

## 第2学年 保健体育科 男子体育分野 シラバス

### 学習目標

- ・運動の楽しさや喜びを味わうと共に知識や技能を身につけ運動を豊かに実践する態度を育てる。
- ・運動を適切に行うことによって体力向上を図り、たくましい心身を育てる。
- ・運動における競争や協同の経験を通して公正に取り組む、互いに協力して責任を果たすなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し自己の最善を尽くして運動する態度を育てる。

学期	単元・題材	学習内容	学習のポイント	道徳
前期	体づくり運動 ・体ほぐし運動 ・体力を高めるための運動 ・集団行動	・体ほぐしの運動と体力を高める運動を、組み合わせて行う。 ・自分の体力を知るために、新体力テストを実施する。	・補強運動が継続してできる ・正しく新体力テストを行うことができる ・性格にストレッチ体操ができる ・能率よく安全に集団行動ができる	1 (1)
	器械運動 ・跳び箱運動	・準備運動としてのストレッチ体操ができるようになる。 ・集団行動を身につける。	・色々な技がよりよくできるようになる ・難度の高い技を克服し、発表できる	
	水泳 ・平泳ぎ	・跳び箱運動の技能を高め、色々な技に挑戦する。 ・跳び箱を使い、美しくダイナミックな技ができる。	・伏し浮き、背面浮き、けのび、クロールができる ・25mを平泳ぎで速く泳げる。	
	陸上競技 ・ハードル走	・長く泳げる。(浮く) ・平泳ぎの技術を身につける。 ・平泳ぎで速く泳げる。	・グループで創作しクラスとしてまとめて表現できる ・50mハードルのタイムを50m走のタイム	
後期	武道 ・柔道	・柔道の基本動作を身につける。 ・受け身、投げ技、固め技を身につける。 ・乱取り、試合ができる。	・安全に気をつけ、礼法、組み方、体さばき、受け身、投げ技、固め技などを身につけることができる	2 (1) 2 (5)
	球技 ・バスケットボール	・バスケットボールの基本的技能を身につける。	・パス、ドリブル、シュートを身につけることができる	
	陸上競技 ・長距離走(ベースランニング)	・簡単なゲームができるようになる。 ・長い距離を楽しく、ムラなく、一定のペースで速く走る。 ・スタート、走法、呼吸法を身につける。・1600m走(ハイペースの獲得)	・ルールを理解し、ゲームができる。 ・自分に適したペースを知ることができる ・ペースの定着をはかることができる ・長い距離を一定のペースで走れる ・1600mをハイペースで走りきれる	
	球技 ・サッカー ・ソフトボール	・サッカーの基本的技能を身につける。 ・個人技能に集団的技能を加えたゲームができる。	・パス、ドリブル、シュートができる。 ・ルールを理解し、作戦を立てゲームができる。フットサルのルール	4 (1)

### 評価の観点・評価方法

- ① 関心・意欲・態度 (授業態度・マナー・忘れ物・服装・参加状況・見学・遅刻)
- ② 思考・判断 (授業態度・活動状況・期末テスト)
- ③ 運動の技能 (練習・記録・技能テスト)
- ④ 知識・理解 (期末テスト)