

令和 2 年度シラバス

教科名	保健体育	科目名	体育	履修学年	1 年生	履修形態	必修
単位数	3 単位	時 数	105時間 (50分授業)	担当者名	齋木 秀雄		

教科書	大修館書店『現代高等保健体育改訂版』	副教材	大修館書店『現代高等保健体育ノート』
-----	--------------------	-----	--------------------

学習目標	運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。
指導の重点	多岐の種目を経験することで、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる事を旨とする。自己の状況に応じて体力向上を図ったり、他者と協働する事で、運動の楽しさや喜びを深く味わう事を旨とする。体づくり運動はもちろん、毎時間筋力トレーニングと柔軟を行い、基礎体力の向上を目指す。球技の準備やゲームを通して公正、協力、責任、参画などの意欲態度を高めることを目指す。

学期	考 査	単 元	時 数	学 習 内 容	評価の観点			
					関	思	技	知
学 期	中 期 末	・体づくり運動 ・学校体操の習得 ※体力・スポーツテストの実施	15	体づくり運動 ・健康の保持増進と体力向上を図る。	○	○	○	○
		・球技 (ゴール型、ベースボール型、ネット型)	24	球技 (サッカー、バレーボール、ソフトボール) ・それぞれの特性に応じて、作戦を生かした攻防を展開してゲームを行う。・仲間と協力し、チーム課題に応じた計画的な練習などを工夫する。 ・試合の企画や運営をする。	○	○	○	○
第 2 学 期	中 間 期 末	・体づくり運動 ・陸上競技 (長距離走) ※10月に校内マラソン大会実施 (男子8km、女子5km)	24	陸上競技 ・自己のペースを維持して走る。 ・マラソン大会で自己記録を更新する。	○	○	○	○
		・球技 (ゴール型、 ネット型)	18	バレーボール、バスケットボール ・それぞれの特性に応じて、作戦を生かした攻防を展開してゲームを行う。	○	○	○	○
第 3 学 期	学 年 末	・野外活動 (スキー) ・球技領域による種目選択授業 → グループ活動中心 ・体育理論	18 6	アルペンスキー 卓球、バドミントン 体育理論 ・スポーツの歴史、文化的特性やスポーツの特徴について理解する。	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○

計 105 時間 (50分授業)

※ 評価の観点 関：関心・意欲・態度      思：思考・判断・表現  
 技：技能                                      知：知識・理解

(評価の観点)

	関心・意欲・態度	思考・判断・表現	技能	知識・理解
評価の観点	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、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している。	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、攻防を展開したり、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。	選択した運動の技術(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の具体的な方法、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。
評価方法	・出席状況 ・各評価基準に従って学習活動中の観察評価。	・学習カードの記述内容及び、各評価基準に従って学習活動中の観察評価。	・実技テストによる評価。	・テストによる評価 ・学習カードの記述内容から評価。

担当者から一言	中学校で培ってきた運動の基本、運動領域の経験を踏まえた上で、それらを少しずつ発展させながら運動技能の習得などに結び付けていく。最終的には自分達で練習の計画・内容やトレーニング内容が考えられるようになることを望んでいる。
---------	---