

令和4年度 保健体育科「体育」SYLLABUS

単位数	3単位	学科・学年・学級	普通科 第 1学年 全クラス共通
教科書		副教材等	

1. 学習の到達目標

- ① 生涯にわたって計画的に運動に親しむ資質や能力を育てる。
- ② 健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かで活力ある生活を営む態度の形成。
- ③ 心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的な実践を行う。

2. 学習の計画

学期	月	単元名	学習事項	学習内容や活用	評価の材料等
1	4	○集団行動 ○スポーツ テスト	○スポーツテスト 現在の自分の運動能力・体力を知る。	○スポーツテスト 結果を知り、苦手分野の克服や能力の向上を意識させる。 現時点での自身の運動能力を把握する。	・運動能力 テスト ・体力診断 テスト
	5	○球技	【男子】サッカー（2単位） ・基本技術の習得 ・グループ戦術、チーム戦術 ・試合	○サッカー ボールを扱う基本的な技術を身に付けさせ、集団による 技能・戦術を練習し、チームで作戦を立てて試合を行える ようにする。また、サッカーのルールや特性を理解し、 審判やコート作成等の試合運営面の知識も身に付けさせる。	ワークシート レポート スキルテスト
	6	○格技	【男子】柔道（1単位） ・基本動作の習得 ・受け身	○柔道 正しい道衣の着方、たたみ方や帯の締め方を学習し、 武道における正しい礼法を身に付けさせる。 座位・蹲踞・立位・移動からの受け身、横受け身、前回り 受け身を身に付けさせケガの予防の一助とし、投げ技への 発展への意識を持たせる。	相互評価 スキルテスト
7	○球技	【女子】バスケットボール（3単位） ・基本技術の習得 ・試合	○バスケットボール 連携プレーや個人の特性の理解、各ポジションの位置や 役割を理解し、作戦を立ててゲームを行う。	ワークシート レポート スキルテスト	
2	9	○球技	【男子】バレーボール（2単位） ・基本技術の習得 ・グループ戦術、チーム戦術 ・試合	○バレーボール ボールを扱う基本的な技術を身に付けさせ、集団による 技能・戦術を練習し、チームで作戦を立てて試合を行える ようにする。また、バレーボールのルールや特性を理解し、 審判やコート作成等の試合運営面の知識も身に付けさせる。	ワークシート レポート スキルテスト
	10	○格技	【男子】柔道（1単位） ・体さばき ・引き手、釣手 ・投げ技 腰技（払い腰、大腰、体落とし）	○柔道 投げ技の導入として、足の運び方や引き手と釣手の使い 方を学習し、相手の重心やバランスを崩す事を意識させる。 実際に投げ技を行う際には、ケガや事故に対し注意喚起を 十分に行い、安全性を高めさせる。	相互評価 スキルテスト
	11	○球技	【女子】卓球 ・基本技術の習得 ・試合	○卓球 基本技術を習得し、状況に応じたボール操作や安定した 用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる 攻防を行えるようにする。	レポート スキルテスト
12					

学期	月	単元名	学習事項	学習内容や活用	評価の材料等
3	1	○陸上競技 ○球技	【男女共通】長距離(1単位)	○長距離走 自身の体力、ペース配分を知り、スポーツテストでの自己記録を更新することを目標にし、長距離走に必要な筋力、姿勢、呼吸器、循環器、の発達を促す。 また、長い距離を走る際の自分のリズムを形成し、集団の中でも自身のペースを崩すことなく完走することができる。	ワークシート レポート スキルテスト
	2		【男子】ソフトテニス (1単位) ・ラケットの扱い方 ・ストローク、サーブ ・試合 (シングル、ダブル)	○ソフトテニス 基本技術を習得し、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防を行えるようにする。	ワークシート レポート スキルテスト
	3		【男子】柔道 (1単位) ・体さばき ・引き手、釣り手 ・投げ技 背負い投げ  【女子】バドミントン (2単位)	○柔道 投げ技の導入として、足の運び方や引き手と釣り手の使い方を学習し、相手の重心やバランスを崩す事を意識させる。実際に投げ技を行う際には、ケガや事故に対し注意喚起を十分に行い、安全性を高めさせる。  ○バドミントン 基本技術を習得し、フライトの特色を理解したうえで操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防を行えるようにする。	相互評価 スキルテスト  ワークシート レポート スキルテスト

### 3. 評価の観点

知識・技能	球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解させる。ゴール型では、ボール操作と空間に走りこむなどの動作によってゴール前の攻防をすることができるようにする。ネット型では、ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動きによって場所を巡る攻防をすることができるようにする。
思考・判断・表現	攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けての運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えられるようにする。
主体的に学習に取り組む態度	積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとする、仲間の学習を援助したりしようとするなどをして、健康・安全に気を配ったりできるようにする。

### 4. 評価法

評価は、次の観点から行います。

①知識・技能②思考・判断・表現③主体的に学習に取り組む態度 以上の3観点のA,B,Cの組み合わせから5段階評定を算出します。

このため評価には具体的には次のものを対象とします。

ワークシート・レポート・スキルテスト・出欠席など

1年間の評定は、第1学期・第2学期・第3学期の年間を通じて、上記の内容を総合的に判断して決定します

### 5. 担当者からのメッセージ

雨天時、他学年との兼ね合いにより他の項目を行うことがあるので、常に屋外と屋内の両方をできる準備を用意しておいてください。  
ipadは常に準備しておくこと。