

第五商業高校 平成31年度体育(1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 1学年A～F組

教科担当者:(ABCDEF組:三五 高橋)

使用教科書				
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。	ルールなどの理解ができたか	1
	陸上	50m走、100m走の練習 クラウチングスタートの方法。 スタートダッシュの練習	正しい走り方の理解ができたか。	2
	バドミントン	基本の打ち方（ハイクリア、ドリブンクリア、ドライブ、ドロップ、スマッシュ、ヘアピン）、ゲームの進め方	各ショットの基本技能を身に付けられたか。	2
5月	陸上競技	走り幅跳び	ハードル走のタイム測定の結果及び正しい測定ができたか。	2～3
	バドミントン	ゲームを行う	基本技能を活用して取り組めたか。	2～3
	体育祭の練習	各学年の種目のルールを理解させる。 全員リレーの順番を覚えさせる。 バトン渡しをスムーズに行えるようにする。	クラス内の協力体制など。	2
6月	スポーツテスト	50m走、ハンドボール投げ、持久走の実施及びスポーツテストのねらいの確認	スポーツテストを要綱通り実施できたか。 記録記入ができたか。	2
	水泳	クロール・背泳ぎのキック クロールストローク 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。	7
7月	水泳	クロール・背泳ぎのキック 背泳ぎストローク 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。	2
9月	水泳	クロール・背泳ぎのキック 背泳ぎストローク 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。	4
	バスケットボール	様々なキャッチボールを行い、ボールに慣れさせる。 正しくチェストパス、サイドパス、ステップパスなどの方法を理解させる。 ドリブルの正しいフォームを理解させる。	レイアップのステップができているか。積極的にボールに触っているか。	2
	サッカー	サッカーの取り組み方について理解させる。 ゲームを行う。	パス、シュートなどの基本的な動作を習得できているか。	2

第五商業高校 平成31年度体育(1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 1学年A～F組
 教科担当者:(ABCDEF組:三五 高橋)

使用教科書		評価の観点方法	予定時数	
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】			
10月	バスケットボール	ゲームを行う。	バスケットのルールを理解できているか。積極的にボールに触りにいっているか。	3
	サッカー	ゲームを行う。	工夫してゲームに取り組んでいるか。	3
11月	ソフトボール	キャッチボール、ゴロの捕球、フライの捕球などの基本的な技術の習得。 トスバッティング、フリーバッティングなどの打撃技術を習得する。 ピッチャーの投球技術を習得する。	ゲームを安全に行えるか。	3
	バレーボール	アンダーハンドパス、オーバーハンドパスの方法を理解する。サーブとレシーブの方法とゲームの進め方についても理解する。	各技能が理解できたか。	3
12月	ソフトボール	キャッチボール、ゴロの捕球、フライの捕球などの基本的な技術の習得。 トスバッティング、フリーバッティングなどの打撃技術を習得する。 ピッチャーの投球技術を習得する。	自分のタイムを意識しているか。走るフォームや呼吸を意識しているか。	1
	バレーボール	アンダーハンドパス、オーバーハンドパスの方法を理解する。サーブとレシーブの方法とゲームの進め方についても理解する。 ゲームを行う。	各技能を活用してゲームに取り組んでいるか。	2
	持久走 オリエンテーション	持久走授業の方法を教える。 外周の走るコースや長さを体験させる。	記録向上のために工夫して取り組んでいるか。	1
1月	持久走	2周、3周、4周、5周、6周と走る距離を伸ばし、最終的にはマラソン大会と同じ距離を走る。	自分のタイムを意識しているか。走るフォームや呼吸を意識しているか。	5
2月	持久走	2周、3周、4周、5周、6周と走る距離を伸ばし、最終的にはマラソン大会と同じ距離を走る。	タイム及び取組姿勢	2
	多様目	ソフトバレー、バスケットボール、テニス、卓球など選択して参加する。	積極的に取り組んでいるか。	3
3月	多様目	ソフトバレー、バスケットボール、テニス、卓球など選択して参加する。	積極的に取り組んでいるか。	3