

杉並総合高等学校 令和4年度 保健体育 年間授業計画

教科 科：保健体育 科 目：体育 単位数： 3単位
対象学年組： 第2年次 （21R～26R）
使用教科書：（ 現代高等保健体育（大修館） ）

	指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
4月	体育理論①	・運動やスポーツの効果的な学習の仕方について理解できるようになる (1)運動やスポーツの技術と技能 (2)運動やスポーツの技能の上達過程	出席が良好であるか。	3
	女子：2時間 バドミントン テニス	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めてゲームが展開できるようになる。	技能 ・各種目の技術が習得できたか。（スキルテスト等）	4
	女子：1時間 奇数クラス 卓球 偶数クラス サッカー	技がよりよくできる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技を高めて、演技することができるようになる。	態度 ・主体的に取り組んでいるか ・役割を積極的に引き受けているか。 ・協調性があるか。 ・安全への配慮ができるか。 ・レポート等を提出しているか。	2
	男子：2時間 ソフトボール	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうということ、合意形成に貢献しようということなどや、健康・安全を確保することができるようにする。	知識、思考・判断 ・競技の仕方、体力の高め方を理解したか。 ・自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組みができているか。	4
	男子：1時間 バドミントン	技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技の仕方などを理解し、チームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。		2
5月	女子：2時間 バドミントン	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めてゲームが展開できるようになる。		6
	女子：1時間 奇数クラス 卓球 偶数クラス サッカー	技がよりよくできる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技を高めて、演技することができるようになる。		4
	男子：2時間 ソフトボール	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうということ、合意形成に貢献しようということなどや、健康・安全を確保することができるようにする。		6
	男子：1時間 バドミントン	技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技の仕方などを理解し、チームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。		4
6月	体力テスト	・自己の体力を知る。 ・昨年度の記録更新を目標にする。	出席が良好であるか。 内容が理解できているか。	2
	女子：2時間 バドミントン 卓球	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めてゲームが展開できるようになる。	出席が良好であるか。	10
	女子：1時間 奇数クラス 卓球 偶数クラス サッカー	技がよりよくできる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技を高めて、演技することができるようになる。	技能 ・各種目の技術が習得できたか。（スキルテスト等）	
	男子：2時間 ソフトボール	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうということ、合意形成に貢献しようということなどや、健康・安全を確保することができるようにする。	態度 ・主体的に取り組んでいるか ・役割を積極的に引き受けているか。 ・協調性があるか。 ・安全への配慮ができるか。 ・レポート等を提出しているか。	6
7月	男子：1時間 バドミントン	技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技の仕方などを理解し、チームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。 ・バタフライ、背泳ぎで、手と足、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり早く泳いだりできるようになる。		
	体育理論②	・運動やスポーツの効果的な学習の仕方について理解できるようになる (1)運動やスポーツの技術と技能 (2)運動やスポーツの技能の上達過程	知識、思考・判断 ・競技の仕方、体力の高め方を理解したか。 ・自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組みができているか。	
9月	体育理論③	・運動やスポーツの効果的な学習の仕方について理解できるようになる (1)運動やスポーツの技術と技能 (2)運動やスポーツの技能の上達過程	出席が良好であるか。	4
	女子：2時間 ソフトボール	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めてゲームが展開できるようになる。	技能 ・各種目の技術が習得できたか。（スキルテスト等）	2
	女子：1時間 奇数クラス サッカー 偶数クラス 卓球	技がよりよくできる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技を高めて、演技することができるようになる。	態度 ・主体的に取り組んでいるか ・役割を積極的に引き受けているか。 ・協調性があるか。 ・安全への配慮ができるか。 ・レポート等を提出しているか。	4
	男子：2時間 バスケットボール バレーボール	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうということ、合意形成に貢献しようということなどや、健康・安全を確保することができるようにする。	知識、思考・判断 ・競技の仕方、体力の高め方を理解したか。 ・自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組みができているか。	2
	男子：1時間 テニス	技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技の仕方などを理解し、チームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。		
	女子：2時間 ソフトボール	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めてゲームが展開できるようになる。		8
	女子：1時間 奇数クラス サッカー 偶数クラス 卓球	技がよりよくできる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技を高めて、演技することができるようになる。		4
10月	男子：2時間 バスケットボール バレーボール	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうということ、合意形成に貢献しようということなどや、健康・安全を確保することができるようにする。		8
	男子：1時間 テニス	技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技の仕方などを理解し、チームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。		4

	指導内容	体育の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
11月	女子：2時間 ソフトボール	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めてゲームが展開できるようになる。	出席が良好であるか。 内容が理解できているか。	6
	女子：1時間 奇数クラス サッカー 偶数クラス 卓球	技がよりよくできる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技を高めて、演技することができるようになる。		4
	男子：2時間 バスケットボール バレーボール	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうということ、合意形成に貢献しようということなどや、健康・安全を確保することができるようにする。		6
	男子：1時間 テニス	技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技の仕方などを理解し、チームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。		4
	体育理論④ 	・運動やスポーツの効果的な学習の仕方について理解できるようになる (1)運動やスポーツの技能と体力の関係		2
12月	女子：2時間 バスケットボール 持久走	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めてゲームが展開できるようになる。	出席が良好であるか。 技能 ・各種の技能が身についたか。(スキルテスト・縄跳び検定) ・ペースの変化に対応して走ることができているか。(タイム測定) 態度 ・主体的に取り組んでいるか ・役割を積極的に引き受けているか。 ・協調性があるか。	6
	女子：1時間 縄跳び	技がよりよくできる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技を高めて、演技することができるようになる。	・安全への配慮ができるか。 ・レポート等を提出しているか。	3
	男子：2時間 縄跳び 卓球	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうということ、合意形成に貢献しようということなどや、健康・安全を確保することができるようにする。	知識、思考・判断 ・競技の仕方、体力の高め方を理解したか。 ・自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組みができているか。	6
	男子：1時間 持久走	技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技の仕方などを理解し、チームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。		3
1月	女子：2時間 バスケットボール 持久走	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、ペースの変化に対応して走ることができるようになる。	出席が良好であるか。 技能 ・各種の技能が身についたか。(スキルテスト・縄跳び検定) ・ペースの変化に対応して走ることができているか。(タイム測定) 態度 ・主体的に取り組んでいるか ・役割を積極的に引き受けているか。 ・協調性があるか。 ・安全への配慮ができるか。 ・レポート等を提出しているか。	6
	女子：1時間 縄跳び	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めてゲームが展開できるようになる。	知識、思考・判断 ・競技の仕方、体力の高め方を理解したか。 ・自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組みができているか。	3
	男子：2時間 縄跳び 卓球	技がよりよくできる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技を高めて、演技することができるようになる。		6
	男子：1時間 持久走	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうということ、合意形成に貢献しようということなどや、健康・安全を確保することができるようにする。		3
2月	女子：2時間 バスケットボール 持久走	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、ペースの変化に対応して走ることができるようになる。		8
	女子：1時間 縄跳び			4
	男子：2時間 縄跳び 卓球			8
	男子：1時間 持久走			4
3月	女子：2時間 バスケットボール 持久走 女子：1時間 縄跳び		出席が良好であるか。 内容が理解できているか。	7
	男子：2時間 縄跳び・卓球 男子：1時間 持久走			7
	体育理論⑤ 			2