

# 年間指導計画

| 教科<br>保健体育                      |    | 科目<br>体育  |                                  | 履修対象年次<br>1                              | 単位数<br>2                                      |
|---------------------------------|----|---|----------------------------------|--|---|
| 科目担当者 野島哲治 中馬陽介 森田理子 大瀧ゆかり 君島達也 |    |   |                                  |  |   |
| 身に付けられる力                        |    | 運動の知識・技能を深め、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力。公正、協力、責任、参画に対する意欲。<br>生涯にわたって充実したスポーツライフを継続する資質、能力。 |                                  |  |   |
| 学期                              | 月  | 授業<br>時数  | 単元名                              | 学習活動                                     | 身に付けられる力                                      |
| 1<br>学期                         | 4  | 4   | オリエンテーション<br>青総体操                | プリントを基に3年間の体育授業の留意点の説明<br>準備体操である青総体操の実践 | 状況判断および危険回避能力<br>規範意識                         |
|                                 | 5  | 8   | 体育理論<br>集団行動<br>陸上競技             | 男女合同での集団行動の実践<br>50m、1000m、1500m走        | 安全に能率よく活動できる能力<br>集団の中での共通のルールや行動を<br>身に着ける態度 |
|                                 | 6  | 8   | 体育理論<br>水泳                       | クロール（自由形）<br>ブレスト（平泳ぎ）                   | 泳法および泳力                                       |
|                                 | 7  | 4   | 水泳                               | クロール（自由形）<br>ブレスト（平泳ぎ）                   | 泳法および泳力                                       |
|                                 | 8  |   |                                  |  |   |
| 2<br>学期                         | 9  | 6   | 体育理論<br>体育祭練習                    | 個人および集団での競技の確認と実践                        | 協調性および状況判断能力                                  |
|                                 | 10 | 8   | 体育理論<br>剣道・サッカー<br>ソフトボール・バレーボール | 各種目の基本動作から応用動作                           | 各種目の技巧的能力および研究、工夫する能力                         |
|                                 | 11 | 8   | 剣道・サッカー<br>ソフトボール・バレーボール         | 各種目の基本動作から応用動作                           | 各種目の技巧的能力および研究、工夫する能力                         |
|                                 | 12 | 6   | 体育理論<br>持久走                      | 20分間走                                    | 気力および全身持久力                                    |
| 3<br>学期                         | 1  | 6   | 持久走                              | 20分間走                                    | 気力および全身持久力                                    |
|                                 | 2  | 8   | 持久走<br>体育理論<br>ソフトボール、バスケットボール   | マラソン大会<br>各種目の基本動作                       | 諦めない意識<br>各種目の技巧的能力および研究、工夫する能力               |
|                                 | 3  | 4   |                                  |  |   |
| 合計時数                            |    | 70  |                                  |  |   |
| 教科書<br>副教材                      |    | 大修館 現代高等保健体育  |                                  |  |   |
| 評価の観点・方法                        |    | 実技点75%、出席点25%、  |                                  |  |   |
| 履修上の注意点                         |    | 健康状態に留意し、無理をしない。また、他の生命を尊重する意識を持つ。  |                                  |  |   |
| 特記事項等                           |    | なし  |                                  |  |   |