

## 令和6年度（2024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	1年・全	単位数	2
教科書	現代高等保健体育		
副教材	現代高等保健体育ノート		
科目目標	<p>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目指す。</p>		
学習方法	<p>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。</p>		

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
<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>

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
<p>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</p>	<p>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</p>	<p>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</p>

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	<input type="checkbox"/> 体力を高める運動のしかたについて理解し、実践できる。 <input type="checkbox"/> 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。	<input type="checkbox"/> 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。 <input type="checkbox"/> 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。	<input type="checkbox"/> 仲間と協力して運動に対して積極的に取り組んでいる。 <input type="checkbox"/> 健康・安全を確保し、運動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
	水泳 クロール・平泳ぎ	<input type="checkbox"/> 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。	<input type="checkbox"/> 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。	<input type="checkbox"/> 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・スポーツの文化的特徴	<input type="checkbox"/> スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について理解している。	<input type="checkbox"/> 現代生活において運動とスポーツの意義を関連して考えることができる。	<input type="checkbox"/> スポーツの文化的特性や現代スポーツの発展についての学習に、自主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	<input type="checkbox"/> 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。	<input type="checkbox"/> 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。	<input type="checkbox"/> 協力して準備や片付けをすることができる。 <input type="checkbox"/> 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	<input type="checkbox"/> 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。	<input type="checkbox"/> 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。	<input type="checkbox"/> 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。 <input type="checkbox"/> 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。	
	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	<input type="checkbox"/> リズムの特徴を強調して全身で自由に踊ったり、変化とまとまりを付けて仲間と対応したりして踊ることができる。	<input type="checkbox"/> 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。	<input type="checkbox"/> 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。	
	陸上競技 長距離走	<input type="checkbox"/> 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。	<input type="checkbox"/> 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。	<input type="checkbox"/> 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	<input type="checkbox"/> 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。	<input type="checkbox"/> 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。	<input type="checkbox"/> 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・スポーツの文化的特徴	<input type="checkbox"/> スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について理解している。	<input type="checkbox"/> スポーツの経済的効果や環境・社会へもたらす影響について、自己の提案を言葉や文章などで他者に伝えている。	<input type="checkbox"/> スポーツの文化的特性や現代スポーツの発展についての学習に、自主的に取り組もうとしている。	
	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	<input type="checkbox"/> 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。	<input type="checkbox"/> 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。	<input type="checkbox"/> 協力して準備や片付けをすることができる。 <input type="checkbox"/> 球技の学習に自主的に取り組もうとしている。	

				思③ 主① 主②
--	--	--	--	----------------