令和5年度（2023年度）八代高等学校シラバス

教科	保健体育	科目	体育
学年・類型	2学年・全クラス	単位数	3
教科書	最新高等保健体育改訂版		
副教材			
科目目標	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他力の向上を図るための資質・能力を育成することを旨とする。		
学習方法	第一体育館・第二体育館・グラウンド・25mプールなどの体育施設を活用し、多種多様な実技を行う。自己の課題(体力面・技能面・精神面)を改善・向上に向け取り組み、個人学習カードを活用して活動の見直しや振り返りを行う。		

評価の観点		
知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
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するとともに、それらの技能を身に付けている。	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る力を身に付けている。	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などの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を身に付けている。

評価方法		
知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
①運動技能テスト・記録測定 ②発表会の内容 ③授業への取組状況	①グループノートや個人学習カードの内容 ②発表会の活動状況 ③授業への取組状況	①授業への取組状況 ②グループノートや個人学習カードの提出状況

各学期及び学年の成績算出方法について	
観点別評価	
知識・技能	40%
思考・判断・表現	30%
主体的に学習に取り組む態度	30%

学期	学習内容	評価規準（到達目標B規準）と到達度チェック（自己評価）			評価方法
		知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度	
1 学期	体づくり運動 体力を高める運動 ラジオ体操第2 スポーツテスト	☐ 体力を高める運動のしかたについて理解し、実践できる。 ☐ ラジオ体操第2について効果を理解し、正しく、力強く行うことができる。	☐ 自己の体力課題を見つけ、体力向上に向け継続的に取り組むことができる。 ☐ 仲間と教え合いながらラジオ体操第2を覚え、自己の体を正しく動かすことができる。	☐ 仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。 ☐ 健康・安全を確保し、運動に主体的に取り組もうとしている。	知① 知③ 思① 思③ 主① 主②
	水泳 クロール・平泳ぎ	☐ それぞれの技術には効率的に泳ぐためのポイントがあることを理解している。	☐ 自己の泳ぎ方の課題を見つけ、学習した知識や技能を活用して課題への取り組み方を工夫している。	☐ 積極的に自己の泳ぎ方を分析し、仲間と教え合いながら取り組もうとしている。	
	体育理論 運動・スポーツの学び方	☐ 体力と技能の関わりとそれらを適切に高める必要性や、技能の型に応じた高め方があることを理解している。	☐ 効果的な学習の仕方について、自己の状況を関連付けたりして、自己や社会についての課題を発見している。	☐ 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている。	
2 学期	選択球技 バスケット・バレー バドミントン・卓球 サッカー・ソフトボール	☐ 各種目の運動に関連した名称や運動の特性やルールについて理解し、体力向上に向け実践できる。	☐ 自己や仲間と協力しながら工夫し、課題解決に向け、効果的な運動の行い方や技術向上について取り組むことができる。	☐ 協力して準備や片付けをすることができる。 ☐ 球技の学習に自主的に取り組もうとしている。	知① 知③ 思① 思③ 主① 主②
	選択武道 柔道・剣道	☐ 技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などを理解している。	☐ 技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えることができる。	☐ 仲間と協力し、教え合いながら積極的に取り組もうとしている。 ☐ 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。	
	陸上競技 長距離走	☐ 持久的な体力向上の方法について理解し、運動を実践できる。	☐ 自分に適したスピードを見つけ、課題を持って取り組んでいる。	☐ 自己の記録に挑戦し、積極的に走ろうとしている。	
3 学期	陸上競技 長距離走	☐ 持久的な体力向上の方法について理解し、運動を実践できる。	☐ 自分に適したスピードを見つけ、課題を持って取り組んでいる。	☐ 自己の記録に挑戦し、積極的に走ろうとしている。	知③ 思③ 主①
	体育理論 運動・スポーツの学び方	☐ 運動やスポーツの安全で効果的な学習の仕方について理解している。	☐ 健康・安全の確保の仕方や、危険を予見し回避するための自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている。	☐ 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている。	
	ダンス 現代的なリズムダンス フォークダンス 創作ダンス	☐ 選択したダンス特有の表現や踊りを身に付けて交流や発表をすることができる。	☐ 自己や仲間の動きや表現を分析して、良い点や修正点を指摘することができる。	☐ 仲間の表現や踊りを認め合うなど、互いに共感し高め合おうとしている。	