様式１

科　目　名	単位数	学年	必修・選択	対象学科
体　育	2	1	必修	普通科・国際人文科

１．科目概要および目標

（１）目標

各種の運動の合理的な実践を通して、運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにするとともに、体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育て、生涯を通じて継続的に運動ができる資質や能力を育てる。

（２）内容

- 体育
  - 運動
    - 体つくり運動
    - スポーツ
      - 器械運動
      - 陸上競技
      - 水泳
      - 球技
      - 武道
    - ダンス
  - 体育理論

２．成績評価

評価については。以下の４観点から総合的に見ていく。

（１）運動への関心・意欲・態度

・運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう自ら積極的に運動しようとしているか.

・公正・協力・責任などの社会的態度が身に付いているか.

・健康や安全に留意して運動しようとしているか

（２）運動についての思考・判断

・自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題を見つけ，その課題解決を目指して活動の仕方を考え工夫しているか.

（３）運動技能

・自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行い技能を高めているか.

・自己の体力や生活に応じて体力を高めるための運動の合理的な行い方を身につけているか

（４）運動についての知識・理解

・社会や生活の変化とスポーツの重要性，体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し知識を身につけているか.

３．使用副読本・服装

（１）副読本「カラーワイドスポーツ」

（２）服装は、指定の体育着

４．授業の展開と形態

（１）４クラス５展開を基本とする

（２）全種目とも男女共修とする

（３）各種目とも基本的に選択制とする

５．学習方法

各種目とも、個人・ペア・グループ・一斉授業の方法をとる

６．履修上の留意点

⑴科目選択をする際考慮すべき事項

・３年間を見通して種目を選択する。

様式２

令和５年度　体育（１年）　年間授業計画　　那覇西高等学校

	種目名		内　　容	配時	ﾏｰｸ欄
			オリエンテーション・選択種目決め	1	／
4月 5月	体つくり運動（必修） 体ほぐしの運動 体力を高める運動		・集団行動 ・体力テスト ・体ほぐし運動・体力を高める運動	7	／　／ ／　／ ／
5月 6月 7月 9月 10月	水泳（必修） クロール　平泳ぎ 背泳ぎ　バタフライ 横泳ぎ 器械運動（選択） マット運動　鉄棒運動 平均台運動　跳び箱運動 陸上　　（選択） 競走 跳躍 投てき	体育理２	・ガイダンス ・グループ分け ・計画を立てる ・ねらい① 個人で各種目の特性にふれて楽しむ ・ねらい② チームで各種目の特性にふれて楽しむ	３０	／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／
11月 12月	球技（選択） ﾊﾞﾚｰﾎﾞｰﾙ ﾊﾞｽｹｯﾄﾎﾞｰﾙ ｻｯｶｰ ﾃﾆｽ 卓球 ｿﾌﾄﾎﾞｰﾙ ６ｸﾗｽ展開	体育理論２	・ガイダンス ・グループ分け ・計画を立てる ・ねらい① 今もっている力でｹﾞｰﾑやﾗﾘｰを楽しむ ・ねらい② 作戦を立ててｹﾞｰﾑを楽しむ	１２	／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／
１月 ２月 ３月	武道・ダンス（選択） 柔道 空手 ﾘｽﾞﾑﾀﾞﾝｽ 琉球舞踊 創作ﾀﾞﾝｽ ６ｸﾗｽ展開	体育理論２	ガイダンス ・グループ分け ・計画を立てる ・ねらい① 練習のしかたや試合・発表ができるようにする ・ねらい② 得意技を身につけ、それを生かした練習や試合・発表ができるようにする	１４	／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／

／単元修了日時

授業を受けるに当たって守って欲しい事項等

①自己健康管理に注意し，怪我防止の対策を万全にする．
②指定の体操服，体育館シューズ，運動できる外履きを着用すること．
③活動場所への移動は休み時間の内に完了すること．
④見学者は授業前に担当者に申し出て指示を受けること．
⑤貴重品の管理をしっかりと行うこと．

様式１

科　目　名	単位数	学年	必修・選択	対象学科
体　育	３	２	必修	普通科・国際人文科

１．科目概要および目標

（１）目標

各種の運動の合理的な実践を通して、運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにするとともに、体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育て、生涯を通じて継続的に運動ができる資質や能力を育てる。

（２）内容

- 体育
  - 運動
    - 体つくり運動
    - スポーツ
      - 器械運動
      - 陸上競技
      - 水泳
      - 球技
      - 武道
    - ダンス
  - 体育理論

２．成績評価

評価については。以下の４観点から総合的に見ていく。

（１）運動への関心・意欲・態度

・運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう自ら積極的に運動しようとしているか.

