

2025年度 市立函館高等学校 シラバス

教科	科目	単位数	年次・コース			教科担任	
保健体育	体育	2	3年男子			石郷岡 純一	
使用教科書	現代保健体育（大修館）			使用副教材			
科目の目標					道徳教育のねらい		
健康や体力について合理的に実践し、運動技能を高めるとともに、それらの経験を通して、公正・協力・責任などの態度を育て、強健な心身の発達を促して生涯を通して継続的に運動を実践できる能力と態度を育てる。					集団行動や授業準備、実技において、協力や思いやり、安全指導などを通じて道徳心を育てる。		
学習活動内容		育てたい6つの力（資質・能力）					
		1	2	3	4	5	6
		主体的 学習力	基礎力	思考・ 分析力	発信・ 表現力	自己認知 ・協働力	計画 実行力
1	体づくり運動・体力測定		◎			◎	
2	体育理論			◎			
3	陸上選択（100・三段・円盤）	◎	○	◎	○	◎	○
4	サッカーⅡ（フットサル）	◎	○	◎	○		○
5	（ソフト）テニス	○	◎	○			○
6	選択球技（バレー・ソフト・サッカー・卓球）	○		○			○
7	選択Ⅰ（バレーorバスケット）	◎	○	◎	○		○
8	選択Ⅱ（男女混合）	◎	○	◎	○		○
9	クラス選択球技	○		○			
10							
11							
12							
評価の観点	主体的に学習に取り組む態度	思考力・判断力・表現力等		知識及び技能			
	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるように、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。		運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防の展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。また、選択した運動の技能（技）の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方について具体的な方法、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。			
評価の方法	授業の準備・後片付けなどへの協力姿勢、意欲的な取組・グループでの協力姿勢を評価	授業における練習の取組方、ワークシートでの評価		各種目における実技テスト、記録・発表会での評価、ペーパーテストによる評価			

3年男子体育 授業計画

授 業 計 画					実施状況	
月 (時数)	単元・考査等 (配置時数)	学習のねらい	学習内容 (配当時間)	単元 実施 時数	実施反省	
前 期	4月	体づくり運動・スポーツテスト (7)	・集団行動・集団づくり、補強運動、スポーツ テストを実施し自らの体力への理解を深め今後 の授業にいかす。	・体づくり運動・スポーツテスト (7)・・・「体ほぐし運動」と「体 力を高める運動」を通じて、心と体の 状態を把握し仲間とともに運動に親し むための基礎を養う。		
	5月 6月	陸上競技(12)	「100m走」、「三段跳び」、「円盤投げ」 を実施する。それぞれの種目の技術の修得を目 指し理解を深め、記録を測定する。	・基本技術習得のための練習(9) ・記録測定(3)		
	5月 6月 7月	体育理論(3)	・運動・スポーツの学び方を学習し、運動をよ り合理的に実践する資質を養う。	・生涯スポーツの見方、考え方 ・ライフスタイルに応じたスポーツ ・まとめレポート作成 (各1h)		
	6月 7月	サッカーⅡ(フットサル)(12)	・フットサルを実施し、基礎的技術の他にも集 団的プレー(戦術)、ポジションと役割を理解 し、ゲームスキルを高め、競技の理解を深め る。	・基礎技術の習得(3) ・グループ、チーム戦術の修得(5) ・ゲーム形式(3) ・スキルテスト(1)		
	7月 8月 9月	(ソフト)テニス(13)	・基本技術の練習(サーブ・ラリー・ボレー など)と技術向上をはかり試合ができることを 目標にする。試合を通して競技ルールを理解す る。	・基礎技術の習得(6) ・グループ、チーム戦術の修得(2) ・ゲーム形式(4) ・スキルテスト(1)		
	9月	選択球技(7)	・球技大会で実施する・「バレー」、「ソフ ト」 「サッカー」 「卓球」 から種目を選択し、 技術向上、または仲間との連携を高め、工夫し た取り組みを実践する。	・球技大会種目の練習(7)		
	10月 11月	選択Ⅰ(15)	・「バレーボール」、「バスケットボール」か ら選択し実施する。技術向上、または仲間との 連携を高め、工夫した取り組みを実践する。選 択した種目のより高い技術や戦術を身につけ競 技への理解を深める。	・班編制、練習計画の作成(2) ・グループ練習の取り組み(8) ・ゲーム形式、スキルテスト(5)		
	10月 11月 12月	体育理論(3)	・運動・スポーツの学び方を学習し、運動をよ り合理的に実践する資質を養う。	・スポーツを推進する取組 ・豊かなスポーツライフの創造 ・まとめレポート作成 (各1h)		
	11月 12月	選択Ⅱ(男女混合)(15)	・「卓球」「テニボン」「ソフトバレー」か ら1種目を選択し実施する。選択した種目のよ り高い技術や戦術を身につけ競技への理解を深 める。	・基本技術習得のための練習(3) ・グループ技能を高める練習(2) ・ゲーム形式(10)		
	1月	クラス選択球技	・各クラスで球技を選択し、試合形式を中心 に実践する。 ・これまで1年次、2年次で行った種目から複 数の種目を実践する。	・2時間程度の球技、試合を中心 に実践する。 ・運営、審判など生徒自身で行う		

