

平成31年度 年間授業計画

1 学年・科目・単位数

第1学年 体育 3単位

2 担当教員

3 教科・科目のねらい

〔一般運動〕

- ・各種の運動の合理的な実践を通して運動技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことが出来るようにすると共に、体の調子を整え体力の向上を図り、公正・協力・責任などの態度を育て、生涯を通じて継続的に運動が出来る資質や能力を育てる。

〔柔道〕

- ・柔道の特性を理解し、基本的な動作や各種の技能習得を目指す。
- ・柔道を通して日本の伝統的な運動や精神を体験する。
- ・柔道の学習を通して自己の体力を知り、トレーニングにより体力向上を目指す。
- ・技能の程度に応じた練習や試合が出来るようにする。

4 年間授業計画

学期	単元（授業内容／時間）	重点項目	評価の観点
1	〔一般運動〕（25時間） 別紙参照	・体力の構成要素である走・跳・投の自己の能力を知り、分析する。 ・自己の能力に応じて速く泳いだり、続けて長く泳いだりすることが出来るようにする。安全に泳げる技術を身につける	・基本的な態度 ・運動能力の高さ ・分析能力の高さ ・互いに協力して練習が出来たか。 ・実技に積極的に参加したか。
	〔柔道〕（10時間） ・オリエンテーション ・柔道着の着方、 ・たたみ方 ・礼法（正座・座礼等） ・受け身 後方・側方・前方	・柔道着の正しい着方を習得する。 ・礼儀作法を身につける。 ・正しい受け身を習得する。	・基本的な学習態度 ・個々の運動能力を得点化し評価する。 ・個々の能力に応じた目標が達成できたか。 ・積極的に授業に参加できたか。
2	〔一般運動〕（30時間） 別紙参照	・自己の能力に応じて速く泳いだり、続けて長く泳いだりすることが出来るようにする。安全に泳げる技術を身につける。 ・チームの課題、自己の能力に応じて作戦を生かした攻防を展開する。	・互いに協力して練習が出来たか。 ・実技に積極的に参加したか。 ・チームにおける自己の役割を自覚してその責任を果たし、協力して出来たか。
	〔柔道〕（10時間） ・身体のさばき方 ・投げ技 ・寝技	・技を習得する。 比較的簡単に取り組める技から入り、興味を持たせ、タイミングや、体重の移動に十分注意をする。	・安全に留意し互いに協力して授業に参加できたか。 ・積極的に授業に参加できたか。 ・個々の能力に応じた目標が達成できたか。
3	〔一般運動〕（20時間） 別紙参照	・自己の能力に応じて運動の技能を高め、競技力や記録を向上させることが出来るようにする。	・1学期のデータを分析した上で自ら課題を発見し、解決しようとしたか。

<p>[柔道] (10時間)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・投げ技 (応用) ・寝技 (応用) ・試合形式 	<ul style="list-style-type: none"> ・試合を通して、身体の使い方や、技のかけ方を実践する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・積極的に授業に参加できたか。 ・個々の能力に応じた目標が達成できたか。
---	---	---

5 使用教科書・副教材他

最新高等保健体育改訂版 (大修館書店)

最新高等保健体育改訂版ノート (大修館書店)

6 評価方法・観点

<p>[一般運動]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自己の運動能力を自覚し、能力に応じた課題の発見、解決を目指して計画的な練習の仕方やゲームの運営を工夫することが出来るか。積極的に実技に参加できたか。 <p>[柔道]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スキルテストを行い、個々の能力をみる。 ・積極的に授業に参加し、個々の能力に応じた目標が達成できたか。 ・安全に留意し互いに協力して授業ができたか。 ・練習の方法を計画的に考え、ゲームなどを工夫することができたか。 <p>以上の点を総合的に勘案し、評価する。</p>

※なお、上記は予定であり、行事等により一部変更になることがある。