

## 令和4年度 保健体育科シラバス(授業計画)

科目名	スポーツⅡ(選択)	単位数	4	対象	生涯スポーツ系列 1～3年
-----	-----------	-----	---	----	---------------

### 1. 目標

球技の専門的な理解と高度な技能の習得を目指した主体的, 合理的, 計画的な実践を通して, 自己の課題を解決できるようにするとともに, 生涯を通してスポーツの振興発展にかかわることができる資質や能力を育てる。

### 2. 内容

- |                     |                    |
|---------------------|--------------------|
| (1) ゴール型球技の理解と実践    | (2) ネット型球技の理解と実践   |
| (3) ベースボール型球技の理解と実践 | (4) ターゲット型球技の理解と実践 |

### 3. 年間指導計画

月	時数	学習項目	学習内容
4	4	野球	1. 基礎・基本 ○バット操作 ・身体の使い方 ・ボールに合わせたスイング(緩急・高低等) ・方向のコントロール(バッテ・イング・バント) ・走者を置いての実践
	8		
	12		
	16		
	20		
	24		
	28		
	32		
	36		
	40		
5	44	野球	○攻撃にかかわるボールを持たないときの動き ・スピードを落とさずに円を描くように塁間を走ること ・打球の状況に応じた塁の回り方 ・タッチアップでのタイミングの良い進塁 ・仲間の走者の動きに合わせた実践
	48		
	52		
	56		
6	60	野球	○ボール操作 ・捕球動作(移動やタイミングを合わせた捕球) ・送球動作(走者の状況に応じた送球・中継等) ・投球コントロール ・走者を置いての実践
	64		
	68		
	72		
	76		
	80		
7	84	野球	○守備にかかわるボールを持たない時の動き ・走者に応じた動き ・中継プレイに備える動き ・ダブルプレイに備える動き ・バックアップの動き
	88		
	92		
	96		
8	100	野球	2. 実践 ○試合
	104		
	108		
9	112	野球	3. その他(校外活動) ○施設見学 ○プロ野球観戦 ○他校との合同練習や試合 ○トレーニング
	116		
	120		
10	124	野球	
	128		
	132		
11	136	野球	
	140		