

令和2年度シラバス（保健体育）

学番 7 新潟県立新潟北高等学校

教科（科目）	保健体育（体育）	単位数	3	学年	1	学科	普通科
使用教科書	最新高等保健体育（大修館書店）	副教材等	最新高等保健体育ノート（大修館書店）				
学習目標	体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を育成する。						
指導の重点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各種目の基本的な個人的技能やルールを身につけさせる。</li> <li>・社会的な態度を育てる。</li> <li>・自己の体力に気づき生涯にわたり豊かなスポーツライフを送ることの出来る能力を育てる。</li> </ul>						
学 習 計 画 50分 時数計105							
月	単 元 名	学 習 内 容					時数
4 ・ 5	体づくり運動 ダンス（民謡）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手軽な運動や律動的な運動を行うことにより自分や仲間の体や心の状態に気付いたり・体の調子を整えることが出来るようにする。</li> <li>・手軽な運動や規律的な運動を行うことにより仲間との交流を豊かにする。</li> <li>・ダンスの特徴についての理解と課題の解決を目指した計画的な実戦を通して、交流し発表する。</li> </ul>					18
6 ・ 7	球技ネット型 体育理論	<ul style="list-style-type: none"> <li>・男子：バドミントン 個人技能としてハイクリア、ドロップ、ドライブ、スマッシュ、ヘアピンなどの各種技能を身につけるようにする。</li> <li>・女子：バレーボール 個人的技能として、サーブ、パスとレシーブ、トス、スパイク、ブロックなどの基本を身につけるようにする。</li> <li>・人間にとって「動く」とは何か ・スポーツの始まりと変遷 ・スポーツ文化の楽しみ方</li> </ul>					18
8 ・ 9 ・ 10	体育理論 陸上競技	<ul style="list-style-type: none"> <li>・オリンピックと国際理解 ・スポーツと経済 ・ドーピングとスポーツ倫理</li> <li>・長距離 ロードレースにあわせ、自己の記録を向上するための技能を高め、記録の向上の喜びや競争の楽しさを味わうことが出来るようにする。</li> <li>長い距離を継続して走ることにより、心肺機能の向上や強い精神力が養われるようにする。</li> </ul>					24
11 ・ 12	2領域選択 男子：武道 球技ゴール型 女子：武道 球技ネット型	<ul style="list-style-type: none"> <li>・武道（柔道） 礼法、受け身を習得し、投げ技の基本動作や寝技を習得し、相手を安全に投げたり、抑えたりすることができる簡易的な攻防をする。</li> <li>・男子：バスケットボール 個人的技能として、パス、キャッチ、ドリブル、シュート、フットワーク、フェイントなどを身につけるようにする。</li> <li>・女子：バドミントン 個人技能としてハイクリア、ドロップ、ドライブ、スマッシュ、ヘアピンなどを身につけるようにする。</li> </ul>					18
1 ・ 2 ・ 3	2領域選択 男子：武道 球技ゴール型 女子：武道 球技ゴール型 体づくり運動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・武道（柔道） 礼法、受け身を習得し、投げ技の基本動作や寝技を習得し、相手を安全に投げたり、抑えたりすることができる簡易的な攻防をする。</li> <li>・男子：サッカー 個人技能としてパス、ドリブル、トラッピング、ヘディング、シュートなどを身につけるようにする。</li> <li>・女子：バスケットボール 個人的技能として、パス、キャッチ、ドリブル、シュート、フットワーク、フェイントなどを身につけるようにする。</li> <li>・体づくり運動 手軽な運動や律動的な運動を行うことにより自分や仲間の体や心の状態に気付いたり・体の調子を整えることが出来るようにする。</li> </ul>					27
評価規準	知識及び技能		思考力、判断力、表現力		学びに向かう力、人間性等		
	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深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続できるようにするため、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付けることができる。		生涯にわたって運動を豊かに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思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。		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、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲と、健康・安全を確保して生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を身につけることができる。		
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業の取り組み（態度、参加状況）</li> <li>・実技試験</li> <li>・提出物</li> </ul> について評価基準の3観点から総合的に評価します。						
担当者からのコメント	健康管理に注意し、欠席をせずに出席し、一生懸命取り組んでください。						