

4. 科目別シラバス

科 目 名		体 育		単 位 数 (年間予定コマ数)	2 (64)	学 年	3
教 科 書		現代高等保健体育（大修館書店）		副 教 材	アクティブスポーツ総合版（大修館書店）		
科 目 の 概 要		各種運動の合理的・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する。また自己の状況に応じて体力の向上を図り、公正・協力・責任などの態度を育てるとともに、健康・安全に努め、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。					
科 目 の 到 達 目 標		3 年次選択制体育のねらい (1) 自己の状況(体力・得意不得意)に応じた運動の領域・単元・種目を選択して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質・能力を身につけさせる。 (2) 合理的・計画的な授業の実践を生徒自らが行えるようにさせる。 (3) 健康・安全面の配慮・確保を自他共に実践できる資質を養わせる。 (4) 運動・スポーツに対する意欲・関心を高めるとともに公正・協力・責任・参画の態度を養わせる。					
授業の進め方		選択の仕方 ① 一人の生徒は1年間（4月～12月）に <u>3種目</u> (Aから1つ、Bから1つ、Cから1つ)を選択します。 ② 選択した種目ごとに班（グループ）ができ、その班ごと(グループごと)に全体の授業計画や毎時間の授業計画を立てます。 <u>授業展開</u> ①用具・施設の準備（種目ごとで役割分担・担当決め） ②準備体操（体操・柔軟運動・ストレッチ・筋肉トレーニング等）※リーダー決め ③本時の授業について打ち合わせ・ミーティング ④活動（集団の目標・個人の目標にそった活動） ⑤後片づけ（モップ清掃、コート・グラウンド整備も含む） ⑥本時の授業反省（集団の目標に対して）と個人の活動記録・反省等をファイルに記入。次時の授業についてミーティング。 ⑦巡回体育教員から指導・助言 ⑧解散（種目ごと解散・更衣・次の授業の準備）					
評 価 規 準	観 点 別	意 欲 ・ 関 心 ・ 態 度	思 考 ・ 判 断 ・ 協 力 ・ 責 任 ・ 公 正	知 識 ・ 理 解	運 動 技 能		
	評 価 の 観 点	① 全体を通して積極的に参加し、自己の言動が班員に良い影響を与えることができたか。 ② 運動・種目に対して適切な身なりで活動できたか。 ③ 教える側・教わる側の姿勢を身につけたか。意見を伝える・話を聞き受け入れる姿勢を身につけたか。 ④活動・運動に適したW－UPやC－DOWNを実践することができたか。	① 単元計画・授業計画に自分の考えを反映させたり、決まった計画の遂行のために協力することができたか。 ② やるべき事や徹底事項を自ら守り、班全体の活動の活性化に寄与する言動をしてきたか。 ③ 時間の有効活用に努めるとともに、班の中で不平等感がない活動を実践することができたか。 ④ 安全に留意した上での活動ができたか。	① 競技のルール・マナー等を理解し遵守することができたか。 ② ゲームや発表会などの運営にうまく携わることができたか。 ③ 記録をまとめたり、次の活動のためのノートづくりできたか。 ④ 練習内容や練習方法の研究をしてきたか。	① 自分が立てた個人の目標に到達できましたか。 ② 自分たちが立てた集団の目標に到達できましたか。 ③ 技能のレベルは上がりましたか。作品の完成度は上がりましたか。 ④ 体力の維持・向上に努め、成果につながりましたか。		
	比 重	25%	25%	25%	25%		
	評 価 方 法	これらの観点を、生徒の個人ノートの内容と自己評価並びに巡回教諭が毎時間評価したものを、総合的に判断する。	これらの観点を、生徒の個人ノートの内容と自己評価並びに巡回教諭が毎時間評価したものを、総合的に判断する。	これらの観点を、生徒の個人ノートの内容と自己評価並びに巡回教諭が毎時間評価したものを、総合的に判断する。	これらの観点を、生徒の個人ノートの内容と自己評価並びに巡回教諭が毎時間評価したものを、総合的に判断する。		
授業を受けるにあたっての留意点 など		・ 上記目標を達成するためには、健康・安全に留意し、自ら積極的に授業に参加することが大切である。 ・ 個人的成長はもちろん、集団行動を通して、協調性などの社会的態度を身につけることが求められる。 ・ 時間や服装、ノート提出などの決まりをしっかりと守る態度がとれるようになる。。					
家 庭 学 習		教科書・副教材をもとに授業計画を立てる上で必要となる、知識や練習方法などの情報収集に努める。					
備 考							

