

シラバス

体育 2 単位

(2.3 年次)

授業 時数	2	領域		種目	
学 習 内 容	1 一年間の授業の進め方について説明（服装、遅刻、等について） 2 単位の修得についての説明 3 集団行動  横隊・縦隊・集合・整とん・番号・体操隊形・号令をかけてランニング・体操 体力を高める運動				

授業 時数	4	領域	体づくり運動	種目	体づくり運動
学 習 内 容	1 集団行動  横隊・縦隊・集合・体操隊形・号令をかけてランニング・体操 2 体ほぐしの運動  柔軟体操 2人組ストレッチ 3 体力を高める運動				

授業 時数	6	領域	体づくり運動	種目	体づくり運動
学 習 内 容	1 集団行動  横隊・縦隊・集合・体操隊形・号令をかけてランニング・体操 2 体ほぐしの運動  柔軟体操 2人組ストレッチ 3 体力を高める運動				

授業 時数	8	領域	体づくり運動	種目	体づくり運動
学 習 内 容	<p>1 集団行動 横隊・縦隊・集合・体操隊形・号令をかけてランニング・体操</p> <p>2 体ほぐしの運動 柔軟体操 2人組ストレッチ</p> <p>3 体力を高める運動</p>				

授業 時数	10	領域	水 泳	種目	水 泳
学 習 内 容	<p>1 オリエンテーション 水泳の単元計画の説明</p> <p>2 プール清掃</p>				

授業 時数	12	領域	水 泳	種目	クロール・平泳ぎ・水球
学 習 内 容	<p>1 泳力調査 クロール・平泳ぎの泳力調査</p> <p>2 水球 簡易ルールでのゲーム（水慣れ）</p>				

授業 時数	14	領域	水 泳	種目	クロール・平泳ぎ・水球
学 習 内 容	<p>1 クロール 泳力別にグループ分けをして練習。</p> <p>2 平泳ぎ 泳力別にグループ分けをして練習。</p> <p>3 水球 簡易ルールでのゲーム</p>				

授業 時数	16	領域	水 泳	種目	クロール・平泳ぎ・水球
学 習 内 容	<p>1 クロール 泳力別にグループ分けをして練習。</p> <p>2 平泳ぎ 泳力別にグループ分けをして練習。</p> <p>3 水球 簡易ルールでのゲーム</p>				

授業 時数	18	領 域	水 泳	種 目	クロール・平泳ぎ・水球
学 習 内 容	<p>1 クロール 泳力別にグループ分けをして練習。</p> <p>2 平泳ぎ 泳力別にグループ分けをして練習。</p> <p>3 水球 簡易ルールでのゲーム</p>				

授業 時数	20	領 域	水 泳	種 目	クロール・平泳ぎ・水球
学 習 内 容	<p>1 クロール 泳力別にグループ分けをして練習。</p> <p>2 平泳ぎ 泳力別にグループ分けをして練習。</p> <p>3 水球 簡易ルールでのゲーム</p>				

授業 時数	22	領 域	水 泳	種 目	クロール・平泳ぎ・水球
学 習 内 容	<p>1 泳力調査 クロール・平泳ぎの泳力調査</p> <p>2 水球 簡易ルールでのゲーム</p>				

授業 時数	24	領 域	球 技	種 目	バレーボール
学 習 内 容	1 オリエンテーション バレーボールの単元計画の説明 2 基本練習 パス練習（ボールに慣れる） 3 試しのゲーム チームや個人の現状確認				

授業 時数	26	領 域	球 技	種 目	バレーボール
学 習 内 容	1 基本練習 パス練習（ボールに慣れる） サーブ練習 スパイク練習 2 試しのゲーム チームや個人の現状確認				

授業 時数	28	領 域	球 技	種 目	バレーボール
学 習 内 容	1 基本練習 パス練習（ボールに慣れる） サーブ練習 スパイク練習 2 試しのゲーム チームや個人の現状確認				

授業 時数	30	領 域	球 技	種 目	バレーボール
学 習 内 容	1 基本練習 パス練習（ボールに慣れる） サーブ練習 スパイク練習 2 試しのゲーム チームや個人の現状確認				

授業 時数	32	領 域	球 技	種 目	バレーボール
学 習 内 容	1 基本練習 パス練習（ボールに慣れる） サーブ練習 スパイク練習 2 試しのゲーム チームや個人の現状確認				

