

平成31年度（保健体育 女子）年間指導計画

第(3)学年

杉並区立神明中学校(学校番号13)

担当 波田野 明

月	時間数	指導内容
4	9	体づくり運動 ラジオ体操 集団行動
5	8 2	陸上競技（短距離走、リレー） 球技（バレーボール） 体育理論（7）現代生活におけるスポーツの文化的意義
6	8 2	球技（バレーボール） 陸上競技（ハードル走、走り幅跳び） スポーツテスト
7	8	水泳（クロール、平泳ぎ）
8		
9	8 8	水泳（クロール、平泳ぎ、遠泳） 武道、剣道 体育理論（8）国際的なスポーツ大会が果たす文化的な役割
10	6 6	球技（ハンドボール） 球技（サッカー）
11	10	器械運動（マット運動、ストレッチ） 体育理論（9）人々を結びつけるスポーツの文化的なはたらき
12	2 2 2	陸上競技（長距離走）、 保健（健康な生活と病気の予防） 保健（性感染症の予防、エイズの予防）
1	8	バスケットボール 保健（応急手当）
2	8	ダンス（創作ダンス）
3	2 2	ダンス（創作ダンス） 球技