・公正・協力・責任などの社会的態度が身に付いているか.

・健康や安全に留意して運動しようとしているか

（２）運動についての思考・判断

・自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題を見つけ，その課題解決を目指して活動の仕方を考え工夫しているか.

（３）運動技能

・自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行い技能を高めているか.

・自己の体力や生活に応じて体力を高めるための運動の合理的な行い方を身につけているか

（４）運動についての知識・理解

・社会や生活の変化とスポーツの重要性，体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し知識を身につけているか.

３．使用副読本・服装

（１）副読本「カラーワイドスポーツ」

（２）服装は、指定の体育着

４．授業の展開と形態

（１）４クラス５展開を基本とする

（２）全種目とも男女共修とする

（３）各種目とも基本的に選択制とする

５．学習方法

各種目とも、個人・ペア・グループ・一斉授業の方法をとる

６．履修上の留意点

⑴科目選択をする際考慮すべき事項

・３年間を見通して種目を選択する。

様式２

令和５年度　体育（２年）　年間授業計画　　那覇西高等学校

	種目名	内　　容		配時	ﾏｰｸ欄
		オリエンテーション・選択種目決め		１	／
4月 5月	体つくり運動（必修） 体ほぐしの運動 体力を高める運動		・集団行動 ・体力テスト ・体ほぐし	５	／　／ ／　／ ／　／
5月 6月 7月	（選択）６ｸﾗｽ展開 水泳 ｸﾛｰﾙ・平泳ぎ・背泳ぎ・ﾊﾞﾀﾌﾗｲ 器械運動 ﾏｯﾄ運動・鉄棒運動・跳び箱運動 陸上競技 競走・跳躍・投てき	体育理論４	・ガイダンス ・グループ分け ・計画を立てる ・ねらい① 個人で各種目の特性にふれて楽しむ ・ねらい② チームで各種目の特性にふれて楽しむ	２０	／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／
9月 10月 11月 12月	球技（選択） ﾊﾞﾚｰﾎﾞｰﾙ ﾊﾞｽｹｯﾄﾎﾞｰﾙ ｻｯｶｰ ﾃﾆｽ 卓球 ｿﾌﾄﾎﾞｰﾙ ６ｸﾗｽ展開	体育理論４	・ガイダンス ・グループ分け ・計画を立てる ・ねらい① 今もっている力でｹﾞｰﾑやﾗﾘｰを楽しむ ・ねらい② 作戦を立ててｹﾞｰﾑを楽しむ	３５	／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／
１月 ２月 ３月	（武道・ダンス（選択） 柔道 空手 ﾘｽﾞﾑﾀﾞﾝｽ 琉球舞踊 創作ﾀﾞﾝｽ ６ｸﾗｽ展開	体育理論２	・ガイダンス ・グループ分け ・計画を立てる ・ねらい① 練習のしかたや試合・発表ができるようにする ・ねらい② 得意技を身につけ、それを生かした練習や試合・発表ができるよう	１０	／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／

／単元修了日時

授業を受けるに当たって守って欲しい事項等

①自己健康管理に注意し，怪我防止の対策を万全にする．
②指定の体操服，体育館シューズ，運動できる外履きを着用すること．
③活動場所への移動は休み時間の内に完了すること．
④見学者は授業前に担当者に申し出て指示を受けること．
⑤貴重品の管理をしっかりと行うこと．

様式１

科　目　名	単位数	学年	必修・選択	対象学科
応用スポーツ	2	2	選択	普通科

１．科目概要および目標

（１）目標

各種の運動の合理的な実践を通して、運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにするとともに、体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育てる。

（２）内容

- 体育
  - 運動
    - 体つくり運動
    - スポーツ
      - 器械運動
      - 陸上競技
      - 水泳
      - 球技
      - 武道
    - ダンス
  - 体育理論

２．成績評価

評価については。以下の４観点から総合的に見ていく。

（１）運動への関心・意欲・態度

・運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう自ら積極的に運動しようとしているか.

・公正・協力・責任などの社会的態度が身に付いているか.

・健康や安全に留意して運動しようとしているか

（２）運動についての思考・判断

・自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題を見つけ，その課題解決を目指して活動の仕方を考え工夫しているか.

（３）運動技能

・自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行い技能を高めているか.

・自己の体力や生活に応じて体力を高めるための運動の合理的な行い方を身につけているか

（４）運動についての知識・理解

・社会や生活の変化とスポーツの重要性，体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し知識を身につけているか.

