

都立野津田高等学校 令和 3 年度 科目(体育2年普男子3単位)年間指導計画

教科:(体育) 科目:(体育2年普男子3単位) 第 2 学年 1 組 ~ 3 組)

使用教科書 : 最新 体育・スポーツ理論 改訂版 (大修館書店)

使用教材 : 球技に必要な用具

	指導内容	科目・(体育2年普男子3単位)の具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定・時数	
4月	陸上競技 体づくり運動	<体力テスト> 体力テストの指数を向上させるために練習を行う。 (体づくり運動) ストレッチ、ペア運動等の体ほぐし運動 補強運動等の体力を高める運動	短距離、持久走、筋力測定、集団行動、ハンドボール 投げ、ペア学習	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する * 毎日の活動を課題用紙に記入して提出する。その内容を見て 評価する。	8
5月	球技	①サッカー、②バドミントン、③アルティメット、④卓球、⑤バレー	個人基礎技能、ペア基礎技術習得、チーム分解練習、 チーム戦術練習、チーム課題別学習、ゲーム、 ゲーム運営、練習計画、	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する * 毎日の活動を課題用紙に記入して提出する。その内容を見て 評価する。	10
6月	体育理論 水泳	<水泳競技> クロール、平泳ぎ、背泳ぎの練習 泳力チェック後、泳力別指導 【体育理論】スポーツの効果的な学習の仕方	ブル、キック、コンビ、グライド、ストローク、ローリング、息継ぎ、タイム測 定、長距離 【体育理論】怪我の原因、発達段階、運動観察、課題の 設定方法	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	9
7月	体育理論 水泳	<水泳競技> クロール、平泳ぎ、背泳ぎの練習 泳力チェック後、泳力別指導 【体育理論】スポーツの効果的な学習の仕方	ブル、キック、コンビ、グライド、ストローク、ローリング、息継ぎ、タイム測 定、長距離 【体育理論】怪我の原因、発達段階、運動観察、課題の 設定方法	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	5
8月					
9月	陸上	リレー走	リレー走①フォーム②バト③カーブ練習④アンカー練習⑤スタート練習 ⑥加速練習	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	8
10月	球技	①サッカー、②バドミントン、③アルティメット、④卓球、⑤バレー	個人基礎技能、ペア基礎技術習得、チーム分解練習、 チーム戦術練習、チーム課題別学習、ゲーム、 ゲーム運営、練習計画、	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	12
11月	球技	①サッカー、②バドミントン、③アルティメット、④卓球、⑤バレー	個人基礎技能、ペア基礎技術習得、チーム分解練習、 チーム戦術練習、チーム課題別学習、ゲーム、 ゲーム運営、練習計画、	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	12
12月	球技	①サッカー、②バドミントン、③アルティメット、④卓球、⑤ バレー	個人基礎技能、ペア基礎技術習得、チーム分解練習、 チーム戦術練習、チーム課題別学習、ゲーム、 ゲーム運営、練習計画、	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	8
1月	陸上競技	持久走	3キロ走	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	12
2月	陸上競技	持久走	4キロ走、インターバルトレーニング	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	12
3月	陸上競技	持久走	4キロ走、インターバルトレーニング	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	9

都立野津田高等学校 令和 3 年度 科目(体育2年普女子3単位)年間指導計画

教科:(体育) 科目:(体育2年普女子3単位) 第 2 学年 1 組 ~ 3 組)

使用教科書 : 最新 体育・スポーツ理論 改訂版 (大修館書店)

使用教材:球技に必要な用具

	指導内容	科目 体育2年普女子3単位 具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定・時数	
4月	陸上競技 休づくり運動	<体力テスト> 体力テストの指数を向上させるために練習を行う。 (休づくり運動) ストレッチ、ペア運動等の体ほぐし運動 補強運動等の体力を高める運動	短距離、持久走、筋力測定、集団行動、ハンドボール 投げ、ペア学習	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する * 毎日の活動を課題用紙に記入して提出する。その内容を見て 評価する。	8
5月	球技	①テニス、②バスケ、③ソフト、④ハンド、⑤バド	個人基礎技能、ペア基礎技術習得、チーム分解練習、 チーム戦術練習、チーム課題別学習、ゲーム、 ゲーム運営、練習計画、	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する * 毎日の活動を課題用紙に記入して提出する。その内容を見て 評価する。	10
6月	休づくり運動 水泳	<水泳競技> クロール、平泳ぎ、背泳ぎの練習 (休づくり運動) 泳力チェック後、泳力別指導 【体育理論】スポーツの効果的な学習の仕方	ブル、キック、コンビ、グライド、ストローク、ローリング、息継ぎ、タイム測 定、長距離 【体育理論】怪我の原因、発達段階、運動観察、課題の 設定方法	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	9
7月	休づくり運動 水泳 体育理論	<水泳競技> クロール、平泳ぎ、背泳ぎの練習 (休づくり運動) 泳力チェック後、泳力別指導 【体育理論】スポーツの効果的な学習の仕方	ブル、キック、コンビ、グライド、ストローク、ローリング、息継ぎ、タイム測 定、長距離 【体育理論】怪我の原因、発達段階、運動観察、課題の 設定方法	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	5
8月					
9月	陸上	リレー走	リレー走①フォーム②バトン③カーブ練習④アンカー練習⑤スタート練習⑥加速練習	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	8
10月	球技	①テニス、②バスケ、③ソフト、④ハンド、⑤バド	個人基礎技能、ペア基礎技術習得、チーム分解練習、 チーム戦術練習、チーム課題別学習、ゲーム、 ゲーム運営、練習計画、	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	12
11月	球技	①テニス、②バスケ、③ソフト、④ハンド、⑤バド	個人基礎技能、ペア基礎技術習得、チーム分解練習、 チーム戦術練習、チーム課題別学習、ゲーム、 ゲーム運営、練習計画、	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	12
12月	球技	①テニス、②バスケ、③ソフト、④ハンド、⑤バド	個人基礎技能、ペア基礎技術習得、チーム分解練習、 チーム戦術練習、チーム課題別学習、ゲーム、 ゲーム運営、練習計画、	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	8
1月	陸上競技	持久走	3キロ走、呼吸法	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	12
2月	陸上競技	持久走	4キロ走、インターバルトレーニング	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	12
3月	陸上競技	持久走	4キロ走、インターバルトレーニング	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	9

