

令和8年度シラバス（保健体育）

学番 28 新潟県立村上高等学校

教科(科目)	保健体育（体育）	単位数	3 単位	学年(コース)	1 学年
使用教科書	大修館『現代高等保健体育 改訂版』				
副教材等	なし				

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未知のものに勇気をもって向き合い、謙虚に、かつ、意欲的に学ぶ生徒の育成を行います。 ②他者への配慮と心のこもった挨拶や振る舞い方を身に付け、思いやりをもって他者に接することにより、真に信頼される生徒を育成します。 ③学校生活の様々な機会を通じて心と体を鍛え、自分の将来の目標に向け、覚悟をもって努力する生徒を育成します。
カリキュラム・ポリシー	①生徒一人ひとりの学力を高めるために、基礎的な学習の繰り返しにより知識の定着を図る指導を行います。 ②確かな学力に基づく問題解決力と判断力を身に付けさせるために、教科横断的な探究学習を行います。 ③専門分野に対する深い理解をもった職員が、質の高い授業を行い、学ぶことの面白さと喜びを伝えながら、生徒の教養を高めます。

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

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。
--

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、計画的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かに継続するための理論について理解しているとともに、目的に応じた技能を身に付けている。	自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、それらを他者に伝えている。	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとしている。

5 評価方法

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
	以上の観点を踏まえ、 ・実技テスト ・ゲーム等での活動 ・体育日誌 ・ワークシート などから、評価します。	以上の観点を踏まえ、 ・ゲーム等での活動 ・体育日誌 ・ワークシート などから、評価します。	以上の観点を踏まえ、 ・出席状況 ・活動への取り組み などから、評価します。
	内容のまとまりごとに、各観点「A：十分満足できる」、「B：おおむね満足できる」、「C：努力を要する」で評価します。内容のまとまりごとの評価規準は授業で説明します。		

6 学習計画

月	単元名	教材名	学習活動（指導内容）	時間	評価方法
4月・5月・6月	・オリエンテーション ・体づくり運動		・科目および授業内容説明、諸連絡、諸注意 ・体ほぐしの運動や実生活に生かす運動の計画を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原理などを理解するとともに、健康の保持増進や体力の向上を目指し、目的に適した運動の計画を立てて取り組めるようにする。	11	運動に対する知識・技能 課題解決のための思考、判断、表現 各単元（運動）の技能習得のための取り組み 出席状況（欠席、見学、異装）
	・陸上競技（長距離走）		・ペースの変化に対応し、自己に適したペースを維持して走ることをねらいとし、記録向上の喜びや競争の楽しみ、持久力と忍耐力の強化を図る。	5	
	・4領域選択 (1)器械運動（マット運動） (2)陸上競技（跳・投） (3)ダンス（現代的なリズムのダンス） (4)柔道	選択制体育ノート カラーワイドスポーツ	・マット運動を通して、自己の能力に応じて「技を習得すること」と「技を円滑にできること」を主なねらいとし、技の達成や演技の出来ばえに楽しさや喜びを体感する。 ・跳、投の運動でより速い助走でより遠くへ跳んだり、投げたりすることを主なねらいとし、自己の記録を向上するための各種の技能を高め、記録向上の喜びや競争の楽しみを体感する。 ・感情を込めて踊ったり、仲間と自由に踊ったりする楽しさや喜びを味わい、それぞれ特有の表現や踊りを高めて交流や発表ができるようにする。 ・柔道では、相手の多様な動きに応じた基本動作から、得意技や連絡技・変化技を用いて、素早く相手を崩して投げたり、抑えたり、返したりするなどの攻防を展開する。	18	
7月・8月・9月・10月・11月	・体育理論 1 運動・スポーツの文化的特徴	現代高等保健体育	・スポーツの歴史、文化的特性や現代スポーツの特徴について理解できるようにする	3	体育日誌（記述の点検） グループノート（記述の点検）
	・球技選択① (1)ゴール型（サッカー） (2)ネット型（テニス） (3)ベースボール型（ソフトボール）	選択制体育ノート カラーワイドスポーツ	・球技について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や連携した動きを高めてゲームが展開できるようにする。ゴール型では状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの連携した動きによって空間への侵入などから攻防を展開する。ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作りだすなどの攻防を展開する。ベースボール型では、状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防を展開する。	18	
	・体づくり運動		・体ほぐしの運動、体力を高める運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、健康の保持増進や体力の向上を図り、目的に適した運動の計画や自己の体力や生活に応じた運動の計画を立て、実生活に役立てることができるようにする。	5	
	・球技選択② (1)ゴール型（バスケットボール）		・球技について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や連携した動きを高めてゲームが展開できるようにする。ゴール型では状況に応じたボ	11	

月	単元名	教材名	学習活動（指導内容）	時間	評価方法
	(2) ネット型 (バレーボール) (3) ネット型 (卓球)		ール操作と空間を埋めるなどの連携した動きによって空間への侵入などから攻防を展開する。ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作りだすなどの攻防を展開する。		
12月・1月・2月・3月	・球技選択③ (1) ゴール型 (バスケットボール) (2) ネット型 (バドミントン) (3) ネット型 (卓球)	選択制体育ノート カラーワイドスポーツ	・球技について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や連携した動きを高めてゲームが展開できるようにする。ゴール型では状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの連携した動きによって空間への侵入などから攻防を展開する。ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作りだすなどの攻防を展開する。	11	運動に対する知識・技能 課題解決のための思考、判断、表現
	・体育理論 1 運動・スポーツの文化的特徴	現代高等保健体育	・スポーツの歴史、文化的特性や現代スポーツの特徴について理解できるようにする。	3	各単元（運動）の技能習得のための取り組み
	・球技選択④ (1) ネット型 (バレーボール) (2) ネット型 (バドミントン) (3) ネット型 (卓球)	選択制体育ノート カラーワイドスポーツ	・球技について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や連携した動きを高めてゲームが展開できるようにする。ゴール型では状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの連携した動きによって空間への侵入などから攻防を展開する。ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作りだすなどの攻防を展開する。	11	出席状況 (欠席、見学、異装) 体育日誌 (記述の点検) グループノート (記述の点検)

計 96 時間（55 分授業）

7 課題・提出物等

体育日誌、グループノート、ワークシート、小テスト等

8 担当者からの一言

「生きる力」を構成する「確かな学力」、「豊かな人間性」、「健康・体力」の3つの項目ができる唯一の教科です。生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現するためには、安全を確保するなかで運動に親しみ、楽しみを味わうことが重要です。集団のなかでのルールを守り、主体的に取り組む行動力を身につけましょう。