

【全学科】 3年次 【選択】科目「生涯スポーツ」授業のシラバス

1 概要

教科名	保健体育	科目名	生涯スポーツ	単位数(コマ数)	2(70)
科目の目標	①スポーツの歴史や文化を学び、現代生活におけるスポーツの意義を理解し、生涯にわたって運動やスポーツに親しむ態度を育成する。 ②様々なニュースポーツを通して、個人の体力、性別、経験に応じてルールを柔軟に捉え、楽しむ姿勢を身に付ける。				
教科書(出版社)		副教材(出版社)	ステップアップ高校スポーツ2017(大修館)		

2 学習の方法

(1) 予習について

- ①体調を整えておく(食事と睡眠を十分にとること)
- ②心を整えておく(たとえ苦手な分野の種目でも頑張るイメージを)
- ③身なりを整えておく(爪を切っておくこと。ジャージ、外靴など前日に準備を。髪が長い人は縛る準備も)

(2) 授業について

- ①授業は男女共修で行います。
- ②単元や天候によって集合場所が変わります(体育館、グラウンド、野球場、格技場など)。教科担任の指示に従って授業に遅れることのないように集合してください。
- ③基本的に授業に持参する用具等はありませんが、場合によって筆記用具や副教材などを持参することがあります。教科担任の指示に従ってください。
- ④運動や用具の準備の際は、周囲を確認し、教科担任の指示を良く聴いて、常に安全に配慮した行動をとってください。

(3) 復習について

- ①激しい運動や筋肉を酷使した日は、入浴後にストレッチやマッサージをするなど疲労を蓄積しない工夫をしてください。
- ②授業で教わったことや、練習したことをイメージして次の授業に活かしてください。

〈学習アドバイス〉

- 指示をしっかりと聞き、すぐ行動に移す(指示一発即行動)。これが体育の基本です。大勢の人が一斉に行動するからです。1人の行動が全体に大きく影響を及ぼすからです。1人ひとりが自覚を持った行動をとり、ルールとマナーを守った上で元気に楽しく授業を受けましょう。

3 評価について

(1) 評価の観点

観 点	趣 旨
① 関心・意欲・態度	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、自ら進んで計画的に学習・運動しようとしているか。
② 思考・判断	集団の興味関心、性別、経験を十分に考慮した上で、課題解決を目指し、活動の仕方を考え工夫しているか。
③ 運動の技能	自己の能力と運動の特性に応じた課題解決を目指して運動を行い、技能を高めているか。
④ 知識・理解	運動技術の仕組み、体力の高め方、スポーツの文化について理解しているか。種目の特性、ルール、審判法を理解しているか。

(2) 評価の方法(以下観点①～④は「(1) 評価の観点」と対応する)

評価材料		日常の授業	レポート
観 点	割合		
① 関心・意欲・態度	50%	◎	
② 思考・判断	10%	○	◎
③ 運動の技能	30%	○	
④ 知識・理解	10%	○	

〈担当者からのメッセージ〉

- 定期考査はありません。毎時間の授業に対する取り組みを評価します。運動に親しみ、生涯にわたってスポーツに取り組む態度、資質の獲得を目指して、積極的に授業に参加しましょう。

【全学科】 3年次 【選択】 科目「生涯スポーツ」授業のシラバス

4 授業計画

月	単元	時 数	学習内容	観 点 別 評 価	到達目標	考 査 等
前期 4	オリエンテーション 体づくり運動	6	各種体カトレーニング	②	ライフステージに応じた体カトレーニングの方法を理解して実践している。	
5	コミュニケーションゲーム	8	体を使った各種コミュニケーションゲーム	① ①②	グループで協力しながら、仲間づくりやマナーを学ぶことができる。 仲間と協力して課題を解決することができる。	
6	トレーニング論 生涯スポーツ	8	運動技能の構造 運動の学び方 生涯スポーツについて	④	運動技能の構造や運動の学び方について理解することができる。	
7	レクリエーションスポーツⅠ	16	屋外スポーツ ・サッカー ・ソフトボール ・ソフトテニス ・アルティメット	①	屋外における様々なスポーツを体験し、運動に親しむ能力を身に付けることができる。	
8						
9						
後期 10	レクリエーションスポーツⅡ	24	屋内スポーツ ・ソフトバレーボール ・タグラグビー ・アルティメット ・フットサル ・卓球 ・バドミントン	①	屋内における様々なスポーツを体験し、運動に親しむ能力を身に付けることができる。	
11						
12	オリンピックムーブメント パラスポーツ	12	オリンピックの歴史と文化 パラリンピックスポーツ	①④	オリンピックの歴史や文化に触れ、オリンピズムを理解するとともに、パラスポーツに親しむことができる。	
1						
		計 70				

※ 観点別評価①は関心・意欲・態度、②は思考・判断、③は運動の技能、④は知識・理解を表しています。

※ 授業計画は進度により前後することがあります。