

## 令和3年度【保健体育科】シラバス

|     |            |     |     |
|-----|------------|-----|-----|
| 科目名 | 対象学年・対象コース | 単位数 | 履修  |
| 体育  | 1学年        | 2単位 | 必履修 |

### 1. 【保健体育】科の目標

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、計画的な実践を通して、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とともに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を育てる。

### 2. 【体育】の目標

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。

### 3. 体育の概要

| 学期 | 1学期 |                                    |      |   | 2学期  |    |      |    | 3学期      |          |                  |  |           |
|----|-----|------------------------------------|------|---|------|----|------|----|----------|----------|------------------|--|-----------|
| 月  | 4   | 5                                  | 6    | 7 | 9    | 10 | 11   | 12 | 1        | 2        | 3                |  |           |
| 体育 | 男子  | オリエンテーション<br>集団行動<br>体力テスト<br>体育理論 | 球技選択 |   | 水泳   |    | 水泳   |    | 球技<br>選択 | 陸上<br>競技 | 体づくり<br>器械・マット運動 |  | 武道<br>ダンス |
|    | 女子  |                                    | 水泳   |   | 球技選択 |    | 球技選択 |    |          |          | 体づくり<br>器械・マット運動 |  | 武道<br>ダンス |

### 4. 到達目標

運動の計画的な実践を通して知識や技能を高め運動の楽しさ、喜びを感じ自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て生涯におい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。また新体力テストの実施に伴い、全国平均値を目標とする。

### 5. 評価の観点

総合体育の評価は「知識及び技能」「思考力・判断力・表現力等」「学びに向かう人間性等」の3観点の内容をもとに、領域（種目）ごとに評価規準をつくり、日頃の授業の中で下の表にまとめた方法で評価を行い、「成績」資料とする。

| 評価の観点および内容   |  |
|--------------|--|
| 知識及び技能       | <ul style="list-style-type: none"> <li>自己の能力・適正に応じた課題解決をめざして運動を行い、技能を高めているか。</li> <li>運動技術のしくみと運動の学び方について、科学的知識と理論に基づいて理解できているか。</li> <li>自己の体力や生活に応じて体力を高めるための運動の行い方を身につけているか。</li> </ul> |
| 思考力・判断力・表現力等 | <ul style="list-style-type: none"> <li>自己やグループの能力・適正に応じた課題を見つけ出しているか。</li> <li>課題解決めざして、計画的・系統的に活動するよう工夫しているか。</li> <li>健康や安全に留意して運動しようとしているか。</li> </ul>                                  |
| 学びに向かう人間性等   | <ul style="list-style-type: none"> <li>運動の特性を理解し、自ら進んで計画的に運動しようとしているか。</li> <li>公正、協力、責任、参画などの社会的態度が身に付いているか。</li> </ul>   |

### 6. 成績評価の方法

実技テスト、教師による観察、生徒による自己評価・相互評価等

### 7. 使用教材

アクティブスポーツなど