

# 東京都立浅草高等学校 令和5年度 年間授業計画

教 科： 保健体育                      科 目： 必修体育  
 対象学年： 第4学年  
 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

単位数を入れると時数が自動的に出ます。

単位数 **1**

	指導内容	具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定時数
4月	オリエンテーション 体づくり運動 体力テスト 陸上競技	授業についての注意事項を理解させる エンカウンターやコオディネーショントレーニングなど ハンドボール投げ、50m走、立ち幅跳び、反復横跳び、握力、長座体前屈、上体起こし、20mシャトルランに全力で取り組ませる	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。	1
5月	体育祭練習 (1、2、3から選択) 1 バレーボール	体育祭の競技内容を理解させ、取り組ませる  オーバーハンドパス、アンダーハンドパス、様々なサーブ、サーブスライス、トス、スパイク、ブロック、ゲーム などに取り組ませる		4
6月	2 バスケットボール 3 テニス	様々なシュート、ドリブル、パス、ビホット、1on1、リバウンド、スクリーンアウト、速攻、マンツーマンディフェンス、ゾーンディフェンス、ゲーム などに取り組ませる  フォアハンド、バックハンド、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、ロビング、スマッシュ、ゲーム などに取り組ませる		2
7月				3
8月				0
9月				3
10月	(1、2、3から選択) 1 サッカー	リフティング、インサイド・インステップキック、ウェッジ・クッションコントロール、ヘディング、ドリブル、ランニングサークル、ターン、スクリーン、フェイント、スルーパス、壁パス、オーバーラップ、アブランチ、チャレンジ、シュート、ゲーム などに取り組ませる		2
11月	2 バドミントン 3 卓球	オーバーヘッド・サイドアームストローク、ハイクリア、ドライブ、スマッシュ、ドロップ、ヘアピン、ロングハイサーブ、ショートサーブ、シングル・ダブルゲーム などに取り組ませる  シェイクハンド・ベンホール・グリップ、バックスピン・サイドスピンサーブ、つつつき、カット、ストップ、フリック、ストップ、ドライブ などに取り組ませる		3
12月	陸上競技(長距離走)	長い時間(20～40分)続けて走れるスピードを理解させ、自己ベストに挑戦させる。		2
1月				4
2月				1
3月				0