

令和4年度 シラバス

保健体育 科目(体育)

単位数	3 単位	学科・学年・学級	普通科 2 年 A～H組
教科書 (出版社)	現代高等保健体育 (大修館)	副教材 (出版社)	

1 学習の到達目標

- 1 運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう自ら進んで運動し、公正、協力、責任などの態度を身に付けます。
- 2 自己やグループの能力や運動の特性に応じた課題の解決を目指して、活動の仕方を考え、工夫し、必要な技能や体力を高めるために運動の合理的な行い方を身に付けます。
- 3 選択した運動種目の技術や戦術及び規則などの理解を深めます。
- 4 現代社会におけるスポーツの意義や必要性を理解し、スポーツとのかかわり方や豊かなスポーツライフを設計し実践していく方法を身に付けます。

2 学習の計画

学期	月	単元名	学習項目	学習内容や学習活動	評価方法
1 学 期	4	体づくり運動 体育理論	オリエンテーショ ン	「体育」学習の意義や内容、評価の方法を理解する。	・授業への参加の 意欲の観察
	5	球技・柔道・器 械運動・陸上競 技から3種目選 択	ハンドボール バレーボール ソフトボール テニス バスケットボール サッカー 柔道 陸上競技 器械運動	「体づくり運動」 自己の体力や生活に応じて、体の調子を整えるなどの体ほぐしの運動を中心に行う。体力を高める運動も行い、体力の向上を目指す。また、自己の生活の中で計画的に実践していく資質や能力を身に付ける。	・個人カードやチ ームカードの記載 内容 ・技能テストや記 録の結果
	6		本校の体育授業は 週3時間の各1時 間ごとに担当職員 と種目が変わります。	「体育理論」 運動やスポーツを受動的に楽しむだけでなく、スポーツはどのような発展や変化をしてきたのか、どのような役割を果たしているのかといったスポーツの歴史、文化的特性や現代スポーツの特徴などについて理解できるようにする。	・ゲームにおいて 試合運営、審判法 の学習を行い知識 の理解を計る
	7			「ハンドボール」 集団的スポーツ、キャッチボール、ドリブルシュート等の基本技能からフォーメーション・プレーで攻撃の形をグループ学習にて行い簡易ゲームでルールを把握しゲームへと発展させる。	
2 学 期	9	体づくり運動 体育理論		「バレーボール」 集団的スポーツ、ボール慣れから各種パス練習を行いレシーブ、サーブ、スパイク練習の後簡易ゲームでチームの動きやルールを把握しゲームへと発展させる。	・授業への参加の 意欲の観察
	10	球技・柔道・器 械運動・陸上競 技から3種目選 択		「ソフトボール」 集団的スポーツ、キャッチ・ボール、ゴロ捕球、フライ捕球、バッティング等の基本技能をからグループ学習にてノック、シートバッティング等を行い簡易ゲームでルールを把握しながら簡易スコアをつけたゲームへと発展させる。	・個人カードやチ ームカードの記載 内容 ・技能テストや記 録の結果
	11				・ゲームにおいて 試合運営、審判法 の学習を行い知識 の理解を計る

3 学 期	12		「テニス」 ラケットにボールを当てて、打ち返す基本技能を習得し、簡易ゲームでルールを把握し、ゲームへと発展させる。	
	1	体づくり運動 体育理論 陸上競技	「バスケットボール」 集団的スポーツ、キャッチボール、ドリブルシュート等の基本技能からフォーメーションプレーで攻撃の形をグループ学習にて行い簡易ゲームでルールを把握しゲームへと発展させる。	・授業への参加の意欲の観察
	2		「サッカー」 集団的スポーツ、ボール慣れからボール・コントロール、各種パス練習を行いドリブル、シュート等の基本技能からミニ・ゲームを行い簡易ゲームでチームの動きやルールを把握しゲームへと発展させる。	・個人カードやチームカードの記載内容 ・技能テストや記録の結果
	3		「柔道」 格闘型対人競技であり怪我や事故の予防・防止の重要性を理解させる。礼儀、作法の意味と必要性を理解させ実践させる。準備運動では柔軟性を重点的に行い「受け身」の練習をおこなう。寝技の基礎から進んだ段階では寝技乱取りや寝技のリーグ戦による試合へ発展させるとともに、寝技のルール・審判法を学ばせる。試合後には、「礼」の大切さを知らせ相手を尊重する冷静な気持ちを身に付けさせる。	
			「陸上競技（長距離走）」 学校内の周回コース、校外指定ジョギングコースを自分の能力に応じたペースで走ったり、記録に挑戦したりして、自己の課題を克服する気持ちを育てる。また、体力を高める運動を行い、健康の保持増進につながる運動を自分の生活の中で実践できる能力を身に付ける。	
			「器械運動（マット運動）」 技がより良くできる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技を高めて、演技できるようにする。回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技、発展技を滑らかに行うこと、それらを構成し演技すること。	

3 評価の観点

関心・意欲・態度	<ul style="list-style-type: none"> ・運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、自ら進んで計画的に運動しようとしているか。 ・公正、協力、責任などの社会的態度が身に付いているか。
思考・判断	<ul style="list-style-type: none"> ・自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題を見つけ出しているか。 ・課題の解決を目指して、活動の仕方を考え工夫しているか。
運動の技術	<ul style="list-style-type: none"> ・自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行い、技能を高めているか。 ・自己の体力や生活に応じた体力を高めるための運動の合理的な行い方を身に付けているか。

知識・理解

- ・社会の変化とスポーツ、運動技能の構造と運動の学び方、体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し、知識を身に付けているか。
- ・技能の名称や行い方、課題解決の方法、競技会・試合の仕方などを理解し、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することができているか。

4 評価の方法

技能テスト及び個人カードやグループカード等を利用して評価を行います。
各学期ともに実施時間数の1/3以上の欠課がある場合は学期評価を30点未満とし、レポート等の課題を提出してもらいます。
各種目の中で「技能 50%」「関心・意欲・態度 30%」「知識と思考・判断 20%」の割合で評価し、「関心・意欲・態度」、「思考・判断」、「運動の技能」及び「知識・理解」の4つの観点に基づいて評価された各学期と、各領域（各運動や理論）の成績を総合して、学年の学習成績とします。

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、授業を受けるに当たって守って欲しい事項など)

- ・運動の楽しさを味わうために自ら進んで活動することが求められています。これまでの経験からくる運動嫌いのイメージや苦手意識に固執することなく、新たな気持ちで授業に臨むことから始めましょう。
- ・自分と仲間の持つ課題を見つけようとする意欲が大切です。自分自身のことにとどまらず仲間の気持ちや体の状態に目を向け、問題点や解決方法を見つける努力をしましょう。
- ・自分と仲間の現状を深く見つめることができる感性を身に付けましょう。
- ・体育にとっての「学力」とは、基礎的な知識・技能のもとに意欲を持って「スポーツを実践する力」です。日頃のスポーツの実践に心がけましょう。
- ・服装は学校指定の体操服を着用し、こまめに洗濯し衛生面に気を付けましょう。
- ・活動場所への移動は休み時間の内に完了しましょう。
- ・見学者は授業前に担当者に申し出て指示を受けましょう。
- ・貴重品の管理をしっかりと行いましょう。