

令和5年度 高校3年 文系特進コース シラバス

|         |  |      |   |  |                     |
|---------|--|------|---|--|---------------------|
| □科目     | 体育   |      |   |  |                     |
| □授業時数   | 2時間/週  |      |   |  |                     |
| □教材     | 最新スポーツルール (大修館)  |      |   |  |                     |
| □学習到達目標 | 各種の運動の合理的な実践を通して運動技能を高めることで、運動の楽しさや喜びを味わうとともに、生活を明るく健全にする能力を身につける。また、運動における競争や共同の経験を通して、公正な態度を学び、進んで規則を守り、互いに協力して責任を果たす力を養えるようにする。 |      |   |  |                     |
| □成績評価基準 | 実技テスト, 平常点 (課題提出, 授業態度など)  |      |   |  |                     |
| □授業計画   | 月  | 予定時数 | 単元・項目   | 内 容  | 備 考                 |
|         | 4  | 5    | ガイダンス<br>球技<br>卓球<br>・サーブ, レシーブ, ロング<br>ショート, ツツキ, ドライブ | ・年間の授業計画, 授業の進め方, 評価のしかたなどについてガイダンスを行う。<br>・各技術が正しくできるように練習をする。<br>(1・2年次の復習)  |                     |
|         | 5  | 6    | ・試合形式による総合練習  | ・練習したプレーを組み合わせたリ応用させ, 効果的な攻撃をする。<br>・防御技術の練習をし, ゲームの中で十分活かせるようにする。<br>・お互いに審判をおこない, ゲーム運営を行う。  | 実技テスト①<br>リーグ戦      |
|         |  |      | 水泳<br>・クロール<br>・ブレスト                                    | ・クロール, ブレストとも, より正確なキック, プルができるように復習する。  |                     |
|         | 6  | 8    |   | ・のびのびと大きく泳ぎ, 長い距離を泳げるように練習する。<br><br>(1・2年次の復習)<br>・キック, プル, 呼吸のタイミング, コンビネーションを理解し, 効率のよい泳ぎを身につける。<br>・無駄のない動きを理解し, スムーズにターンができるよう練習する。 | 実技テスト②<br>自由形200m   |
|         | 7  | 1    |   |  |                     |
|         | 9  | 6    | 球技<br>フットサル   | ・各技術が正しくできるように練習をする。<br>練習したプレーを組み合わせたリ応用させ, 効果的な攻撃・防御技術の練習をし, ゲームの中で十分活かせるようにする。<br>・お互いに審判をおこない, ゲーム運営を行う。                             | 実技テスト③<br>ボールコントロール |

令和5年度 高校3年 文系特進コース シラバス

| □授業計画 | 月  | 予定<br>時数 | 単 元・項 目        | 内 容   | 備 考 |
|-------|----|----------|----------------|---|-----|
|       | 10 | 4        | 球技<br>フットサル    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 各技術が正しくできるように練習をする。</li> <li>練習したプレーを組み合わせたり応用させ、効果的な攻撃と防御技術の練習をし、ゲームの中で十分活かせるようにする。</li> <li>・ お互いに審判をおこない、ゲーム運営を行う。</li> </ul>   |     |
|       | 11 | 4        | 球技<br>バスケットボール | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 各技術が正しくできるように練習をする。</li> <li>・ 練習したプレーを組み合わせたり応用させ、効果的な攻撃・防御技術の練習をし、ゲームの中で十分活かせるようにする。</li> <li>・ お互いに審判をおこない、ゲーム運営を行う。</li> </ul> |     |
|       | 12 |          |                |   |     |
|       | 1  |          |                |   |     |
|       | 2  |          |                |   |     |
|       | 3  |          |                |   |     |