都立野津田高等学校 令和 3 年度 科目(体育2年福男子2単位)年間指導計画

教科:(体育) 科目:(体育2年福男子2単位) 第 2 学年 4 組)

使用教科書 : 最新 体育・スポーツ理論 改訂版 (大修館書店)

使用教材:球技に必要な用具

	指導内容	科目 体育2年福男子2単位 の具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定・時数	
4月	陸上競技 体づくり運動	<体力テスト> 体力テストの指数を向上させるために練習を行う。 (体づくり運動) ストレッチ、ペア運動等の体ほぐし運動 精強運動等の体力を高める運動	短距離、持久走、筋力測定、集団行動、ハンドボール 投げ、ペア学習	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する * 毎日の活動を課題用紙に記入して提出する。その内容を見て 評価する。	6
5月	球技	①サッカー、②バドミントン、③アルティメット、④卓球、⑤バレー	個人基礎技能、ペア基礎技術習得、チーム分解練習 習、チーム戦術練習、チーム課題別学習、ゲーム、 ゲーム運営、練習計画、	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する * 毎日の活動を課題用紙に記入して提出する。その内容を見て 評価する。	8
6月	体育理論 水泳	<水泳競技> クロール、平泳ぎ、背泳ぎの練習 泳力チェック後、泳力別指導 【体育理論】スポーツの効果的な学習の仕方	ブル、キック、コンビ、グライド、ストローク、ローリング、息継ぎ、タイム測 定、長距離 【体育理論】怪我の原因、発達段階、運動観察、課題の 設定方法	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	8
7月	体育理論 水泳	<水泳競技> クロール、平泳ぎ、背泳ぎの練習 泳力チェック後、泳力別指導 【体育理論】スポーツの効果的な学習の仕方	ブル、キック、コンビ、グライド、ストローク、ローリング、息継ぎ、タイム測 定、長距離 【体育理論】怪我の原因、発達段階、運動観察、課題の 設定方法	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	2
8月					
9月	陸上	リレー走	リレー走①フォーム②バトン③カーブ練習④アンカー練習⑤スタート練習 ⑥加速練習	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	6
10月	球技	①サッカー、②バドミントン、③アルティメット、④卓球、⑤バレー	個人基礎技能、ペア基礎技術習得、チーム分解練習 習、チーム戦術練習、チーム課題別学習、ゲーム、 ゲーム運営、練習計画、	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	8
11月	球技	①サッカー、②バドミントン、③アルティメット、④卓球、⑤バレー	個人基礎技能、ペア基礎技術習得、チーム分解練習 習、チーム戦術練習、チーム課題別学習、ゲーム、 ゲーム運営、練習計画、	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	8
12月	球技	①サッカー、②バドミントン、③アルティメット、④卓球、⑤バレー	個人基礎技能、ペア基礎技術習得、チーム分解練習 習、チーム戦術練習、チーム課題別学習、ゲーム、 ゲーム運営、練習計画、	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	4
1月	陸上競技	持久走	3キロ走	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	8
2月	陸上競技	持久走	4キロ走、インターバルトレーニング	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	8
3月	陸上競技	持久走	4キロ走、インターバルトレーニング	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	4

都立野津田高等学校 令和 3 年度 科目(体育2年福女子2単位)年間指導計画

教科:(体育) 科目:(体育2年福女子2単位) 第 2 学年 4 組)

使用教科書 : 最新 体育・スポーツ理論 改訂版 (大修館書店)

