平成３１（２０１９）年度　熊本県立人吉高等学校　定時制　シラバス

教科	保健体育	科目	体育	単位数	２	開講学年	１年

学習概要および学習目標	心と体を一体としてとらえ、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を育成することを目標とする。 また、各運動における技能を身につけることや種目のやり方、ルールを理解することで規律ある行動と礼節を身につける。

期間	単元（学習内容）	学習の到達目標	自己評価欄
１学期	① 体つくり運動 （器械運動：マット）	① 自らの体調に気づき活動をしたり、体調を調整することができるようになった。 ② 他の生徒と交流し、互いにアドバイスを送れるようになった。	取組　ＡＢＣＤ 理解　ＡＢＣＤ 関心　ＡＢＣＤ
	② 球技１ 〇卓球、バドミントン	安定した用具の操作から狙ったところに打球が打てるようになった。	
	③ 球技２ 〇バスケットボール 〇バレーボール	〇ゴール型：バスケットボール 安定したドリブルから状況に応じたシュートが打てるようになった。 〇ネット型：バレーボール 安定したフォームから狙ったところへ打球を打ったり、レシーブすることができるようになった。	
２学期	① ダンス （御神楽）	音楽に合わせてステップを踏んだり、周りと合せて踊れるようになった。	取組　ＡＢＣＤ 理解　ＡＢＣＤ 関心　ＡＢＣＤ
	② 球技 Ⅰバドミントン Ⅱソフトテニス	〇ネット型：バドミントン、ソフトテニス 安定した用具の操作から狙ったところに打球が打てるようになった。	
３学期	① 球技１ 〇ソフトボール 〇ハンドボール	〇ベースボール型：ソフトボール 安定した用具操作やフォームから、狙ったところへ送球したり、打球を打てるようになった。 〇ゴール型：ハンドボール ステップを踏みながらシュートが打てるようになった。	取組　ＡＢＣＤ 理解　ＡＢＣＤ 関心　ＡＢＣＤ
	② 球技２ 〇サッカー 〇卓球	〇ゴール型：サッカー 安定したフォームから狙ったところへ蹴ったり、ドリブルできるようになった。 〇ネット型：卓球 安定した用具の操作から狙ったところに打球が打てるようになった。	
	③ 体育理論	〇運動・スポーツの文化的特徴が理解できた。	

使用教材 参考図書	大修館書店　現代高等保健体育
学習方法	①グラウンドや第一体育館を使用し、年間計画の元生涯スポーツに親しめる資質や能力を身につけられるよう授業を展開する。 ②見学者は、見学日誌を見学しながら作成し提出する。
評価方法	①スキルテストを実施し、技術点を評価する。②出席状況や遅刻、忘れ物等による平常点を評価する。 ③授業に向かう意欲や関心があるか、考えて判断しているかを観察し評価する。
準備物	運動のできる服（夏：半袖シャツ、ハーフパンツ　冬季：上下ジャージ） 体育館シューズ、グラウンドシューズ※運動のできない服装での参加は不可。例：ジーパン、スカート、制服　等