

＜ 保健体育 ＞科 学習シラバス

科 目	体育	学年・コース	3 年生	単位数	3 単位	教科書	最新高等保健体育 (大修館書店)	
学習の到達目標		・運動の楽しさや喜びを深く味わう。 ・自己の能力に合わせた運動の行い方を身につける。 ・生涯スポーツに関する興味を持ち、意欲的にスポーツを行う。						
評価の 観 点	A 知識・技能		B 思考・判断		C 主体的に学習に取り組む態度			
評 価 の 内 容	社会の変化とスポーツ、運動の構造と学 び方、体ほぐしの運動や体力を高めるた めの運動の意義を理解し、自己の能力と各種 の運動の特性に応じた技能を高め、体力を 高めるための運動を身につけている。		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、運動の合理的な行い方や計画的な活動 の仕方を考え、工夫している。		運動の楽しさや喜びを深く味わうことが できるようにする。自ら進んで計画的に運 動をしようとする事ができる。また、生 涯スポーツに関する興味を持ち、意欲的に 学習することができる。			
評 価 の 方 法	・集団行動テスト ・各種球技実技テスト ・運動を継続するための知識や理解度		・学習のねらいに応じた運動への取り組む態度		・学習活動への参加姿勢や態度			
学期	月	単元名・小単元名	学 習 の 指 導 内 容			評 価 の 観 点		
1 学 期	4	体づくり運動 体育理論	体ほぐし運動・体力を高める運動 豊かなスポーツライフの設計 ○生涯スポーツの見方・考え方 ○ライフスタイルに応じたスポーツ			○		○
	5	選択 1	跳び箱運動・競争・ダンスから 1 選択			○ ○ ○	○	○ ○ ○
		選択 2	球技（ソフトボール・バドミントン・テニス・卓球）から 1 選択			○ ○	○	○ ○ ○
	6					○ ○	○	○ ○ ○
	7						○	○
2 学 期	8 ・ 9	体づくり運動	体ほぐし運動・体力を高める運動			○		○
		選択 3	球技（卓球・ソフトボール・バレーボール・バスケットボール） から 1 選択			○ ○	○	○ ○ ○
	10					○ ○	○	○ ○ ○
	11	選択 4	球技（サッカー・バレーボール・卓球）から 1 選択			○ ○		○ ○ ○
		体育理論	豊かなスポーツライフの設計の仕方 ○スポーツを推進する取り組み ○豊かなスポーツライフの創造			○ ○ ○	○	○ ○ ○
	12					○ ○	○	○ ○ ○
3 学 期	1	選択 4	選択 4 のつづき			○ ○	○	○ ○ ○
	2	家庭学習期間						
	3							
学習のポイント		・集団行動に積極的に取り組む。 ・仲間と協力しながら運動に親しむ。 ・各競技のルールやマナーを理解し、フェアプレーの精神でゲームに取り組む。						