

保健体育科		体育 シラバス		3単位	普通科 第1学年 1～4組(女子)
年間の到達目標		<p>1. 運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう自らすすんで運動し、ゲームなどを通して協力・公正・責任などの態度を身に付けます。</p> <p>2. 自己やグループの能力や運動の特性に応じた課題の解決を目指して、活動の仕方を考え、工夫し、必要な技能や体力を高めるために運動の合理的なおこないかたを身に付けます。</p> <p>3. 種目の技術や戦術及びルールなどの理解を深めます。</p> <p>4. 生涯を通してスポーツと親しむ態度を育てます。</p>			
学期	月	学習内容		学習のねらい	
	4	「体育」学習について		「体育」学習の意義や内容、評価の方法を理解します。	
	5	体づくり運動		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います。	
	6	球技 [ソフトボール] (器械運動 [跳び箱])		クラブ・バットなどを用いて、個人技能を学び、楽しくゲームができるようルールを理解します。	
	7	球技 [テニス] (器械運動 [マット運動])		雨天の時 (屋内で跳び箱を各自のレベルで1つ1つ種目をクリアしながら柔軟性や巧緻性を高める)	
〔備考〕 3単位のうち1時間をダンスの時間に当てる。					
	9	体づくり運動		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います。	
	10	球技 [バスケットボール]		ボールなどを用いて、集団的技術や個人的技能を発揮し、攻撃と防御を展開し勝敗を争うことの中からの、作戦を立てたり工夫することの楽しさや喜びを味わいます。	
	11			ルールを理解して、審判ができるようにします。	
	12	創作ダンス		個人・グループで音楽の選択をし、曲にあった動きを考え、皆で協力しながら1つの作品を仕上げていきます。	
〔備考〕 3単位のうち1時間をダンスの時間に当てる。					
	1	陸上競技 持続走		学校外側の周回コースを自分の能力に応じたペースで走ったり、記録に挑戦したりして、自己の課題を克服する気持ちを育てます。	
	2			耐寒持久走記録会に向けての事前トレーニングの一部と位置づけ、モチベーションを高めます。	
	3				
〔備考〕					
評価の観点	内 容			評 価 方 法	
関心 意欲 態度 (20)%	<ul style="list-style-type: none"> 授業中、真剣な態度で臨んでいるかどうか。 種目に対しての関心の度合いはどうか。 積極的に授業に臨んでいるかどうか。 			学習活動に対する参加姿勢 (出欠、見学、遅刻など)。 ゲームでの取り組み具合。 グループでの創作参加状況。	
知識 理解 (10)%	<ul style="list-style-type: none"> ルールを理解しているかどうか。 動きが曲調にそっているか。 			他のグループが行っているゲームの審判。 試合結果の報告。 他のグループ作品の鑑賞、評価。	
技能 (60)%	<ul style="list-style-type: none"> それぞれの種目のスキルテストで評価 			バスケット - 30秒シュート・ドリブルシュート ソフトボール - キャッチボール・ティーバッティング マット運動 - どの段階までできたか ダンス - 創作ダンスの発表のでき	
思考 判断 (10)%	<ul style="list-style-type: none"> 「体育」学習の意義や内容を理解しているかどうか。 			体育授業の約束事の遵守。 ダンスの創作過程のレポート提出。	
〔担当者からのメッセージ〕 とにかく楽しく運動をすることが一番大切です。新しい学習環境や新しい仲間の中で不安もあるでしょうが、和気あいあいと運動しましょう。特に、運動が苦手だと思っている人たちに愉しんでもらえるようにしたいと思っています。しかし、スポーツにはすべてルールがあります。体育の授業にも約束事がいくつかありますので、それらを守りまた、ケガに注意しながら生涯を通じて続けられるような運動を探していきましょう。また、グループを作る時など仲間との関わり方に配慮できるようになってほしいと思います。各学期ごと、行われた授業の3分の2以上の出席が必要です。また、各種目ごとに合格点を目指します。					