

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	2	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"> ・色々な種目を通してスポーツの意義や必要性を理解するとともに運動の文化的な意義を理解させる。 ・運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わえるようにする。 ・自己の体力や生活に応じてトレーニングの方法など体力の高め方について実践する。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。 							
学 習 計 画			50分		時 数 計			105
月	単 元 名	学 習 内 容						時数
4	体づくり運動	<ul style="list-style-type: none"> ・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できるようにする。 						15
5	ダンス（民謡）	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 ・自己の能力に応じた課題をもって、感情を込めて踊ったり、みんなで楽しく踊ったりして交流し、発表ができるようにする。 						
5 ・ 6 ・ 7	2領域選択 ・ 男子：球技ネット型、球技ベースボール型、武道 ・ 女子：球技ネット型、武道 体育理論	<ul style="list-style-type: none"> ・男女：バドミントン 身につけた個人技能を使って、状況に応じたシャトル操作や安定した用具の操作と連携した動きによって攻防する。 ・男子：ソフトボール 個人技能としてスローイング、キャッチング、バッティング、ピッチングなどの技術を身につけ、ルールを理解してゲームを楽しむことができるようにする。 ・女子：卓球 いろいろなストロークに応じた打ち方を身につけて、シングルスゲームを楽しむことができるようにする。 ・男女：柔道 礼法、受け身を身につける。 相手の動きに応じた基本動作から、基本となる投げ技や固め技を用いて攻防を展開できるようにする。 ・スポーツの技術と技能 ・技能の上達過程と練習 						21
8 ・ 9 ・ 10	体育理論 陸上競技	<ul style="list-style-type: none"> ・技能と体力 ・体力トレーニング ・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体力と知識を高め、記録の向上の喜びや競争の楽しさを味わうことができるようにする。 長い距離を継続して走ることにより、強い精神力が養われるようにする。 						24
10 ・ 11 ・ 12	2領域選択 ・ 武道 球技ネット型 ・ 12	<ul style="list-style-type: none"> ・柔道 礼法、受け身を身につける。 相手の動きに応じた基本動作から、基本となる投げ技や固め技を用いて攻防を展開できるようにする。 ・バレーボール 個人技能を身につけ、仲間と連携した動きと声のサポートができ、三段攻撃を使って攻防を展開できるようにする。 ・バドミントン 身につけた個人技能を使って、状況に応じたシャトル操作や安定した用具の操作と連携した動きによって攻防する。 ・女子：卓球 いろいろなストロークに応じた打ち方を身につけて、シングルスゲームを楽しむことができるようにする。 						18
1 ・ 2 ・ 3	2領域選択 ・ 男子：球技ゴール型、球技ネット型 ・ 女子：球技ゴール型、球技ネット型 体づくり運動	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 多くの仲間がかかわり、ボールを失わずに前に運ぶ中盤での攻防を展開できるようにする。 ・男女：バスケットボール 個人技能を身につけ、チームで連携したプレイを使ってスペースに応じた攻防を展開できるようにする。 ・男女：卓球 いろいろなストロークに応じた打ち方を身につけて、シングルスゲームを楽しむことができるようにする。 ・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づいたり・体の調子を整えることができるようになる。 						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付けることができる。		
評価 方法	・授業の取り組み（態度、参加状況） ・実技試験 ・提出物 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下さい。							