使用教材:球技に必要な用具

	指導内容	科目 体育2年福女子2単位 具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定・時数	
4月	陸上競技 体づくり運動	<体カテスト> 体カテストの指数を向上させるために練習を行う。 (体づくり運動) ストレッチ、ペア運動等の体ほぐし運動 補強運動等の体力を高める運動	短距離、持久走、筋力測定、集団行動、ハンドボール 投げ、ペア学習	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すでの 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する * 毎日の活動を課題用紙に記入して提出する。その内容を見て 評価する。	6
5月	球技	①テニス、②バスケ、③ソフト、④ハンド、⑤バド	個人基礎技能、ペア基礎技術習得、チーム分解練習、 チーム戦術練習、チーム課題別学習、ゲーム、 ゲーム運営、練習計画、	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すでの 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する * 毎日の活動を課題用紙に記入して提出する。その内容を見て 評価する。	8
6月	体づくり運動 水泳	<水泳競技> クロール、平泳ぎ、背泳ぎの練習 泳力チェック後、泳力別指導 【体育理論】スポーツの効果的な学習の仕方	ブル、キック、コンビ、グライド、ストローク、ローリング、息継ぎ、タイム測 定、長距離 【体育理論】怪我の原因、発達段階、運動観察、課題の 設定方法	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すでの 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	8
7月	体づくり運動 水泳 体育理論	<水泳競技> クロール、平泳ぎ、背泳ぎの練習 泳力チェック後、泳力別指導 【体育理論】スポーツの効果的な学習の仕方	ブル、キック、コンビ、グライド、ストローク、ローリング、息継ぎ、タイム測 定、長距離 【体育理論】怪我の原因、発達段階、運動観察、課題の 設定方法	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すでの 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	2
8月					
9月	陸上	リレー走	リレー走①フォーム②バトン③カーブ練習④アンカー練習⑤スタート練習⑥加速練習	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すでの 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	6
10月	球技	①テニス、②バスケ、③ソフト、④ハンド、⑤バド	個人基礎技能、ペア基礎技術習得、チーム分解練習、 チーム戦術練習、チーム課題別学習、ゲーム、 ゲーム運営、練習計画、	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すでの 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	8
11月	球技	①テニス、②バスケ、③ソフト、④ハンド、⑤バド	個人基礎技能、ペア基礎技術習得、チーム分解練習、 チーム戦術練習、チーム課題別学習、ゲーム、 ゲーム運営、練習計画、	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すでの 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	8
12月	球技	①テニス、②バスケ、③ソフト、④ハンド、⑤バド	個人基礎技能、ペア基礎技術習得、チーム分解練習、 チーム戦術練習、チーム課題別学習、ゲーム、 ゲーム運営、練習計画、	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すでの 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	4
1月	陸上競技	持久走	3キロ走、呼吸法	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すでの 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	8
2月	陸上競技	持久走	4キロ走、インターバルトレーニング	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すでの 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	8
3月	陸上競技	持久走	4キロ走、インターバルトレーニング	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すでの 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解 と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学 状況等を総合的に評価する	4

都立野津田高等学校 令和 2 年度 科目(2年保健)年間指導計画

教科:(体育) 科目:(保健) 第 2 学年 1 組 ~ 5 組)

使用教科書 : 現代高等保健体育(大修館書店)

