

令和8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 改訂版保健体育 Textbook(第一学習社) 高等学校 改訂版保健体育 Activity(第一学習社)	ステップアップ高校スポーツ2026(大修館)
<p>学習の到達目標</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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、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		・様々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。	
			<ul style="list-style-type: none"> ・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 			
	5月	陸上競技	体の動きを高める運動		・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。	
			<ul style="list-style-type: none"> ・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 ・新体カテスト 			
	6月	テニス	短距離走(50m、100m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。	
			<ul style="list-style-type: none"> ・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 			
	7月	テニス	テニスラケットの扱い方		・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。	
			<ul style="list-style-type: none"> ・1人でのボールつき、2人組のボールつき 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 			
	9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	基本打法②(サーブ、レシーブ)		・相手の返球に対応し、正確にボールを打つことができる。	
<ul style="list-style-type: none"> ・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。 						
後期	10月	卓球	ルールを工夫しての簡易ゲーム		・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。	
			<ul style="list-style-type: none"> ・サーブ、レシーブ ・サーブからのラリー ・サーブされたボールを打ち返すことができる。 			
	11月	卓球	正式ルールでのゲーム		・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。	
			<ul style="list-style-type: none"> ・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 			
	12月	バドミントン	(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説明できる。	
			<ul style="list-style-type: none"> ・オリンピックとパラリンピック ・ドーピングとアンチ・ドーピング 			
	1月	バドミントン	卓球ラケットの扱い方		・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。	
			<ul style="list-style-type: none"> ・ベンホルダー、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 ・サーブ、レシーブ 			
	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	ルールを工夫しての簡易ゲーム		・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。	
<ul style="list-style-type: none"> ・ショートカット、-halfボレー、スマッシュ、カット 基本打法② ・ショートカット、halfボレー、スマッシュ、カット 						
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	正式ルールでのゲーム		・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。		
		<ul style="list-style-type: none"> ・シングルス・ダブルス ・トーナメント試合 				
		スポーツの経済効果とスポーツの価値		・現代スポーツの経済波及効果について説明できる。		
		スポーツが環境や社会にもたらす影響		・スポーツ空間の拡大による環境問題について説明できる。		