

## 令和4年度 保健体育科「体育」シラバス

単位数	3単位	学科・学年・学級	普通科 1年 A組～H組
教科書	現代高等学校保健体育 (大修館書店出版)	副教材等	現代高等学校保健体育ノート (大修館書店出版)

### 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味わい、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、それらの技能を身につけるようにする。
2	生涯にわたって運動を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考え判断するとともに自己の考えたことを他者に伝えられるようにする。
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などの意欲を育てるとともに継続して運動に親しむ態度を身につけられるようにする。

### 2 学習の計画

月	単元名	学習項目	学習内容や学習活動	評価材料
4 ～ 12	体育理論	・スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展	・自己の健康安全を確保し、「体育」学習の意義や内容、評価の方法を理解する。また、現代スポーツを体験し、価値を考える。	各種目で授業への取り組み方や学習カードの記入・スキルテスト、ルールの確認テストを実施し評価する。
	体づくり運動	・ストレッチ ・ダンス ・用具を用いた運動 ・様々な条件で走る、跳びはねる	・体ほぐしの運動を中心に行い、自らの動きに気付いたり仲間と関わり合ったりする。他にも、リズムに乗って心が弾むような感覚を味わう。	
	<span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">女子</span> 陸上競技（走・跳）	・短距離走・リレー ・走幅跳	・短距離走ではスターティングブロックを用いてスタートの技術を習得し、中間疾走につなげる。走幅跳ではスピードに乗った助走から力強く踏み切る。	
	球技（ゴール型）	・ハンドボール	・ドリブルやパス、シュート練習を通して安定したボール操作を身につけ、ミニゲームやゲームでゴール前での攻防ができるようにする。	
	球技（ネット型）	・バレーボール ・バドミントン	・パス練習やサーブ練習を通して役割に応じたボール操作や安定した用具の操作を身につけ、ミニゲームやゲームで空いた場所をめぐる攻防を行えるようにする。	
	球技（ベースボール型）	・ソフトボール	・キャッチボールやゴロ・フライ捕球、バッティング練習を通して安定したバット・ボール操作を行い、仲間と協力しながら流れのある攻防を展開できるようにする。	
	<span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">男子</span> 球技（ゴール型）	・バスケットボール ・サッカー	・ドリブルやパス、シュート練習を通して安定したボール操作を身につけ、ミニゲームやゲームでゴール前での攻防ができるようにする。	
	武道	・柔道	・怪我や事故の予防及び防止の重要性、礼儀や作法の意味と必要性を理解する。また「受け身」を確実に身につけるようにする。寝技の基礎から寝技乱取りや寝技のリーグ戦に発展させ、相手の変化に応じた抑え込みができるようにする。	
1 2 3	陸上競技	長距離走	学校内の周回コースや、校外指定ジョギングコースを自己の体力や技能の程度にあわせて作成した目標の達成にむけて、ペースを維持して走る。	

※本校の体育授業は週3時間あり、それぞれ担当職員と種目が変わります。

※体づくり運動は7単位時間以上、体育理論は6単位時間以上、生徒の状況や天候に応じて教室や体育館、トレーニング場、剣道場などで実施します。

※女子の「バレーボール」は2学期「バドミントン」に、「陸上競技」は2学期「ソフトボール」に入れ替わります。

※男子は1・2学期を通じて3つの種目に取り組みます。

### 3 評価の観点

知識・技能	運動の合理的、計画的な実践に関する具体的な知識や生涯にわたって運動を豊かに継続するための理論について理解しているとともに、目的に応じた技能を身につけている。
思考・判断・表現	自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫するとともに、それらを他者に伝えている。
主体的に学習に取り組む態度	運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとしている。

### 4 評価の方法

次の3観点を、記載の評価資料にもとづいてABCで評価します。

知識・技能 → スキルテスト、ルールの確認テスト等

思考・判断・表現 → 学習カード、ゲーム等

主体的に学習に取り組む態度 → 学習カード、授業態度等

観点ABCの判断基準は以下の通りになります。

	評価基準	学習達成状況
A	十分満足できる	100%~80%
B	おおむね満足できる	79%~30%
C	努力を要する	29%~0%

### 5 担当者からのメッセージ（確かな学力をつけるためのアドバイス、授業を受けるにあたって守ってほしい事項など）

楽しく運動をすることが一番大切です。スポーツのルールや技能などを学習しながら、仲間とともにスポーツをする楽しさを感じられるようになりましょう。また日頃の生活の中で様々なスポーツをみたり、調べたりしながら生涯を通してスポーツを継続できる態度を身につけましょう。