

東京都立大江戸高等学校 平成30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(1年)(2単位)

3. 教科担当者

4. 使用教科書・教材 『現代高等保健体育 改訂版』(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 ○体づくり運動	○授業への取り組みについて理解させる。 ○体ほぐし運動や体力を高める運動を通じて、自己や仲間の心や体に気付くことができるようになる。	【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	4
	5				8
	6	○バドミントン・フットサル・卓球・陸上トレーニング・剣道・ダンス	○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。		8
	7	○体育祭種目練習 ○体力テスト ○水泳・トレーニング 基本4泳法 各種トレーニング	○水泳において、クロール・平泳ぎの基本的泳法を身に付ける。 ○トレーニングにおいて、各自の体力向上に努めさせる。		6
2 学期	9	○水泳・トレーニング	○水泳において、速く、長く泳ぐことに努める。	○「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	8
	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。		6
	11	○バドミントン・フットサル・卓球・陸上トレーニング・剣道・ダンス	○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。		8
	12	○体育理論	○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。 ○運動・スポーツ意義や歴史、文化的特徴を知り、人間にとっての運動の意味を理解して実践できるようにする。また、オリンピックの意味を考えるとともに、スポーツ志向を育む。		6
3 学期	1	○持久走・トレーニング	○校舎外周の12分間走で、各自のペースを自覚し、意欲的に持久力の向上を目指す。	・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
	2		○持久走に必要な体力を分析し、高めるためのトレーニングを考え実践できるようにする。		6
	3	○バドミントン・フットサル・卓球	○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。 ○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。		4
予定時数計					70