

シラバス

教 科	科 目	単位数	学 年	コ ー ス	組
保健体育	体 育	3	3	全	1～13組

教科書	新高等保健体育（大修館書店）	副教材	ステップアップ高校スポーツ2022（大修館書店）

科目の目標	実技では、運動の合理的、計画的な実践を通して、健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図る。
	体育理論では、生涯にわたって運動やスポーツを継続するためには、技術の特徴に応じた学習の仕方があることや、技
	能を高めるための取り組み方、健康・安全を確保するための効果的な学習の仕方について学習する。

科目の概要	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
	できるようにする。自己の状況に応じて体力の向上を図り、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習得する。

観点別評価			
3 観 点	○「知識・技能」	○「思考力・判断力・表現力」	○「主体的に学びに向かう態度」
10 の 力	①「知力・学力」	②「課題対応力」 ③「論理的思考力」 ④「原因分析力」 ⑤「傾聴力」 ⑥「受信・発信力」	⑦「協働力」 ⑧「行動力」 ⑨「自己管理能力」 ⑩「自己実現力」
観 点 の 評 価	運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解しているとともに、それらの技能を身に付ける。	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。	生涯にわたって継続して運動に親しむために、運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組み、互いに協力する。自己の責任を果たし、参画する。一人一人の違いを大切に、健康・安全を確保しようとする態度を養う。
評 価 の 方 法	・定期試験 ・実技試験	・実技試験 ・活動時の意欲 ・定期試験	・平常点（授業態度）

学 習 計 画		
学期	学 習 内 容 (単 元)	単 元 別 学 習 目 標
1 学 期	«座学» 体育理論 3単元 豊かなスポーツライフの設計 1. 生涯スポーツの見方・考え方 «実技» ソフトボール (スローピッチソフトボール) ①キャッチボール ②守備 ③打撃 ④ピッチング ⑤ゲーム 【1学期 中間試験】 実施しない	スポーツは、各ライフステージにおける身体的、心理的、社会的特徴に応じた多様な楽しみ方があることを理解する。 身体全体を使ってバットを振りぬく。 打球のバウンドやコースに応じて、タイミングを合わせてボールを捕る。 コースや高さをコントロールして送球する。
	«座学» 体育理論 3単元 豊かなスポーツライフの設計 2. ライフスタイルとスポーツの楽しみ方 «実技» ソフトボール (スローピッチソフトボール) ①キャッチボール ②守備 ③打撃 ④ピッチング ⑤実技テスト ⑥ゲーム 【1学期 期末試験】 7月1日～5日	生涯にわたってスポーツを継続するためには、ライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方を見付けることなどが必要であることを理解する。 コースや高さのコントロール力を高める。 状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防を展開する。
2 学 期	«座学» 体育理論 3単元 豊かなスポーツライフの設計 3. スポーツ推進のための施策と課題 «実技» サッカー ①パス ②リフティング ③ドリブル ④シュート ⑤実技テスト ⑥ゲーム 【2学期 中間試験】 実施しない	スポーツの推進は、様々な施設や組織、人々の支援や参画によって支えられていることを理解する。 ゴールの枠内にシュートをコントロールする。 味方が操作しやすいパスを送る。 ゴールに向かってボールをコントロールして運ぶ。 シュートをしたり、パスを受けるために見方が作り出した空間に移動する。
	«座学» 体育理論 3単元 豊かなスポーツライフの設計 4. スポーツで「未来」を創る <実技> バドミントン ①フォアハンド ②バックハンド ③サーブ ④スマッシュ ⑤ラリー ⑥実技テスト ⑦ゲーム *2学期実技は中間試験の前で男女で種目を入れ替えて実施。 【2学期 期末試験】 12月2日～6日	人生に潤いをもたらす貴重な文化的資源として、スポーツを未来に継承するためには、スポーツの可能性と問題点を踏まえて適切な「する、みる、支える、知る」などの関わりが求められることを理解する。 安定した用具の操作でシャトルを一連の動きで操作したり、返球に対応した動きで用具を操作し、ねらった場所に打ち返すことができる。 お互いにコントロールしてラリーを続けることができる。 空いた場所をめぐる攻防を展開することができる。
3 学 期	特別編成授業	