

東京都立大江戸高等学校 令和5年度 保健体育科 年間授業計画

- 1 科目名 体育 2 講座名(単位数) 体育3年(3単位)  
 3 教科担当者 相川 敬子・葦澤 絵美・鹿島 美砂・都築 泰光・小嶋 駿輝・杉山 秀樹・井上 浩一・山井 秀臣  
 4 使用教科書・教材 『現代高等保健体育 改訂版』(大修館)  
 5 授業計画

学期	月	単元及び指導内容	具体的な指導目標	評価の観点	予定時数
1 学 期	4	○オリエンテーション ○体づくり運動 ○体育祭種目練習 ○球技(種目選択)	○授業への取り組みについて理解させる。 ○体ほぐし運動や体力を高める運動を通じて、自己や仲間の心や体に気付くことができるようにする。	<評価の観点> 【知識・技能】 ○体力の高め方や課題解決方法を理解することができる。 ○生涯にわたる豊かなスポーツライフの継続に向け、多様なかわり方を身につけることができる。 【思考・判断・表現】 ○自己や仲間の課題を発見し、解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、考えを他者に伝えることができる。	6
	5	バスケットボール・バレーボール・フットサル・卓球・バドミントン・テニス	○各種目の個人技能の習得を目指す。 ○各種目の運動の特性に興味を持ち、楽しさや喜びを味わい、進んで取り組めるようにする。		12
	6	○レクリエーションスポーツ ○体育理論 ○水泳・トレーニング 基本4泳法 個人メドレー	○各種目の特性を理解し、楽しみながら進んで取り組めるようにする。 ○水泳において、4泳法の基本的技能を身に付け、個人メドレーの完泳を目指す。		12
	7	各種トレーニング	○トレーニングにおいて、各自の体力向上に努めさせる。		9
2 学 期	9	○水泳・トレーニング 遠泳(時間泳) 各種トレーニング ○球技(種目選択)	○水泳において、速く、長く泳ぐことができるようにする。 ○トレーニングにおいて、各自の体力を自覚し、更なる向上を目指す。	【主体的に学習に取り組む態度】 ○実技や話し合いに、主体的に取り組むことができる。 ○相手を尊重し、ルールやマナーを大切にすることができる。 <評価方法> ○出席状況と授業への取り組み態度を総合的に判断する。 ○運動経験の有無にかかわらず、技能の習得に向け、上達を目指しているかで判断する。	12
	10	バスケットボール・バレーボール・フットサル・卓球・バドミントン・テニス	○各種目において、集団的技能を理解し、積極的に取り組ませる。 ○ゲーム、試合、グループ発表等において、協力し、公正な運営ができるようにする。		9
	11	○レクリエーションスポーツ ○体育理論	○スポーツライフや日本のスポーツ振興について理解し、生涯を通じてスポーツに取り組めるようにする。		12
	12	○持久走・トレーニング	○校舎外周の12分間走で、各自のペースを自覚し、意欲的に記録の向上を目指す。		9
3 学 期	1	○持久走・トレーニング	○校舎外周の12分間走で、各自のペースを自覚し、意欲的に記録の向上を目指す。	9	
	2	○レクリエーションスポーツ	○持久走に必要な体力を分析し、高めるためのトレーニングを考え実践できるようにする。	9	
	3		○各種目の特性を理解し、楽しみながら進んで取り組めるようにする。	6	
予定時数計					105