３．使用副読本・服装

（１）副読本「カラーワイドスポーツ」

（２）服装は、指定の体育着

４．授業の展開と形態

（１）選択クラスを基本とする

（２）全種目とも男女共修とする

（３）各種目とも基本的に選択制とする

５．学習方法

各種目とも、個人・ペア・グループ・一斉授業の方法をとる

様式２

令和５年度　応用スポーツ　年間授業計画　　那覇西高等学校

	種目名		内　　容	配時	ﾏｰｸ欄
			オリエンテーション・選択種目決め	１	／
4月 5月 6月 7月	フィットネストレーニングⅠ シェイプアップ 筋力アップ 健康増進	体育論２	・ガイダンス ・グループ分け ・計画を立てる ・ねらい 自己の健康体力水準を把握し、自己の体力や生活に応じた運動を行い、体つくりの意義を理解する	２１	／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／
9月 10月 11月 12月	ニュースポーツ インディアカ バウンドテニス グランドゴルフ キンボール	体育理論２	・ガイダンス ・グループ分け ・計画を立てる ・ねらい① 今もっている力でｹﾞｰﾑやﾗﾘｰを楽しむ ・ねらい② 作戦を立ててｹﾞｰﾑを楽しむ	２８	／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／
１月 ２月 ３月	フィットネストレーニングⅡ シェイプアップ 筋力アップ 健康増進	体育理論２	ガイダンス ・グループ分け ・計画を立てる ・ねらい 自己の体力や生活に応じた体つくりの目標の設定のしかたを理解する	１４	／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／

／単元修了日時

授業を受けるに当たって守って欲しい事項等

①自己健康管理に注意し，怪我防止の対策を万全にする.
②指定の体操服，体育館シューズ，運動できる外履きを着用すること.
③活動場所への移動は休み時間の内に完了すること.
④見学者は授業前に担当者に申し出て指示を受けること.
⑤貴重品の管理をしっかりと行うこと

様式１

科　目　名	単位数	学年	必修・選択	対象学科
生涯スポーツ	２	３	選択	普通科

１．科目概要および目標

（１）目標

各種の運動の合理的な実践を通して、運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにするとともに、体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育て、生涯を通じて継続的に運動ができる資質や能力を育てる。

（２）内容

- 体育
  - 運動
    - 体つくり運動
    - スポーツ
      - 器械運動
      - 陸上競技
      - 水泳
      - 球技
      - 武道
    - ダンス
  - 体育理論

２．成績評価

評価については。以下の４観点から総合的に見ていく。

（１）運動への関心・意欲・態度

・運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう自ら積極的に運動しようとしているか.

・公正・協力・責任などの社会的態度が身に付いているか.

・健康や安全に留意して運動しようとしているか

（２）運動についての思考・判断

・自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題を見つけ，その課題解決を目指して活動の仕方を考え工夫しているか.

（３）運動技能

・自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行い技能を高めているか.

・自己の体力や生活に応じて体力を高めるための運動の合理的な行い方を身につけているか

（４）運動についての知識・理解

・社会や生活の変化とスポーツの重要性，体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し知識を身につけているか.

３．使用副読本・服装

（１）副読本「カラーワイドスポーツ」

（２）服装は、指定の体育着

４．授業の展開と形態

（１）選択クラスを基本とする

（２）全種目とも男女共修とする

（３）各種目とも基本的に選択制とする

５．学習方法

各種目とも、個人・ペア・グループ・一斉授業の方法をとる

様式２

令和５年度　生涯スポーツ（３年）　年間授業計画　　那覇西高等学校

	種目名	内　　容		配時	ﾏｰｸ欄
		オリエンテーション・年間計画		１	／
4月 5月 6月 7月	フィットネストレーニング シェイプアップ 筋力アップ 健康増進	体育論２	・ガイダンス ・グループ分け ・計画を立てる ・ねらい 自己の健康体力水準を把握し、自己の体力や生活に応じた運動を行い、体つくりの意義を理解する	２１	／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／
9月 10月 11月 12月 １月	ライフスポーツ ゴルフ ボーリング	体育理論２	・ガイダンス ・グループ分け ・計画を立てる ・ねらい① 今もっている力でｹﾞｰﾑやﾗﾘｰを楽しむ ・ねらい② 作戦を立ててｹﾞｰﾑを楽しむ	３４	／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／ ／　／

／単元修了日時

授業を受けるに当たって守って欲しい事項等

①自己健康管理に注意し，怪我防止の対策を万全にする．
②指定の体操服，体育館シューズ，運動できる外履きを着用すること．
③活動場所への移動は休み時間の内に完了すること．
④見学者は授業前に担当者に申し出て指示を受けること．
⑤貴重品の管理をしっかりと行うこと