

【中学保健体育・高校体育】

SC = サマーコース

SpC = スプリングコース

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	1月	2月	3月(含SpC)
1年	男子	②	サッカー (指導内容)	体づくり 運動 体力テスト	体育祭練習		基本技術の習得 1対1の攻防				基本技術の習得	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) 心身の機能の発達と心の健康		
		①	他種目				器械体操 体育理論 (保健) 調和のとれた生活				陸上						
	女子	②	バレーボール (指導内容)				ボール慣れ 基本技術 オーバーパス・アンダーパス				サーブ 対列パス 簡易ゲーム	パス応用 (個人・チーム)	ルール理解 フォーメーション	サーブ ゲーム	サーブ・チーム練習・ゲーム (保健) 心身の機能の発達と心の健康		
		①	他種目				ラジオ体操 (保健) 調和のとれた生活				器械運動 体育理論					剣道 (保健) 調和のとれた生活・心身の機能の発達と心の健康	陸上
2年	男子	②	サッカー (指導内容)	体づくり 運動 体力テスト	体育祭練習		基本技術の復習 ス・トラップ・シュート				基本練習 ボールコントロール	戦術理解 守備の基本 3対3 ゲーム			ルール	ゲーム	
		①	他種目				陸上 (保健) 生活習慣の健康への影響				剣道 生活習慣の健康への影響 (体育理論含む)						テニス
	女子	②	バレーボール (指導内容)				オーバーパス アンダーパス サーブ				サーブレシーブ ミート練習 ゲーム	バスからトスへ発展	スパイクフォーム スパイク助走	スパイク ゲーム	レシーブ・トス・スパイク・ゲーム (保健) けがの防止と応急手当		
		①	他種目				剣道 (保健) 生活習慣の健康への影響				陸上 生活習慣の健康への影響 (体育理論含む)					器械体操	ティーボール
3年	男子	②	サッカー (指導内容)	体づくり 運動 体力テスト	体育祭練習		基本技術の復習 攻撃の基本 (視野の確保) 3対2				基本技術の復習	守備の基本 (攻→守の切り替え) 7対0 4対4 6対6 ゲーム			ルール・ゲーム (保健) 感染症の予防と健康を守る社会の取り組み		
		①	他種目				バレーボール				陸上 (保健) 感染症の予防と健康を守る社会の取り組み (体育理論含む)					剣道	ダンス
	女子	②	バレーボール (指導内容)				トス技術習得				スパイク技術の習得 ゲーム	サブレシーブ技術の習得	スパイク (レシーブからの展開) ミニゲーム (3対3)	ゲーム (保健) 感染症の予防と健康を守る社会の取り組み			
		①	他種目				サッカー				剣道 (保健) 感染症の予防と健康を守る社会の取り組み (体育理論含む)				陸上	ダンス	
1年	男子	①	サッカー (指導内容)	体づくり 運動 体力テスト	体育祭練習		基本技術の復習 戦術理解 (攻撃) 3 対3 4対4				基本技術の復習	戦術理解 (守備) ゲーム	チーム戦術理解	ゲーム			
	女子	①	バレーボール (指導内容)				オープンストとスパイク				ダイレクトの処理 セッター練習 フォーメーション				サーブレシーブの フォーメーション	ゲーム	スパイクレシーブの フォーメーション
	(選択)	①	種目				選択種目別				選択種目別	卓球 (男女) バドミントン (男女) テニス (男女) バスケットボール (女子) Tボール (男子)	卓球 (男女) バドミントン (男女) テニス (男女) バスケットボール (女子) Tボール (男子)				
2年	男子	①	サッカー (指導内容)	体づくり 運動 体力テスト	体育祭練習		攻撃戦術理解 パス・トラップ・シュート 2対2 3対3				基本技術の復習	守備戦術理解 パス・トラップ・シュート 2対2 3対3 ミニゲーム	ゲーム	チーム戦術理解	ゲーム		
	女子	①	バレーボール (指導内容)				ポジションと役割 ポジション別練習 フォーメーション理解				シートレシーブ					ゲーム	チーム作り
	(選択)	①	種目				選択種目別				選択種目別	卓球 (男女) バドミントン (男女) テニス (男女) バスケットボール (男女) Tボール (男子)	卓球 (男女) バドミントン (男女) テニス (男女) バスケットボール (男女) Tボール (男子)				
3年	男子	②	サッカー (指導内容)	体づくり 運動 体力テスト	体育祭練習		審判法・ゲーム チーム練習 リーグ戦				リーグ戦	リーグ戦	リーグ戦				
	女子	②	バレーボール (指導内容)				チーム作り チーム練習 ゲーム				リーグ戦				リーグ戦		
	(選択)	①	種目				選択種目別				選択種目別	卓球 (男女) バドミントン (男女) テニス (男女) バスケットボール (女子) Tボール (男女)					

【高校保健】

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	1月	2月	3月(含SpC)
高1	男女	①	現代高等保健体育	体づくり運動 体力テスト	現代社会と健康	体育祭練習	現代社会と健康				現代社会と健康	安全な社会生活			スポーツの発祥と発展		
高2	男女	①	現代高等保健体育	体づくり運動 体力テスト	生涯を通じる健康	体育祭練習	生涯を通じる健康				生涯を通じる健康	健康を支える環境作り			運動・スポーツの 学び方	豊かなスポーツライフの設計	