

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	3	開講 学年	3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 体づくり運動 （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 ○卓球、バドミントン	○ネット型：バドミントン、卓球 相手の状況の変化に対応した打球が打てるようになった。	
	③ 球技 2 ○バスケットボール ○バレーボール	○ゴール型：バスケットボール 状況の変化に応じたシュートが打てるようになった。 ○ネット型：バレーボール 状況の変化に対応した打球を打ち、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み、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	○ネット型：バドミントン、ソフトテニス 状況の変化に対応し、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 ○ソフトボール ○ハンドボール	○ベースボール型：ソフトボール 状況の変化に対応し、狙ったところへ送球し、打球を打てるようになった。 ○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 ○サッカー ○卓球	○ゴール型：サッカー 状況の変化に対応してボールを蹴り、ドリブルができるようになった。 ○ネット型：卓球 状況の変化に対応して狙ったところに打球が打てるようになった。	
	③ 体育理論	○運動・スポーツの文化的特徴が理解できた。 ○運動・スポーツの学び方が理解できた。	
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、見学日誌を授業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		

