

体育

教 科	科 目	単位数	履修年次・選択群	履修区分
体育	スポーツ I	2	3年次・J1群	選択
使用教科書（出版社）		副教材（準備するもの）		履修の条件・連絡
		Active Sports		3年次のスポーツ科学系列選択者

1 科目の目標と評価の観点

目 標		
体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、主体的、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、健やかな心身の育成に資するとともに、生涯を通してスポーツの推進及び発展に寄与する資質・能力を次のとおり育成することを目指す。		
評価の観点及びその主旨		
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
採点競技や測定競技の推進及び発展に向けた多様な関わり方に関する技能を身に付ける。	「する、みる、支える、知る」など自己や仲間が多様に「スポーツ I」と関わる上で、採点競技及び測定競技における自他や社会の課題を発見し、思考し判断するとともに他者に伝える力を養う。	採点競技及び測定競技の学習に主体性に取り組むとともに、公正、協力、責任、参画、共生などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯を通してスポーツを継続するとともにスポーツの推進及び発展に寄与する態度を養う。

2 学習計画と観点別評価項目

	学期	学習内容（単元・項目）	月	学習のねらい	評価の観点
学 習 の 年 間 計 画	1 学 期	1 オリエンテーション	4	・スポーツ I の履修内容を理解する。 ・種目に対する興味や関心を高める。	1 2
		2 陸上競技 ・短距離走	5	・基本の動きを理解させ、体得する。 ・スターティングブロックを利用し、大きな推進力を得る練習をする。	1 3 1 2 3
		・ハードル走		・無駄のないフォームを考え、速いスピードで動く練習をする。	1 2
		ドリル スタート練習 フォーム練習 記録測定	6	・50 メートルの記録を測定し、自己の記録を確認する。	1 2 1 2 3
		ドリル アプローチ走 インターバル走 記録測定		・様々なハードルドリルを理解させ、体得する。	1 2 1 2 3
				・第1ハードルまでスピードを落とさずに走る。	1 3
			7	・3歩のリズムで、バランス良く走る。 ・記録を測定し、短距離走の記録と比較する。	1 2 3
	2 学 期	・走り幅跳び	9	・各種跳躍ドリルを理解させ、身体が浮くことを学ぶ。	1 2 1 3
		ドリル 踏切練習 跳躍練習 記録測定	10	・ドリルを発展させ、踏切動作を体得する。	1 3
		3 器械運動 ・鉄棒運動		・短助走（3、5、7歩）跳躍をする。 ・全助走し、高く体を浮かせる跳躍を目指す。	1 2 3 1 2 3
		・マット運動	11	・記録を測定し、短距離走の記録と比較する。	1 2 3
		・跳び箱		・（男）蹴上がりを含む3種目以上の連続技の練習をする。 （女）逆上がりを含む3種目以上の連続技の練習をする。	1 2 3 1 2 3
			12	・発表会をし、それぞれが得点を付け、批評会をする。	1 2 3
				・倒立、倒立前転を含む技の練習をする。 ・連続技の練習をし、発表会を行う。	1 2
				・それぞれが点数を付け、批評会を行う。 ・開脚、閉脚、抱え込み跳び及び前方倒立回転跳びの練習をする。	1 3
				・各技の発表会を行い、それぞれが点数	

令和6年度 シラバス

愛媛県立新居浜南高等学校

					をつけ批評会をする。		
	3 学 期	4 陸上競技 ・中、長距離走	1	・ペース走（35 分）をし、自己の持久力を高める。 ・インターバル走をし、スピードの変化に対応できる能力を高める。 ・記録会や駅伝を通して、練習の成果を知る	2 3 1 2 1 2 3 1 3		
			2				
			3				
学 習 評 価	観点	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	
	規 準	○採点競技及び測定競技の推進及び発展に向けた多様な関わり方を理解できているか。 ○採点競技及び測定競技の推進及び発展に向けた多様な関わり方に関する技能を身に付けているか。		○採点競技及び測定競技における自他や社会の課題を発見し、思考し判断するとともに、他者に伝えることができているか。		○採点競技及び測定競技の学習に主体的に取り組んでいるか。 ○公正、協力、責任、参画、共生などに対する意欲を高め、健康・安全を確保できているか。 ○生涯を通してスポーツを継続するとともにスポーツの推進及び発展に寄与する態度が養えているか。	
	手 段	・実技テスト ・個人記録、動画確認 ・定期考査の知識問題の解答		・練習中や試合中の行動の観察 ・レポートや課題の内容 ・定期考査の論述問題の解答		・授業中の態度の観察 ・提出物の提出状況 ・課題、レポートへの取組の評価	
	単元末や学期末及び年次末における評価の総括方法		・授業や提出物、定期考査における「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」から総合的に評価する。 ・実技点：考査点：平常点を 5：3：2 の割合で評価する。				
	学習上の留意点		・実技を中心としているため出席を重視する。 ・速やかに更衣を行い、授業開始に遅れないようにする。ファイル、タブレット、筆記用具を持参する。 ・先入観を持たず、主体的に取り組む場面を増やしていく。 ・個人の身体の特徴によって記録は異なる。仲間との記録の比較ではなく、自分の記録の推移を評価し、懸命に取り組んでいる仲間を尊重すること。				