

東京都立松が谷高等学校 令和4年度 年間授業計画

教科:(保健体育)科目:(体育) 対象:(第2学年1組～8組)

使用教科書:現代高等保健体育(大修館)

使用教材:ステップアップ高校スポーツ(大修館書店)

	指導内容	具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定 時数
4 月	男子===サッカー	状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防の展開ができるようにする。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察	2
	男子===バスケットボール	状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防の展開ができるようにする。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察 ゲーム結果記録	2
	女子===バスケットボール	状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防の展開ができるようにする。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察 ゲーム結果記録	2
	女子===ソフトボール	状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防を展開すること。(6組==状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防を展開すること)主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察	2
5 月	男子===ソフトボール	状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防を展開すること。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察	2
	男子===バスケットボール	状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防の展開ができるようにする。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察 ゲーム結果記録	4
	女子===バスケットボール	状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防の展開ができるようにする。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察 ゲーム結果記録	2
	女子===ソフトボール	状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防を展開すること。(6組==状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防を展開すること)主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察 ゲーム結果記録	4

	指導内容	具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定 時数
6 月	男子===サッカー	状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防の展開ができるようにする。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察	2
	男子===バスケットボール	状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防の展開ができるようにする。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察 ゲーム結果記録	2
	女子===バスケットボール	状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防の展開ができるようにする。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察 ゲーム結果記録	2
	女子===ソフトボール	状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防を展開すること。(6組==状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防を展開すること)主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察 ゲーム結果記録	2
7 月	男女===水泳	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、自己に適した泳法の効率を高めて、泳ぐことができるようにする。クロール、平泳ぎでは、手と足、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速く泳いだりすること。背泳ぎ、バタフライでは、手と足、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすること。そして、100m個人メドレーを完泳し、速く泳ぐこと。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 タイム測定	4
	男女===水泳	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、自己に適した泳法の効率を高めて、泳ぐことができるようにする。クロール、平泳ぎでは、手と足、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速く泳いだりすること。背泳ぎ、バタフライでは、手と足、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすること。そして、100m個人メドレーを完泳し、速く泳ぐこと。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 タイム測定	2
8 月				

	指導内容	具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定 時数
9 月	男女===水泳	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、自己に適した泳法の効率を高めて、泳ぐことができるようにする。クロール、平泳ぎでは、手と足、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速く泳いだりすること。背泳ぎ、バタフライでは、手と足、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすること。そして、100m個人メドレーを完泳し、速く泳ぐこと。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 タイム測定	3
	男子===ソフトボール	状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防を展開すること。(6組==状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防を展開すること)主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察 ゲーム結果記録	2
	男子===バレーボール	状況に応じたボール操作や動きによって空間を作り出すなどの攻防を展開すること。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察	2
	女子===バレーボール	状況に応じたボール操作や動きによって空間を作り出すなどの攻防を展開すること。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察	2
	女子===テニス	状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防を展開すること。(6組==状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防を展開すること)。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察	2
10 月	男子===ソフトボール	状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防を展開すること。(6組==状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防を展開すること)主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察 ゲーム結果記録	3
	男子===バレーボール	状況に応じたボール操作や動きによって空間を作り出すなどの攻防を展開すること。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察	3
	女子===バレーボール	状況に応じたボール操作や動きによって空間を作り出すなどの攻防を展開すること。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察	3
	女子===テニス	状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防を展開すること。(6組==状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防を展開すること)。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察	3

	指導内容	具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定 時数
11 月	男子===ソフトボール	状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防を展開すること。(6組==状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防を展開すること)主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察 ゲーム結果記録	3
	男子===バレーボール	状況に応じたボール操作や動きによって空間を作り出すなどの攻防を展開すること。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察	4
	女子===バレーボール	状況に応じたボール操作や動きによって空間を作り出すなどの攻防を展開すること。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察	3
	女子===テニス	状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防を展開すること。(6組==状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防を展開すること)。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察	4
12 月	男子===ソフトボール	状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防を展開すること。(6組==状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防を展開すること)主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察 ゲーム結果記録	1
	男子===バレーボール	状況に応じたボール操作や動きによって空間を作り出すなどの攻防を展開すること。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察	1
	女子===バレーボール	状況に応じたボール操作や動きによって空間を作り出すなどの攻防を展開すること。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察	1
	女子===テニス	状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防を展開すること。(6組==状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防を展開すること)。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 技術観察 スキルテスト ゲーム観察	1
	男女===持久走	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、ペースの変化に対応するなどして走ること。主体的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度	1

	指導内容	具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定 時数
1 月	男女===持久走	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、ペースの変化に対応するなどして走ること。主体的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとする事、合意形成に貢献しようとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 記録測定 記録用紙記入状況	3
2 月	男女===持久走	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、ペースの変化に対応するなどして走ること。主体的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとする事、合意形成に貢献しようとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度 記録測定 記録用紙記入状況	6
3 月	男女===球技選択	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めてゲームが展開できるようにする。主体的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとする事、合意形成に貢献しようとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、ゲームの仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	授業態度	3



