

都立世田谷総合高校 令和5年度 年間授業計画

教科・科目(単位数)	保健体育・体育(3単位)
対象年次	3年次
使用教科書	現代高等保健体育(大修館書店)
使用副教材	ステップアップ 高校スポーツ(大修館書店)
科目担当	

		指導内容 【年間授業計画】	具体的な指導目標 【年間授業計画】	評価の観点 方法	予定 時数
1 学期	4 月	スポーツテスト・体づくり運動(体育祭の練習)	<ul style="list-style-type: none"> 自分の体力・運動能力の状態を理解する。 柔軟性を高める運動について理解し、行う。 持久力を高める運動について理解し、行う。 筋力を高める運動について理解し、行う。 	関心・意欲・態度、体育的な見方や考え方・技能/スポーツテストの成績と授業の取り組み等の平常点を勘案する	3
		ソフトボール(男)	<ul style="list-style-type: none"> 身体全体を使い、スピードの変化に合わせてボールをとらえることが出来るようになる。 仲間の走者の動きに合わせて、塁を進んだり戻ったりすることができるようになる。 		3
		バドミントン(女)	<ul style="list-style-type: none"> 相手の動きや、返球に応じたシャトル操作ができるようになる。 様々な攻撃の方法を身につける。 		3
1 学期	5 月	体づくり運動(体育祭の練習)	<ul style="list-style-type: none"> 柔軟性を高める運動について理解し、行う。 筋力を高める運動について理解し、行う。 持久力を高める運動について理解し、行う。 巧緻性を高める運動について理解し、行う。 		5
		ソフトボール(男)	<ul style="list-style-type: none"> 身体全体を使い、スピードの変化に合わせてボールをとらえることが出来るようになる。 審判を含め、試合の運営ができるようになる。 		3
		バドミントン(女)	<ul style="list-style-type: none"> 相手の動きや、返球に応じたシャトル操作ができるようになる。 審判を含め、シングルス、ダブルスの試合の運営ができるようになる。 		3
1 学期	6 月	ソフトボール(男)	<ul style="list-style-type: none"> 審判を含め、試合の運営ができるようになる。 		2
		バドミントン(女)	<ul style="list-style-type: none"> 審判を含め、シングルス、ダブルスの試合の運営ができるようになる。 		2
		水泳(男女)	<ul style="list-style-type: none"> 水泳の特性について理解する。 バタフライを習得する。 		3
		アルティメット(男女)	<ul style="list-style-type: none"> ディスクの扱いに慣れる。 スローのコントロールを高め、飛距離を伸ばすことができるようになる。 		3
1 学期	7 月	水泳(男女)	<ul style="list-style-type: none"> 個人メドレーができるようになる。 		1
		アルティメット(男女)	<ul style="list-style-type: none"> 簡易ゲームを楽しめるようになる。 スローのコントロールを高め、飛距離を伸ばすことができるようになる。 		1
		種目選択授業(バレー、バスケット、テニス、バドミントン、サッカーから4種目設定)	<ul style="list-style-type: none"> 選択ノートの記入等、授業形態を理解する。 各種目の基礎技術を互いに教え合うことができる。 		2
2 学期	9 月	種目選択授業(バレー、バスケット、テニス、バドミントン、サッカーから4種目設定)	<ul style="list-style-type: none"> 各種目の練習計画を作成できるようにする。 各種目の練習を行うことが出来るようにする。 		5
			<ul style="list-style-type: none"> 各種目のゲーム及び審判が出来るようにする。 		
		アルティメット(男)	<ul style="list-style-type: none"> ゲームの中で、止まって受ける場合とスペースで受ける場合を適切に使い分けられるようになる。 		4
		バレーボール(女)	<ul style="list-style-type: none"> チャンスボールを3段攻撃につなげられるようになる。 ドライブ回転のスパイクが打てるようになる。 		4
		テニス(女)	<ul style="list-style-type: none"> ストローク、ボレー、サーブの確実性を身につける。 ラリーの中で、空いているコースに打てるようになる。 		4

		指導内容 【年間授業計画】	具体的な指導目標 【年間授業計画】	評価の観点 方法	予定 時数	
2 学 期	1 0 月	種目選択授業（バレー、バスケット、テニス、バドミントン、サッカーから4種目設定）	<ul style="list-style-type: none"> ・各種目の練習計画を作成できるようにする。 ・各種目の練習を行うことが出来るようにする。 	関心・意欲・態度、体育的な見方や考え方・技能/実技試験の成績と選択ノートの記入状況、協力して授業に取り組む等を勘案して評価する	5	
			<ul style="list-style-type: none"> ・各種目のゲーム及び審判が出来るようにする。 			
		ハンドボール（男）	<ul style="list-style-type: none"> ・ボールに慣れる。 ・動きながらのキャッチ&スローが確実にできるようになる。 		3	
		バレーボール（女）	<ul style="list-style-type: none"> ・ポジションを意識したゲームができるようになる。 		3	
	テニス（女）	<ul style="list-style-type: none"> ・ゲームの中で、空いているコースに打てるようになる。 ・効果的にボレーを使えるようになる。 	3			
2 学 期	1 1 月	種目選択授業（バレー、バスケット、テニス、バドミントン、サッカーから4種目設定）	<ul style="list-style-type: none"> ・各種目の練習計画を作成できるようにする。 ・各種目の練習を行うことが出来るようにする。 			7
			<ul style="list-style-type: none"> ・各種目のゲーム及び審判が出来るようにする。 			
		ハンドボール（男）	<ul style="list-style-type: none"> ・積極的にシュートを打てるようになる。 ・自陣で守備隊形を作り相手の攻撃に対応できるようになる。 		4	
		テニス（女）	<ul style="list-style-type: none"> ・ストローク、ボレー、サーブの確実性を身につける。 ・ラリーの中で、空いているコースに打てるようになる。 		4	
	バレーボール（女）	<ul style="list-style-type: none"> ・チャンスボールを3段攻撃につなげられるようになる。 ・ドライブ回転のスパイクが打てるようになる。 	4			
2 学 期	1 2 月	種目選択授業（バレー、バスケット、テニス、バドミントン、サッカーから4種目設定）	<ul style="list-style-type: none"> ・各種目の練習計画を作成できるようにする。 ・各種目の練習を行うことが出来るようにする。 			4
			<ul style="list-style-type: none"> ・各種目のゲーム及び審判が出来るようにする。 			
		ハンドボール（男）	<ul style="list-style-type: none"> ・相手の動きに応じた攻守の攻防ができるようになる。 	3		
		テニス（女）	<ul style="list-style-type: none"> ・ゲームの中で、空いているコースに打てるようになる。 ・効果的にボレーを使えるようになる。 	3		
	バレーボール（女）	<ul style="list-style-type: none"> ・ポジションを意識したゲームができるようになる。 	3			
3 学 期	1 月	種目選択授業（これまでに授業で取り組んできた種目から4種目選択）	<ul style="list-style-type: none"> ・どの種目でも、試合を念頭に置いた練習ができる。 ・どの種目も、全員が練習を活かしたゲームを楽しめる。 		8	
3 学 期	2 月					
3 学 期	3 月					
計					105	