

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1学年A組～G組

教科担当者：A組～G組：高塚 野口 西田

使用教科書：（大修館 現代高等保健体育）

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 体育理論	体育の授業の受け方・注意点・評価方法など 運動・スポーツの文化的特徴、人間の動き方、スポーツの始まりと変遷について	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
	マット運動・陸上・バレーボール・ソフトボール・柔道	各種目のオリエンテーション・体ほぐし運動・補強運動・各種目の導入・理解	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
	マット運動・陸上・バレーボール・ソフトボール・柔道	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得（個人技能）	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。	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
5 月	マット運動・陸上・バレーボール・ソフトボール・柔道	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得（個人技能）	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。	1
	マット運動・陸上・バレーボール・ソフトボール・柔道	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得（個人技能）	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。	3
	マット運動・陸上・バレーボール・ソフトボール・柔道	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得（個人技能）	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。	3
	マット運動・陸上・バレーボール・ソフトボール・柔道	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得（個人技能）	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

	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				
	マット運動・陸上・バレーボール・ソフトボール・柔道	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得（個人技能）	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。	3
	マット運動・陸上・バレーボール・ソフトボール・柔道	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得（個人技能）	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。	3
	マット運動・陸上・バレーボール・ソフトボール・柔道	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得（個人技能）	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。	3
	水泳	オリエンテーション・体ほぐし運動・補強運動・基本技能（クロール・背泳・ストローク基本）	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。	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
7 月	水泳	オリエンテーション・体ほぐし運動・補強運動・基本技能（クロール・背泳・ストローク基本）	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。	3

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

	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	体育理論	運動・スポーツの文化的特徴、オリンピックと国際理解、スポーツと経済、ドーピングとスポーツ倫理について	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
	水泳	体ほぐし運動・補強運動・基本技能（クロール・背泳）・タイム計測	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
	水泳	体ほぐし運動・補強運動・基本技能（クロール・背泳）・タイム計測	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
	バレーボール・テニス・バドミントン・ソフトボール・持久走・サッカー・ダンス	各種目のオリエンテーション・体ほぐし運動・補強運動・各種目の導入・理解	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

	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	バレーボール・テニス・バドミントン・ソフトボール・持 久走・サッカー・ダンス	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得（個人技能）	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
	バレーボール・テニス・バドミントン・ソフトボール・持 久走・サッカー・ダンス	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得（個人、集団技能）	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。	3
	バレーボール・テニス・バドミントン・ソフトボール・持 久走・サッカー・ダンス	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得（個人、集団技能）	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。	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
10 月	バレーボール・テニス・バドミントン・ソフトボール・持久走・サッカー・ダンス	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得・ルールの理解	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。	3
	バレーボール・テニス・バドミントン・ソフトボール・持久走・サッカー・ダンス	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得・ルールの理解・チーム戦術の理解	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。	3
	バレーボール・テニス・バドミントン・ソフトボール・持久走・サッカー・ダンス	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得・ゲーム形式・チーム戦術の工夫	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。	3
	バレーボール・テニス・バドミントン・ソフトボール・持久走・サッカー・ダンス	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得・ゲーム形式・チーム戦術の工夫・実技テスト	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。	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
10 12 2 月	バレーボール・テニス・バドミントン・ソフトボール・持 久走・サッカー・ダンス	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得・ゲーム形式・チーム戦術の工夫・実技テスト	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
	バレーボール・テニス・バドミントン・ソフトボール・持 久走・サッカー・ダンス	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得・ゲーム形式・チーム戦術の工夫・実技テスト	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。	1

	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				
	体育理論	運動・スポーツの学び方、技術と戦術、技能の上達課程と練習、生涯スポーツの見方考え方	授業への取り組む姿勢を総合的に評価する。	2
	持久走・マット運動・ダンス・柔道	各種目のオリエンテーション・体ほぐし運動・補強運動・各種目の導入・理解	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
	持久走・マット運動・ダンス・柔道	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得（個人技能）・タイム測定	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。	3
	持久走・マット運動・ダンス・柔道	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得（個人技能）・タイム測定	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。	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
2 月	持久走・マット運動・ダンス・柔道	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得（個人技能）・タイム測定	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。	3
	持久走・マット運動・ダンス・柔道	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得（個人技能）・タイム測定・実技テスト	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。	3
	持久走・マット運動・ダンス・柔道	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得（個人技能）・タイム測定・実技テスト	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。	3
	持久走・マット運動・ダンス・柔道	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得（個人技能）・タイム測定・実技テスト	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

	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
3 月				
	持久走・マット運動・ダンス・柔道	体ほぐし運動・補強運動・基本技術の習得（個人技能）・タイム測定・実技テスト	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。	1