

平成28年度 指導と評価の年間計画 (大阪府立桜塚高等学校)

教科	科目	単位数	指導学年	教科書名	副教材名等
保健体育	体育・男子	3	1	現代高等保健体育 (大修館書店)	現代高等保健体育ノート (大修館書店)

到達目標	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できるようにするとともに、体の調子を整え、体力の向上を図り、健康・安全に留意し、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できる資質や能力を養うようにする。
到達目標に向けての具体的な取組 (指導上の留意点)	運動を通して自分や仲間の体や心の状態に気づき、体の調子を整え、仲間と楽しく交流する。 1) 学習規律の確立 2) 運動の学び方の育成 3) 体力の向上 4) スポーツ文化・ルール・マナーの知識としての習得、ゲームや実際の運動の運営管理(安全面・運動生理を含む)習得

月	単元・教材名	指導内容	評価方法
4月	体づくり運動 および柔道・陸上競技	体ほぐしの運動を通じて、体を動かす楽しさや心地よさを探究する。各種トレーニングを各自に能力に合った目標設定を行い実践的に理解する。	出席状況 授業への取り組み(積極性、協調性) 提出物 目標到達度
5月	各種トレーニング	柔道を通じて、礼儀や相手を思いやる気持ちを養い、自分自身が安全にあらゆる受け身がとれるようにする。	
6月	水泳	いろいろな基礎的運動を通して、体力の向上を図る。 集団行動や桜塚体操を習得する	
7月	体育理論	体育理論を座学で授業展開をし、文化としてのスポーツ・運動生理学を中心に学習する。 水の特性を理解し、水泳の楽しさや喜びを味あわせ、自己の能力に合わせた課題や安全に対する能力を養う。	
8月	水泳 ラグビー および柔道、 バスケットボール	ラグビーの基本的な技術を身につけ、ラグビー精神に触れながら集団的な技能に結びつけることでゲームを楽しめるようになる。	
9月		柔道では受け身の継続的習得と寝技のかかり練習を通じ次の実践への能力を養う。また、審判法を学習し試合の運営ができるようになる	
10月		バスケットボールを通じて技術の巧緻性を高め判断力を養い楽しくゲームを運営できるようにする。	
11月		チームにおける自分の役割を自覚しその責任を果たし互いに協力し合い練習ゲームをができるようになる。	
12月			
1月	持久走 および柔道	自己の能力に応じて目標を決め、あきらめずに心身共に持久性を高める。安全に配慮し自身のコンディションを整え計画的に実践できる能力を養う。	
2月			
3月			

平成28年度 指導と評価の年間計画 (大阪府立桜塚高等学校)

教科	科目	単位数	指導学年	教科書名	副教材名等
保健体育	体育・女子	3	1	現代高等保健体育 (大修館書店)	現代高等保健体育ノート (大修館書店)

到達目標	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できるようにするとともに、体の調子を整え、体力の向上を図り、健康・安全に留意し、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できる資質や能力を養うようにする
到達目標に向けての具体的な取組 (指導上の留意点)	運動を通して自分や仲間の体や心の状態に気づき、体の調子を整え、仲間と楽しく交流する。 5) 学習規律の確立 6) 運動の学び方の育成 7) 体力の向上 スポーツ文化・ルール・マナーの知識としての習得、ゲームや実際の運動の運営管理(安全面・運動生理を含む)習得。

