

年間授業計画

教科:(保健体育)科目:(体育)対象:(第1学年M1組～S組)

教科担当者:(M1組:Ⓜ)(M2組:Ⓜ)(E組:Ⓜ)(A組:Ⓜ)(S組:Ⓜ)

単位数 2 教科書 高等学校『保健体育』第一学習社

1年間の計画を確認した後押印

教科	教務	副校長	校長

	指導内容 【年間授業計画】	科目体育の具体的な指導目標 (自校のスタンダード) 【年間授業計画】	評価の観点等	予定 時数
4 月	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 腕立て伏せ、腹筋、背筋、スクワット等の筋力とレーニングを継続的に行う。 ・陸上競技 短距離走(50M走、50M走) 長距離走(1500M走) ・バスケットボール 各種パス、ドリブル、シュート リバウンドプレー、速攻、マン ツーマンディフェンス 	<p>体作り運動を基本に運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことが出来るようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、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。</p>	<p>評価は次の3点を総合的に判断する。 ①出席 ②態度・取り組み ③技術・技能、ルール等の理解度</p> <ul style="list-style-type: none"> ・陸上競技 タイムを縮めるために走り方を工夫できたか。 一定のスピードを維持して走ることが出来たか。 ・バスケットボール 個人の技能を高めることが出来たか。 連係プレーの精度を高めることが出来たか。 	6
5 月	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 腕立て伏せ、腹筋、背筋、スクワット等の筋力とレーニングを継続的に行う。 ・陸上競技 短距離走(50M走、50M走) 長距離走(1500M走) ・バスケットボール 各種パス、ドリブル、シュート リバウンドプレー、速攻、マン ツーマンディフェンス 	<p>体作り運動を基本に運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことが出来るようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、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。</p>	<p>評価は次の3点を総合的に判断する。 ①出席 ②態度・取り組み ③技術・技能、ルール等の理解度</p> <ul style="list-style-type: none"> ・陸上競技 タイムを縮めるために走り方を工夫できたか。 一定のスピードを維持して走ることが出来たか。 ・バスケットボール 個人の技能を高めることが出来たか。 連係プレーの精度を高めることが出来たか。 	6

	指導内容 【年間授業計画】	科目体育の具体的な指導目標 (自校のスタンダード) 【年間授業計画】	評価の観点等	予定 時数
6 月	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 腕立て伏せ、腹筋、背筋、スクワット等の筋力とレーニングを継続的に行う。 ・陸上競技 短距離走 (50M走、50M走) 長距離走 (1500M走) ・バスケットボール 各種パス、ドリブル、シュート リバウンドプレー、速攻、マン ツーマンディフェンス ・水泳 クロール、平泳ぎ 	<p>体作り運動を基本に運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことが出来るようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、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。</p>	<p>評価は次の3点を総合的に判断する。 ①出席 ②態度・取り組み ③技術・技能、ルール等の理解度</p> <ul style="list-style-type: none"> ・陸上競技 タイムを縮めるために走り方を工夫できたか。 一定のスピードを維持して走ることが出来たか。 ・バスケットボール 個人の技能を高めることが出来たか。 関係プレーの精度を高めることが出来たか。 ・水泳 安全を確認し、正しい泳法で泳げたか。 	6
7 月	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 腕立て伏せ、腹筋、背筋、スクワット等の筋力とレーニングを継続的に行う。 ・水泳 クロール、平泳ぎ 	<p>体作り運動を基本に運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことが出来るようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、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。</p>	<p>評価は次の3点を総合的に判断する。 ①出席 ②態度・取り組み ③技術・技能、ルール等の理解度</p> <ul style="list-style-type: none"> ・水泳 安全を確認し、正しい泳法で泳げたか。 自己のタイムを短縮できたか。 	5

	指導内容 【年間授業計画】	科目体育の具体的な指導目標 (自校のスタンダード) 【年間授業計画】	評価の観点等	予定 時数
8 月				
9 月	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 腕立て伏せ、腹筋、背筋、スクワット等の筋力とレーニングを継続的に行う。 ・水泳 クロール、平泳ぎ ・バレーボール パス、レシーブ、スパイク サイド攻撃、ゲーム ・ソフトボール キャッチボール、バッティング の仕方 ルールの理解、ゲーム 	<p>体作り運動を基本に運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことが出来るようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、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。</p>	<p>評価は次の3点を総合的に判断する。 ①出席 ②態度・取り組み ③技術・技能、ルール等の理解度</p> <ul style="list-style-type: none"> ・水泳 安全を確認し、正しい泳法で泳げたか。 自己のタイムを短縮できたか。 ・バレーボール 基本に忠実にパスが出来たか。 個人技能を高めることが出来たか。 ・ソフトボール 安全面に考慮してボールを扱えたか ルールを正しく理解できたか 	8

