

令和7年度

1 学年

保健体育科（体育）

シラバス

年間目標		・運動の楽しさを味わい、その特性に応じた技能などを理解し、身に付けることができる。 ・自らの課題を発見し、解決のための方策を考え、工夫することができる。 ・きまりやルール、マナーなどを守り、仲間と協力したり、場や用具の安全を確保したりして、自己の最善を尽くす態度を身に付けることができる。		
	単元題材	目標		学習内容
5・5	オリエンテーション スポーツテスト 集団行動 ラジオ体操 陸上競技 (8時間)	知識・技能	・運動の楽しさを味わい、その特性に応じた技能などを理解し、身に付けることができる。	【オリエンテーション】 ・1年間の授業の流れを知る。 ・体育に取り組む内容を知る。 ・体育で身に付けられる力を知る。 【スポーツテスト】 ・短距離、走り幅跳び ・中距離、ボール投げ 【集団行動】 ・姿勢 ・方向転換 ・行進 ・礼 【ラジオ体操】 ・【体づくり運動】 ・体ほぐしの運動
		思考力・判断力・表現力等	・自らの課題を発見し、解決のための練習方法を考え、工夫することができる。	
		学びに向かう力、人間性	・ルールやマナーを守り、安全に留意して活動することができる。 ・自己の記録の向上を目指し、最後まで諦めずに取り組むことができる。	
6・7	ティールボール (10時間)	知識・技能	・投球、捕球、打撃などの基本的な技術を身に付けることができる。 ・簡易的な試合をすることができる。	【ティールボール】 ・ルールの理解 ・キャッチボール ・打撃 ・守備 ・簡易的な試合 ・作戦会議
		思考力・判断力・表現力等	・自らの課題を発見し、解決のための練習方法を考え、工夫することができる。	
		学びに向かう力、人間性	・ルールやマナーを守り、安全に留意して活動することができる。	
8	着衣水泳 (AED実践含)	知識・技能	・水難事故が起こる原因や危険性を理解することができる。 ・身体を浮かせる方法を理解できる。 ・AEDに関わる基本的な知識・技能を身に付けることができる。	【着衣水泳】 ・水難事故について知る ・危険なポイントについて理解する。 ・助かる方法や助ける方法理解し実践する。 【AED】 ・AEDの役割を知る。 ・使用上の注意点を理解した上で行うことができる。
		思考力・判断力・表現力等	・自分の身を守るための技術を理解することができる。	
		学びに向かう力、人間性	・実際に水難事故にあった場合のことを想定して意欲的に取り組むことができる。	
9・10	サッカー 雨天時 フットサル (10時間)	知識・技能	・パス、ドリブル、シュートなどの基本的な技能を身に付けることができる。	【サッカー】 ・ルールの確認（体育理論） ・基礎練習 ・攻撃練習 ・守備練習 ・試合 ・作戦会議
		思考力・判断力・表現力等	・自己の能力に適した課題をもち練習の仕方を工夫することができる。	
		学びに向かう力、人間性	・ルールやマナーを守り、安全に留意して活動することができる。	
10	ダンス (10時間)	知識・技能	・振付やステップを音楽に合わせて踊ることができる。	【現代的なリズムのダンス】 ・ステップの確認 ・グループに分かれて練習 ・発表
		思考力・判断力・表現力等	・友達と話し合いながら振付を考えることができる。 ・友達とダンスを見せ合い自分の振付に取り入れることができる。	
		学びに向かう力、人間性	・安全や自己の健康に留意して行動することができる。	
11	バスケットボール (10時間)	知識・技能	パス、ドリブル、シュートなどの基本的な技能を身に付けることができる。	【バスケットボール】 ・ルールの確認（体育理論） ・ドリブル練習 ・パス練習 ・シュート練習 ・簡易的な試合 ・作戦会議
		思考力・判断力・表現力等	自己の能力に適した課題をもち練習の仕方を工夫している。	
		学びに向かう力、人間性	安全や自己の健康に留意して行動することができる。	
1・2	クロスカントリースキー 荒天時検討 (12時間)	知識・技能	・スキーを滑らせ、効率よく前に進むことができる。 ・用具を正しく使うことができる。	【クロスカントリースキー】 ・ルールの理解 ・スキーの着脱 ・ストックの正しい握り方 ・歩行 ・直進滑走 ・交互滑走
		思考力・判断力・表現力等	・自らの課題を発見し、解決のための練習方法を考え、工夫することができる。	
		学びに向かう力、人間性	・ルールやマナーを守り、安全に留意して活動することができる。	