

平成31年度年間授業計画

教科科目	教科(保健体育) 科目(1年 体育) 単位数:【 2 単位】
教科担当	(1組:大澤 貴彦)(2組:遠田 尚史、高橋 伸吾)(3組:法月 隆彦、大澤 貴彦)(4組:大澤 貴彦)(5組:高橋 伸吾、法月 隆彦)
使用教科書:	現代高等保健体育(大修館)
副教材等:	ステップアップ高校スポーツ(大修館)

期	月	指導内容	具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定 時数
一 学 期	4	体育理論 体づくり運動 ラジオ体操第一 陸上 短距離走 50M 100M	運動やスポーツの効果的な学習の仕方について学ぶ 体づくり運動に主体的に取り組むとともに正しい行方を学び、健康・安全を確保できるようにする。 ラジオ体操第一を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わうと同時に、集団での行動を通して協調性を養う。 短距離走を通して記録の向上や競争する楽しさや喜びを味わう。	〈 評価の観点 〉 ・関心・意欲・態度 ・主体性・協調性 ・知識・理解 ・記録 〈 評価の方法 〉 ・記録測定 ・欠席遅刻見学数 ・授業態度 ・見学者は見学届の記入状況 ・長期見学者はレポート課題を実施	22
	5	陸上 短距離走 200M 跳躍 走り幅跳び 中距離走 1500M 女子1000M	記録の向上や競争する楽しさや喜びを味わう。		
	6	水泳 25Mクロール 25M平泳ぎ 10分間泳	記録の向上や競争する楽しさや喜びを味わう。 水泳の事故防止に関する心得など健康・安全を確保することができるようになる。 伸びのある動作と安定したペースで長く泳いだり早く泳いだりできるようになる。		
	7	水泳 50Mクロール 50M平泳ぎ 10分間泳 体育理論	記録の向上や競争する楽しさや喜びを味わう。 水泳の事故防止に関する心得など健康・安全を確保することができるようになる。 伸びのある動作と安定したペースで長く泳いだり早く泳いだりできるようになる。 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について学ぶ		
二 学 期	9	水泳 50Mクロール 50M平泳ぎ 10分間泳	記録の向上や競争する楽しさや喜びを味わう。 水泳の事故防止に関する心得など健康・安全を確保することができるようになる。 伸びのある動作と安定したペースで長く泳いだり早く泳いだりできるようになる。	〈 評価の観点 〉 ・関心・意欲・態度 ・主体性・協調性 ・知識・理解 ・記録 〈 評価の方法 〉 ・記録測定 ・欠席遅刻見学数 ・授業態度 ・見学者は見学届の記入状況 ・長期見学者はレポート課題を実施	28
	10	器械運動 マット運動	技がよりよくできる楽しさや喜びを味わう。 主体的に取り組むとともに健康・安全を確保することができるようになる。		
	11	器械運動 マット運動 剣道 素振り 打ち込み 面 胴 小手	技がよりよくできる楽しさや喜びを味わう。 主体的に取り組むとともに健康・安全を確保することができるようになる。 相手を尊重し、礼法などの伝統的な行動の仕方を大切にできるようになる。		
	12	剣道 素振り 打ち込み 面 胴 小手 体育理論	相手を尊重し、礼法などの伝統的な行動の仕方を大切にできるようになる。 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について学ぶ		
三 学 期	1	陸上 持久走 1500M 4000M 時間走 距離走	記録の向上や競争する楽しさや喜びを味わう。 健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。	〈 評価の観点 〉 ・関心・意欲・態度 ・主体性・協調性 ・知識・理解 ・記録 〈 評価の方法 〉 ・記録測定 ・欠席遅刻見学数 ・授業態度 ・見学者は見学届の記入状況 ・長期見学者はレポート課題を実施	20
	2	陸上 持久走 1500M 4000M 時間走 距離走	記録の向上や競争する楽しさや喜びを味わう。 健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。		
	3	ウエイトトレーニング 体育理論	記録の向上や競争する楽しさや喜びを味わう。 健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について学ぶ		
					70