

第3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高め、生涯にわたって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自己の状況に応じて体力向上を図り、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、参画するなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して生涯にわたって運動に親しむ態度を育てる。

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 ・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	・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)
	球技 ・バレーボール	・バレーボールの基本的技能を身につける ・三段攻撃を使ったゲームができるようになる	・スパイク、パス、サーブを身につけることができる ・ルールを理解し、ゲームができる	4 (1)
	水泳	・背泳ぎバタフライで速く泳げる ・ターンを身につけ3種以上の種目で個人メドレーを行う	・25mを背泳ぎバタフライで速く泳げる ・ターンを身につけ3種以上の種目で個人メドレーができる	
	ダンス	・ロックソーラン節をアレンジして全身で表現して踊れるようになる	・リズムに乗って全身で踊ることができる	
後期	陸上競技 走り幅跳びなど選択種目	・そり跳び、はさみ跳びを身につける ・記録会を行う ・ハードルのいずれかを選択する	・自分にあつた跳び方で跳べるようになる ・得意な種目を選び2種競技で競い合う	2 (1) 2 (5)
	武道 ・剣道	足さばき、素振り、切り返しなど基礎的な技を習得する。協力して防具をつけて試合を行う	足さばき、素振り、切り返しなど基礎的な技ができるようになり簡単な試合ができる	
	球技 ・サッカーソフトボール	・サッカー、ソフトボールの基本的技能を身につける。 ・ルールを理解し、攻防の作戦を立ててゲームができる。	・パス、ドリブル、シュートができる。 ・キャッチボール、バッティングができる。 ・ルールを理解し、ゲームができる。	

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・実技テスト)
- 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・実技テスト)