

東京都立大崎高等学校 定時制課程 令和4年度 年間授業計画

教科:(体育) 科目:体育(2単位) 対象:(第2学年1組)

教科担当者: 盛 英夫 中村 虹南

使用教科書: 無 高等学校 保健体育(第一学習社)

使用教材: 無

月	指導内容 【年間授業計画】	具体的な指導目標 【年間授業計画】	評価の 観点方法
4月	体づくり運動	補強運動・スポーツテスト記録 ・正しい方法を理解して実施できるようにする。 ・安全に留意して実施できるようにする。	出席状況 授業態度
	バドミントン	・安全に留意して活動できるようにする。 ・バドミントンのルールや技術の知識を身に付けられるようにする。 ・ねらった場所に打てるようにする。	
5月	体づくり運動	補強運動・スポーツテスト記録 ・正しい方法を理解して実施できるようにする。 ・安全に留意して実施できるようにする。	出席状況 授業態度
	バドミントン	・安全に留意して活動できるようにする。 ・バドミントンのルールや技術の知識を身に付けられるようにする。 ・ねらった場所に打てるようにする。	
6月	体づくり運動	補強運動・スポーツテスト記録 ・正しい方法を理解して実施できるようにする。 ・安全に留意して実施できるようにする。	出席状況 授業態度
	バドミントン	・安全に留意して活動できるようにする。 ・バドミントンのルールや技術の知識を身に付けられるようにする。 ・ねらった場所に打てるようにする。	
7月	体づくり運動	サッカー ・安全に留意して活動できるようにする。 ・サッカーのルールや技術の知識を身に付けられるようにする。 ・味方が捕りやすいパスを出せるようにする。	出席状況 授業態度
	ソフトボール	・安全に留意して活動できるようにする。 ・ソフトボールのルールや技術の知識を身に付けられるようにする。 ・体の軸を安定させてバットを振ることができるようにする。	
8月			
9月	体づくり運動	バドミントン ・安全に留意して活動できるようにする。 ・バドミントンのルールや技術の知識を身に付けられるようにする。 ・スマッシュやネット際の処理の技術を向上させられるようにする。	出席状況 授業態度
	卓球	・安全に留意して活動できるようにする。 ・卓球のルールや技術の知識を身に付けられるようにする。	
10月	体づくり運動	テニス ・安全に留意して活動できるようにする。 ・安定したフォームでラリーをすることができるようにする。	出席状況 授業態度
	バドミントン	・安全に留意して活動できるようにする。 ・円滑に試合ができるようにする。	
	卓球	・安全に留意して活動できるようにする。 ・強い振りで、ねらった場所に打つことができるようにする。	
11月	体づくり運動	テニス ・安全に留意して活動できるようにする。 ・バスケットボールのルールや技術の知識を身に付けられるようにする。	出席状況 授業態度
	バドミントン	・安全に留意して活動できるようにする。 ・フットワークの技術を向上させられるようにする。	
	卓球	・安全に留意して活動できるようにする。 ・卓球のルールや技術の知識を身に付けられるようにする。	
12月	体づくり運動	サッカー ・安全に留意して活動できるようにする。 ・安定したフォームでシュートすることができるようにする。	出席状況 授業態度
	バドミントン	・安全に留意して活動できるようにする。 ・円滑に試合ができるようにする。	
	卓球	・安全に留意して活動できるようにする。 ・強い振りで、ねらった場所に打つことができるようにする。	
1月	体づくり運動	持久走 ・安全に留意して活動できるようにする。 ・持久走に適した走り方について理解できるようにする。	出席状況 授業態度
2月	体づくり運動	持久走 ・安全に留意して活動できるようにする。 ・自分に合ったペースを見つけられるようにする。 ・ペース配分を行って走れるようにする。	出席状況 授業態度
3月	体づくり運動	持久走 体育理論 ・安全に留意して活動できるようにする。 ・自分に合ったペースを見つけられるようにする。 ・ペース配分を行って走れるようにする。 ・筋肉組成などのトレーニング理論を学ぶ。	出席状況 授業態度