

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	2	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 考查まで	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 考查まで	球技Ⅰ 「ソフトボール」・「テニス」 水泳 「各種泳法 (クロール・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライ)」 体育理論 「運動やスポーツの効果的な学習の仕方Ⅰ」	<ul style="list-style-type: none"> 積極的な打撃と守備の連携プレイによって、攻防を展開できるようにする。(ソフトボール) パートナーと連携し、相手コートに空いている場所をめぐる攻防が展開できるようにする。(テニス) 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。 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について理解できるようにする。
一学期中間 考查まで	球技Ⅰ 「ソフトボール」・「テニス」 ダンス 「現代的なリズムのダンス」	<ul style="list-style-type: none"> 状況に応じた攻撃や走塁と守備の連携プレイによって、攻防を展開できるようにする。(ソフトボール) パートナーと連携し、コースや球種を打ち分けるストロークによって攻防を展開できるようにする。(テニス) リズムの特徴をとらえ、変化とまとまりをつけて、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 考查まで	球技Ⅱ 「テニス」・「ソフトボール」 体育理論 「運動やスポーツの効果的な学習の仕方Ⅱ」	<ul style="list-style-type: none"> パートナーと連携し、相手コートに空いている場所をめぐる攻防が展開できるようにする。(テニス) 積極的な打撃と守備の連携プレイによって、攻防を展開できるようにする。(ソフトボール) 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について理解できるようにする。
学年末 考查まで	陸上競技 (中・長距離走) 体育理論 「運動やスポーツの効果的な学習の仕方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ぬ根気と体力を養う。 運動やスポーツの効果的な学習の仕方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>	