旭川龍谷高等学校 授業シラバス

教科名	科目名	単位数	学年	必/選	コース・フィールド
保健体育	スポーツ I	2	3	選	キャリアデザインコース スポーツ・メディカル
科目の目標	運動についての理解と合理的な実践を通して、高度な運動技能の習得できるようにし、心身ともに健全な人間の育成に資するとともに、体育・スポーツの振興発展に寄与する資質や能力を育てることを目指す。				
教科書			副教材等	アクティブスポーツ	

1. 学習の到達目標

- (1) 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、技能を身に付けるようにする。
- (2) 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。
- (3) 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。

2. 学習計画及び評価の観点

※評価の観点：X(知識・技能)，Y(思考・判断・表現)，Z(主体的に学習に取り組む態度)

学習内容	時数	月	学習のねらい	評価の観点		
				X	Y	Z
オリエンテーション	1	4	授業内容や評価方法などの説明 オリエンテーション			
集団行動	2	4	自分の体の状態を知り身体をほぐすことができる、体力を高める運動を行うことができる。 生活の中で計画的に実践できるようにする。	○		○
体づくり運動	2			○		○
体ほぐし運動	2			○		○
体力を高める運動	2			○		○
専門種目演習 I 球技 (1種目時数8)	32	5~8	各種目の競技の歴史やルールなどを理解して、 技術・戦術などを身に付け、表現することができる	○	○	○
サッカー				○	○	○
バスケットボール				○	○	○
バレーボール				○	○	○
ソフトボール				○	○	○
測定競技 (1種目時数4)	16	9~10	各自が工夫して練習を行い、記録向上を目指す	○	○	○
ハードル走				○	○	○
円盤投げ				○	○	○
1500m				○	○	○
短距離走(50m)				○	○	○

学習内容	時数	月	学習のねらい	評価の観点		
				X	Y	Z
専門種目演習Ⅱ 球技 (1種目時数8)		11~3		○	○	○
ユニホック				○	○	○
卓球				○	○	○
バドミントン				○	○	○
ボッチャ	7				○	○