

保健体育 『体育』 シラバス

北海道常呂高等学校

学年	3	単位数	2	授業形態	一斉			
教科書 (出版社)	現代高等保健体育 (大修館書店)		副教材等 (出版社)	ステップアップ高校スポーツ2021 (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・能力を育成することを目指す。							
学習方法	○集団的活動や身体表現などを通じてコミュニケーション能力を育む。 ○筋道を立てて練習や作戦を考え、改善の方法などを互いに話し合う活動などを通じて論理的思考力を育む。 ○運動の楽しさや喜びを深く味わえるよう基礎的な運動の技能や知識を伸長させるとともに、自らの運動課題を解決するなどの学習をバランスよく行う。							
学習評価	評価の観点		評価の観点の趣旨					
	ア	知識・技能	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することが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していると同時に、それらの技能を身に付けている。					
	イ	思考・判断・表現	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ている。					
ウ	主体的に学習に取り組む態度	生涯にわたって継続して運動に親しむために、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とともに、健康・安全を確保している。						
評価方法	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
観点	観察	生徒との対話	ワークシート	スキルテスト				
ア	○	○	○					
イ	○	○	○					
ウ	○			○				
エ	○	○	○					

学習計画

学期	単元	学習内容	評価の観点			評価規準	評価方法
			ア	イ	ウ		
前期	体づくり運動	体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方などを理解するとともに、自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て、実生活に役立てる。 ア 体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気付き、仲間と主体的に関わり合う。 イ 実生活に生かす運動の計画では、自己のねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための継続的な運動の計画を立て取り組む。	○	○	○	(ア)体を動かす楽しさや心地よさを深く味わうことができるよう、体力などの違いに配慮しようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保して、学習に取り組もうとしている。 (イ)自己の狙いに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための継続的な運動の計画を立てるとともに、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を工夫している。 (ウ)体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方などを理解している。	①②③④
	陸上競技 (走・跳・投) 混成競技	<300m走> <走り高跳び> <砲丸投げ>	○	○	○	(ア)陸上競技の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、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。 (イ)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陸上競技を継続するための取り組み方を工夫している。 (ウ)陸上競技の特性に応じた、各種目特有の技能を高めて、身に付けている。 (エ)技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解している。	①②③④

