

令和3年度シラバス (教科・科目:保健体育・スポーツA・B)

68 新潟県立高田南城高等学校

| | | |
|-------|-------------|--------|
| 定時制課程 | 単位数 | 必履修・選択 |
| 午前部 | 2単位 (半期1単位) | 選択 |

| | |
|-----|---------|
| 教科書 | 学習書・他教材 |
| なし | なし |

| 学習目標 | |
|--|--|
| <p>運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。</p> | |

| 学習計画 | | |
|--------------------------------|--|------|
| 学習項目 | 学習内容 | 試験範囲 |
| 陸上競技 17h ・競走 ・跳躍 ・投てき | 100m、走り幅跳び、砲丸投、円盤投の基本的技術を練習し、自己の目標達成を目指します。各種目に記録換算を設定していますが、換算された点数を評価の一部としますので、1秒の短縮、1cmの伸びを大切にしてください。 | |
| 武道 17h ・剣道 ・柔道 | 日本固有の文化に触れることを目的としています。剣道及び柔道の基本的動作や技を身につけることはもちろんのこと、剣道を通して礼儀作法や思いやりの心の大切さを学びます。 | |
| 器械運動 17h ・マット運動 ・跳び箱運動 | マット運動、跳び箱運動について基本的な技を滑らかに、安定して行うことができるように練習します。また、器械運動に主体的に取り組み、自己や仲間の課題をともに克服していくための工夫の仕方を学びましょう。 | |
| 球技 19h | 集団対集団や個人対個人の競争を楽しめる種目を行います。基本的な技術の習得はもちろんのこと、チームワークや責任、協力、公正などについての資質を育てられるようにしましょう。 | |

計70時間 (50分授業)

| 評価規準と評価方法 | | | |
|---|--|---|---|
| 評価は、次の4観点から行う。 | | | |
| 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"> 運動を十分に楽しみ、上手になろうと努力している。 みんなと協力しようとし、責任を果たそうとしている。 フェアなプレイを大切にしている。 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。 | <ul style="list-style-type: none"> 自己や仲間の運動の能力を理解し、課題に応じた運動を設定することができる。 課題を解決するための取り組み方を工夫している。 生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指している。 | <ul style="list-style-type: none"> 自己の技能を高めることができる。 ゲームに応じた技能を身に付けることができる。 自己の体力や生活に応じた課題をもって体力を高めることができる。 運動のねらいを理解し実践できる。 | <ul style="list-style-type: none"> 運動の特性を理解し、ルールを身につけている。 健康、安全の確保の仕方について、具体的な方法を知っている。 運動やスポーツの効果的な学習の仕方や豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。 |

| 授業の進め方、課題・提出物など |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ・体育Iを履修した生徒のみ受講できます。 ※体育Iを履修できなかった生徒は、体育IⅡⅢ①・②で2単位履修した後、受講してください。 ・基本的に男女別で授業を行います。種目によっては習熟度別、男女共修で行います。 ・見学者は見学届に授業内容、感想を記入し提出します。 ・体育I、体育II、体育IIIとは違い、運動強度、運動技能の高い内容の授業です。 |

| 担当者からのメッセージ |
|--|
| <p>高度な運動技能を身につけることも大切なことです。しかし、スポーツの「楽しさ」は、それだけではありません。設定した目標に向かい、練習計画を立てて実践し、また見直すという一連の流れの中でさまざまなことを学ぶことができます。練習を工夫する喜びや達成感を味わうことができるように、一生懸命に取り組みましょう。</p> <p>また、基礎運動技能の練習と競技の実践を行います。運動能力がすべてではありません。大切なことはあきらめず、粘り強く取り組む姿勢と仲間と助け合い協力する態度です。日頃の学習態度・意欲・出席状況・技術の達成度などを総合的に判断し評価をしていきます。</p> |

