

東京都立石神井高等学校 平成31年度 教科（保健体育）科目（体育）年間授業計画

教科：保健体育 科目：体育 単位数：3単位

対象学年組：第3学年A組～G組

教科担当者：(ABCDEFG組：高塚、神之田、倉口、野口、山崎、西田)

使用教科書：（現代高校保健体育）

使用教材：（ ）

	指導内容	科目（体育）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 (a) ソフトボール バレーボール テニス 卓球 (β) サッカー テニス バドミントン 体力テストの練習 体育祭競技練習	(a) (β) 競技の特性を理解し、練習やゲームに主体的に取り組み、互いに協力し合う。 1・2年時に習得した技術をさらに反復練習や互いの教え合いでさら向上させる。 フェアなプレーを大切に、自チームや相手チームの特徴に応じた戦術や作戦を考えて実行する。 体力テストの数値を向上させるため、授業の導入時に補強運動に加え、ランニングフォームの改善やスタートの工夫、ボール投げの練習を行う。 体育祭の練習は、安全に留意し、生徒主体となって作戦等を考え行う。 [体育理論] オリエンテーション及び各種目の第1時間目に種目の特性の把握理解、効果的な学習の仕方の確認を行う。	(a) (β) 技能テストに加え、授業への取り組み姿勢や練習・試合の成果を総合的に評価する。	7か ら8

指導内容	科目（体育）の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
5月 (a) ソフトボール バレーボール テニス 卓球 (β) サッカー テニス バドミントン 体カテストの練習 体育祭競技練習	(a) (β) 競技の特性を理解し、練習やゲームに主体的に取り組み、互いに協力し合う。 1・2年時に習得した技術をさらに反復練習や互いの教え合いでさら向上させる。 フェアなプレーを大切にし、自チームや相手チームの特徴に応じた戦術や作戦を考えて実行する。 体カテストの数値を向上させるため、授業の導入時に補強運動に加え、ランニングフォームの改善やスタートの工夫、ボール投げの練習を行う。 体育祭の練習は、安全に留意し、生徒主体となって作戦等を考え行う。 [体育理論] オリエンテーション及び各種目の第1時間目に種目の特性の把握理解、効果的な学習の仕方の確認を行う。	(a) (β) 技能テストに加え、授業への取り組み姿勢や練習・試合の成果を総合的に評価する。	9か ら1 0

	指導内容	科目（体育）の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
6 月	(a) ソフトボール バレーボール テニス 卓球 (β) サッカー テニス バドミントン 水泳	(a) (β) 競技の特性を理解し、練習やゲームに主体的に取り組み、互いに協力し合う。 1・2年時に習得した技術をさらに反復練習や互いの教え合いでさら向上させる。 フェアなプレーを大切にし、自チームや相手チームの特徴に応じた戦術や作戦を考えて実行する。 水泳はストロークやキックの技術、無駄の少ない呼吸動作、スタートやターンの技術を向上させる。 3年は100m個人メドレーなので、タイム向上のため、得意泳法・不得意泳法をバランスよく練習し、自分の能力にあった取り組みを考え実施する。	(a) (β) 技能テストに加え、授業への取り組み姿勢や練習・試合の成果を総合的に評価する。	10 から 11

	指導内容	科目（体育）の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
7 月	<p>(a) ソフトボール バレーボール テニス 卓球</p> <p>(β) サッカー テニス バドミントン</p> <p>水泳</p>	<p>(a) (β) 競技の特性を理解し、練習やゲームに主体的に取り組み、互いに協力し合う。 1・2年時に習得した技術をさらに反復練習や互いの教え合いでさら向上させる。 フェアなプレーを大切にし、自チームや相手チームの特徴に応じた戦術や作戦を考えて実行する。</p> <p>水泳はストロークやキックの技術、無駄の少ない呼吸動作、スタートやターンの技術を向上させる。 3年は100m個人メドレーなので、タイム向上のため、得意泳法・不得意泳法をバランスよく練習し、自分の能力にあった取り組みを考え実施する。</p>	<p>(a) (β) 技能テストに加え、授業への取り組み姿勢や練習・試合の成果を総合的に評価する。</p>	4か ら5

	指導内容	科目（体育）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（体育）の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
9 月	<p>(a) ソフトボール バレーボール テニス 卓球</p> <p>(β) サッカー テニス バドミントン</p> <p>水泳</p>	<p>(a) (β) 競技の特性を理解し、練習やゲームに主体的に取り組み、互いに協力し合う。 1・2年時に習得した技術をさらに反復練習や互いの教え合いでさら向上させる。 フェアなプレーを大切にし、自チームや相手チームの特徴に応じた戦術や作戦を考えて実行する。</p> <p>水泳はストロークやキックの技術、無駄の少ない呼吸動作、スタートやターンの技術を向上させる。 3年は100m個人メドレーなので、タイム向上のため、得意泳法・不得意泳法をバランスよく練習し、自分の能力にあった取り組みを考え実施する。</p> <p>[体育理論] オリエンテーション及び各種目の第1時間目に種目の特性の把握理解、効果的な学習の仕方の確認を行う。</p>	<p>(a) (β) 技能テストに加え、授業への取り組み姿勢や練習・試合の成果を総合的に評価する。</p>	6 か ら 7

	指導内容	科目（体育）の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
10 月	(a) ソフトボール バスケットボール テニス 卓球 (β) サッカー テニス バドミントン	(a) (β) 競技の特性を理解し、練習やゲームに主体的に取り組み、互いに協力し合う。 1・2年時に習得した技術をさらに反復練習や互いの教え合いでさら向上させる。 フェアなプレーを大切にし、自チームや相手チームの特徴に応じた戦術や作戦を考えて実行する。	(a) (β) 技能テストに加え、授業への取り組み姿勢や練習・試合の成果を総合的に評価する。	7か ら8

	指導内容	科目（体育）の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
11 月	(a) ソフトボール バスケットボール テニス 卓球 (β) サッカー テニス バドミントン	(a) (β) 競技の特性を理解し、練習やゲームに主体的に取り組み、互いに協力し合う。 1・2年時に習得した技術をさらに反復練習や互いの教え合いでさら向上させる。 フェアなプレーを大切にし、自チームや相手チームの特徴に応じた戦術や作戦を考えて実行する。	(a) (β) 技能テストに加え、授業への取り組み姿勢や練習・試合の成果を総合的に評価する。	8か ら9

	指導内容	科目（体育）の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
12 月	(a) ソフトボール バスケットボール テニス 卓球 (β) サッカー テニス バドミントン	(a) (β) 競技の特性を理解し、練習やゲームに主体的に取り組み、互いに協力し合う。 1・2年時に習得した技術をさらに反復練習や互いの教え合いでさら向上させる。 フェアなプレーを大切にし、自チームや相手チームの特徴に応じた戦術や作戦を考えて実行する。	(a) (β) 技能テストに加え、授業への取り組み姿勢や練習・試合の成果を総合的に評価する。	2から 3

	指導内容	科目（体育）の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
1 月	(a) ソフトボール バスケットボール テニス 卓球 (β) サッカー テニス バドミントン	(a) (β) 競技の特性を理解し、練習やゲームに主体的に取り組み、互いに協力し合う。 1・2年時に習得した技術をさらに反復練習や互いの教え合いでさら向上させる。 フェアなプレーを大切にし、自チームや相手チームの特徴に応じた戦術や作戦を考えて実行する。	(a) (β) 技能テストに加え、授業への取り組み姿勢や練習・試合の成果を総合的に評価する。	

	指導内容	科目（体育）の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
2 月				

3 月	指導内容	科目（体育）の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数