月	単元・教材名	指導内容	評価方法
4月	体づくり運動 および桜塚体操	体ほぐしの運動を通じて、体を動かす楽しさや心地よさを探究する。 。 集団行動と桜塚体操を習得させる。	出席状況 授業への取り組み(積極性、協調性、)・提出物 目標到達度
5月	陸上競技(ハードル走)・各種トレーニング	ハードル走により自分の能力に応じ技術を磨き協力して競技をする姿勢を育てる。 いろいろな基礎的運動を通して、体力の向上を図る。	
6月	タグラグビー	。各種トレーニングを各自に能力に合った目標設定を行い実践的に理解する。	
7月	水泳 体育理論	個人的スキルを中心に、ラグビーの特性を知り協力してゲームを展開する。 体育理論を座学で授業展開をし、文化としてのスポーツ・運動生理学を中心に学習する。 水の特性を理解し、水泳の楽しさや喜びを味あわせ、自己の能力に合わせた課題や安全に対する能力を養う。	
8月	水泳	柔軟性、調整力を高めながらマット技能を習得し、マット演技の発表と評価ができる。	
9月	およびマット運動		
10月	バスケットボール	バスケットボールを通じて技術の巧緻性を高め判断力を養い楽しくゲームを運営できるようにする。 チームにおける自分の役割を自覚しその責任を果たし互いに協力し合い練習ゲームができるようになる。	
11月	バレーボール	バレーボールを通じて、個人技能をゲーム等集団で発揮できる能力を養う。チームにおける自己の役割を自覚してその役割を果たして互いに協力して練習やゲームができるようになるとともに勝敗に対して公正な態度がとれるようになる。安全を確か目行動ができるようになる	
12月			
1月	持久走	自己の能力に応じて目標を決めて努力し、安全に配慮し計画的に行える能力を養う。	
2月			
3月			

平成28年度 指導と評価の年間計画 (大阪府立桜塚高等学校)

教科	科目	単位数	指導学年	教科書名	副教材名等
保健体育	保健	1	1	現代高等保健体育 (大修館書店)	現代高等保健体育ノート (大修館書店)

到達目標	生涯を通じて健康に生きていくために、生涯の各段階における健康課題を知る。
到達目標に向けての具体的な取組 (指導上の留意点)	生涯の各段階における健康問題を知り、それに対する対処の仕方を学ぶ。健康を守るために、保健・医療制度の役割、そしてどのように活用すべきか学ぶ。

月	単元・教材名	指導内容	評価方法
4月	現代社会と健康 1. 健康の考え方	現代社会の健康水準や健康のとらえ方、そして個人の行動と社会の活動が、私たちの健康とどのように関わっているかを学ぶ。 ・わが国の健康水準と病気の傾向 ・健康のとらえ方 ・健康と意思決定・行動選択 ・様々な保健活動や対策	定期考査 出席状況 授業への取り組み 宿題・提出物
5月	2. 健康の保持増進と病気の予防	生涯を健康に過ごすためには、生活習慣病を予防し、医薬品の使用や感染症の予防を学ぶ。 ・日常生活行動と生活習慣病 ・喫煙・飲酒・薬物乱用と健康 ・医薬品と健康 ・感染症とその予防 ・心肺蘇生法 (実技講習を含む。)	
6月			
7月			
8月	3. 精神の健康 4. 交通安全	健康は、心と体の調和により健康が保たれていることを学ぶ。 ・欲求と適応機制 ・心身の相関とストレス ・自己実現 ・感染症とその予防 交通事故の現状を知るとともに、安全な交通社会づくりについて学ぶ。 ・交通事故の現状と要因 ・交通社会における運転者の資質と責任 ・安全な交通社会づくり	
9月			
10月			
11月			
12月	5. 応急手当	思わぬ事故や災害に、自分や他人の生命を守るための適切な応急手当ができる手順や方法を学ぶ。 ・応急手当の意義とその基本 ・日常的な応急手当	
1月			
2月			
3月			

平成28年度 指導と評価の年間計画 (大阪府立桜塚高等学校)

教科	科目	単位数	指導学年	教科書名	副教材名等
保健体育	体育・男子	2	2	現代高等保健体育 (大修館書店)	現代高等保健体育ノート (大修館書店)

到達目標	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慶びを深く味わうことができるようにするとともに、体の調子を整え、体力の向上を図り、健康・安全に留意し、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できる資質や能力を養うようにする。
到達目標に向けての具体的な取組 (指導上の留意点)	運動を通して自分や仲間の体や心の状態に気づき、体の調子を整え、仲間と楽しく交流する。 8) 学習規律の確立 9) 運動の学び方の育成 10) 体力の向上 スポーツ文化・ルール・マナーの知識としての習得、ゲームや実際の運動の運営管理(安全面・運動生理を含む)習得

