

令和2年度シラバス(保健体育)

学番21 県立阿賀黎明高等学校

教科(科目)	保健体育(体育)	単位数	3	学年(コース)	1学年
使用教科書	現代高等保健体育改訂版(大修館)				
副教材等	なし				

1 学習目標

健康・安全や運動についての理解と運動の合理的実践を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる。

2 指導の重点

- 1 集団で協力して活動する態度を育てる。
- 2 運動することの楽しさを体験させる。
- 3 体力の向上を図る。

3 指導計画

月	学習内容	指導内容	時間	評価方法
通年	体づくり運動	年間を通して健康増進・体力向上を図る。	23	各種目とも「関心・意欲・態度」「思考・判断」「技能」「知識・理解」の4つの観点を担当教諭が授業内で観察し、評価する。体育理論は、考査を実施する。
4・5・6 9・10・11	陸上(持久走)	持久走として男子3000m・女子2000mの計測。体を動かす楽しさや心地よさを体感させる。健康の保持増進・体力の向上を図り、いきいきと運動に親しむ能力を身につけられるようにする。	10	
7 12	体育理論	運動・スポーツの文化的特徴 教科書P.116～P.134	6	

選択① 4・5	陸上	・競走(100m、ハードル)・跳躍(走高跳)・投てき(円盤投、ジャベリックスロー)から2種目選択	1 種目 選択	15	各種目とも「関心・意欲・態度」「思考・判断」「技能」「知識・理解」の4つの観点を担当教諭が授業内で観察し、評価する。
	器械運動	マット・跳び箱・鉄棒から2種目選択			
	武道	柔道			
	ダンス	・現代的なリズムダンス・創作ダンスから選択			
選択② 6・7	球技	ベースボール型(ソフトボール)	1 種目 選択	15	
	球技	ゴール型(サッカー)			
選択③ 9・10	球技	ゴール型(バスケットボール)	1 種目 選択	15	
	球技	ネット型(バレーボール)			
	球技	ネット型(バドミントン)			
選択④ 11・12	球技	ゴール型(バスケットボール)	1 種目 選択	15	
	球技	ネット型(バレーボール)			
	球技	ネット型(卓球)			
	球技	ネット型(バドミントン)			
選択⑤ 1・2・3	球技	ゴール型(バスケットボール)	1 種目 選択	15	
	球技	ネット型(バレーボール)			
	球技	ネット型(卓球)			
	球技	ネット型(バドミントン)			

計 114

4 課題・提出物等

(1単位時間は47分間)

なし

5 評価規準と評価方法

評価は次の4観点から行います。

(①関心・意欲・態度)	(②思考・判断)	(③運動の技能)	(④知識・理解)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・積極的に参加している。</li> <li>・課題解決のために努力している。</li> <li>・協力し、公正な態度で臨もうとしている。</li> <li>・安全に十分な配慮ができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・合理的な行い方や、活動を工夫している。</li> <li>・自己や仲間の課題の解決に取り組もうとしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個人的、集団的技能を習得している。</li> <li>・種目に応じた用具の安定した使用や、攻防の展開を行うことができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・技術の名称、運動の特性、練習方法、ルールを理解している。</li> <li>・試合等の企画、運営ができる。</li> </ul>
以上の観点を踏まえ、出席状況と実技テストを含み、総合的に判断し、100点法で評価します。			

6 担当者からの一言

体調管理を行い、休まずに積極的に参加してください。