた技能でゲームを展開する。 ・生涯にわたり運動を継続するために、自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向け工夫するとともに、自己やチームの考えを他者に伝える。 ・各種の運動に主体的に取組み、フェアプレーや一人一人の違いに応じたプレーを大切にし、チームに貢献するため、役割を積極的に引き受け、自己の責任を果たそうとする。					

学期	月	単元	学習内容	到達度目標（学習のねらい）
前期	4月	体つくり運動	体ほぐしの運動 ・のびのびとした動作で用具などを用いた運動 ・リズムに乗って心が弾むような運動 ・緊張したり、脱力したりする運動 ・仲間と協力し課題を達成する運動	・いろいろな体ほぐしの運動を行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わったり、自分や仲間の体と心の状態を感じたりするとともに、交流する楽しさを味わうことができる。
			体の動きを高める運動 ・筋力や持久力を高める運動 ・柔軟性や巧緻性を高める運動 ・新体力テスト	・自分の体力を知り、体力の高め方や運動を継続する意義を理解できる。
	5月	バドミントン	ルールを工夫しての簡易ゲーム ・シングルス（ハーフコート）	・自分たちでルールや組み合わせ、トーナメント等を計画し、審判等の役割分担をして楽しくゲームを運営することができる。 ・これまでに身に付けた技術を洗練させ、ゲームを楽しむことができる。
			基本打法 ・スマッシュ、ヘアピン、サーブ	
			正式ルールでのゲーム ・シングルス・ダブルス	
		サッカー	ミニゲーム（簡易ゲーム）	
	6月		基本技術 ・シュート、パスからのシュート	
			正式ルールでのゲーム ・自分のポジションを考えてのプレー	
		ソフトテニス	ルールを工夫しての簡易ゲーム ・ハーフコートでのシングルス	
			基本打法(サーブ・ボレー) ・サーブからのラリー	
	7月		正式ルールでのゲーム ・ダブルスゲーム ・トーナメント試合	
		ニュースポーツ	グラウンドゴルフ ・基本技術、ゲーム	
			夢ボール ・基本技術、ゲーム	
	9月	（体育理論）豊かなスポーツライフの設計	・ライフステージに応じたスポーツの楽しみ方 ・スポーツライフの設計	・生涯スポーツの果たす役割と、各ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方について考えることができる。 ・生涯スポーツを実現させるために、ライフスタイルに適したスポーツとのかかわり方を見つけることの必要性を理解する。
後期	10月	ソフトボール	基本技術 ・キャッチボール、ゴロ処理 ・トスバッティング	・自分たちでルールや組み合わせ、トーナメント等を計画し、審判等の役割分担をして楽しくゲームを運営することができる。 ・これまでに身に付けた技術を洗練させ、ゲームを楽しむことができる。
			ゲーム形式での練習 ・バッティング、ベースランニング	
	11月		正式ルールでのゲーム	
		バスケットボール	基本練習 ・攻防からのシュート（1対1　2対2　3対3）	
			簡易ゲーム ・ハーフコートでの3対3	
	12月		正式ルールでのゲーム ・フルコートでの5対5	
		卓球	ルールを工夫しての簡易ゲーム	
			正式ルールでのゲーム ・シングルス・ダブルス ・トーナメント試合	
	1月	ニュースポーツ	ビーチボール ・基本技術、ゲーム	
			フレッシュテニス ・基本技術、ゲーム	
			ユニホック ・基本技術、ゲーム	
	2月	（体育理論）豊かなスポーツライフの設計	・スポーツを支援する取り組み ・スポーツの可能性	・スポーツ振興を図るための法律や施策、そのための条件整備について理解し、地域のスポーツ環境を考えることができる。 ・スポーツの課題について理解できる。