	指導内容 【年間授業計画】	科目体育の具体的な指導目標 (自校のスタンダード) 【年間授業計画】	評価の観点等	予定 時数
10月	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 腕立て伏せ、腹筋、背筋、スクワット等の筋力とレーニングを継続的に行う。 ・バレーボール パス、レシーブ、スパイク サイド攻撃、ゲーム ・ソフトボール キャッチボール、バッティング の仕方 ルールの理解、ゲーム 	<p>体作り運動を基本に運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことが出来るようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、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。</p>	<p>評価は次の3点を総合的に判断する。 ①出席 ②態度・取り組み ③技術・技能、ルール等の理解度</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バレーボール 基本に忠実にパスが出来たか。 個人技能を高めることが出来たか。 ・ソフトボール 安全面に考慮してボールを扱えたか ルールを正しく理解できたか 	6
11月	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 腕立て伏せ、腹筋、背筋、スクワット等の筋力とレーニングを継続的に行う。 ・バレーボール パス、レシーブ、スパイク サイド攻撃、ゲーム ・ソフトボール キャッチボール、バッティング の仕方 ルールの理解、ゲーム 	<p>体作り運動を基本に運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことが出来るようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、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。</p>	<p>評価は次の3点を総合的に判断する。 ①出席 ②態度・取り組み ③技術・技能、ルール等の理解度</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バレーボール 基本に忠実にパスが出来たか。 個人技能を高めることが出来たか。 ・ソフトボール 安全面に考慮してボールを扱えたか ルールを正しく理解できたか 	6

	指導内容 【年間授業計画】	科目体育の具体的な指導目標 (自校のスタンダード) 【年間授業計画】	評価の観点等	予定 時数
12月	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 腕立て伏せ、腹筋、背筋、スクワット等の筋力とレーニングを継続的に行う。 ・バレーボール パス、レシーブ、スパイク サイド攻撃、ゲーム ・ソフトボール キャッチボール、バッティング の仕方 ルールの理解、ゲーム 	<p>体作り運動を基本に運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことが出来るようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、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。</p>	<p>評価は次の3点を総合的に判断する。 ①出席 ②態度・取り組み ③技術・技能、ルール等の理解度</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バレーボール 基本に忠実にパスが出来たか。 個人技能を高めることが出来たか。 ・ソフトボール 安全面に考慮してボールを扱えたか ルールを正しく理解できたか 	6
1月	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 腕立て伏せ、腹筋、背筋、スクワット等の筋力とレーニングを継続的に行う。 ・持久走 12分間走 	<p>体作り運動を基本に運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことが出来るようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、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。</p>	<p>評価は次の3点を総合的に判断する。 ①出席 ②態度・取り組み ③技術・技能、ルール等の理解度</p> <ul style="list-style-type: none"> ・持久走 自分のペースで効率よく走れたか。 	5

	指導内容 【年間授業計画】	科目体育の具体的な指導目標 (自校のスタンダード) 【年間授業計画】	評価の観点等	予定 時数
2 月	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 腕立て伏せ、腹筋、背筋、スクワット等の筋力とレーニングを継続的に行う。 ・持久走 12分間走 	<p>体作り運動を基本に運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことが出来るようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、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。</p>	<p>評価は次の3点を総合的に判断する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ①出席 ②態度・取り組み ③技術・技能、ルール等の理解度 <p>・持久走 自分のペースで効率よく走れたか。</p>	5
3 月	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 腕立て伏せ、腹筋、背筋、スクワット等の筋力とレーニングを継続的に行う。 ・バレーボール 各種パス、アタック、サービス三段攻撃、守備隊形、ゲーム ・バドミントン 各種ストローク、ハイクリアースマッシュ、サービス、ゲーム ・サッカー チーム練習、ゲーム 	<p>体作り運動を基本に運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことが出来るようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、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。</p>	<p>評価は次の3点を総合的に判断する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ①出席 ②態度・取り組み ③技術・技能、ルール等の理解度 <p>・バドミントン 個人の技能を高めることが出来たか。 ルールを正しく理解できたか。</p> <p>・バレーボール 基本に忠実にパスが出来るか。 連係プレーの精度を高めることが出来たか。</p> <p>・サッカー チームの連携によるゲームの組み立てを考える。</p>	5