

光丘高等学校令和4年度 教科：保健体育 科目：体育 2年女子 年間授業計画

教科：保健体育 科目：体育 単位数：3単位

対象学年組：第2学年1組～6組

教科担当者：(大塚) (岡部) (宮本)

使用教科書：(現代高等保健体育)

使用教材：()

	指導内容	科目体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
4月	春季休業			
	オリエンテーション			1
	バレーボール・サッカー・陸上競技	バレーボールはルールを理解し、自分たちでゲームを運営できる能力を養う。 サッカーはボール操作を安定させ、連携し動きやルールを守り、楽しくゲームが出来る。 陸上競技は、短距離走でクラウチングスタートのやり方を理解し、より速く走る技能と理論を身に着ける。またリレーではスムーズなバトン渡しができるようになる。 けが防止のための体づくり運動と体育理論。	サッカーはボール操作を安定させ、連携し動きやルールを守り、楽しくゲームが出来る。バレーボールは自分たちでゲーム運営ができる。陸上競技のスタート方法、バトン渡しの技能の確認。体育理論の理解度。	11
5月	バレーボール・サッカー・陸上競技	バレーボールはルールを理解し、自分たちでゲームを運営できる能力を養う。 サッカーはボール操作を安定させ、連携し動きやルールを守り、楽しくゲームが出来る。 陸上競技は、短距離走でクラウチングスタートのやり方を理解し、より速く走る技能と理論を身に着ける。またリレーではスムーズなバトン渡しができるようになる。 けが防止のための体づくり運動と体育理論。	サッカーはボール操作を安定させ、連携し動きやルールを守り、楽しくゲームが出来る。バレーボールは自分たちでゲーム運営ができる。陸上競技のスタート方法、バトン渡しの技能の確認。体育理論の理解度。	12
6月	バレーボール・サッカー・陸上競技	バレーボールはルールを理解し、自分たちでゲームを運営できる能力を養う。 サッカーはボール操作を安定させ、連携し動きやルールを守り、楽しくゲームが出来る。 陸上競技は、短距離走でクラウチングスタートのやり方を理解し、より速く走る技能と理論を身に着ける。またリレーではスムーズなバトン渡しができるようになる。 けが防止のための体づくり運動と体育理論。	サッカーはボール操作を安定させ、連携し動きやルールを守り、楽しくゲームが出来る。バレーボールは自分たちでゲーム運営ができる。陸上競技のスタート方法、バトン渡しの技能の確認。体育理論の理解度。	6
	水泳	クロール、平泳ぎ、背泳ぎの呼吸のバランスを保ち伸びのある動作と安定したペースで長く泳いだり、早く泳ぐ。	スムーズなブル・キック・息継ぎの確認。記録の確認。安全への配慮の確認。	9
7月	水泳	クロール、平泳ぎ、背泳ぎの呼吸のバランスを保ち伸びのある動作と安定したペースで長く泳いだり、早く泳ぐ。	スムーズなブル・キック・息継ぎの確認。記録の確認。安全への配慮の確認。	6
	夏季休業			

	指導内容	科目体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
8 月	夏季休業			
	夏季休業			
9 月	水泳	クロール、平泳ぎ、背泳ぎ・バタフライの呼吸のバランスを保ち伸びのある動作と安定したペースで長く泳いだり、早く泳ぐ。	スムーズなプル・キック・息継ぎの確認。記録の確認。安全への配慮の確認。	3
	ソフトボール・バドミントン・バスケットボール	ソフトボールはキャッチボール・バッティング・守備の基本を理解する。バドミントンは状況に応じたシャトル操作や安定したラケットの操作によって楽しくゲームができる。バスケットボールは自分たちでゲームを運営できる力を養う。	ソフトボールは投げる捕る打つの基本技術を習得している。バドミントンは場面に応じたショットを打つことができる。バスケットボールはゲームの方法を理解し運営ができるようになる。	9
10 月	ソフトボール・バドミントン・バスケットボール	ソフトボールはキャッチボール・バッティング・守備の基本を理解する。バドミントンは状況に応じたシャトル操作や安定したラケットの操作によって楽しくゲームができる。バスケットボールは自分たちでゲームを運営できる力を養う。	ソフトボールは投げる捕る打つの基本技術を習得している。バドミントンは場面に応じたショットを打つことができる。バスケットボールはゲームの方法を理解し運営ができるようになる。	12
11 月	ソフトボール・バドミントン・バスケットボール	ソフトボールはキャッチボール・バッティング・守備の基本を理解する。バドミントンは状況に応じたシャトル操作や安定したラケットの操作によって楽しくゲームができる。バスケットボールは自分たちでゲームを運営できる力を養う。	ソフトボールは投げる捕る打つの基本技術を習得している。バドミントンは場面に応じたショットを打つことができる。バスケットボールはゲームの方法を理解し運営ができるようになる。	15

	指導内容	科目体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
12月	ソフトボール・バドミントン・バスケットボール	ソフトボールはキャッチボール・バッティング・守備の基本を理解する。バドミントンは状況に応じたシャトル操作や安定したラケットの操作によって楽しくゲームができる。バスケットボールは自分たちでゲームを運営できる力を養う。	ソフトボールは投げる捕る打つの基本技術を習得している。バドミントンは場面に応じたショットを打つことができる。バスケットボールはゲームの方法を理解し運営ができるようになる。	12
	冬季休業			
1月	冬季休業			
	冬季休業			
	持久走	距離の変化に、自分の走るペースを対応させ、あきらめずに自分の持久力向上を目指すとともに、記録向上の楽しさや喜びを味わう。	走る距離と自分の走るペースを自覚し、距離やペース配分を考察し意欲を持って参加している	9
2月	持久走	距離の変化に、自分の走るペースを対応させ、あきらめずに自分の持久力向上を目指すとともに、記録向上の楽しさや喜びを味わう。	走る距離と自分の走るペースを自覚し、距離やペース配分を考察し意欲を持って参加している	15
3月	球技	球技大会に向けてクラスで団結する意識と、技術の向上から仲間と共に勝つ喜びを目指す。	クラスメイトと協力し、技術の向上、チームワークの向上、審判やマナーへの配慮が出来る	6
	体育理論	豊かなスポーツライフの設計について理解することができる。	生涯スポーツについて今後実践できる知識を身につけることができる。	
	春季休業			
	春季休業			