

(保健体育)科 体育 (選択)シラバス		2 単位	普通科 第 3 学年	1 ~ 4 組 選択者
年間の到達目標		1 運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう自ら進んで運動し、公正、協力、責任などの態度を身につけます。 2 心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解を深めるとともに、生涯にわたって計画的に運動に親しむ資質や能力を身につけます。 3 健康を保持増進するための運動の仕方を身につけて体力の向上を図り、明るく豊かで活力ある生活を送ることができる力を養います。		
教科書・副教材等				
学期	月	学 習 内 容	学 習 の ね ら い	
	4 5 6 7	体づくり運動、体育理論 トレーニング(サーキット、ウエイト) 球 技(バスケットボール、バレーボール、テニス サッカー、ソフトボール、バドミントン、卓球) スポーツマッサージ 救急法(心肺蘇生法)	自己の体力や生活に応じて、体の調子を整えるなどの体ほぐしの運動を中心に行う。体力を高める運動も行い、体力の向上を目指す。 1・2年次に身につけた技術を基礎として、さらに高いレベルの技能の習得を目指す。 練習やゲームを通してバランスのとれた総合的な体力と運動能力を養う。 ルールや審判法を理解し、チームにおける自己の役割を自覚して、その責任を果たし、互いに協力して練習やゲームができるようになり、勝敗に対して公正な態度がとれるようになる。 健康・安全についての理解を深め、正しい救急法の知識を身につける。	
期末考査範囲		〔備考〕		
	9 10 11 12	体づくり運動、体育理論 トレーニング(サーキット、ウエイト) 球 技(サッカー、ソフトボール、バドミントン、卓球 バスケットボール、バレーボール、テニス) スポーツマッサージ テーピング	自己の体力や生活に応じて、体の調子を整えるなどの体ほぐしの運動を中心に行う。体力を高める運動も行い、体力の向上を目指す。 1・2年次に身につけた技術を基礎として、さらに高いレベルの技能の習得を目指す。 練習やゲームを通してバランスのとれた総合的な体力と運動能力を養う。 ルールや審判法を理解し、チームにおける自己の役割を自覚して、その責任を果たし、互いに協力して練習やゲームができるようになり、勝敗に対して公正な態度がとれるようになる。 スポーツマッサージやテーピングについての知識を身につけ、健康で安全に運動を行うことができる。	
期末考査範囲		〔備考〕		
	1 2 3	2学期に同じ	2学期に同じ	
学年末考査範囲		〔備考〕		
評価の観点	内 容		評 価 方 法	
関 心 意 欲 態 度 (30)%	<ul style="list-style-type: none"> 運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう自ら進んで計画的に運動しようとしているか。 公正、協力、責任などの社会的態度が身についているか。 健康や安全に留意して運動しようとしているか。 		<ul style="list-style-type: none"> 授業への参加の意欲の観察 道具の準備や片づけなどの態度の観察 	
思 考 判 断 (10)%	<ul style="list-style-type: none"> 自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題を見つけ出しているか。 課題の解決を目指して、活動の仕方を考え工夫しているか。 		<ul style="list-style-type: none"> 授業場面での参加の仕方や態度の観察 	
運 動 の 技 能 (30)%	<ul style="list-style-type: none"> 自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行い技術を高めているか。 自己の体力や生活に応じて体力を高めるための運動の合理的な行い方をしているか。 		<ul style="list-style-type: none"> 授業場面での参加の仕方や態度の観察 スキルテストやゲームの結果の分析 	
知 識 理 解 (30)%	<ul style="list-style-type: none"> 社会の変化とスポーツ、運動技能の構造と運動の学び方、体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し知識を身につけているか。 救急法やスポーツマッサージ、テーピングの基礎的な知識を身につけているか。 		<ul style="list-style-type: none"> 授業場面での参加の仕方や態度の観察 小テストの結果から評価 	
〔担当者からのメッセージ〕 各種の運動の特性を理解し、安全に留意して楽しく運動ができるようにします。 1・2年次で習得した技術をさらに高めるとともに、生涯を通じて運動を楽しむことのできる能力を身につけます。 また、ルールや審判法を理解して、仲間同士で協力してゲームをおこなうことができるようになります。 健康で安全に運動を行うための、様々な知識を身につけます。 なお、各学期ごとに行われた授業の3分の2以上の出席が必要です。				
評価の合算について				
評価については、原則として体育(3単位)と1:1の割合で合算して出します。				