

東京都立浅草高等学校 令和8年度 年間授業計画

令和8年度

教科 科：保健体育 科 目：

対象学年：1年次

教科担当者：教員一覧参照

使用教科書と教材は別紙を参照

該当教科と科目の目標

【知識及び技能】学習指導要領で示された内容を理解する。

【思考力、判断力、表現力等】学習指導要領で示された内容について表現する力を身に付ける。

【学びに向かう力、人間性等】学習指導要領で示された内容について日常生活に活用しようとする態度等を身に付ける。

単位数

2

	指導項目・内容	指導項目・内容	評価規準	知	思	態	予定時数
4月	単元名：体づくり運動(体力テスト、体育祭練習を含む) 知：体づくり運動の内容を理解する。 思：体づくり運動の内容について表現する力を身に付ける。 学：体づくり運動の内容について日常的に活用しようとする態度等を身に付ける。	教材や一人1台端末を活用しながら、主に以下の内容について指導する。 体づくり運動 さまざまな動きを行いながら、体を動かす楽しさや心地よさを味わわせる。 陸上競技における走・跳・投につながる動きを実施し、陸上競技に必要な動きを習得する。	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】の3観点について、定期考査、出席状況、平常時の取り組み、課題の提出状況などを総合的に評価し、評価を行う。	○	○	○	2
5月	単元名：陸上競技(短距離走・跳躍・投的) 知：陸上競技についての内容を理解する。 思：陸上競技についての内容について表現する力を身に付ける。 学：陸上競技についての内容について日常生活に活用しようとする態度等を身に付ける。	体力テスト 50m走、握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、立ち幅跳び、20mシャトルラン、ハンドボール投げ					8
6月	単元名：球技 4種目から選択 バスケットボール バドミントン サッカー 卓球	バスケットボール 個人技能について、様々なシュート・ドリブル・パス 対人技能について、1対1、2対1、2対2、3対2、5対5など。					4
7月	知：球技の内容について理解する。 思：球技の内容について表現する力を身に付ける。 学：球技について日常生活に活用しようとする態度等を身に付ける。	バドミントン ハイクリア、ドライブ、ヘアピン、ドロップ、スマッシュ、サービスなどの習得とともに、シングルス、ダブルスのゲーム					6
8月		サッカー いくつかの足の部位によるパス・シュート・ドリブル、リフティング、クッションコントロール、1対1、2対2、3対3、ゲーム					0
9月		卓球 ペンホルダー・シェイクハンドグリップ、フォアハンド、バックハンド、サービス、ドライブ、カット、フリック、シングルス、ダブルスでのゲーム					6
10月	単元名：球技 バレーボール バドミントン テニス 卓球 から4種目選択 知：球技の内容について理解する。 思：球技の内容について表現する力を身に付ける。 学：球技について日常生活に活用しようとする態度等を身に付ける。	教材や一人1台端末を活用しながら、主に以下の内容について指導する。 バレーボール アンダーハンドパス、オーバーハンドパス、サーブ、スパイク、ブロック、簡易ゲーム、3段攻撃、ゲーム					4
11月		バドミントン ハイクリア、ドライブ、ヘアピン、ドロップ、スマッシュ、サービスなどの習得とともに、シングルス、ダブルスのゲーム					6
12月	単元名：陸上競技(長距離走) 知：陸上競技(長距離走)についての内容を理解する。 思：陸上競技(長距離走)についての内容について表現する力を身に付ける。 学：陸上競技(長距離走)についての内容について日常生活に活用しようとする態度等を身に付ける。	テニス フォアハンドストローク、バックハンドストローク、カット、ボレー、サーブ、ロビング、スマッシュ、シングルス・ダブルスでのゲーム					4
1月		卓球 ペンホルダー・シェイクハンドグリップ、フォアハンド、バックハンド、サービス、ドライブ、カット、フリック、シングルス、ダブルスでのゲーム					8
2月		陸上競技(長距離走) 長時間(20～40分)続けて走れるペースを理解し走りきる。 ビルドアップ走、インターバル走					2
3月							0