使用教材 : 各種資料、ビデオなど

	指導内容	科目・(2年保健)の具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定・時数
4月	生涯を通じる健康	オリエンテーション 授業の受け方、年間授業計画など 思春期と健康	①健康・安全に関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとしているか。②健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断しているか。 ③健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身に付けているか。の3つの観点で評価する。 具体的には日々の授業の中での参加の様子、適宜実施される小テスト、レポートの提出状況、定期考査などから総合的に評価する。 *教科書の書き取り課題をみて評価する。	2
5月	生涯を通じる健康	性意識と性行動の選択 結婚生活と健康 妊娠・出産と健康	①健康・安全に関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとしているか。②健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断しているか。 ③健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身に付けているか。の4つの観点で評価する。 具体的には日々の授業の中での参加の様子、適宜実施される小テスト、レポートの提出状況、定期考査などから総合的に評価する。 *教科書の書き取り課題をみて評価する。	3
6月	生涯を通じる健康	妊娠・出産と健康 家族計画と人工妊娠中絶	①健康・安全に関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとしているか。②健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断しているか。 ③健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身に付けているか。の5つの観点で評価する。 具体的には日々の授業の中での参加の様子、適宜実施される小テスト、レポートの提出状況、定期考査などから総合的に評価する。	3
7月	生涯を通じる健康	加齢と健康 高齢者のための社会的取り組み	①健康・安全に関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとしているか。②健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断しているか。 ③健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身に付けているか。の4つの観点で評価する。 具体的には日々の授業の中での参加の様子、適宜実施される小テスト、レポートの提出状況、定期考査などから総合的に評価する。	3
8月				
9月	生涯を通じる健康	保健制度とその活用 医療制度とその活用 医薬品と健康	①健康・安全に関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとしているか。②健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断しているか。 ③健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身に付けているか。の8つの観点で評価する。 具体的には日々の授業の中での参加の様子、適宜実施される小テスト、レポートの提出状況、定期考査などから総合的に評価する。	3
10月	生涯を通じる健康	医薬品と健康 さまざまな保健活動や対策 大気汚染と健康	①健康・安全に関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとしているか。②健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断しているか。 ③健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身に付けているか。の9つの観点で評価する。 具体的には日々の授業の中での参加の様子、適宜実施される小テスト、レポートの提出状況、定期考査などから総合的に評価する。	3
11月	生涯を通じる健康	大気汚染と健康 水質汚濁・土壌汚染と健康 健康被害の防止と環境対策	①健康・安全に関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとしているか。②健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断しているか。 ③健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身に付けているか。の10つの観点で評価する。 具体的には日々の授業の中での参加の様子、適宜実施される小テスト、レポートの提出状況、定期考査などから総合的に評価する。	4
12月	生涯を通じる健康	環境衛生活動のしくみと働き 食品衛生活動のしくみと働き	①健康・安全に関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとしているか。②健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断しているか。 ③健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身に付けているか。の11つの観点で評価する。 具体的には日々の授業の中での参加の様子、適宜実施される小テスト、レポートの提出状況、定期考査などから総合的に評価する。	3
1月	生涯を通じる健康	食品衛生活動のしくみと働き 働くことと健康	①健康・安全に関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとしているか。②健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断しているか。 ③健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身に付けているか。の12つの観点で評価する。 具体的には日々の授業の中での参加の様子、適宜実施される小テスト、レポートの提出状況、定期考査などから総合的に評価する。	4
2月	生涯を通じる健康	働くことと健康 労働災害と健康	①健康・安全に関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとしているか。②健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断しているか。 ③健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身に付けているか。の13つの観点で評価する。 具体的には日々の授業の中での参加の様子、適宜実施される小テスト、レポートの提出状況、定期考査などから総合的に評価する。	4
3月	生涯を通じる健康	健康的な職業生活	①健康・安全に関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとしているか。②健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断しているか。 ③健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身に付けているか。の14つの観点で評価する。 具体的には日々の授業の中での参加の様子、適宜実施される小テスト、レポートの提出状況、定期考査などから総合的に評価する。	3

都立野津田高等学校 令和 2 年度 科目(2年スポーツ I)年間指導計画

教科:(体育) 科目:(2年スポーツ I) 第 2 学年 5 組)

使用教科書 : 体育・スポーツ理論 改訂版 (大修館書店)

使用教材 : マット、ロイター板、エヴァーマット、高跳びバー、円盤、メジャー、ストップウォッチなど

	指導内容	科目・(2年スポーツ I)の具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定・時数	
4月	スポーツテスト	<スポーツテスト> スポーツテストの指数を向上させるために練習を行う。	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する * 毎日の活動を課題用紙に記入して提出する。その内容を見て評価する。	2	
5月	水泳	<水泳競技> クロール、平泳ぎ、背泳ぎの練習 泳力チェック後、泳力別指導	ブル、キック、コンビ、グライド、ストローク、ローリング、息継ぎ、タイム測定、長距離 【体育理論】怪我の原因、発達段階、運動観察、課題の設定方法	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する * 毎日の活動を課題用紙に記入して提出する。その内容を見て評価する。	4
6月	水泳	<水泳競技> クロール、平泳ぎ、背泳ぎの練習 泳力チェック後、泳力別指導	ブル、キック、コンビ、グライド、ストローク、ローリング、息継ぎ、タイム測定、長距離 【体育理論】怪我の原因、発達段階、運動観察、課題の設定方法	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
7月	水泳	<水泳競技> クロール、平泳ぎ、背泳ぎの練習 泳力チェック後、泳力別指導		(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	1
8月				0	
9月	陸上競技	<陸上競技> 走り高跳び、幅とび、やり投げ、砲丸投げ、円盤投げのフォームなど理論を学びより良い記録を出す。 記録計測が正しく出来るようになる。		(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
10月	陸上競技	<陸上競技> 走り高跳び、幅とび、やり投げ、砲丸投げ、円盤投げのフォームなど理論を学びより良い記録を出す。 記録計測が正しく出来るようになる。		(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
11月	陸上競技	<陸上競技> 走り高跳び、幅とび、やり投げ、砲丸投げ、円盤投げのフォームなど理論を学びより良い記録を出す。 記録計測が正しく出来るようになる。		(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
12月	陸上競技	<陸上競技> 走り高跳び、幅とび、やり投げ、砲丸投げ、円盤投げのフォームなど理論を学びより良い記録を出す。 記録計測が正しく出来るようになる。		(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	1
1月	陸上競技	<陸上競技> 走り高跳び、幅とび、やり投げ、砲丸投げ、円盤投げのフォームなど理論を学びより良い記録を出す。 記録計測が正しく出来るようになる。		(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
2月	陸上競技	<陸上競技> 走り高跳び、幅とび、やり投げ、砲丸投げ、円盤投げのフォームなど理論を学びより良い記録を出す。 記録計測が正しく出来るようになる。		(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
3月	陸上競技	<陸上競技> 走り高跳び、幅とび、やり投げ、砲丸投げ、円盤投げのフォームなど理論を学びより良い記録を出す。 記録計測が正しく出来るようになる。		(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	3

