

第1学年 体育 6/22～6/29の授業進度予定

・授業計画は予定なので、変更する場合があります。変更する際は、授業の中でお知らせします。

着替えや水筒・タオルなど必要に応じて準備しましょう。

学習回数	取り組む内容	単元名	予習の参考となるwebサイト	場所
1回	・ガイダンス	(1) 体育の授業についての説明 評価についての説明	配布資料	・教室
2回	○ラジオ体操の練習 ポイント確認	・体づくり運動 ・ラジオ体操 <持ち物> ・体育着 (半袖・半ズボン) ・体育館履き ・筆記用具	配布資料	・アリーナ ・小体育館

<p>3回 (晴天)</p>	<p>(1) ラジオ体操の練習</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 ・陸上競技 (短距離走) <p><持ち物></p> <ul style="list-style-type: none"> ・体育着 (半袖・半ズボン) ・運動靴 ・筆記用具 	<p>ステップアップ中 学体育 P61～85</p>	<p>・校庭</p>
<p>3回 (雨天)</p>	<p>(1) バレーボールの基本用語や技能の名称、ルール等の確認 (2) 個人技能 (アンダーハンドパス・</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 ・球技 (バレーボール) <p><持ち物></p> <ul style="list-style-type: none"> ・体育着 (半袖・半ズボン) ・体育館履き ・筆記用具 	<p>ステップアップ中 学体育 P171～189</p>	<p>・アリーナ ・小体育館</p>
<p>4回 (晴天)</p>	<p>(1) ラジオ体操のテスト</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 ・球技 (バレーボール) <p><持ち物></p> <ul style="list-style-type: none"> ・体育着 (半袖・半ズボン) ・体育館履き ・筆記用具 	<p>ステップアップ中 学体育 P61～85</p>	<p>・校庭</p>

<p>4回 (雨天)</p>	<p>(1) 個人技能 (アンダーハンドパス・オーバーハンドパス) の練習</p>	<p>・体づくり運動 ・球技 (バレーボール)</p> <p><持ち物> ・体育着 (半袖・半ズボン) ・体育館履き ・筆記用具</p>	<p>ステップアップ中学体育 P171~189</p>	<p>・アリーナ ・小体育館</p>
<p>5回 (晴天)</p>	<p>(1) クラウチングスタートの練習</p>	<p>・体づくり運動 ・陸上 (短距離走)</p> <p><持ち物> ・体育着 (半袖・半ズボン) ・運動靴 ・筆記用具</p>	<p>ステップアップ中学体育 P61~85</p>	<p>・校庭</p>
<p>5回 (雨天)</p>	<p>(1) 個人技能 (アンダーハンドパス・オーバーハンドパス) の練習</p>	<p>・体づくり運動 ・球技 (バレーボール)</p> <p><持ち物> ・体育着 (半袖・半ズボン) ・体育館履き ・筆記用具</p>	<p>ステップアップ中学体育 P171~189</p>	<p>・アリーナ ・小体育館</p>

<p>6回 (晴天)</p>	<p>○クラウチングスタートの姿勢からのスタートの練習</p>	<p>・体づくり運動 ・陸上競技 (短距離走)</p> <p><持ち物> ・体育着 (半袖・半ズボン) ・運動靴 ・筆記用具</p>	<p>ステップアップ 中学体育P61～85</p>	<p>・校庭</p>
<p>6回 (雨天)</p>	<p>○ボールを使いながら、ストレッチをしたり、ボールの扱いに慣れるとともに心と体をほぐす ○バレーボールの基本用語や技能の名称、ルール等の確認 ○個人技能（アンダーハンドパス・オーバーハンドパス）のポイント確認</p>	<p>・体づくり運動 ・球技 (バレーボール)</p> <p><持ち物> ・体育着 (半袖・半ズボン) ・体育館履き ・筆記用具</p>	<p>ステップアップ 中学体育 P171～189</p>	<p>・アリーナ ・小体育館</p>
<p>7回 (晴天)</p>	<p>○クラウチングスタートの姿勢からのスタートの練習 ○クラウチングスタートのテスト ○50m走の計測</p>	<p>・体づくり運動 ・陸上競技 (短距離走)</p> <p><持ち物> ・体育着 (半袖・半ズボン) ・運動靴 ・筆記用具</p>	<p>ステップアップ 中学体育P61～85</p>	<p>・校庭</p>

<p>7回 (雨天)</p>	<p>○ボールを使いながら、ストレッチをしたり、ボールの扱いに慣れるとともに心と体をほぐす ○バレーボールの基本用語や技能の名称、ルール等の確認 ○個人技能（アンダーハンドパス・オーバーハンドパス）のポイント確認</p>	<p>・体づくり運動 ・球技 (バレーボール) <持ち物> ・体育着 (半袖・半ズボン) ・体育館履き ・筆記用具</p>	<p>ステップアップ 中学体育 P171~189</p>	<p>・アリーナ ・小体育館</p>
<p>8回 (晴天)</p>	<p>○クラウチングスタートから最後まで全力で走りきる ○100m走の計測</p>	<p>・体づくり運動 ・陸上 (短距離走) <持ち物> ・体育着 (半袖・半ズボン) ・運動靴 ・筆記用具</p>	<p>ステップアップ 中学体育 P61~85</p>	<p>・校庭</p>
<p>8回 (雨天)</p>	<p>○ボールを使いながら、ストレッチをしたり、ボールの扱いに慣れるとともに心と体をほぐす ○バレーボールの基本用語や技能の名称、ルール等の確認 ○個人技能（アンダーハンドパス・オーバーハンドパス）のポイント確認</p>	<p>・体づくり運動 ・球技 (バレーボール) <持ち物> ・体育着 (半袖・半ズボン) ・体育館履き ・筆記用具</p>	<p>ステップアップ 中学体育 P171~189</p>	<p>・アリーナ ・小体育館</p>