

## 平成30年度 年間指導計画

教科	保健体育	対象クラス	○ 必修	単位数	3単位
科目	体育	1学年	必修選択		
使用教科書 使用教材	ステップアップ高校スポーツ(大修館)				
評価の 観点・方法	①出席状況 ②ノート・レポート提出状況 ③授業への取り組み ①～③を総合的に判断し評価するが、ノートの未提出が多いときは、評価が低くなることもある。				

学期	月	単元	具体的指導目標	指導内容	予定時数
1 学期	4	オリエンテーション 体づくり運動	授業の受け方、見学の仕方。安全に楽しく運動を行うことの重要性。体ほぐしの運動を知る。	高等学校における体育の授業を安全に行うことを理解させる。	4
	5	体づくり運動・ラジオ体操	体ほぐしの組み合わせを考える。正確にラジオ体操を行えるようにする。	仲間と協力し、様々な動きの組み合わせをつくる。視聴覚教材を利用し、正確にラジオ体操を行う。	8
	6	水泳・バドミントン・体カテスト	水泳(クロール・平泳ぎ) バドミントン(基本技術の習得)	水泳(クロール・平泳ぎの泳法指導) バドミントン(各種ショット技術の習得)	12
	7	体育理論	スポーツの歴史、文化的特徴についての理解	スポーツの変化、技術・戦術・ルールの変化。	2
	8				
2 学期	9	男子・柔道・テニス・ダブルダッチ 女子・剣道・バレーボール・テニス・ダブルダッチ	柔道・受け身 サッカー・基本パス 剣道・礼法、基本の習得 バレー・基本パス ダブルダッチ・入り、飛び、出る テニス・基本のストローク	柔道・安全に受け身、基本技(寝技・立ち技) 剣道・足さばき、素振り ダブルダッチ・タイミングを合わせて飛ぶ テニス・フォア、バックのストローク	12
	10	男子・柔道・サッカー・テニス・ダブルダッチ 女子・剣道・バレーボール・テニス・ダブルダッチ	柔道・基本技の習得 サッカー・基本パス 剣道・基本の習得 バレー・基本を生かしたゲーム テニス・基本のストローク ダブルダッチ・入り、飛び、出る	柔道・安全に受け身、基本技(寝技・立ち技) 剣道・基本の面打ち ダブルダッチ・タイミングを合わせて飛ぶ テニス・フォア、バックのストローク	12
	11	男子・サッカー、テニス、ダブルダッチ 女子・剣道、バスケット、テニス、ダブルダッチ	サッカー・パスからシュート 剣道・喜本の習得 バスケ・パス、ドリブル ダブルダッチ・入り、飛び、出る テニス・基本のストローク	サッカー・基本を生かしたゲーム 剣道・面打ち ダブルダッチ・タイミングを合わせて飛ぶ テニス・フォア、バックのストローク	10
	12	体育理論	スポーツの歴史、文化的特徴についての理解や現代のスポーツの特徴	オリンピックムーブメント	2
3 学期	1	男子・持久走、バスケット、個人縄 女子・字持久走、卓球、個人縄	持久走・個人に合ったペース走 バスケ・基本パス、ドリブル、シュート 卓球・基本の打ち方	持久走・自分の心拍数への理解 バスケ・基本の習得 卓球・各種ショット技術の習得 個人縄・各種の飛び方	6
	2	男子・持久走、バスケット、個人縄 女子・字持久走、卓球、個人縄	持久走・個人に合ったペース、長い時間を走りきる バスケ・基本パス、ドリブル、シュート 卓球・基本を生かしたゲーム	持久走・タイムトライアル バスケ・基本を生かしたゲーム 卓球・基本を生かしたゲーム 個人縄・各種の飛び方	11

	3	体育理論	スポーツの歴史、文化的特徴についての理解や現代のスポーツの特徴	スポーツと経済	3
--	---	------	---------------------------------	---------	---