

年間授業計画

教科:(保健体育)科目:(体育)対象:(第3学年M1組~S組)

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

単位数 3 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】	科目〇〇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	<p>・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。</p> <p>選択①</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バスケットボール ・硬式テニス ・サッカー ・バドミントン 	<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>選択① 練習計画の立案、実行、反省、自己評価等が正しく行えるか。</p>	9
5月	<p>・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。</p> <p>選択①</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バスケットボール ・硬式テニス ・サッカー ・バドミントン 	<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>選択① 練習計画の立案、実行、反省、自己評価等が正しく行えるか。</p>	9

	指導内容 【年間授業計画】	科目〇〇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	<p>・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。</p> <p>選択①</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バスケットボール ・硬式テニス ・サッカー ・バドミントン 	<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>選択① 練習計画の立案、実行、反省、自己評価等が正しく行えるか。</p>	9
7 月	<p>・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。</p> <p>・水泳 時間泳 (20分泳) 個人メドレー (100M)</p>	<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>水泳 様々な泳法で長い時間泳ぐことが出来るか。 効率的なフォームを習得し、自己のタイムを更新できる。</p>	8

	指導内容 【年間授業計画】	科目〇〇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 時間泳 (20分泳) 個人メドレー (100M) 	<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> <p>水泳 様々な泳法で長い時間泳ぐことが出来るか。 効率的なフォームを習得し、自己のタイムを更新できる。</p>	9

	指導内容 【年間授業計画】	科目〇〇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	<p>・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。</p> <p>選択②</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バレーボール ・バドミントン ・ターゲットバードゴルフ ・ソフトボール 	<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>選択② 練習計画の立案、実行、反省、自己評価等が正しく行えるか。</p>	9
11月	<p>・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。</p> <p>選択②</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バレーボール ・バドミントン ・ターゲットバードゴルフ ・ソフトボール 	<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>選択② 練習計画の立案、実行、反省、自己評価等が正しく行えるか。</p>	9

	指導内容 【年間授業計画】	科目〇〇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	<p>・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。</p> <p>選択③</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バスケットボール ・硬式テニス ・アルティメット ・バドミントン 	<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>選択③ 練習計画の立案、実行、反省、自己評価等が正しく行えるか。</p>	9
1月	<p>・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。</p> <p>選択③</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バスケットボール ・硬式テニス ・アルティメット ・バドミントン 	<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>選択③ 練習計画の立案、実行、反省、自己評価等が正しく行えるか。</p>	8

	指導内容 【年間授業計画】	科目〇〇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				
3 月				