

学年	教科目	週当	教材・授業内容	SC = サマーコース				WC = ウィンターコース				SpC = スプリングコース					
				4月	5月	6月	7月	SC前期	8月	SC後期	9月	10月	11月	12月(含WC)	1月	2月	3月(含SpC)
中学 1年	男子	②	サッカー (指導内容)	体力テスト	ボール慣れ ドリブル・パス・ボールコントロール	基本技術の習得 1対1の攻防											
		①	他種目	体作り運動	ラジオ体操 器械運動	保健(4時間)調和のとれた生活(体育理論含む)					水泳	基本技術の習得 キャンプ指導	体育祭の練習	原理原則(守備) ルール ゲーム 1対1 2対2 8対8	原理原則(攻撃) 2対1 3対2 ゲーム 保健(7時間)心身の機能の発達と心の健康		
	女子	②	バレーボール (指導内容)	体力テスト	ボール慣れ 基本 (オーバーパス・アンダーパス)	サーブ・対列パス・簡易ゲーム											
		①	他種目	体作り運動	ラジオ体操 器械運動	保健(4時間)調和のとれた生活(体育理論含む)					水泳	バス応用 キャンプ指導	体育祭の練習	陸上 剣道 保健(5時間)心身の機能の発達と心の健康(体育理論含む)	ダンス テニス サーブ・チーム練習・ゲーム 保健(7時間)心身の機能の発達と心の健康		
中学 2年	男子	②	サッカー (指導内容)	体力テスト	基本技術の復習 体作り運動 (パス・トラップ・シュート)	攻撃の基本 2対1 2対2 ゲーム											
		①	他種目	陸上	剣道	保健(4時間)健康と環境 傷害の防止(体育理論含む)					水泳	基本練習 ボールコントロール キャンプ指導	体育祭の練習	守備の基本(チャレンジ&カバー) 2対2 3対3 ゲーム	ルール ゲーム 保健(7時間)健康と環境 傷害の防止		
	女子	②	バレーボール (指導内容)	体力テスト	オーバーパス・アンダーパス 体作り運動 サープレシーブ	ゲーム											
		①	他種目	剣道	陸上	保健(4時間)健康と環境 傷害の防止(体育理論含む)					水泳	バスからトスへ発展 キャンプ指導	体育祭の練習	スパイクフォーム・スパイク助走 スパイク・ゲーム	ルール・トス・スパイク・レシーブ・ゲーム 保健(7時間)健康と環境 傷害の防止		
中学 3年	男子	②	サッカー (指導内容)	体力テスト	基本技術の復習 体作り運動 ボールコントロール	攻撃の基本(視野の確保) 3対2 4対3 6対4 ゲーム											
		①	他種目	陸上	剣道	保健(4時間)健康な生活と病気の予防(体育理論含む)											
	女子	②	バレーボール (指導内容)	体力テスト	スパイク技術の習得 体作り運動 ゲーム	ブロック技術の習得											
		①	他種目	剣道	陸上	保健(4時間)健康な生活と病気の予防(体育理論含む)											
高校 1年	男子	①	サッカー (指導内容)	体力テスト	基本技術の復習 体作り運動 キック・ボールコントロール	戦術理解(攻撃) 3対2 4対3 ゲーム											
		①	バレーボール (指導内容)	体力テスト	オーバーパスとスパイク 体作り運動 ブロック・ダイレクト処理	ゲーム											
	(選択)	①	卓球 (男子・女子)	ラケットイング	ストローク②③	ストローク①②											
		①	卓球 (男子・女子)	ルール	基本姿勢・サーブ・フォアハンド・バックハンド	ゲーム											
		①	卓球 (男子・女子)	グリップ	ゲームの進め方(シングルス)	ゲーム											
		①	卓球 (男子・女子)	グリップ	ストローク(オーバー・フォア・バック)	ゲーム											
		①	卓球 (男子・女子)	サーブ	ゲームの進め方(シングルス)	ゲーム											
		①	バレーボール (男子)	基本パス練習(オーバー・アンダー)	対人レシーブ・サーブ・サーブレシーブ・ミニゲーム	ゲーム											
		①	バスケットボール (男子・女子)	基本技術の習得(オフェンス)	ドリブル・パス・シュート・リバウンド	ゲーム											
		①	ハンドボール (女子)	個人技術の習得	対人練習	ゲーム											
①	ティーンボール (男子)	個人技術の習得	(守備・打撃)	ゲーム													
高校 2年	男子	①	サッカー (指導内容)	体力テスト	基本技術の復習 体作り運動 キック・ボールコントロール	戦術理解(攻撃) 3対2 4対3 ゲーム											
		①	バレーボール (指導内容)	体力テスト	オーバーパスとスパイク 体作り運動 ブロック・ダイレクト処理	ゲーム											
	(選択)	①	卓球 (男子・女子)	ラケットイング	ストローク②③	ストローク①②											
		①	卓球 (男子・女子)	ルール	基本姿勢・サーブ・フォアハンド・バックハンド	ゲーム											
		①	卓球 (男子・女子)	グリップ	ゲームの進め方(シングルス)	ゲーム											
		①	卓球 (男子・女子)	グリップ	ストローク(オーバー・フォア・バック・ドロップ)	ゲーム											
		①	卓球 (男子・女子)	サーブ	ゲームの進め方(シングルス)	ゲーム											
		①	バレーボール (男子)	基本パス練習(オーバー・アンダー)	対人レシーブ・サーブ・サーブレシーブ・ミニゲーム	ゲーム											
		①	バスケットボール (男子・女子)	基本技術の習得(オフェンス)	ドリブル・パス・シュート・リバウンド	ゲーム											
		①	ハンドボール (男子)	個人技術の習得	対人練習	ゲーム											
高校 3年	男子	②	サッカー (指導内容)	体力テスト	審判法・ゲーム 体作り運動 チーム練習・リーグ戦	ゲーム											
		②	バレーボール (指導内容)	体力テスト	チーム作り 体作り運動 ポジション別練習	ゲーム											
	(選択)	①	卓球 (男子・女子)	ルール	基本姿勢・サーブ・フォアハンド・バックハンド	ゲーム											
		①	卓球 (男子・女子)	グリップ	ゲームの進め方(シングルス)	ゲーム											

学年	教科目	週当	教材・授業内容	4月	5月	6月	7月	SC前期	8月	SC後期	9月	10月	11月	12月(含WC)	1月	2月	3月(含SpC)
高1	男女	①	最新高等保健体育		現代社会と健康							現代社会と健康			運動・スポーツの文化的特徴		
高2	男女	①	最新高等保健体育		生涯を通じる健康							生涯を通じる健康		社会生活と健康		社会生活と健康	運動・スポーツの学び方 豊かなスポーツライフの設計