都立野津田高等学校 令和 2 年度 科目(2年スポーツⅡ)年間指導計画

教科:(体育) 科目:(2年スポーツⅡ) 第 2 学年 5 組)

使用教科書 : 最新 体育・スポーツ理論 改訂版 (大修館書店)

使用教材 : 各種ボール、ゴール、ネット、ラケット、コーン、ホイッスルなど

	指導内容	科目・(2年スポーツⅡ)の具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定・時数
4月	球技(ソフトボール、サッカー、BASKETBALL)	<p><ソフトボール> ・基本技術の確認 キャッチボール 捕球練習(ゴローフライ) 打撃練習(素振り・トス・フリー)</p>	<p>(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い 方の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する</p> <p>* 毎日の活動を課題用紙に記入して提出する。その内容を見て 評価する。</p>	6
5月	球技(ソフトボール、サッカー、BASKETBALL)	<p>・応用練習 シートノック ・ゲーム ゲームバッティング (審判を含む)</p> <p><サッカー> トラップ、シュート、アウトナンバー、リフティング、ドリブル、試合</p> <p><バスケットボール> 基礎的ボールコントロール、オフェンス練習、ディフェンス練習、アウトナンバー 基礎的な技能を生かしてのゲーム及び審判法を学ぶ</p>	<p>(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い 方の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する</p> <p>* 毎日の活動を課題用紙に記入して提出する。その内容を見て 評価する。</p>	8
6月	球技(ソフトボール、サッカー、BASKETBALL)	<p><バスケットボール> 基礎的ボールコントロール、オフェンス練習、ディフェンス練習、アウトナンバー 基礎的な技能を生かしてのゲーム及び審判法を学ぶ</p>	<p>(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い 方の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する</p>	8
7月	球技(ソフトボール、サッカー、BASKETBALL)	<p><ソフトボール> ・基本技術の確認 キャッチボール 捕球練習(ゴローフライ) 打撃練習(素振り・トス・フリー)</p>	<p>(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い 方の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する</p>	4
8月		<p>・応用練習 シートノック ・ゲーム ゲームバッティング (審判を含む)</p> <p><サッカー> トラップ、シュート、アウトナンバー、リフティング、ドリブル、試合</p> <p><バスケットボール> 基礎的ボールコントロール、オフェンス練習、ディフェンス練習、アウトナンバー 基礎的な技能を生かしてのゲーム及び審判法を学ぶ</p>		
9月	球技(ソフトボール、サッカー、BASKETBALL)	<p><バスケットボール> 基礎的ボールコントロール、オフェンス練習、ディフェンス練習、アウトナンバー 基礎的な技能を生かしてのゲーム及び審判法を学ぶ</p>	<p>(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い 方の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する</p>	8
10月	球技(ソフトボール、サッカー、BASKETBALL)	<p><ソフトボール> ・基本技術の確認 キャッチボール 捕球練習(ゴローフライ) 打撃練習(素振り・トス・フリー)</p>	<p>(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い 方の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する</p>	8
11月	球技(ソフトボール、サッカー、BASKETBALL)	<p>・応用練習 シートノック ・ゲーム ゲームバッティング (審判を含む)</p> <p><バドミントン> ストロークの練習 2人組でのラリー フォアハンド バックハンド</p> <p>サーブ ロングハイサーブ ショートサーブ</p> <p>基礎的な技能を生かしてのゲーム及び審判法を学ぶ</p>	<p>(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い 方の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する</p>	8
12月	球技(ソフトボール、サッカー、BASKETBALL)	<p><タグラグビー> 基礎的ボールコントロール、オフェンス練習、ディフェンス練習 基礎的な技能を生かしてのゲーム及び審判法を学ぶ</p>	<p>(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い 方の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する</p>	4
1月	球技(ソフトボール、サッカー、BASKETBALL)	<p><ソフトボール> ・基本技術の確認 キャッチボール 捕球練習(ゴローフライ) 打撃練習(素振り・トス・フリー)</p>	<p>(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い 方の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する</p>	6
2月	球技(ソフトボール、サッカー、BASKETBALL)	<p>・応用練習 シートノック ・ゲーム ゲームバッティング (審判を含む)</p> <p><サッカー> トラップ、シュート、アウトナンバー、リフティング、ドリブル、試合</p> <p><バスケットボール> 基礎的ボールコントロール、オフェンス練習、ディフェンス練習、アウトナンバー 基礎的な技能を生かしてのゲーム及び審判法を学ぶ</p>	<p>(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い 方の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する</p>	6
3月	球技(ソフトボール、サッカー、BASKETBALL)	<p><バスケットボール> 基礎的ボールコントロール、オフェンス練習、ディフェンス練習、アウトナンバー 基礎的な技能を生かしてのゲーム及び審判法を学ぶ</p>	<p>(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い 方の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する</p>	4

