

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(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り組み、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	体づくり運動	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	基本打法 ・スマッシュ、ヘアピン、サーブ 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。		
			正式ルールでのゲーム ・シングルス・ダブルス					
			基本技術 ・シュート、パスからのシュート					
	6月	サッカー	ミニゲーム(簡易ゲーム)					
			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					
			基本打法(サーブ・ボレー) ・サーブからのラリー					
7月	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						
		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	ミニテニス ・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できる。		
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 ゲーム形式での練習 ・バッティング、ベースランニング			・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。		
			正式ルールでのゲーム					
	11月	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					
			正式ルールでのゲーム ・フルコートでの5対5					
			12月	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 スリータッチボール ・基本技術、ゲーム			
					・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。			
			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			・スポーツの課題について理解できる。