月	単元・教材名	指導内容	評価方法
4月	バレーボール および柔道	バレーボールを通じて、個人技能をゲーム等集団で発揮できる能力を養う。チームにおける自己の役割を自覚してその役割を果たして互いに協力して練習やゲームができるようになるとともに勝敗に対して公正な態度がとれるようになる。安全を確か目行動ができるようになる。	出席状況 授業への取り組み 提出物 目標への到達度
5月	水泳	柔道を通じて、礼儀や相手を思いやる気持ち、自分自身の安全に留意しながら立ち技を習得する。	
6月		体育理論を座学で授業展開をし、文化としてのスポーツ(ルールやマナー)歴史・運動生理学を中心に学習する。	
7月	体育理論	「背泳ぎ」水の特性を理解し、水泳の楽しさや喜びを味あわせ、自己の能力に合わせた課題や安全に対する能力を養う。	
8月	水泳	サッカーを通じて、個人技能をゲーム等集団で発揮できる能力を養う。チームにおける自己の役割を自覚してその役割を果たして互いに協力して練習やゲームができるようになるとともに勝敗に対して公正な態度がとれるようになる。安全を確か目行動ができるようになる。	
9月	サッカー および柔道	跳躍種目を通じ、種目の特性を学びながら自己記録へ挑戦する。互いに計測しコーチングしながら記録を伸ばす工夫をする。	
10月		柔道では、立ち技の技能習得に励み、審判法を理解し実践を通じ安全に個人戦や団体戦の試合ができるようにする。	
11月			
12月			
1月	持久走	1年間の自己の進歩を具体的に記録し実践する。	
2月		自己の能力に応じて目標を決めて努力し、安全に配慮し計画的に行える能力を養う。	
3月			

平成28年度 指導と評価の年間計画 (大阪府立桜塚高等学校)

教科	科目	単位数	指導学年	教科書名	副教材名等
保健体育	体育・女子	2	2	現代高等保健体育 (大修館書店)	現代高等保健体育ノート (大修館書店)

到達目標	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できるようにするとともに、体の調子を整え、体力の向上を図り、健康・安全に留意し、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できる資質
到達目標に向けての具体的な取組 (指導上の留意点)	運動を通して自分や仲間の体や心の状態に気づき、体の調子を整え、仲間と楽しく交流する。 1 1) 学習規律の確立 1 2) 運動の学び方の育成 1 3) 体力の向上 スポーツ文化・ルール・マナーの知識としての習得、ゲームや実際の運動の運営管理(安全面・運動生理を含む)習得

月	単元・教材名	指導内容	評価方法
4月	ハンドボール およびダンス	ハンドボールの技術を習得し、また、集団としての自分の役割を理解し戦術を立てた楽しいゲームができるようになる	出席状況 授業への取り組み 宿題・提出物
5月	水泳	「脊泳ぎ」(水の特性を理解し、水泳の楽しさや喜びを味あわせ、自己の能力に合わせた課題や安全に対する能力を養う。 ダンスは、自分の能力に応じた課題をもって運動を行う。楽しく踊り、発表できるようにする。 体育理論を座学で授業展開をし、文化としてのスポーツ(ルールやマナー)歴史・運動生理学を中心に学習する。	
6月	体育理論		
7月			
8月	水泳	水中での活動が全身トレーニングとして効果的であることを体感させる。	
9月	およびダンス	全身で感情や背景を表現しリズム感豊かに創作し、演技発表できるようにする。 チームの課題や自己の能力に応じた技能の向上、戦術・作戦をいかした楽しいゲームがようになる。	
10月	ミニサッカー		
11月			
12月			
1月	持久走	自己の能力に応じて目標を決めて努力し、体力の向上に努め安全に配慮し計画的に行える能力を養う。 年間の自己の進歩を具体的に記録し実践する	
2月			
3月			