都立野津田高等学校 令和 2 年度 科目(2年スポーツⅢ)年間指導計画

教科:(体育) 科目:(2年スポーツⅢ) 第 2 学年 5 組)

使用教科書 : 最新 体育・スポーツ理論 改訂版 (大修館書店)

使用教材 : 打ち込みマット、ホイッスルなど

	指導内容	科目 2年スポーツⅢ 具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定・時数
4月	柔道,剣道	<柔道> 受け身の習得 <剣道>素振り、防具のつけ方、構え、すり足、蹲踞	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の 理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する * 毎日の活動を課題用紙に記入して提出する。その内容を見て 評価する。	2
5月	柔道,剣道	<柔道> 受け身の習得 投げ技(手技・腰技・足技) <剣道>素振り、防具のつけ方、構え、すり足、蹲踞	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の 理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する * 毎日の活動を課題用紙に記入して提出する。その内容を見て 評価する。	4
6月	柔道,剣道	<柔道> 受け身の習得 投げ技(手技・腰技・足技) <剣道>素振り、防具のつけ方、構え、すり足、蹲踞、切り返し	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の 理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する	4
7月	柔道,剣道	<柔道> 受け身の習得 投げ技(手技・腰技・足技) <剣道>素振り、防具のつけ方、構え、すり足、蹲踞、切り返し	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の 理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する	1
8月				
9月	柔道,剣道	<柔道>固め技、投げ技 <剣道>切り返し、二段の技、払い技	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の 理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する	4
10月	柔道,剣道	<柔道>固め技、投げ技 <剣道>二段の技、払い技、出ばな技、試合	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の 理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する	4
11月	柔道,剣道	<柔道>固め技、投げ技、試合 <剣道>二段の技、払い技、出ばな技、試合	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の 理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する	4
12月	柔道,剣道	<柔道>固め技、投げ技、試合 <剣道>	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の 理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する	1
1月	柔道,剣道	<柔道>固め技、投げ技、試合 <剣道>二段の技、払い技、出ばな技、試合	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の 理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する	4
2月	柔道,剣道	<柔道>固め技、投げ技、試合 <剣道>二段の技、払い技、出ばな技、試合	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の 理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する	4
3月	柔道,剣道	<柔道>固め技、投げ技、試合 <剣道>二段の技、払い技、出ばな技、試合	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す 思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の 理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する	3

都立野津田高等学校 令和 3 年度 科目(2年スポーツⅣ)年間指導計画

教科:(体育) 科目:(2年スポーツⅣ) 第 2 学年 5 組)

使用教科書 : 最新 体育・スポーツ理論 改訂版 (大修館書店)

使用教材 : 音源デッキ、太鼓、布など

	指導内容	科目・(2年スポーツⅣ)の具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定・時数
4月	ダンス	オリエンテーション ウォーミングアップとストレッチング 基本運動 ・歩く、走る、とぶ ・回る、バランス、転がる ・ねじる、振る、回る、屈伸 ・基本動作の連続 ・発表 各種の体ほぐし運動	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行為の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する * 毎日の活動を課題用紙に記入して提出する。その内容を見て評価する。	2
5月	ダンス	オリエンテーション ウォーミングアップとストレッチング 基本運動 ・歩く、走る、とぶ ・回る、バランス、転がる ・ねじる、振る、回る、屈伸 ・基本動作の連続 ・発表 各種の体ほぐし運動	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行為の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する * 毎日の活動を課題用紙に記入して提出する。その内容を見て評価する。	4
6月	ダンス 水泳競技	<ダンス> ウォーミングアップとストレッチング 基本運動 ・歩く、走る、とぶ ・回る、バランス、転がる ・ねじる、振る、回る、屈伸 ・基本動作の連続 ・発表 各種の体ほぐし運動 <水泳競技> 個人メドレーを正しい泳法で泳げるようになる。記録・計測	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行為の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
7月	ダンス 水泳競技	<ダンス> ウォーミングアップとストレッチング 基本運動 ・歩く、走る、とぶ ・回る、バランス、転がる ・ねじる、振る、回る、屈伸 ・基本動作の連続 ・発表 各種の体ほぐし運動 <水泳競技> 個人メドレーを正しい泳法で泳げるようになる。記録・計測	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行為の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	1
8月				
9月	ダンス 水泳競技	<ダンス> ウォーミングアップとストレッチング 基本運動 ・歩く、走る、とぶ ・回る、バランス、転がる ・ねじる、振る、回る、屈伸 ・基本動作の連続 ・発表 各種の体ほぐし運動 <水泳競技> 個人メドレーを正しい泳法で泳げるようになる。記録・計測	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行為の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
10月	ダンス	オリエンテーション ウォーミングアップとストレッチング 基本運動 ・歩く、走る、とぶ ・回る、バランス、転がる ・ねじる、振る、回る、屈伸 ・基本動作の連続 ・発表 各種の体ほぐし運動	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行為の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
11月	ダンス	オリエンテーション ウォーミングアップとストレッチング 基本運動 ・歩く、走る、とぶ ・回る、バランス、転がる ・ねじる、振る、回る、屈伸 ・基本動作の連続 ・発表 各種の体ほぐし運動	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行為の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
12月	ダンス	オリエンテーション ウォーミングアップとストレッチング 基本運動 ・歩く、走る、とぶ ・回る、バランス、転がる ・ねじる、振る、回る、屈伸 ・基本動作の連続 ・発表 各種の体ほぐし運動	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行為の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	1
1月	ダンス	オリエンテーション ウォーミングアップとストレッチング 基本運動 ・歩く、走る、とぶ ・回る、バランス、転がる ・ねじる、振る、回る、屈伸 ・基本動作の連続 ・発表 各種の体ほぐし運動	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行為の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
2月	ダンス	オリエンテーション ウォーミングアップとストレッチング 基本運動 ・歩く、走る、とぶ ・回る、バランス、転がる ・ねじる、振る、回る、屈伸 ・基本動作の連続 ・発表 各種の体ほぐし運動	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行為の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
3月	ダンス	オリエンテーション ウォーミングアップとストレッチング 基本運動 ・歩く、走る、とぶ ・回る、バランス、転がる ・ねじる、振る、回る、屈伸 ・基本動作の連続 ・発表 各種の体ほぐし運動	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行為の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	3