授業 時数	34	領 域	球 技	種 目	バレーボール
学 習 内 容	1 チーム練習 チームで課題を見つけての自由練習 2 リーグ戦 公式試合（記録をつける） 3 まとめ 試合の反省をして次の練習メニューを決める				

授業 時数	36	領 域	球 技	種 目	バレーボール
学 習 内 容	<p>1 チーム練習 チームで課題を見つけての自由練習</p> <p>2 リーグ戦 公式試合（記録をつける）</p> <p>3 まとめ 試合の反省をして次の練習メニューを決める</p>				

授業 時数	38	領 域	球 技	種 目	バレーボール
学 習 内 容	<p>1 チーム練習 チームで課題を見つけての自由練習</p> <p>2 リーグ戦 公式試合（記録をつける）</p> <p>3 まとめ 試合の反省をして単元のまとめをする。</p>				

授業 時数	40	領 域	球 技	種 目	野 球
学 習 内 容	<p>1 オリエンテーション 野球の単元説明</p> <p>2 基本練習 キャッチボール ノック トスバッティング</p>				



授業 時数	42	領 域	球 技	種 目	野 球
学 習 内 容	1 基本練習 キャッチボール ノック トスバッティング フリーバッティング				

授業 時数	44	領 域	球 技	種 目	野 球
学 習 内 容	1 基本練習 キャッチボール ノック トスバッティング フリーバッティング				

授業 時数	46	領 域	球 技	種 目	野 球
学 習 内 容	1 基本練習 キャッチボール ノック トスバッティング フリーバッティング				

授業 時数	48	領 域	ダンス	種 目	フォークダンス
学 習 内 容	1 スポレクで行うフォークダンスの練習 オクラハマミキサー 青い山脈				

授業 時数	50	領 域	ダンス	種 目	フォークダンス
学 習 内 容	1 スポレクで行うフォークダンスの練習  オクラハマミキサー 青い山脈				

授業 時数	52	領 域	球 技	種 目	野 球
学 習 内 容	1 基本練習  キャッチボール ノック トスバッティング フリーバッティング 2 ゲーム  試合（記録をつける） 3 まとめ  試合の反省をして次の練習メニューを決める				

授業 時数	54	領 域	球 技	種 目	野 球
学 習 内 容	1 チーム練習  各チームで自由練習 2 ゲーム  試合（記録をつける） 3 まとめ  試合の反省をして次の練習メニューを決める				

授業 時数	56	領 域	球 技	種 目	野 球
学 習 内 容	1 チーム練習 各チームで自由練習				
	2 ゲーム 試合（記録をつける）				
	3 まとめ 試合の反省をして単元のまとめをする				

授業 時数	58	領 域	球 技	種 目	バスケットボール
学 習 内 容	1 オリエンテーション バスケットボールの単元説明				
	2 基本練習 パス シュート				
	3 試しのゲーム				
	4 まとめ 試合の反省をして次の練習メニューを決める				

授業 時数	60	領 域	球 技	種 目	バスケットボール
学 習 内 容	1 基本練習 各チームに分かれて練習 パス シュート 2 試しのゲーム 3 まとめ 試合の反省をして次の練習メニューを決める				

授業 時数	62	領 域	球 技	種 目	バスケットボール
学 習 内 容	1 基本練習 各チームに分かれて練習 パス シュート 2 試しのゲーム 3 まとめ 試合の反省をして次の練習メニューを決める				

授業 時数	64	領 域	球 技	種 目	バスケットボール
学 習 内 容	1 基本練習 各チームに分かれて練習 パス シュート 2 試しのゲーム 3 まとめ 試合の反省をして次の練習メニューを決める				

授業 時数	66	領 域	球 技	種 目	バスケットボール
学 習 内 容	<p>1 基本練習 各チームに分かれて練習 パス シュート</p> <p>2 試しのゲーム</p> <p>3 まとめ 試合の反省をして次の練習メニューを決める</p>				

授業 時数	68	領 域	球 技	種 目	バスケットボール
学 習 内 容	<p>1 基本練習 各チームに分かれて練習 パス シュート</p> <p>2 公式試合 (記録をつける)</p> <p>4 まとめ 試合の反省をして次の練習メニューを決める</p>				

授業 時数	70	領 域	球 技	種 目	バスケットボール
学 習 内 容	<p>1 基本練習 各チームに分かれて練習 パス シュート</p> <p>2 公式試合 (記録をつける)</p> <p>3 まとめ 試合の反省をして単元のまとめをする</p>				

