

清瀬高校 平成31年度【体育】年間授業計画

【教科】保健体育

【科目/講座】体育女

【対象】第3学年 1組～8組

【単位数】1

【使用教科書】

現代高等保健体育(大修館)

【使用教材】

Active Sports (大修館)

	指導内容 【年間授業計画】	科目の具体的な指導目標 【年間授業計画】	評価の観点 方法	予定 時数
4月	オリエンテーション スポーツテスト	体育の授業についての取り組み方、内容、ルールについて理解をする。 スポーツテストを実施し、自分の体力を知ることとともにクラスの中での役割、行動の流れを把握する。	関心意欲態度 思考判断 運動の技能 知識理解 取組み、課題提出	1
	スポーツテスト	スポーツテストを実施し、自分の体力を知ることにより、各種目や補強運動への関心を高める。	関心意欲態度 思考判断 運動の技能 知識理解 取組み、課題提出	2
5月	サッカー 体づくり運動	サッカー……止める、蹴るという基礎基本を理解し、取り組むことができる。 体づくり運動……ストレッチやリズムカルな運動を取り入れ、緊張した心身をほぐしよりよい状態に保つことができる。	関心意欲態度 思考判断 運動の技能 知識理解 取組み、課題提出	1
		サッカー……止める、蹴るというパスと運ぶというドリブルの目的を理解し、取り組むことができる。 体づくり運動……ブラジル体操などを取り入れ、種目に合わせた動きを取り入れる効果について理解をする。	関心意欲態度 思考判断 運動の技能 知識理解 取組み、課題提出	2
6月	サッカー 体づくり運動 スポーツテスト②	サッカー……止める、蹴る、運ぶという基礎基本を生かし、試合を楽しむことができる。 体づくり運動……巧みな動き、力強い動きを高める運動を楽しみながら取り組むことができる。 スポーツテストを実施し、自分の体力を知ることにより、各種目や補強運動への関心を高める。	関心意欲態度 思考判断 運動の技能 知識理解 取組み、課題提出	2
	水泳 バタフライ クロール・平泳ぎ・背 泳ぎ(復習)	バタフライの泳法について、身体の使い方や呼吸の仕方を正しく理解する。 クロール・平泳ぎ・背泳ぎの泳法について、身体の使い方や呼吸の仕方を正しく理解する。 安全について正しく理解する。	関心意欲態度 思考判断 運動の技能 知識理解 取組み、課題提出	2
7月	水泳 バタフライ クロール・平泳ぎ・背泳 ぎ(復習)	知識を基に、繰り返し自己の泳ぎ方について、改善する。	関心意欲態度 思考判断 運動の技能 知識理解 取組み、課題提出	2

	指導内容 【年間授業計画】	科目の具体的な指導目標 【年間授業計画】	評価の観点 方法	予定 時数
9月	水泳 バタフライ クロール・平泳ぎ・背泳 ぎ(復習)	知識を基に、繰り返し自己の泳ぎ方について、改善する。 協力的な態度で、身に付けた技能について、話し合いをしながら、互いに高めることができる。	関心意欲態度 思考判断 運動の技能 知識理解 取組み、課題提出	2
		個人メドレーに取り組み、自己の記録に挑戦することができる。 記録の向上を目指して取り組む過程を振り返って、今後の課題を理解し、整理することができる。	関心意欲態度 思考判断 運動の技能 知識理解 取組み、課題提出	3
10月	バスケットボール 体育理論	バスケットボール……ボール操作の基礎基本を理解し、取り組むことができる。 体育理論……体カトレーニングの5原則について理解し、自己の特徴を考えることができる。	関心意欲態度 思考判断 運動の技能 知識理解 取組み、課題提出	2
		バスケットボール……ボール操作の基礎基本を習得し、味方を意識してプレーすることができる。 体育理論……体力の向上と休養のバランスを考え、トレーニング計画を立てる重要性を理解する。 余暇の重要性を理解する。	関心意欲態度 思考判断 運動の技能 知識理解 取組み、課題提出	2
11月	バスケットボール 体育理論	バスケットボール……味方との連携プレーに取り組み、相手に応じたプレーをすることができる。 体育理論……効果的な動きのメカニズムや動きと力の関係について、理解し、トレーニングにいかすことができる。	関心意欲態度 思考判断 運動の技能 知識理解 取組み、課題提出	2
		バレーボール……味方との連携プレーに取り組み、試合を楽しむことができる。 体育理論……運動環境を整備したり、運動前後に必要な処置について理解を深め、実践することができる。	関心意欲態度 思考判断 運動の技能 知識理解 取組み、課題提出	2
12月	バレーボール 体育理論	バレーボール……審判法について理解を深め、自分たちで試合を進行することができる。 体育理論……スポーツ文化を広く理解し、その意義と重要性を理解する。	関心意欲態度 思考判断 運動の技能 知識理解 取組み、課題提出	2

指導内容 【年間授業計画】	科目の具体的な指導目標 【年間授業計画】	評価の観点 方法	予定 時数	
	バレーボール……審判法について理解を深め、自分たちで試合を進行することができる。 体育理論……スポーツ文化を広く理解し、その意義と重要性を理解する。	関心意欲態度 思考判断 運動の技能 知識理解 取組み、課題提出	1	
1月	バレーボール 体育理論	バレーボール……勝敗を競い、協力しながら試合を準備進行し、楽しむことができる。 体育理論……スポーツを通じた国際交流について広く理解し、その意義と重要性を理解する。	関心意欲態度 思考判断 運動の技能 知識理解 取組み、課題提出	1
	受験講座	受験対策	関心意欲態度 思考判断 運動の技能 知識理解 取組み、課題提出	2
2月	受験講座	受験対策	関心意欲態度 思考判断 運動の技能 知識理解 取組み、課題提出	1
	受験講座	受験対策	関心意欲態度 思考判断 運動の技能 知識理解 取組み、課題提出	1
3月	受験講座	受験対策	関心意欲態度 思考判断 運動の技能 知識理解 取組み、課題提出	2