

令和6年度 年間学習指導計画案

科目	スポーツA	単位数	1単位	学年・学科・コース	2年・普通科・スポーツコース
使用教科書	なし			副教材等	Active Sports (大修館)

1. 学習の到達目標と評価の観点

学習の到達目標	生涯にわたって運動やスポーツを継続するためには、技術の特徴に応じた学習の仕方があることや技能を高めるために、何をどのように取り組めばよいのか、健康・安全をどのように確保するのかなどの運動やスポーツの効果的な学習の仕方について理解する
---------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

評価の観点		
a. 知識・技能	b. 思考・判断・表現	c. 主体的に学習に取り組む態度
生涯にわたってスポーツを継続するためには、ライフスタイルに応じたスポーツとの多様な関わり方を見つける。	スポーツを推進及び発展させる視点から課題を発見し、他者に伝える力を養う。	運動やスポーツの効果的な学習の仕方について主体的に取り組む態度を養う。

2. 学習計画及び評価規準、評価方法

月	学習項目	学習内容（ねらい）	評価の観点			評価規準	評価方法
			a	b	c		
4 5	基礎体力 (体力総合診断)	・専門種目の特性に応じた科学的なデータを得ることで今後のトレーニングの基礎資料として活用できることを理解する。	○			・測定する部位や器具について理解することができる。 ・自分の体に関心を持つことができる。 ・基礎体力診断に自主的に取り組むことができる。	定期考査 授業態度
6 7	トレーニングの理論と実践 (体力総合診断の結果と分析)	・トレーニングの理論を理解し実践の仕方を理解する。	○			・トレーニングの種類と役割を理解できる。 ・トレーニングをプログラムすることができる。 ・トレーニングの学習に主体的に取り組もうとしている。	
8 9 10	安全の確保と応急手当 (マリンスポーツ実習)	・救命救急法の講習やプール実習で習得した知識や技能を実習等に役立てる。	○			・実習の手順や方法が理解できる。 ・習得した知識や技能を事故や災害で生じる傷害や疾病に関連付けて、悪化防止のための適切な方法に活用できる。 ・安全の確保と応急手当に自主的に取り組むことができる	
11 12	スポーツ外傷 スポーツドーピングの防止	・外傷の悪化を防いだり、痛みを緩和したりすることを理解する。	○			・外傷の種類を理解することができる。 ・外傷の悪化を防ぐ方法を適切に判断し活用することができる。 ・スポーツ外傷、スポーツドーピングの防止について主体的に取り組もうとしている。	
1 2 3	スポーツ栄養学	・スポーツの多様な理論と実践に関する課題研究	○			・スポーツにおける栄養の役割を理解することができる。 ・栄養とコンディション維持関連させることができる。 ・課題研究に自主的に取り組むことができる	