





(1) 高等学校教科保健体育年間指導計画作成について

豊かなスポーツライフを継続するために・・・

学習指導要領解説 保健体育編 体育編 P187～196をしっかりと読んで作成しましょう！
特に、P190、191を参考にするとわかりやすいです！


領域	内容の取扱い				
	入学年次	その次の年次	それ以降の年次	各領域の取扱	内容
A 体づくり運動 P42～	必修	必修	必修	ア、イ 必修	ア 体ほぐしの運動 イ 実生活に生かす運動の計画
B 器械運動 P58～	B(器械), C(陸上), D(水泳), G(ダンス)から ①以上選択	B,C,D,E,F,Gから ②以上選択	B,C,D,E,F,Gから ②以上選択	ア～エから選択	ア マット イ 鉄棒 ウ 平均台 エ 跳び箱
C 陸上競技 P77～			ア～ウに示す運動から選択	ア 走 イ 跳 ウ 投 (詳しくは、P190)	
D 水泳 P95～			ア～オから選択	ア クロール イ 平泳ぎ ウ 背泳ぎ エ バタフライ オ 複数の泳法 又はリレー	
E 球技 P114～			E(球技), F(武道)から ①以上選択		入学年次では、ア～ウから②選択。その次の年次以降では、ア～ウから選択
F 武道 P135～		柔道又は剣道のいずれかを 選択	ア 柔道 イ 剣道		
G ダンス P156～		B,C,D,Gから ①以上選択	ア～ウから選択	ア 創作ダンス イ フォークダンス ウ 現代的なリズムのダンス	
H 体育理論 P176～	(1) スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展	(2) 運動やスポーツの効果的な学習の仕方	(3) 豊かなスポーツライフの設計の仕方	各年次 6単位時間以上	各年次で必修

※授業の始めのW-upやランニング、準備運動は、「体づくり運動」ではありません！
体づくり運動で **2単位の学年は7単位時間以上、**
3単位の学年は10単位時間程度(目安)実施する必要があります！

※入学年次以降の学年では、**2領域以上履修する必要があります！**
(例)
球技のみ×
ダンスのみ×

- 原則、男女共習で授業を実施する計画になっていますか？
- 体育理論は各学年6単位時間以上配当できていますか？
- 体力テスト、〇〇体操、持久走、集団行動等学習指導要領の領域や内容になっていないものが書かれていないですか？
- 体づくり運動の時間数は、2単位の学年(7単位時間以上)、3単位の学年(10単位時間程度(目安))共に配当できていますか？
- 入学年次の球技については、ゴール型、ネット型、ベースボール型を**2以上選択し、履修**していますか？
- その次の年次以降は、**2領域以上(球技以外も)選択し、履修**することになっていますか？

に、チェックし、確認しながら作成しましょう！



要注意 選択肢の中に、いろんな領域があるからいいだろう・・・ではいけません。生徒は、学習指導要領に記載されている通りに、**選択し、履修する必要があります。**

選択制の授業においては、「体力や技能の程度、性別や障害の有無にかかわらず運動やスポーツを楽しむことができるよう**男女共習を原則**とするものである。」と示されています。(P194)

集団行動の取扱いについては、P195(5)に、
→ 「内容の『A体づくり運動』から『Gダンス』までの領域において適切に行うものとする。」となっています。