

東京都立大江戸高等学校 平成28年度 保健体育科 年間授業計画

1. 科目名 体育
 2. 講座名(単位数) 体育(3年)(3単位)
 3. 教科担当者
 4. 使用教科書・教材 『最新高等保健体育』(大修館書店)
 5. 授業計画

学期	月	単元及び指導内容	具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定 時数
1 学期	4	○オリエンテーション	○授業への取り組みについて理解させる。	【評価の観点】 ○「関心・意欲・態度」 ・興味を持ち、楽しさや喜びを味わい進んで取り組もうとしている ・課題を設定し、練習の仕方を工夫している ・相手や周囲の安全に留意しながら練習をおこなっている ○「思考・判断」 ・授業内容の意図をくみ取り、練習のポイントを考えている ○「技能・表現」 ・基本技術を身につけることができる ・ルールを守り、公正な態度、責任を持って試合、ゲーム、グループ発表等の運営ができる ○知識・理解 ・正しい服装を理解している ・種目の特性や技術の系統性、構造、練習方法を理解している ・正しい技能を習得するための練習方法を理解している ・武道の礼法や種目のルールを理解している	6
	5	○バスケットボール・バレーボール・フットサル・卓球・バドミントン・テニス・レクリエーションスポーツ	○各種目の個人技能の習得を目指す。 ○各種目の運動の特性に興味を持ち、楽しさや喜びを味わい、すすんで取り組むようにする。		12
	6	○体育祭種目練習 ○体カテスト			12
	7	○水泳・トレーニング 基本4泳法(自由形・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライ) 遠泳(60分) 各種トレーニング	○水泳において、4泳法の基本的技能を身に付ける。 ○トレーニングにおいて、各自の体力向上に努めさせる。		9
2 学期	9	○水泳・トレーニング ○バスケットボール・バレーボール・フットサル・卓球・バドミントン・テニス・レクリエーションスポーツ	○水泳において、速く、長く泳ぐことに努める。	12	
	10		○トレーニングにおいて、各自の体力を自覚し、さらなる向上を目指す。	9	
	11		○各種目において、集団的スキルを理解し、積極的に取り組ませる。	12	
	12		○ゲーム、試合、グループ発表等において、協力し、公正な運営ができるようにする。	9	
3 学期	1	○持久走・縄跳び	○校舎外周の12分間走で、各自のペースを自覚し、意欲的に記録の向上を目指す ○縄跳びの規定種目の時間内跳躍に対し、工夫しながら積極的に取り組む姿勢を育む。	9	
	2	○卓球・バドミントン・テニス		9	
	3			6	
予定時数計					105