

令和5年度 年間授業計画

都立第一商業高等学校

教科・科目	3年男子体育	単位数	3	対象学年・組	3年A～F組
教科書 使用教材	現代高等保健体育	教科担任			

1. 目標

- ①各種目の運動技能を高め、運動の楽しさや喜びを味わう。
- ②体の調子を整え、体力の向上を図り、公正・協力・責任などの態度を育てる。
- ③生涯を通じて運動に親しむ資質や能力を育てる。

2. 学習内容と学習上の留意点

学期	指導内容	具体的な指導目標	学習上の留意点	予定時数
1 学期	オリエンテーション スポーツテスト スポーツ大会練習 サッカー 水泳 体育理論	体育の授業の進め方を理解する。 正しい方法で実施する。 クラスごとに出場種目を練習する。 作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを習得する。 ゲームを中心に実践力を高める。 4泳法の技術を確認する。 体育を理論的に理解することができる	安全面に留意する。 運動を合理的、計画 公正、協力、責任、 参画の意欲を高める	36
2 学期	水泳 ハンドボール バスケットボール バドミントン 体育理論	4泳法の正しい泳法を理解させるとともに個人メドレーを泳がせる。 作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを習得する。 ゲームを中心に実践力を高める。 基本的なラケット操作を習得し、ゲームを楽しむ。 体育を理論的に理解することができる	正しい運動方法を理解させるとともに、安全に留意し、自他の健康を気使えるよう指導する。 試合の運営方法を理解し、公正の態度を養う。	42
3 学期	球技 体育理論	・室内種目、外種目を交互に、自分たちで練習からゲームまで進めていけるようにする。 体育を理論的に理解することができる。	自己の能力に応じて、課題克服のための練習をさせる。 審判等の運営を行い、公正にゲームを行えるよう指導する	27

配当時間は一応の目安であり若干の増減はある。

3. 授業を受ける上での注意

- ・真面目にしっかり、取り組む姿勢を持つ。
- ・周囲にも気を配り、協力して活動できるようにする。
- ・個々の能力を最大に発揮できるよう努力する。
- ・活動が安全に行えるよう、準備を整える。

4. 評価の観点・方法

- ・真面目にしっかり取りくみ、能力に応じた努力を行っているか。
- ・皆と協力して活動できているか。