

年間授業計画様式例

東京都立墨田工科高等学校 令和5年度 教科 保健体育 科目 選択体育 年間授業計画

教科：保健体育 科目：選択体育 単位数：2単位

対象学年組：第3学年1組～5組

教科担当者：（

使用教科書：（最新高等保健体育）

使用教材：（ステップアップ高校スポーツ2021）

	指導内容	科目〇〇の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
4 月	オリエンテーション	選択科目説明 評価方法の説明		
	バドミントン	ルール確認 基本練習 シングルスゲーム	ルールを理解し、協調性をもって試合を行うことができるか。（視察）	
	バスケットボール	スペースに走り込み、パスをもらいシュート 2vs2 3vs3 速攻からのレイアップシュート	協調性をもって互いに教え合いながら練習ができているか。（視察）	

	指導内容	科目〇〇の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
5 月	バスケットボール バスケットボール	戦術や作戦をたてながら試合を行う。（ポジション設定など） スクリーンなど高度技術の習得 試合ごとの反省点を活かして、試合を進める。 リーグ戦	ルールを理解し、協調性をもって試合を行うことができるか。（視察） ルールを理解し、協調性をもって試合を行うことができるか。（視察）	

	指導内容	科目〇〇の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
6 月	バレーボール	ルール確認 基本練習 アンダーハンドレシーブ・オーバーハンドレシーブ スパイク練習	協調性をもって互いに教え合 いながら練習ができている か。（視察）	
	バレーボール	ミニゲーム(ハーフコートのゲーム) サーブ練習	ルールを理解し、協調性を もって試合を行うことができ ているか。（視察）	
	水泳	三段攻撃 ポジションを設定し、実際のルールで練習試合 リーグ戦 クロール・平泳ぎの泳法習得	ルールを理解し、協調性を もって試合を行うことができ ているか。（視察） 正しい泳法を理解し、自らの 身体を正しく動かすことがで きているか。（視察）	

	指導内容	科目〇〇の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
7 月	水泳	背泳ぎ・バタフライの泳法習得 タイム測定	正しい泳法を理解し、自らの 身体を正しく動かすことができ ているか。（視察）	
	サッカー	基本動作の確認 対人パス	協調性をもって互いに教え合 いながら練習ができている か。（視察）	
	体育祭練習	リレーのバトンをスムーズに行うために、試行錯誤しながら行う。		

指導内容	科目〇〇の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
8 月			

指導内容	科目〇〇の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
サッカー	対人パスからのシュート サイド攻撃からのシュート 戦術を考えながら試合を進める	ルールを理解し、協調性を もって試合を行うことができ ているか。（視察）	
サッカー	リーグ戦	ルールを理解し、協調性を もって試合を行うことができ ているか。（視察）	
ソフトボール	基本動作の確認 キャッチボール	正しい投げ方を理解し、自ら の身体を正しく動かすことが できているか。（視察）	
ソフトボール	ティーを使った打撃練習 ロングティー ポジションを決めて守備練習	互いに教え合いながら、活動 を行うことができているか。 （視察）	

9
月

	指導内容	科目〇〇の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
10 月	ソフトボール	ウィンドミルの練習（ピッチャーの練習） ポジションを決めて、試合を行う。 リーグ戦	協調性をもって互いに教え合 いながら練習ができている か。（視察）	
	タッチラグビー	ルール確認 試合	ルールを理解し、協調性を もって試合を行うことができ ているか。（視察）	
	バードゴルフ	ルール確認 試合	ルールを理解し、協調性を もって試合を行うことができ ているか。（視察）	

	指導内容	科目〇〇の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
月 11	ハンドボール	ルール確認 試合	ルールを理解し、協調性を もって試合を行うことができ ているか。（視察）	
	バスケットボール	試合	ルールを理解し、協調性を もって試合を行うことができ ているか。（視察）	
	バスケットボール	試合	ルールを理解し、協調性を もって試合を行うことができ ているか。（視察）	
	バレーボール	試合	ルールを理解し、協調性を もって試合を行うことができ ているか。（視察）	

	指導内容	科目〇〇の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
月 12	バレーボール	試合	ルールを理解し、協調性をもって試合を行うことができるか。（視察）	
	サッカー	試合	ルールを理解し、協調性をもって試合を行うことができるか。（視察）	
	サッカー	試合	ルールを理解し、協調性をもって試合を行うことができるか。（視察）	

指導内容	科目〇〇の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
種目選択制	全体の意見を聞いて、自分たちで計画を立てて、授業を進める。	協調性をもって活動を行うことができるか。（視察）	
種目選択制	全体の意見を聞いて、自分たちで計画を立てて、授業を進める。	協調性をもって活動を行うことができるか。（視察）	
1 月 種目選択制	全体の意見を聞いて、自分たちで計画を立てて、授業を進める。	協調性をもって活動を行うことができるか。（視察）	
種目選択制	全体の意見を聞いて、自分たちで計画を立てて、授業を進める。	協調性をもって活動を行うことができるか。（視察）	

指導内容	科目〇〇の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
2 月			

	指導内容	科目〇〇の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
3 月				