

広尾高等学校 令和5年度 年間授業計画

教科	保健体育	科目	体育	単位	3	対象	第3学年A組～E組
使用教科書 (出版社)	最新高等保健体育 (大修館書店)		使用教材 (出版社)	最新高等保健体育ノート (大修館書店)			

月	指導内容	具体的な指導目標	評価の観点・方法	予定 時数	
4月	体づくり運動(3時間)	◎生涯を通じて継続的に運動のできる資質や能力の向上を図る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個々の運動への取り組み</li> <li>・グループでの練習や活動</li> <li>・学習計画、ノート</li> <li>・スキルテスト</li> <li>・グループでの練習や試合などの動き</li> </ul>	6	
5月	○種目選択 バドミントン バレーボール ソフトボール	○体づくり運動(実生活に生かす運動の計画) 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の行い方などを理解するとともに、実生活に役立てること、生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題に取り組み、考えたことを他者に伝えること及び体づくり運動に主体的に取り組むとともに、協力、参画、共生などの意欲を育み、健康・安全を確保することができるようにする。		12	
	6月	○種目選択 各班で授業計画をたて、授業が進行できるようにする。個々の技術、技能の向上と集団で協力して授業を行う姿勢を養う。 安全に対する配慮ができる。 生涯を通じて継続的に運動のできる能力を養う。		12	
7月	水泳 (6月中旬より)	○体育理論「スポーツの技術と技能」 技術と技能の違いや技能の発揮の仕方を説明できる。 クローズドスキルとオープンスキルの違いを説明できる。		6	
	○水泳(6月中旬より) 各泳法について、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり早く泳いだりすることができる。また、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど、安全を確保することができる。				
9月	体づくり運動(2時間) 水泳 (9月中旬まで)	◎生涯を通じて継続的に運動のできる資質や能力の向上を図る。		<ul style="list-style-type: none"> <li>・個々の運動への取り組み</li> <li>・グループでの練習や活動</li> <li>・学習計画 ノート</li> <li>・スキルテスト</li> <li>・グループでの練習や試合などの動き</li> </ul>	12
10月	○種目選択 バドミントン バレーボール テニス	○体づくり運動(実生活に生かす運動の計画) 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の行い方などを理解するとともに、実生活に役立てること、生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題に取り組み、考えたことを他者に伝えること及び体づくり運動に主体的に取り組むとともに、協力、参画、共生などの意欲を育み、健康・安全を確保することができるようにする。			12
	11月	○水泳 100m個人メドレー(男子)や75mメドレー(女子)を泳ぎきるようになる。また、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど、安全を確保することができる。	15		
12月	○種目選択 各班で授業計画をたて、授業が進行できるようにする。個々の技術、技能の向上と集団で協力して授業を行う姿勢を養う。 安全に対する配慮ができる。 生涯を通じて継続的に運動のできる能力を養う。	7			
	○体育理論「技能の上達過程と練習」 技能がどのようなステップを経て上達するかを説明できる。 練習によって技能が上達するとどんな特徴がみられるかをあげることができる。				
1月	体づくり運動(2時間)	◎生涯を通じて継続的に運動のできる資質や能力の向上を図る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個々の運動への取り組み</li> <li>・グループでの練習や活動</li> <li>・学習計画 ノート</li> <li>・スキルテスト</li> <li>・グループでの練習や試合などの動き</li> </ul>	9	
2月	○種目選択 バドミントン バレーボール サッカー	○体づくり運動(実生活に生かす運動の計画) 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の行い方などを理解するとともに、実生活に役立てること、生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題に取り組み、考えたことを他者に伝えること及び体づくり運動に主体的に取り組むとともに、協力、参画、共生などの意欲を育み、健康・安全を確保することができるようにする。		9	
	3月	○種目選択 各班で授業計画をたて、授業が進行できるようにする。個々の技術、技能の向上と集団で協力して授業を行う姿勢を養う。 安全に対する配慮ができる。 生涯を通じて継続的に運動のできる能力を養う。		5	
○体育理論「技能と体力」 技能と体力の関係について説明できる。 技能や体力を高めるときに気をつけるべき点をあげることができる。					