

【中学保健体育・高校体育】

学年	教科科目	週当	教材・授業内容	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
中学 1年	男子	②	サッカー (指導内容)	体づくり運動 体力テスト 体育祭の練習	ボール慣れ 基本技術の習得 ドリブル・パス・ボールコントロール 1対1の攻防	基本練習 ボールコントロール	基本技術の習得	基本練習 ボールコントロール	原理原則 (守備) ルール ゲーム1対1 2対2 8対8	戦術理解 守備の基本 3対3 ゲーム	原理原則 (攻撃) 2対1 3対2 ゲーム	ルール ゲーム	ゲーム			
		①	他種目		ラジオ体操・器械体操 (保健) 調和のとれた生活(体育理論含む)		陸上		剣道		ダンス テニス (保健) 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)		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		パス応用 (個人・チーム)		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 器械運動 (保健) 体育理論・調和のとれた生活		剣道		陸上		ハンドボール ダンス					
中学 2年	男子	②	サッカー (指導内容)	体づくり運動 体力テスト 体育祭の練習	基本技術の復習 攻撃の基本 パス・トラップ・シュート 2対1 2対2 ゲーム	基本練習 ボールコントロール	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	ゲーム	ゲーム				
		①	他種目		陸上 剣道 (保健) 健康な生活と病気の予防②(体育理論含む)		テニス		ダンス		テーブルボール 器械体操 (保健) けがの防止と応急手当(体育理論含む)					
	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 サーブレシーブ ゲーム		パスからトスへ発展		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 陸上 (保健) 生活習慣の健康への影響(体育理論含む)		器械体操		テーブルボール		バスケットボール ダンス					
中学 3年	男子	②	サッカー (指導内容)	体づくり運動 体力テスト 体育祭の練習	基本技術の復習 攻撃(視野の確保) 3対3 4対3 ゲーム	基本技術の復習	基本技術の復習	守備(攻→守の切り替え) アプローチ 3対2 4対4 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	ゲーム	ゲーム	ゲーム				
		①	他種目		バレーボール (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		剣道		ダンス					
	女子	②	バレーボール (指導内容)		スパイク技術の習得 トス技術の習得(セグ) 体作り運動 (ボールヒット・ステップワーク・ジャンプ)		サー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 (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		陸上		ダンス					
高校 1年	男子	①	サッカー (指導内容)	体づくり運動 体力テスト 体育祭の練習	基本技術の復習 戦術理解(攻撃) 3対2 4対3 ゲーム	基本技術の復習	基本技術の復習	戦術理解(守備) キック・ボールコントロール チャレンジ&カバー	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)		オープントスとスパイク セッター練習		ダイレクトの処理 セッター練習 オープンスパイク		レシーブフォーメーション ゲーム (ディグとレセプションの違い)		乱打					ゲーム
	(選択)	①	※種目決定は 体育祭後		卓球 バドミントン テニス バスケットボール Tボール		卓球 バドミントン テニス バスケットボール Tボール		卓球 バドミントン テニス バスケットボール Tボール		卓球 バドミントン テニス バスケットボール Tボール					
高校 2年	男子	①	サッカー (指導内容)	体づくり運動 体力テスト 体育祭の練習	基本技術の復習 攻撃戦術理解 パス・トラップ・シュート 4対4 5対5 ゲーム	基本技術の復習	基本技術の復習	守備戦術理解 セットプレー パス・トラップ・シュート ミニゲーム	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)		サーブレシーブからの展開 ポジションと役割 2対2 3対3 4対4 ゲーム		シートレシーブ		ゲーム		チーム作り					ゲーム
	(選択)	①	※種目決定は 体育祭後		卓球 バドミントン テニス バスケットボール Tボール		卓球 バドミントン テニス バスケットボール Tボール		卓球 バドミントン テニス バスケットボール Tボール		卓球 バドミントン テニス バスケットボール Tボール					
高校 3年	男子	②	サッカー (指導内容)	体づくり運動 体力テスト 体育祭の練習	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 ローテーション分析・審判法 リーグ戦				リーグ戦		リーグ戦					
	(選択)	①	※種目決定は 体育祭後		卓球 バドミントン テニス バスケットボール Tボール		卓球 バドミントン テニス バスケットボール Tボール		卓球 バドミントン テニス バスケットボール Tボール		卓球 バドミントン テニス バスケットボール Tボール					

【高校保健】

学年	教科科目	週当	教材・授業内容	4月	5月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
高1	男女	①	現代高等保健体育	体力テスト 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	体力テスト 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	