

令和8年度

3学年

シラバス

令和8度 3年体育シラバス

学年	クラス	教科(科目)	単位数
3年 男子・女子	1~6	体育	2
教科書		副教材	
現代高等保健体育(大修館書店)		ステップアップ高校スポーツ2024(大修館書店)	
学習の目標	<ul style="list-style-type: none"> ・運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付けるようにする。 ・生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。 ・運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。 		
評価の方法	①知識・技能	② 思考・判断・表現	③ 主体的に学習に取り組む態度
	運動の合理的、計画的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かに継続するための理論について理解しているとともに、目的に応じた技能を身に付けている。 ・実技テスト・知識テストなど	自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、それらを他者に伝えている。 ・レポート・グループ活動の発言	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に自主的に取り組もうとしている。 学習状況(意欲、態度、グループ活動等)の観察

学習計画及び評価方法

学期	月	時数	単元名	項目	学習活動と評価のポイント	評価方法		
						①	②	③
第1学期	4	6	体づくり運動	集団行動 体力テスト	体づくり運動 ・体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方などについて理解している。 陸上競技 ・技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などについて理解している。 ・短距離走・リレーでは、中間走の高いスピードを維持して速く走ることやバトンの受渡りで次走者と前走者の距離を長くすることができる。 ・長距離走では、ペースの変化に対応して走ることができる。	○	○	○
	5				陸上競技	短距離走 リレー 長距離走	球技 ・技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などについて理解している。 ・ゴール型では、状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防をすることができる。 ・ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をすることができる。 ・ベースボール型では、状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防をすることができる。	○
	6	8	球技	球技選択 (サッカー・ソフトボール・テニス)	球技 ・技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などについて理解している。 ・ゴール型では、状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防をすることができる。 ・ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をすることができる。 ・ベースボール型では、状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防をすることができる。	○	○	○
	7			体育理論	運動・スポーツの学び方	体育理論 ・豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解している。	○	○
第2学期	9	8	球技	球技選択 (サッカー・ソフトボール・テニス)	体育理論 ・豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解している。	○	○	○
	10			球技選択 (バスケットボール・バレーボール・卓球・バドミントン)	球技 ・技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などについて理解している。 ・ゴール型では、状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防をすることができる。 ・ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をすることができる。 ・ベースボール型では、状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防をすることができる。	○	○	○
	11	16	球技	球技選択 (バスケットボール・バレーボール・卓球・バドミントン)	球技 ・技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などについて理解している。 ・ゴール型では、状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防をすることができる。 ・ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をすることができる。 ・ベースボール型では、状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防をすることができる。	○	○	○
	12	6	体育理論	運動・スポーツの学び方	体育理論 ・豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解している。	○	○	○
第3学期	1	6	球技	球技選択 (バスケットボール・バレーボール・卓球・バドミントン)	球技 ・技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などについて理解している。 ・ゴール型では、状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防をすることができる。 ・ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をすることができる。 ・ベースボール型では、状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防をすることができる。	○	○	○
	2	8			球技	球技選択 (バスケットボール・バレーボール・卓球・バドミントン)	球技 ・技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などについて理解している。 ・ゴール型では、状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防をすることができる。 ・ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をすることができる。 ・ベースボール型では、状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防をすることができる。	○
	3	0	体育理論	運動・スポーツの学び方	体育理論 ・豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解している。	○	○	○