

平成22年度 体育の学習のシラバス

1 科目名, 単位数, 履修学年, 履修区分, 使用する教科書

科目名	体育	単位数	3	履修学年・区分	第1学年
使用する教科書	なし				
副教材等	なし				

2 学習目標

現代社会におけるスポーツの意義や必要性を理解し、生涯にわたり自らが運動を実践できる能力を身に付ける。また、正しい服装で安全に配慮し、時間・ルールを守り授業に取り組むことや各領域・各種目の特性を学び、協力・責任を果たし、運動を楽しむことができることを目標とする。

3 学習方法

様々な運動を通して、体を動かすことの楽しさを味わうとともに、周囲と協力しながら技能・体力を向上させる。また、自分の体の特徴を知り、どこが強いのか、どこが弱いのかまず把握し、自分に合ったトレーニングを組んで実践することができるようにする。体育理論から科学的に学び、体力向上や健康について意識し、実践する能力を養う。

4 学習内容, 学習活動, ねらい及び評価のポイント

学期	学習内容 (単元名)	学習事項・学習活動	評価のポイント
第1学期	集団行動 体力づくり運動 ⑨フットサル ⑩ソフトバレー 水泳	①姿勢②方向変換③集合、整とん、番号、解散④列の増減⑤開列⑥行進⑦礼 ・体ほぐしの運動 ・体力を高める運動 ・基本技術の習得 ・ゲーム ①クロール②平泳ぎ③背泳ぎ④バタフライ⑤横泳ぎ	・基本動作（姿勢・方向転換・集合・整頓・番号・列の増減）ができたか。 ・持久性、スピード、筋力の向上を目指し取り組むことができたか。 ・自己の目標を設定し、目標に取り組んだり、チーム内で協力したりできたか。 ・より長く、より速く泳げるように、自分の能力に応じて取り組むことができたか。
第2学期	⑨柔道 ⑩ダンス 体力づくり運動 ・持久走 ⑨テニス ⑩卓球 選択 ⑨バスケット、バレーボール ⑩フットボール、サッカー	⑨柔道①受身②投げ技③固め技 ⑩ダンス①創作ダンス②フォークダンス③現代的なリズムダンス 体力を高める運動（2km, 4km, 駅伝） ・基本技術の習得 ・ゲーム ・基本技術の習得 ・ゲーム	・礼儀作法・技の習得ができたか。 ・楽しく踊ったり、発表したりできたか。 ・自己の目標タイムを設定し、目標に取り組んだり、チーム内で協力したりできたか。 ・サービス、スマッシュ、ボレーができたか。 ・シングルス及びダブルスのゲームができたか。 ・パス、キャッチ、ドリブル、シュートができたか。 ・サービス、パス、レシーブ、スパイクができたか。 ・キャッチボール、バッティング、パスができたか。
第3学期	⑨卓球 ⑩テニス 選択 ⑨フットボール、サッカー ⑩バレーボール、バドミントン	・基本技術の習得 ・ゲーム ・基本技術の習得 ・ゲーム	・シングルス及びダブルスのゲームができたか。 ・サービス、スマッシュ、ボレーができたか。 ・パス、キャッチ、ドリブル、シュートができたか。 ・キャッチボール、バッティング、パスができたか。 ・サービス、パス、レシーブ、スパイクができたか。

5 学習評価

①「体育」の授業に積極的に参加し、向上心がみられるか。②協調性を持って、周囲と楽しく取り組もうとしているか。③技能や安全面など、適切な状況判断ができるか。④与えられた課題に対して、しっかりと技能を習得することができるか、また習得しようと努力しているか。⑤技能・ルール・安全・理論に対する知識理解を深めているか。  
 ※授業への取り組み+記録+目標設定への達成度