

令和6年度 年間授業計画

東京都立中野工科高等学校

科目名	体育	単位数	2	担当者名	高島 清光	
対象クラス	3学年全クラス				山内 有子	
教科書 副教材等	現代高等保健体育 ステップアップ高校スポーツ 2021				三品 孝	

科目の目標	各種の運動の合理的実践を通して、運動技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにするとともに、身体の調子を整え、体力の向上を図り、公正・協力・責任などの態度を育て、生涯を通じて継続的に運動ができる資質や能力を育てる。
-------	--

学期	月	時間	単元	内容	備考（留意点など）
1 学期	4	6	<ul style="list-style-type: none"> ・オリエンテーション ・新体力テスト ・体づくり運動 ・第1期 ゴール型 ネット型 ベースボール型 ・オリパラ教育 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業の説明 ・新体力テスト ・体づくり運動 ・体育祭種目 ・第1期 種目選択 ①基礎・基本練習 ②ルール説明 ③役割分担 ④ゲーム ・障がい者スポーツについて 	<ul style="list-style-type: none"> ・各種目で評価する。 ・体力の向上と柔軟性を身に付ける。 ・運動の特性を理解し、自分の能力に適した技能を身に付ける。 ・個々の体力に合わせ目標を設定し練習を行なう。
	5	8			
	6	8			
	7	4			
2 学期	9	8	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 ・第2期 ゴール型 ネット型 ベースボール型 ・第3期 ゴール型 ネット型 ベースボール型 ・第4期 ゴール型 ネット型 ベースボール型 	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 ・第2期 種目選択 ①基礎・基本練習 ②ルール説明 ③役割分担 ④ゲーム ・第3期 種目選択 ①基礎・基本練習 ②ルール説明 ③役割分担 ④ゲーム ・第4期 種目選択 ①基礎基本練習 ②ルール説明 ③役割分担 ④ゲーム 	<ul style="list-style-type: none"> ・各種目で評価する。 ・お互い協力して練習やゲームに参加できているか。 ・集団や個人に対し健康安全に留意して運動を行なっているか。 ・個々の体力に合わせ目標を設定し練習を行なう。
	10	8			
	11	8			
	12	6			
3 学期	1	8	<ul style="list-style-type: none"> ・体育理論 ・第5期 ゴール型 ネット型 ベースボール型 	<ul style="list-style-type: none"> ・体育理論 ・第5期 種目選択 ①基礎・基本練習 ②ルール説明 ③役割分担 ④ゲーム 	<ul style="list-style-type: none"> ・各種目で評価する。 ・運動の楽しさや喜びを深く味わおうとしているか。 ・運動の練習の中で、公正・協力・責任の態度を育成する。 ・個々の体力に合わせ目標を設定し練習を行なう。
	2	6			
	3	0			

年間授業時数	70
--------	----

評価の 観点・方法	<ul style="list-style-type: none"> ・運動の楽しさや喜びを深く味わうことが出来るよう自ら進んで計画的に運動をしようとしているか。（関心・意欲・態度） ・自己の能力と運動の特性に応じた課題を目指して、運動の合理的な行い方や計画的な活動の仕方を考え、工夫しているか。（思考・判断） ・自己の能力と各種の運動の特性に応じた技能を高め、体力を高めるための運動の合理的な行い方を身につけているか。（運動技能） <p>以上のことを観点にしている。</p>
--------------	---