平成28年度 指導と評価の年間計画 (大阪府立桜塚高等学校)

教科	科目	単位数	指導学年	教科書名	副教材名等
保健体育	保健	1	2	現代高等保健体育 (大修館書店)	現代高等保健体育ノート (大修館書店)

到達目標	生涯を通じて健康に生きていくために、生涯の各段階における健康課題を知る。
到達目標に向けての具体的な取組 (指導上の留意点)	生涯の各段階における健康問題を知り、それに対する対処の仕方を学ぶ。健康を守るために、保健・医療制度の役割、そしてどのように活用すべきか学ぶ。

月	単元・教材名	指導内容	評価方法
4月	生涯を通じる健康	思春期から中高年期にいたるまで、どのような健康問題があるか、それらをどのように対処すればよいかを学ぶ。 ・思春期と健康 ・結婚生活と健康 ・加齢と健康	定期考査 出席状況 授業への取り組み 宿題・提出物
5月	1. 生涯の各段階における健康		
6月			
7月			
8月	2. 保健・医療制度と地域の保健・医療機関の活用	生涯を通じて健康を保持増進するためには、保健・医療制度の必要性、しくみや活用の仕方を学ぶ。 ・わが国の保健・医療制度 ・地域の保健・医療機関の活用 社会生活における健康の保持増進には、個人の力、自然環境や社会環境が大きく関わっていることを学ぶ。 ・環境の汚染 ・環境と健康の対策	
9月			
10月	社会生活と健康		
11月	1. 環境と健康		
12月			
1月	2. 環境と食品の保健	・環境衛生 ・食品保健 ・職業病や労働災害 ・労働者の健康	
2月	3. 労働と健康		
3月			

平成28年度 指導と評価の年間計画 (大阪府立桜塚高等学校)

教科	科目	単位数	指導学年	教科書名	副教材名等
保健体育	体育	3	3	新保健体育 (大修館書店)	新保健体育ノート (大修館書店)

到達目標	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できるようにするとともに、生涯を通じて継続的に運動ができる資質や能力を養うようにする。
到達目標に向けての具体的な取組 (指導上の留意点)	自らの興味、関心、能力に応じて種目を選択しそれぞれの基礎、応用、実践と展開することを目標に生徒自身が立案し実践、反省しながら運営する能力を養う。 、活動量の保証、及び自主性を高めることで、生涯のスポーツ活動を継続する意識を高めることを目標とする。 年間を5期に区分し、それぞれ違う種目を選択させる。。

月	単元・教材名	指導内容	評価方法
4月	I期・選択種目 基礎編	(選択種目) サッカー・ソフトボール・バレーボールソフトテニス・硬式テニス・卓球・ラクロス・バドミントン・ハンドボール・フラッグフットボール・アルティメット・バスケットボール・ダンス・他	出席状況 授業への取り組み
5月	応用編		・企画
6月	実践編	各種選択種目の運動の特性を理解し、リーダー集会を通じて施設・人数等を考慮して、事前に授業計画を立て、互いが技術指導を行える能力を養う。	・指導 ・活動量 ・協調性 ・提出物
7月	II期・選択種目 基礎編 および水泳 応用編 実践編	I期で選択した種目以外を行う。初めての種目の選択であっても、自分達で種目を研究し指導にあたることを目標とした。 季節的な種目である水泳を必修とした。自分の能力に応じて技能を高め、正しいフォームで長く泳げる能力を養う。	など総合的に判断する
8月	水泳 III期 基礎編	十分な身体活動保証し、互いに協力して練習し、安全に配慮できる態度を養う。	
9月	応用編	* I・II期で選択した種目以外を行う	
10月	実践編	。	
11月	IV期・選択種目 基礎編		
12月	応用編 実践編		
1月	V期・選択種目 基礎編	I～IV期以外の種目を行う	
2月	応用編		
3月	実践		