

令和7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①	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、記録の向上や勝敗を競う楽しさを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め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。 ・自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向け工夫するとともに、自己や仲間の考えを他者に伝える。 ・各種の運動に主体的に取り組み、一人一人の違いに応じた課題に挑戦する。ルールやマナーを大切にし、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	陸上競技	短距離走(50m、100m走) ・動き作り、クラウチングスタート 中距離走(1000m、1500m走) ・インターバル走、ペース走		・短距離走、長距離走の特性にふれながら、記録の向上の喜びや競争の楽しさを味わうことができる。	
			テニスラケットの扱い方 ・1人でのボールつき、2人組のボールつき		・正しいラケットの扱い方を理解し、相手に向かって正確にボールを打ち返すことができる。	
	6月	テニス	基本打法① ・フォアハンドストローク ・バックハンドストローク		・相手の返球に対応し、正確にボールを打つことができる。	
			基本打法②(サーブ、レシーブ) ・サーブからのラリー		・サーブを相手コートに正確に打つことができる。 ・サーブされたボールを打ち返すことができる。	
			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ゲーム		・身に付けた技能を使い、ルールを理解して楽しくゲームすることができる。	
	7月		正式ルールでのゲーム ・シングルスゲーム ・ダブルスゲーム ・リーグ戦、トーナメント戦での試合		・審判などの役割を分担してお互いの責任を果たしながら、ゲームを楽しむことができる。	
			(体育理論) スポーツの文化的特性 と現代スポーツの発展		・スポーツの起源と変遷について理解できる。 ・オリンピックやパラリンピックの存在意義や価値について理解できる。 ・スポーツ倫理について考えることができる。	
	後期	10月	卓球	卓球ラケットの扱い方 ・ペンホルダー、シェークハンド 基本打法① ・フォアハンドストローク ・バックハンドストローク ・サービス、レシーブ		・正しいラケットの扱い方を理解し、相手に向かって正確に打ち返し、ラリーを続けることができる。
ルールを工夫しての簡易ゲーム 基本打法② ・ショートカット、ハーフボレー、スマッシュ、カット				・ボールにスピンをかけることを工夫したり、変化するボールに対する返球を工夫して楽しくゲームすることができる。		
11月			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		・審判などの役割を分担してお互いの責任を果たしながら、ゲームを楽しむことができる。	
			バドミントンラケットの扱い方 ・シャトル打ち、キャッチ、拾い上げ 基本打法① ・ドライブ、ヘアピン、ドロップ、ロブ		・正しいラケットの扱い方を理解し、相手やスペースに向かって正確にシャトルを打ち返すことができる。	
12月		バドミントン	基本打法② ・サーブ、クリアー、スマッシュ、プッシュ			
			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 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		・色々な球種を用いてゲームを楽しむことができる。 ・自陣や相手のスペースを埋めるための動きを取り入れてゲームを楽しむことができる。 ・審判など役割を分担してお互いの責任を果たしながら、ゲームを楽しむことができる。	
1月						
2月		(体育理論) スポーツの文化的特性 と現代スポーツの発展	・スポーツの経済効果とスポーツの価値 ・スポーツが環境や社会にもたらす影響		・現代スポーツの経済波及効果について理解できる。 ・スポーツ空間の拡大による環境問題について理解できる。	