

令和8年度シラバス（保健体育）

学番29 新潟県立村上桜ヶ丘高等学校

教科（科目）	保健体育（体育 a）	単位数	3 単位	学年	1 年次
使用教科書	大修館書店「現代高等保健体育 改訂版」				
副教材等	大修館書店「現代高等保健体育ノート 改訂版」				

1 グラデュエーション・ポリシー及びカリキュラム・ポリシー

グラデュエーション・ポリシー	①コミュニケーション能力と自分で課題を発見し解決する能力を育成します。 ②各系列において必要な、基礎・基本の学力の習得を目指し、将来の進路実現に繋げる生徒の育成を目指します。 ③個性を生かし、各系列で創意工夫や発想力を活かし、豊かな感性で新しいものを生み出せる生徒を育成します。 ④社会の発展に貢献しようとする大きな志を持って、主体的に地域の生活を創造できる能力を持つ生徒を育成します。 ⑤自己を管理する力を持ち、他者への思いやりや、協働ができ、市民としての社会的責任を自覚する勤勉な態度の生徒を育成します。
カリキュラム・ポリシー	①地域社会と積極的に連携し、協働する力や社会に役立とうとする意識を育成する。 ②「系列」に応じた様々な選択科目を設置し、生徒一人一人が主体的に興味・関心を広げ、力を伸ばす多様な選択を可能にします。 ③各系列での基礎学力の向上を目指し、卒業までに高い専門性を身に付けさせます。 ④各学年における探究的な学習活動や体験学習、教科横断的な学習により、深い学びを実践していきます。 ⑤各系列の多様な価値観や個性を持つ生徒との協働的な学びのフィールドを展開することで、他者を受容し開かれた自己を確立し、人間関係を築く力を育てます。

2 学習目標

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体力の向上を図るための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。 (1) 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るようにする。 (2) 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養う。 (3) 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養う。
--

3 指導の重点

(1) 各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにすること。 (2) 運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養うこと。 (3) 生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養うこと。
--

4 評価の観点の趣旨

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しているとともに、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ている。	生涯にわたって継続して運動に親しむために、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とともに、健康・安全を確保しようとしている。

5 評価方法

各観点における評価方法は次のとおりです。		
知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度

評価方法	以上の観点を踏まえ、 ・技能の習得状況の観察 ・技能テスト ・ペーパーテストの分析 ・学習カードの記述の分析 ・レポート等の提出物の内容などから、評価します。	以上の観点を踏まえ、 ・ペーパーテストの分析 ・学習カードの記述の分析 ・ペアワークやグループワークでの発言や取組の観察 ・レポート等の提出物の内容などから、評価します。	以上の観点を踏まえ、 ・ペアワークやグループワークでの発言や取組（他者や仲間への関わり方等）の観察 ・学習カードの記述分析 ・レポート等の提出物の内容などから、評価します。
------	--	---	---

6 学習計画

月	単元名	授業 時数	領域	教材	学習内容（指導内容）	評価方法
4	体づくり運動	4	体づくり運動	三角コーン等	ストレッチ、体幹、サーキットトレーニング等	観察 学習カード
5	長距離走	8	陸上競技	タイマー等	目標タイムを達成することに加え、ペースに対応したスピードを維持する	
6	領域選択① ・マット運動 ・短距離走・リレー ・創作ダンス	12	器械運動 (マット運動) 陸上競技 (短距離走・リレー) ダンス (創作ダンス)	マット ipad タイマー バトン等	回転系・技巧系の基本的な技と発展技の習得 スタートダッシュとスムーズな加速・バトンパス 即興的な表現の仕方、イメージを強調する方法	観察 学習カード 技能テスト レポート
7	球技選択① ・サッカー ・ソフトテニス ・ソフトボール	18	球技 (ゴール型・ネット型・ベースボール型)	ボール・バット・グローブ・ラケット等	安定したボール操作と空間への侵入役割に応じたボール・ラケットの操作 安定したボール・用具操作に攻防	
8	スポーツの始まりと変遷 文化としてのスポーツ オリンピックとパラリンピックの意義	3	体育理論	教科書 副教材	スポーツの歴史的変遷と近代スポーツの世界的な広がりを知る 文化としてスポーツをとらえることで多様ななかかわり方を学ぶ オリンピックとオリンピック・パラリンピックの価値を理解する	ペーパーテスト 学習カード レポート 観察
9	体づくり運動	3	体づくり運動	三角コーン等	ストレッチ、体幹、サーキットトレーニング等	観察 学習カード
10	球技選択② ・サッカー ・ソフトテニス ・ソフトボール	18	球技 (ゴール型・ネット型・ベースボール型)	ボール・バット・グローブ・ラケット等	安定したボール操作と空間への侵入役割に応じたボール・ラケットの操作 安定したボール・用具操作の攻防	観察 学習カード 技能テスト レポート
11	領域選択② ・バスケットボール ・バレーボール ・卓球 ・バドミントン ・柔道	17	球技 (ゴール型・ネット型) 武道 (柔道)	ボール・ラケット・三角コーン・タイマー等	安定したボール操作と空間への侵入役割に応じたボール操作と連携 役割に応じたボール・ラケットの操作 役割に応じた用具操作による攻防 相手の変化に応じた基本動作	
12	体づくり運動	3	体づくり運動	三角コーン等	ストレッチ、体幹、サーキットトレーニング等	観察 学習カード
1	スポーツが経済に及ぼす効果 スポーツの高潔さとドーピング スポーツと環境	3	体育理論	教科書 副教材	スポーツが経済活動で果たしている重要な役割について理解する スポーツの高潔さを脅かす破壊行為、ドーピングについて理解する スポーツにおける環境問題を考え、どのように調和すべきか考える	ペーパーテスト 学習カード レポート 観察
2	領域選択③ ・バスケットボール ・バレーボール ・卓球 ・バドミントン ・柔道	16	球技 (ゴール型・ネット型) 武道 (柔道)	ボール・ラケット・三角コーン・タイマー等	安定したボール操作と空間への侵入役割に応じたボール操作と連携 役割に応じたボール・ラケットの操作 役割に応じた用具操作による攻防 相手の変化に応じた基本動作	観察 学習カード 技能テスト レポート
3						

計 105時間（50分授業）

7 課題・提出物等

学習カード、課題レポート（担当者の指定した時期に提出する）

8 担当者より

近年では進化した人工知能が様々な判断を行ったり、身近な物の働きがインターネット経由で最適化されたりする時代の到来が、社会や生活を大きく変えていき、加えて超高齢社会の到来や、生活が便利になること等によって体を動かす機会の減少に繋がっています。このような社会において、生涯にわたり、運動やスポーツを「する」ことみならず、「みる、支える、知る」などの多様な関わり方を社会で実践するなど「豊かなスポーツライフ」を送ることは大きな意義があります。体力は、人間の活動の源であり、健康の維持のほか意欲や気力といった精神面の充実に大きく関わっており、「生きる力」の重要な要素です。

担当者：大坂 信幸 / 西 大郎 / 八藤後 雅則