

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年選択体育	単位数	2	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

- ・運動を通じて、積極性・協調性・規範意識の向上をはかる。
- ・より高度な技術の習得を目指すとともに、さまざまな場面で、安全面への配慮ができるようにする。

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 ソフトボール バレーボール バスケットボール テニス 水泳	体育の授業の進め方を理解する。 自主的に活動できる能力を身につけさせる。 安全面への配慮を確実に実行できるようにする。 用具の準備・片づけを徹底させる。 4泳法のフォームの向上	安全面に留意する。 運動を合理的、計画的に実践する。 体力の向上を図る。 公正、協力、責任、 参画の意欲を高める	24
2 学期	水泳 ソフトボール バドミントン バスケットボール バレーボール 体育理論	長い距離を泳げるようにする。 自主的に活動できる能力を身につけさせる。 安全面への配慮を確実に実行できるようにする。 用具の準備・片づけを徹底させる。	安全面に留意する。 運動を合理的、計画的に実践する。 体力の向上を図る。 公正、協力、責任、 参画の意欲を高める	28
3 学期	ハンドボール バドミントン 球技全般	積極的に新しいスポーツに取り組ませる。 自主的に活動できる能力を身につけさせる。 安全面への配慮を確実に実行できるようにする。 用具の準備・片づけを徹底させる。	安全面に留意する。 運動を合理的、計画的に実践する。 体力の向上を図る。	18

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

- ・真面目にしっかりと、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に努力する。
- ・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

- ・真面目にしっかりと取りくみ、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。

- ・必要な技術を身につけているか。
- ・安全に運動を行えるよう、準備ができているか。