2025年度 市立函館高等学校 シラバス

教科	科目	単位数	年次・コース			教科 担任	
保健体育	体育	2	3年女子			上島 眞一 ・池田 靖秋	
使用教科書	現代保健体育（大修館）			使用副教材			
科目の目標					道徳教育のねらい		
健康や体力について合理的に実践し、運動技能を高めるとともに、それらの経験を通して、公正・協力・責任などの態度を育て、強健な心身の発達を促して生涯を通して継続的に運動を実践できる能力と態度を育てる。					集団行動や授業準備、実技において、協力や思いやり、安全指導などを通じて道徳心を育てる。		
学習活動内容		育てたい6つの力（資質・能力）					
		1	2	3	4	5	6
		主体的 学習力	基礎力	思考・ 分析力	発信・ 表現力	自己認知 ・協働力	計画 実行力
1	体づくり運動・体力測定		◎			◎	
2	体育理論			◎			
3	バドミントンⅡ	◎	○	◎	○		○
4	（ソフト）テニスⅡ	◎	○	◎	○		○
5	選択Ⅰ（バレーorバスケット）	◎	○	◎	○		○
6	選択球技（バレー・サッカー・卓球・バドミントン）	○		○			○
7	ダンスⅢ（創作Ⅱ）	◎		◎	○		○
8	選択Ⅱ（男女混合）	◎	○	◎	○		○
9	クラス選択球技	○		○			○
10							
11							
12							
評価の観点	主体的に学習に取り組む態度	思考力・判断力・表現力等		知識及び技能			
	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるように、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。		運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防の展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。また、選択した運動の技能（技）の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方について具体的な方法、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。			
評価の方法	授業の準備・後片付けなどへの協力姿勢、意欲的な取組・グループでの協力姿勢を評価	授業における練習の取組方、ワークシートでの評価		各種目における実技テスト、記録・発表会での評価、ペーパーテストによる評価			

3年女子体育 授業計画

授 業 計 画					実施状況	
月 (時数)	単元・考査等 (配置時数)	学習のねらい	学習内容 (配当時間)	単元 実施 時数	実施反省	
前 期	4月	体づくり運動・スポーツテスト (7)	・集団行動・集団づくり、補強運動、スポーツテストを実施し自らの体力への理解を深め今後の授業にいかす。	・体づくり運動・スポーツテスト (7)・・・「体ほぐし運動」と「体力を高める運動」を通じて、心と体の状態を把握し仲間とともに運動に親しむための基礎を養う。		
	5月 6月	バドミントンⅡ(12)	・ダブルスを実施し、専門的な動き、ルールを理解する。基礎技術を習得し、ダブルス特有の戦術を身につけ競技への理解を深める。	・基本技術習得のための練習(3) ・グループ技能を高める練習(3) ・ゲーム形式(6)		
	5月 6月 7月	体育理論(3)	・運動・スポーツの学び方を学習し、運動をより合理的に実践する資質を養う。	・生涯スポーツの見方、考え方 ・ライフスタイルに応じたスポーツ ・まとめレポート作成 (各1h)		
	6月 7月	(ソフト)テニス(12)	・基本技術の復習(サーブ・ラリー・ボレーなど)と技術向上をはかり、シングルスとダブルスで試合を安定して実施できることを目標にする。試合を通してより競技ルールを理解する。	・基本技術習得のための練習(3) ・試合形式(9)		
	7月 8月 9月	選択Ⅰ(13)	・「バレーボール」、「バスケットボール」から選択し実施する。技術向上、または仲間との連携を高め、工夫した取り組みを実践する。選択した種目のより高い技術や戦術を身につけ競技への理解を深める。	・班編制、練習計画の作成(2) ・グループ練習の取り組み(4) ・ゲーム形式、スキルテスト(7)		
	9月	選択球技(7)	・球技大会で実施する。「バレー」、「サッカー」、「卓球」、「バドミントン」から種目を選択し、技術向上、または仲間との連携を高め、工夫した取り組みを実践する。	・球技大会種目の練習(7)		
10月 11月	ダンスⅢ(15)	・創作ダンスⅡを実施。2年次よりも内容、質、量ともによりも深めたものにする。	・ガイダンス(1) ・創作活動(12) ・発表会(1) ・振り返り(1)			
10月 11月 12月	体育理論(3)	・運動・スポーツの学び方を学習し、運動をより合理的に実践する資質を養う。	・スポーツを推進する取組 ・豊かなスポーツライフの創造 ・まとめレポート作成 (各1h)			
11月 12月	選択Ⅱ(男女混合)(15)	・「卓球」「テニボン」「ソフトバレー」から1種目を選択し実施する。選択した種目のより高い技術や戦術を身につけ競技への理解を深める。	・基本技術習得のための練習(3) ・グループ技能を高める練習(2) ・ゲーム形式(10)			
1月	クラス選択球技	・各クラスで球技を選択し、試合形式を中心に実践する。 ・これまで1年次、2年次で行った種目から複数の種目を実践する。	・2時間程度の球技、試合を中心に実践する。 ・運営、審判など生徒自身で行う			