令和5年度 高校3年 文系特進コース シラバス

|         |  |      |  |  |        |
|---------|--|------|--|--|--------|
| □科目     | 保健   |      |  |  |        |
| □授業時数   | 1時間/週  |      |  |  |        |
| □教材     | 保健体育（大修館書店），保健ノート（大修館書店）   |      |  |  |        |
| □学習到達目標 | 病気を治療したり，支援したりするしくみや，健康を保持し増進させる社会のしくみを学ぶとともに，身のまわりの自然環境や食品，労働などに関する健康問題を学ぶ。また，実生活で活用できるよう思考力や判断力を養い，豊かで健康的な生活を送れるようにする。 |      |  |  |        |
| □成績評価基準 | 年間を通した定期テストの平均，平常点（課題提出，授業態度など）  |      |  |  |        |
| □授業計画   | 月  | 予定時数 | 単元・項目  | 内 容  | 備 考    |
|         | 4  | 3    | 2 単元 生涯を通じる健康<br>1 思春期と健康<br><br>2 性への関心・欲求と性行動<br><br>3 妊娠・出産と健康                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>・思春期には，生殖器が発達することを学ぶ。</li> <li>・思春期には，不安や悩みが多いことを理解する。</li> <li>・性意識には男女で差があることを理解する。</li> <li>・不正確な情報にまどわされないようにする。</li> <li>・母体の健康を維持することについて学ぶ。</li> <li>・母子保健サービスを活用できるようにする。</li> </ul>  |        |
|         | 5  | 4    | 4 避妊法と人工妊娠中絶<br><br>5 結婚生活と健康<br><br>6 中高年期と健康<br><br>7 医薬品とその活用                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>・適切な避妊法を学ぶ。</li> <li>・人工妊娠中絶が女性に及ぼす影響を学ぶ。</li> <li>・心身の発達と結婚生活の関係に学ぶ。</li> <li>・結婚生活を健康的に送るために必要な考え方や行動をあげる。</li> <li>・年をとることにもなう心身の変化について学ぶ。</li> <li>・中高年期の健康を支える社会的取り組みについて学ぶ。</li> <li>・医薬品の正しい使用方法について学ぶ。</li> <li>・医薬品の安全性を守る取り組みの例をあげる。</li> </ul> | 定期テスト① |
|         | 6  | 4    | 8 医療サービスとその活用<br><br>9 保健サービスとその活用<br><br>10 さまざまな保健活動や対策<br><br>3 単元 社会生活と健康<br>1 大気汚染と健康 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・さまざまな医療機関の役割について学ぶ。</li> <li>・医療サービスを活用できるようにする。</li> <li>・保健行政の役割について学ぶ。</li> <li>・保健サービスの活用の例をあげる。</li> <li>・民間機関・国際機関などの保健活動や対策について学ぶ。</li> <li>・大気汚染の原因とその健康影響を学ぶ。</li> <li>・地球規模の環境問題について例をあげる。</li> </ul>  |        |
|         | 7  | 1    | 2 水質汚染，土壌汚染と健康   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・水質汚染の原因を学ぶ。</li> <li>・土壌汚染の原因を学ぶ。</li> </ul>   | 定期テスト② |

令和5年度 高校3年 文系特進コース シラバス

| □授業計画     | 月  | 予定<br>時数 | 単 元・項 目   | 内 容  | 備 考    |
|-----------|----|----------|---|--|--------|
|           | 9  | 3        | 3 環境汚染を防ぐ取り組み   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・環境汚染の特徴について学ぶ。</li> <li>・環境汚染を防ぐ取り組みについて考える。</li> </ul>                        |        |
|           |    |          | 4 ごみの処理と上下水道の整備   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ごみの処理の現状や、その課題について学ぶ。</li> <li>・安全で質の良い水を確保するためのしくみと、課題を学ぶ。</li> </ul>         |        |
|           |    |          | 5 食品の安全を守る活動  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食品の安全のため、消費者がおこなうべきことを考える。</li> <li>・食品の安全のため、行政や生産者・製造者がおこなう対策を学ぶ。</li> </ul> |        |
|           | 10 | 3        | 6 働くことと健康   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・働く人の健康問題の変化について学ぶ。</li> <li>・労働災害の防ぎ方について学ぶ。</li> </ul>                        |        |
|           |    |          | 7 働く人の健康づくり   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・職場がおこなう健康増進対策を学ぶ。</li> <li>・余暇の大切さと活用について考える。</li> </ul>                       |        |
|           |    |          | 体育編<br>3単元 豊かなスポーツライフの設計<br>1 生涯スポーツの見方・考え方   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・スポーツ活動の重要性を学ぶ。</li> <li>・各ライフステージに広がるスポーツ活動の特徴をあげる。</li> </ul>                 |        |
|           | 11 | 3        | 2 ライフスタイルに応じたスポーツ   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・豊かなスポーツライフを実現するために何が大切か考える。</li> <li>・自分にあったスポーツライフを設計する。</li> </ul>           | 定期テスト③ |
|           |    |          | 3 日本のスポーツ振興   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・国や自治体のスポーツ振興の施策を学ぶ。</li> <li>・トップスポーツと地域スポーツの関わりを学ぶ。</li> </ul>                |        |
| 4 スポーツと環境 |    |          | <ul style="list-style-type: none"> <li>・スポーツと環境の関わりについて学ぶ。</li> <li>・スポーツ場面での環境保護を考える。</li> </ul> |  |        |
| 12        |    |          |   |  |        |
| 1         |    |          |   |  |        |
| 2         |    |          |   |  |        |
| 3         |    |          |   |  |        |