単元名と単元の内容	配当時数	学習内容・学習のポイント	到達目標（評価の観点）
体づくり運動 ※体力テストの実施	4	【体力を高める運動】 体力の三要素をさらに理解し、各要素の違いを体験する。 スポーツをする上で特に必要と考えられる筋力を専門的に高める。 【体ほぐしの運動】 体を動かす楽しさや心地よさを味わい健康の保持増進を図り、実生活に役立てるようにする。 【新体力テスト】３年目の実施	観点① 持久性・スピード・筋力の向上を目的とした運動を考え、実践できたか。 観点② ウォーミングアップ・クーリングダウンの重要性和方法を理解し適切に実践できたか。 観点③ 体ほぐしの運動の目的・方法を理解し、心も体もリラックスできる運動を実践できたか。
選択A・B 【グラウンド使用可の時に実施する選択種目】 a テニス(6人～24人) b ゴルフ(2人～10人) c ソフトボール(16人～40人) d サッカー(10人～33人) e 陸上競技(2人～10人) f その他 【a～fの中からA1種目、B1種目を選択。()内の人数は開設人数枠】 ※ただし、選択Aと選択Bは異種目を選択すること。	A12 B12	選択の仕方 ① 一人の生徒は1年間に<u>4種目</u>を選択します。1・2種目はグラウンド使用可の時の実施【それぞれ選択A・選択Bと呼びます】、3種目目と4種目目は荒天時のグラウンド使用が不可の時または選択A・Bが終了以降に実施するもの【選択Aを12時間・選択Bを12時間】です。 ② 選択した種目ごとに班（グループ）ができ、その班ごと（グループごと）に全体の授業計画や毎時間の授業計画を立てます。 各種目の内容 【サッカー】【テニス】【ソフトボール】【バレーボール】【バスケットボール】【バドミントン】【卓球】 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めてゲームが展開できるようにする。	「選択A」「選択B」「選択C」「選択D」とともに次の観点①～④で評価していく。 観点① 意欲・関心・態度【25%】 (a) 全体を通して積極的に参加し、自己の言動が班員に良い影響を与えることができたか。 (b) 運動・種目に対して適切な身なりで活動できたか。(服装・髪型・靴・帽子・手袋等) (c) 教える側・教わる側の姿勢を身につけたか。意見を伝える・話を聞き受け入れる姿勢を身につけたか。 (d) 活動・運動に適したW-U PやC-DOWNを実践することができたか。 観点② 思考・判断・協力・責任・公正【25%】 (a) 単元計画・授業計画に自分の考えを反映させたり、決まった計画の遂行のために協力することができたか。 (b) やるべき事や徹底事項を自ら守り、班全体の活動の活性化に寄与する言動をしてきたか。 (c) 時間の有効活用に努めるとともに、班の中で不平等感がない活動を実践することができたか。 (d) 安全に留意した上での活動ができたか。 観点③ 知識の理解【25%】 (a) 競技のルール・マナー等を理解し遵守することができたか。 (b) ゲームや発表会などの運営にうまく携わることができたか。 (c) 記録をまとめたり、次の活動のためのノートづくりできたか。 (d) 練習内容や練習方法の研究をしてきたか。 観点④ 運動技能【25%】 (a) 自分が立てた個人の目標に到達できましたか。 (b) 自分たちが立てた集団の目標に到達できましたか。 (c) 技能のレベルは上がりましたか。作品の完成度は上がりましたか。 (d) 体力の維持・向上に努め、成果につながりましたか。
選択C・D 【荒天時のグラウンド使用が不可の時、または選択A・Bが終了以降に実施する選択種目】 a バレーボール(12人～26人) b バスケットボール(10人～24人) c バドミントン(2人～24人) d 卓球(2人～24人) e トレーニング・ダンス(2人～20人) f その他 【a～fの中からC1種目、D1種目選択。()内の人数は開設人数枠】 ※ただし、選択Cと選択Dは異種目を選択すること。	C10 D10	【陸上競技】 記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、各種目特有の技能を高めることができるようにする。 【器械運動】 技がよりよくできる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技を高めて、演技することができるようにする。 【柔道】 技を高め、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、得意技を用いた攻防が展開できるようにする。 【ダンス】 感じを込めて踊ったり、仲間と自由に踊ったりする楽しさや喜びを味わい、それぞれ特有の表現や踊りを高めて交流や発表ができるようにする。 【ゴルフ】 生涯スポーツとして人気の高い種目を理解し実践することを通して、特有の楽しさ味わい、技能を身につけることができるようにする。	
体育理論	6	豊かなスポーツライフの設計 ①生涯スポーツの見方・考え方 ②ライフスタイルに応じたスポーツ ③日本のスポーツ振興 ④スポーツと環境	各項目ごとに、座学を中心とした授業を行い、小テストを実施する。その評価は「知識・思考・判断」の観点に反映させる。
家庭学習期間	(10)		
	合計 64		