

学習シラバス

教 科	科 目	履修学年	コ ー ス	履修区分	単 位 数
保健体育	体 育	1	全 (女子)	必 修	3
使用教科書 ・副教材等	現代高等保健体育改訂版 (大修館書店)				
学習目標	運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。				

授 業 計 画

	学 習 内 容	学 習 の ね ら い
一学期中間 考査まで	体づくり運動	<ul style="list-style-type: none"> 中央高校体操、体ほぐしの運動、体力を高める運動などを通して、運動の意義や方法を理解できるようにする。 集団行動の主な行動様式を身に付け、集団の約束や決まりを守って行動できるようにする。
一学期期 末考査まで	球技Ⅰ 「バレーボール」・「ハンドボール」 水泳 「各種泳法 (クロール・平泳ぎ)」 体育理論 「運動スポーツの文化的特徴Ⅰ」	<ul style="list-style-type: none"> 仲間と連携した動きと声のサポートによる三段攻撃を使って、攻防を展開できるようにする。(バレーボール) グループで、走りながらのプレイを使って、スペースを生かした攻防を展開できるようにする。(ハンドボール) 自己に適した泳法の効率を高めて、泳ぐことができるようにする。 水泳の事故防止に関する心得を理解し、健康・安全を確保して活動できるようにする。 スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について理解できるようにする。
一学期中 間考査まで	球技Ⅰ 「バレーボール」・「ハンドボール」 ダンス 「現代的なリズムのダンス」	<ul style="list-style-type: none"> ポジションの役割や状況に応じたコンビネーションプレイによって、攻防を展開できるようにする。(バレーボール) 状況に応じてパスやシュートを使い分け、チームで連携したプレイによってスペースに応じた攻防ができるようになる。(ハンドボール) リズムの特徴をとらえ、変化とまとまりを付けて、リズムに乗って全身で踊ることができるようにする。
一学期期 末考査まで	球技Ⅱ 「ハンドボール」・「バレーボール」 体育理論 「運動スポーツの文化的特徴Ⅱ」	<ul style="list-style-type: none"> グループで、走りながらのプレイを使って、スペースを生かした攻防を展開できるようにする。(ハンドボール) 仲間と連携した動きと声のサポートによる三段攻撃を使って、攻防を展開できるようにする。(バレーボール) スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について理解できるようにする。
学年末 考査まで	陸上競技 (中・長距離走) 体育理論 「運動スポーツの文化的特徴Ⅲ」	<ul style="list-style-type: none"> 自己の能力に応じて、中・長距離を速く走ることを目指し、ねばり強く走りきれる根気と体力を養う。 スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について理解できるようにする。
評価方法	<p>【関心・意欲・態度】 出欠状況、授業態度、授業中の発表などで評価する。</p> <p>【思考・判断】 授業中の発表、行動観察、ワークシートの記述内容などで評価する。</p> <p>【技能】 行動観察、スキルテストなどで評価する。</p> <p>【知識・理解】 授業中の発表、行動観察 (運動の特性やルールなどの理解)、ペーパーテストなどで評価する。</p>	