

第五商業高校 平成31年度体育(3学年女子)年間授業計画
 教科:(保健体育)科目:(体育) 単位数:2単位 対象:(第3学年A組～F組女子)
 教科担当者:(ABCDEF組:熊川 高橋)

	使用教科書	最新 高等学校保健体育 大修館書店		
	使用教材			
	指導内容 【年間授業計画】	科目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
	体力測定	自分の身体的能力を理解させる。 身体の変化について理解させる。	相対評価をできたか。 絶対評価ができたか。	2
	バドミントン	バドミントンのルールを理解させる。 ハーフコートでミニゲームを行う。 シングルス戦を行う。	ルールが理解できているか。 様々な打ち方が試合でいかせているか。	1～2
5月	バドミントン	バドミントンのルールを理解させる。 ダブルス戦を行う。	ルールが理解できているか。 様々な打ち方が試合でいかせているか。	4
	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。学年種目「大縄跳び」の練習をする。	仲間と協力して練習に励んでいるか。	2
	陸上	50M、100Mを行う。 クラウチングスタートの正しい方法を理解させる。 ハードルを行う。 正しい踏み切り、正しいホームを理解させる。	記録向上のために工夫して行っているか。	1
	体力測定	自分の身体的能力を理解させる。 身体の変化について理解させる。	相対評価をできたか。 絶対評価ができたか。	1
6月	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	工夫して取り組んでいるか。	1
	水泳	基本泳法の練習。 クロール・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライの練習。 個人メドレーを泳げるようにする。	全力で取り組んでいるか。	7～8
7月	水泳	基本泳法の練習。 クロール・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライの練習。 個人メドレーを泳げるようにする。	全力で取り組んでいるか。	2
9月	水泳	100m個人メドレーの基本泳法が出来るようにする。	全力で取り組んでいるか。	4
	キックベースボール	キックベースのルールや特性を理解する。 基本的な個人技能と集団技能を身につける	基本的なルールについて理解しているか。	1
	テニス	ラケットの扱いに慣れ、基本的な動作を身につける。 テニスの特性を理解するとともに、テニスの楽しさを知る。 各ショットの基本動作と基本技術の練習	ラケットの扱いに慣れることができたか。	1

第五商業高校 平成31年度体育(3学年女子)年間授業計画
 教科:(保健体育)科目:(体育) 単位数:2単位 対象:(第3学年A組～F組女子)
 教科担当者:(ABCDEF組:熊川 高橋)

	使用教科書	最新 高等学校保健体育 大修館書店		
	使用教材			
	指導内容 【年間授業計画】	科目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
10月	キックベースボール	キックベースのルールや特性を理解する。 基本的な個人技能と集団技能を身につける	基本的なルールについて理解しているか。	3
	テニス	ラケットの扱いに慣れ、基本的な動作を身につける。 テニスの特性を理解するとともに、テニスの楽しさを知る。 各ショットの基本動作と基本技術の練習	ラケットの扱いに慣れることができたか。	3
11月	バレーボール	正しくオーバーハンドパス、アンダーハンドパスを行う。 オーバーハンドパス、アンダーハンドパスのテストを行う。 サーブ打ち方を理解させる。	基本技能が身についたか。	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。 ボールの打ち方を教える。ソフトボールのルールを覚える。	基本技能が身についたか。	2
12月	バレーボール	正しくオーバーハンドパス、アンダーハンドパスを行う。 オーバーハンドパス、アンダーハンドパスのテストを行う。 サーブ打ち方を理解させる。	基本技能を活用して試合に取り組めているか。	1
	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。 ボールの打ち方を教える。ソフトボールのルールを覚える。	基本技能を活用して試合に取り組めているか。	1
1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。	自主的に取り組んでいるか。	2
2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。	自主的に取り組んでいるか。	1
3月				