

第五商業高校 令和5年度体育(3学年男子)年間授業計画  
 教科:保健体育 科目:体育 単位数:2単位 3学年A~F組

使用教科書	現代高等保健体育			
使用教材				
指導内容 【年間授業計画】	科目保健体育の具体的な指導目標 【年間授業計画】	評価の観点方法	予定時数	
4月	オリエンテーション	欠時や単位について理解させる。 授業のルールを理解させる。 第五商業高校の礼法を教える。	授業のルールについて理解したか。 礼法を理解したか。	1
	陸上	50M、100M(クラウテングスタート)	正しい走り方を意識できたか。	3
	ソフトボール	様々なキャッチボールを行い、ボールやグローブに慣れさせる。 バッティング練習。 簡易ゲームを行う。	キャッチボール、 バッティングなどの 基本を習得できているか。	3
5月	ソフトボール	様々なキャッチボールを行い、ボールやグローブに慣れさせる。 バッティング練習。 簡易ゲームを行う。	キャッチボール、 バッティングなどの 基本を習得できているか。	1
	体育祭練習	種目のルールについて理解させる。 全員リレーの走順を覚えさせる。 学年種目の練習	種目について理解したか。積極的に練習に参加しているか。	4
6月	水泳	バタフライ・バタフライのキック バタフライコンビネーション 25Mタイムトライ	正しいフォームができているか。正しい息継ぎができているか。タイムを意識しているか。	6
	体力測定	50M、1000M、ハンドボール投げ、握力、反復横跳び、長座体前屈、立ち幅跳び、上体起こし	スポーツテストを要綱通り実施できたか。記録記入できたか。	2
	ソフトボール	様々なキャッチボールを行い、ボールやグローブに慣れさせる。 バッティング練習。 簡易ゲームを行う。	キャッチボール、 バッティングなどの 基本を習得できているか。	2
7月	水泳	バタフライ・バタフライのキック バタフライコンビネーション 個人メドレー	正しいフォームができているか。正しい息継ぎができているか。タイムを意識しているか。	2
	ソフトボール	様々なキャッチボールを行い、ボールやグローブに慣れさせる。 バッティング練習。 簡易ゲームを行う。	キャッチボール、 バッティングなどの 基本を習得できているか。	1
9月	水泳	バタフライ・バタフライのキック バタフライコンビネーション 個人メドレー	正しいフォームができているか。正しい息継ぎができているか。タイムを意識しているか。	4
	各種球技	各種球技の基本技能を練習する。ゲームを行う。	個人技能が身についたか。工夫して取り組んでいるか。	2
	各種ニュースポーツ	各種競技の基本技能を練習する。ゲームを行う。	個人技能が身についたか。工夫して取り組んでいるか。	2
10月	各種球技	各種球技の基本技能を練習する。ゲームを行う。	個人技能が身についたか。工夫して取り組んでいるか。	2
	各種ニュースポーツ	各種競技の基本技能を練習する。ゲームを行う。	個人技能が身についたか。工夫して取り組んでいるか。	2
11月	各種球技	各種球技の基本技能を練習する。ゲームを行う。	個人技能が身についたか。工夫して取り組んでいるか。	2
	各種ニュースポーツ	各種競技の基本技能を練習する。ゲームを行う。	個人技能が身についたか。工夫して取り組んでいるか。	2
12月	多種目	アルティメット、ゴルフ、テニス、卓球など好きな種目を選択して参加する。	積極的に取り組んでいるか。	2
1月	多種目	アルティメット、ゴルフ、テニス、卓球など好きな種目を選択して参加する。	積極的に取り組んでいるか。	5
2月				
3月				