

令和5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	2	学年	3	学科	普通科
使用教科書	最新高等保健体育改訂版 (大修館書店)		副教材等	最新高等保健体育ノート改訂版 (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とともに、審判法、ゲームの運営などについて理解できるようにする。 ・生徒自らが選択した運動を自ら考え、判断するなどして活動を工夫しながら、一層自発的・自主的に学習することができるようにする。 							
学 習 計 画 50分 時数計70								
月	単元名	学 習 内 容						時数
4 ・ 5	体づくり運動 ・ 8h ダンス (民謡)	<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出来るようになる。 ・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、発表が出来るようにする。 						10
6 ・ 7	3領域選択① 体育理論3h	<p>【種目選択について】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 器械運動(マット)は、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行い、それらを構成し演技する。 ○ 武道 (柔道) は、相手の動きの変化に応じた基本動作から、得意技、連絡、変化技を用いて相手を崩し、攻防する。 ○ 球技は、勝敗を競ったり自己やチームの課題を解決するなど多様な楽しさや喜びを味わい、技術の名称、体力の高め方、課題の解決の方法などを理解し、仲間と連携してゲームを展開する。 <p>⇒そのための工夫として</p> <ul style="list-style-type: none"> ・生徒が自らの興味・関心や能力等に応じて、積極的に選択して履修する。 ・ゲームにおいては審判もできるようにする。 <ul style="list-style-type: none"> ・選択種目 (以下の領域から希望の多い4種目を取り上げる) 男女共通 器械運動(マット)、武道 (柔道)、球技ネット型 (卓球) 男子 球技ゴール型 (サッカー)、球技ベースボール型 (ソフトボール) 女子 球技ネット型 (バドミントン) <ul style="list-style-type: none"> ・生涯スポーツの見方・考え方 ・ライフスタイルにおうじたスポーツ 						14
8 ・ 9 ・ 10	体育理論3h 陸上競技	<ul style="list-style-type: none"> ・日本のスポーツ振興 ・スポーツと環境 ・長距離走 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なる。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。 						16
10 ・ 11	3領域選択②	<ul style="list-style-type: none"> ・選択種目 (以下の領域から希望の多い3種目を取り上げる) 男女共通 器械運動(マット)、球技ネット型 (バレーボール・卓球・バドミントン) 武道 (柔道) 						15
12 ・ 1	3領域選択③	<ul style="list-style-type: none"> ・選択種目 (以下の領域から希望の多い3種目を取り上げる) 男女共通 器械運動(マット)、球技ゴール型 (バスケットボール) 球技ネット型 (卓球・バドミントン)、武道 (柔道) 						15
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	<ul style="list-style-type: none"> ・授業の取り組み(態度、参加状況) ・実技試験 ・提出物 <p>について評価基準の3観点から総合的に評価します。</p>							
担当者からのコメント	積極的に運動の魅力に触れましょう。健康管理に注意し、欠席をせずに一生懸命取り組んでください。							