

都立世田谷総合高校 令和3年度 年間授業計画

教科・科目(単位数)	保健体育・体育(2単位)
対象年次	2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	オリエンテーション スポーツテスト (男女)	<ul style="list-style-type: none"> ・体育の授業に関するルールや、評価、年間計画の理解。 ・「新体力テスト」を用いて子どもの体力の状況の把握。 ・運動習慣及び基本的な生活習慣などの課題を見つける。 	<観点> 関心・意欲・態度 体育的な思考・判断 体育的な知識・理解	4
	5 月	体づくり運動・体育祭練習 (男女1単位) 水泳 (男女1単位) 陸上競技・ハードル (男女1単位)	【体づくり運動】 <ul style="list-style-type: none"> ・ベアでストレッチング ・コーディネーション運動 【水泳】 <ul style="list-style-type: none"> ・背泳ぎで手のひらを外側からやや下側に向けて水をつかみ肘を曲げたブル 【陸上競技】 <ul style="list-style-type: none"> ・インターバルの一定、3歩のリズムの維持 	<方法> スキルテスト 提出物 授業の取組み 出席状況	5
	6 月	水泳 (男女1単位) 陸上競技・ハードル (男女1単位)	【水泳】 <ul style="list-style-type: none"> ・背泳ぎで手のひらを外側からやや下側に向けて水をつかみ肘を曲げたブル ・流線型の姿勢を維持しながらの蹴り上げ ・ブルとキック動作に合わせリズムよく呼吸する。 【陸上競技】 <ul style="list-style-type: none"> ・最後までリズムを維持して走り越えていくハードル走 ・1台目を勢いよく振り上げ脚をまっすぐ越える。 	を総合して5段階で評価する。	6
	7 月	水泳 (男女1単位) 陸上競技・ハードル (男女1単位)	【水泳】 <ul style="list-style-type: none"> ・背泳ぎで手のひらを外側から下側に向け水をつかみ肘を曲げたブル ・流線型の姿勢を維持しながらの蹴り上げ ・ブルとキック動作に合わせリズムよく呼吸する。 ・クロールを、手と足、呼吸のバランスを保ち安定したペースで泳ぐ。 ・平泳ぎを、手と足、呼吸のバランスを保ち安定したペースで泳ぐ。 【陸上競技】 <ul style="list-style-type: none"> ・1台目を勢いよく振り上げ脚をまっすぐ越える。 ・ハードリングとインターバルを滑らかにつなぐ。 		6
	9 月	水泳 (男女1単位) バドミントン (男子1単位) テニス (1.3.5組女子1単位) バレーボール (2.4.6組女子1単位)	【水泳】 <ul style="list-style-type: none"> ・泳法に応じたターンを習得する。 ・7.5M個人メドレーを自分の能力に応じて泳ぐ。 【バドミントン】 <ul style="list-style-type: none"> ・相手の動きや、返球に応じたシャトル操作 ・様々な攻撃の方法 【テニス】 <ul style="list-style-type: none"> ・ラケットの使い方 ・サーブ 【バレーボール】 <ul style="list-style-type: none"> ・オーバー、アンダーハンドパスのボールコントロール 		6

		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	バドミントン (男子1単位) バスケットボール (男子1単位) テニス (1.3.5組女子1単位) バレーボール (2.4.6組女子1単位) 器械運動 (女子1単位分)	【バドミントン】 ・簡易ゲーム 【バスケットボール】 ・ゴール前の空いている場所のカバー ・簡易ゲーム 【テニス】 ・ラリー ・相手の動きや、返球に応じたショット 【バレーボール】 ・オーバー、アンダーハンドパスのボールコントロール ・相手の返球に備えた準備姿勢 ・操作しやすい位置へのボール操作 【器械運動】 ・前方回転 (開脚、伸膝) 後方回転 (開脚、伸膝) ・倒立指示、倒立前転		7
		サッカー (男子1単位) バスケットボール (男子1単位) テニス (2.4.6組女子1単位) バレーボール (1.3.5組女子1単位) 器械運動 (組女子1単位分)	【サッカー】 ・連携したプレー ・タスクゲームによる実践 【バスケットボール】 ・ゴール前の空いている場所のカバー。 ・ディフェンスが守りにくいシュートを打つ。 ・ボールとゴールの間でのディフェンス。 ・簡易ゲーム 【テニス】 ・様々な攻撃の方法 ・簡易ゲーム 【バレーボール】 ・簡易ゲーム・作戦を立ててゲームを行う。 【器械運動】 ・前方回転 (開脚、伸膝) 後方回転 (開脚、伸膝) ・倒立指示、倒立前転 ・技の組み合わせを考えて練習。		7
		サッカー (男子1単位) バスケットボール (男子1単位) テニス (2.4.6組女子1単位) バレーボール (1.3.5組女子1単位) 器械運動 (女子1単位)	【サッカー】 ・ディフェンスのタイミングをはずしてシュート ・ゲームによる実践。 【バスケットボール】 ・ゴール前の空いている場所のカバー。 ・練習を生かしたゲーム。 【テニス】 ・ゲームによる実践 【バレーボール】 ・作戦を立ててゲームを行う。 【器械運動】 ・自分で組み合わせを考えた演技発表		7
		持久走 (男女1単位) テニス (男子1単位) バスケットボール (女子1単位)	【持久走】 ・自己の走力を知る。 ・タイム目標をたてて2500M (女子) 3000M (男子) を走る 【テニス】 ・ラケットの使い方 ・サーブ ・ラリー 【バスケットボール】 ・ゴール前の空いている場所のカバー ・簡易ゲーム		8
3 学 期	1 月	持久走 (男女1単位) テニス (男子1単位) バスケットボール (女子1単位)	【持久走】 ・自己の走力を知る。 ・タイム目標をたてて2500M (女子) 3000M (男子) を走る 【テニス】 ・相手の動きや、返球に応じたショット ・様々な攻撃の方法 ・簡易ゲーム 【バスケットボール】 ・ゴール前の空いている場所のカバー。 ・ディフェンスが守りにくいシュートを打つ。 ・ボールとゴールの間でのディフェンス。 ・簡易ゲーム		8
		持久走 (男女1単位) テニス (男子1単位) バスケットボール (女子1単位)	【持久走】 ・自己の走力を知る。 ・タイム目標をたてて4000M (女子) 4500M (男子) を走る【サッカー】 ・習得した技術を使ってゲーム 【テニス】 ・習得した技術を使ってゲーム (シングルス・ダブルス) 【バスケットボール】 ・ゴール前の空いている場所のカバー。 ・練習を生かしたゲーム。		6
3 学 期	3 月	持久走 (男女1単位) テニス (男子1単位) バスケットボール (女子1単位)	【持久走】 ・自己の走力を知る。 ・タイム目標をたてて4000M (女子) 4500M (男子) を走る【サッカー】 ・習得した技術を使ってゲーム 【テニス】 ・習得した技術を使ってゲーム (シングルス・ダブルス) 【バスケットボール】 ・ゴール前の空いている場所のカバー。 ・練習を生かしたゲーム。		6
				計	70