都立野津田高等学校 令和 3 年度 科目(2年スポーツVI)年間指導計画

教科:(体育) 科目:(2年スポーツVI) 第 2 学年 5 組)

使用教科書 : 最新 体育・スポーツ理論 改訂版 (大修館書店)

使用教材 : 縄跳び、ボール、ダンベル、ホイッスルなど

	指導内容	科目・(2年スポーツVI)の具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定・ 時数
4月	体ほぐしの運動 体力を高める運動	集団行動(隊列の変形、行進) 各種ストレッチング(1学年の体育理論で学んだ筋を意識させる)	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方 の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する * 毎日の活動を課題用紙に記入して提出する。その内容を見て 評価する。	2
5月	体ほぐしの運動 体力を高める運動	集団行動(隊列の変形、行進) 各種ストレッチング(2学年の体育理論で学んだ筋を意識させる)	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方 の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する * 毎日の活動を課題用紙に記入して提出する。その内容を見て 評価する。	3
6月	体ほぐしの運動 体力を高める運動	野外レクリエーション(体を使った表現の工夫) 自然環境の中での各種運動	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方 の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する	4
7月	体ほぐしの運動 体力を高める運動	野外レクリエーション(体を使った表現の工夫) 自然環境の中での各種運動	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方 の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する	1
8月				
9月	体ほぐしの運動 体力を高める運動	野外レクリエーション(体を使った表現の工夫) 自然環境の中での各種運動	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方 の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する	4
10月	陸上競技 体操競技(床運動)	集団行動 各種ストレッチング(腰痛に対する股関節周囲筋や、膝関節痛に対する大腿四頭筋やハムストリングス といった、障害予防との関連を意識させる)	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方 の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する	4
11月	陸上競技 体操競技(床運動)	集団行動 各種ストレッチング(腰痛に対する股関節周囲筋や、膝関節痛に対する大腿四頭筋やハムストリングス といった、障害予防との関連を意識させる)	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方 の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する	4
12月	陸上競技 体操競技(床運動)	集団行動 各種ストレッチング(腰痛に対する股関節周囲筋や、膝関節痛に対する大腿四頭筋やハムストリングス といった、障害予防との関連を意識させる)	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方 の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する	1
1月	陸上競技 体操競技(床運動)	ウエイトトレーニング	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方 の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する	4
2月	陸上競技 体操競技(床運動)	ウエイトトレーニング	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方 の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する	4
3月	陸上競技 体操競技(床運動)	ウエイトトレーニング	(観点)○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す しての思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方 の理解と知識 (方法)○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅 刻・見学状況等を総合的に評価する	3

都立野津田高等学校 令和 3 年度 科目(2年スポーツ概論)年間指導計画

教科:(体育) 科目:(2年スポーツ概論) 第 2 学年 5 組)

使用教科書 : 最新 体育・スポーツ理論 改訂版(大修館書店)

