

平成31年度（2019年度）熊本県立人吉高等学校 全日制 シラバス

教科	保健体育	科目（単位数）	体育（2）	学年	3	類型	全クラス
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。						
期間	単元（学習内容）	学習の到達目標				自己評価	
年度初～ 1学期 中間考査	豊かなスポーツライフの設計 体づくり運動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生涯にわたってスポーツと豊かにかかわるためのスポーツライフの設計の仕方について理解する。</li> <li>・自己の体に関心を持ち、自己の体力に応じた課題を持って運動を行い、体をほぐしたり、体力を高めたりすることができる。</li> </ul>				取組 A B C D 理解 A B C D 関心 A B C D	
1学期中間～ 期末考査	球技選択（バスケット・バレー バドミントン・卓球） 水泳（自由形）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・練習や試合の企画運営をグループで主体的に活動する力を身に付ける。</li> <li>・手と足、呼吸のバランスを保ち、伸びのある動作と安定したペースで長く泳ぐことができる。</li> </ul>				取組 A B C D 理解 A B C D 関心 A B C D	
1学期期末～ 2学期 中間考査	球技選択（バスケット・バレー・バドミントン・卓球） 陸上競技（ハードル走） ダンス 武道（柔道・剣道）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・練習や試合の企画運営をグループで主体的に活動する力を身に付ける。</li> <li>・スピードを維持した走りからハードルを低くリズムカルに越すことができる。</li> </ul>				取組 A B C D 理解 A B C D 関心 A B C D	
2学期中間～ 期末考査	球技選択（ソフトボール・ソフトテニス・サッカー・ハンドボール） 陸上競技（ハードル走） ダンス 武道（柔道・剣道）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・リズムの特徴を強調して、全身で自由に踊ったり、変化とまとまりを付けて仲間と対応したりして踊ること。</li> <li>・基本動作や技を身に付け、攻撃したり防御することができる。</li> </ul>				取組 A B C D 理解 A B C D 関心 A B C D	
2学期期末～ 年度末	球技選択（ソフトボール・ソフトテニス・サッカー・ハンドボール） 陸上競技（長距離走）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・練習や試合の企画運営をグループで主体的に活動する力を身に付ける。</li> <li>・自己の能力に応じて目標を設定し、長い距離をより速く走ることができる。</li> </ul>				取組 A B C D 理解 A B C D 関心 A B C D	
使用教材 （教科書・副教材）	教科書：「現代高等保健体育改訂版」（大修館書店）						
学習方法	体調管理を行いながら授業に出席し、主体的な活動を通して自己の課題（体力面・技能面・精神面）を改善していく。						
評価方法	各運動種目により運動技能・記録取りの実技テスト8割程度。 出席・授業態度2割程度。						