使用教材 : 各種資料、ビデオなど

	指導内容	科目・(2年スポーツ概論)の具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定・時数
4月	体カトレーニングの内容と行い方	体カトレーニングの分類 運動技能の構造と練習方法	(観点) ○課題に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す の思考・判断○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○課題の取り組み、内容、提出を総合的に評価する	2
5月	体カトレーニングの内容と行い方	運動時の生理的変化	(観点) ○課題に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す の思考・判断○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○課題の取り組み、内容、提出を総合的に評価する	4
6月	運動技能の構造と運動の学び方	熱中症発症のメカニズムと効果的な水分補給	(観点) ○課題に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す の思考・判断○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○筆記及び実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・ 遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
7月	運動技能の構造と運動の学び方	熱中症発症のメカニズムと効果的な水分補給	(観点) ○課題に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す の思考・判断○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○筆記及び実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・ 遅刻・見学状況等を総合的に評価する	1
8月				
9月	運動と安全	運動と栄養	(観点) ○課題に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す の思考・判断○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○筆記及び実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・ 遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
10月	運動と安全	心身相関 メンタルトレーニング	(観点) ○課題に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す の思考・判断○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○筆記及び実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・ 遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
11月	体カテストの分析	自己の体カテストを分析し、体カトレーニングの計画を作成する。	(観点) ○課題に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す の思考・判断○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○筆記及び実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・ 遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
12月	社会の変化と体育・スポーツ	スポーツの歴史、ドーピング問題 社会とスポーツ、生涯スポーツ	(観点) ○課題に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す の思考・判断○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○筆記及び実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・ 遅刻・見学状況等を総合的に評価する	1
1月	体育・スポーツの運営管理	スポーツに関する職種に関する調べ学習と発表	(観点) ○課題に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す の思考・判断○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○筆記及び実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・ 遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
2月	体育・スポーツの運営管理	スポーツに関する職種に関する調べ学習と発表	(観点) ○課題に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す の思考・判断○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○筆記及び実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・ 遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
3月	体育・スポーツの運営管理	スポーツに関する職種に関する調べ学習と発表	(観点) ○課題に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指す の思考・判断○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○筆記及び実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・ 遅刻・見学状況等を総合的に評価する	3

都立野津田高等学校 令和 3 年度 科目(スポーツ総合演習)年間指導計画

教科:(体育) 科目:(スポーツ総合演習) 第 2 学年 5 組

使用教科書 : 最新 体育・スポーツ理論 改訂版 (大修館書店)、アクティブスポーツ 総合版 (大修館書店)

使用教材 : ボール、ラケット、シャトル、ホイッスルなど

	指導内容	科目・(スポーツ総合演習)の具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定・時数
4月	コーチング理論・実践	スポーツの意義と価値について深めさせる。 ・文化としてのスポーツ(スポーツとはなにか) ・スポーツの集団と組織(チームとは・クラブとは・アソシエーションとは) ・専攻スポーツについて	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する ＊毎日の活動を課題用紙に記入して提出する。その内容を見て評価する。	2
5月	コーチング理論・実践	スポーツの意義と価値について深めさせる。 ・文化としてのスポーツ(スポーツとはなにか) ・スポーツの集団と組織(チームとは・クラブとは・アソシエーションとは) ・専攻スポーツについて	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する ＊毎日の活動を課題用紙に記入して提出する。その内容を見て評価する。	4
6月	コーチング理論・実践	スポーツの意義と価値について深めさせる。 ・文化としてのスポーツ(スポーツとはなにか) ・スポーツの集団と組織(チームとは・クラブとは・アソシエーションとは) ・専攻スポーツについて	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
7月	コーチング理論・実践	スポーツの意義と価値について深めさせる。 ・文化としてのスポーツ(スポーツとはなにか) ・スポーツの集団と組織(チームとは・クラブとは・アソシエーションとは) ・専攻スポーツについて	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	1
8月				
9月	コーチング理論・実践	スポーツコーチングについて理解を深めさせる。 ・専攻スポーツについて ・コーチング法について ・トレーニングプランの作成 ・トレーニングにおけるコーチング実践	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
10月	コーチング理論・実践	スポーツコーチングについて理解を深めさせる。 ・専攻スポーツについて ・コーチング法について ・トレーニングプランの作成 ・トレーニングにおけるコーチング実践	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
11月	コーチング理論・実践	スポーツコーチングについて理解を深めさせる。 ・専攻スポーツについて ・コーチング法について ・トレーニングプランの作成 ・トレーニングにおけるコーチング実践	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
12月	コーチング理論・実践	スポーツコーチングについて理解を深めさせる。 ・専攻スポーツについて ・コーチング法について ・トレーニングプランの作成 ・トレーニングにおけるコーチング実践	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	1
1月	コーチング理論・実践	スポーツコーチングについて理解を深めさせる。 ・専攻スポーツについて ・コーチング法について ・トレーニングプランの作成 ・トレーニングにおけるコーチング実践	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
2月	コーチング理論・実践	スポーツコーチングについて理解を深めさせる。 ・専攻スポーツについて ・コーチング法について ・トレーニングプランの作成 ・トレーニングにおけるコーチング実践	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	4
3月	コーチング理論・実践	スポーツコーチングについて理解を深めさせる。 ・専攻スポーツについて ・コーチング法について ・トレーニングプランの作成 ・トレーニングにおけるコーチング実践	(観点) ○運動に取り組む関心・意欲・態度 ○課題の解決を目指すための思考・判断○運動の技能○運動の特性と合理的な行い方の理解と知識 (方法) ○実技試験と授業中の取り組み、課題の提出、出席・遅刻・見学状況等を総合的に評価する	3