

|        |                          |     |     |         |           |
|--------|--------------------------|-----|-----|---------|-----------|
| 教科(科目) | 体育                       | 単位数 | 3単位 | 学年(コース) | 1学年(全コース) |
| 使用教科書  | 大修館書店『現代高等保健体育』(体育理論)    |     |     |         |           |
| 副教材等   | 大修館書店『現代高等保健体育ノート』(体育理論) |     |     |         |           |

1 学習目標

|  |
|--|
| <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。</p> <p>(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出来るようにするため、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つけるようにする。</p> <p>(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。</p> <p>(3) 運動における競争や協働の経験を通して、後世に取り組む、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。</p> |
|--|

2 学習計画

※知・知識・技術、思・思考・判断・表現、主・主体的に学習に取り組む態度

| 学期  | 月 | 授業計画                          | 学習内容   | 時間          | 評価の観点※      |             |             | 備考   |
|-----|---|-------------------------------|--|-------------|-------------|-------------|-------------|--|
|     |   |                               |  |             | 知           | 思           | 主           |  |
| 一学期 | 4 | ・オリエンテーション<br>・集団行動<br>・ラジオ体操 | ・入室方法、評価方法等の説明<br>・姿勢、整とん、列の増減<br>方向変換、番号のかけ方<br>・声を出して大きくラジオ体操          | 3<br>3<br>3 | ○<br>○<br>○ | ○<br>○<br>○ | ○<br>○<br>○ | ・リーダーとしてグループの動きを士気する。<br>・授業への取り組み   |
|     | 5 | ・体づくり運動<br>持久走                | ・校舎外周 (0.4km) 25分走<br>男子 8周 (3.2km)<br>女子 7周 (2.8km)<br>男女 2km計測 (記録会)   | 8<br>5      | ○<br>○      | ○<br>○      | ○<br>○      | ・規定周回は必ず走ること。<br>・記録測定<br>・授業への取り組み  |
|     | 6 | ・体力テスト                        | 新体力テストの実施<br>①握力②上体起こし③長座体前屈<br>④シャトルラン⑤反復横跳び<br>⑥50M⑦立ち幅跳び<br>⑧ハンドボール投げ | 3           | ○           | ○           | ○           | ・体力テストの結果より、不足している体力の向上を目指して運動する。  |
| 一学期 | 6 | 選択-1<br>・陸上競技                 | ・競走・跳躍・投てき<br>60/50Mハードル、<br>走り幅跳び、砲丸投げ                                  | 18          | ○           | ○           | ○           | ・記録に挑戦する。相手と競争する。<br>・各種目の記録測定<br>・基本的な技を滑らかに安定して行う。<br>・実技テスト<br>・リズムの特徴をとらえ、変化とまとまりを付けて、リズムに乗って全身で踊ること。<br>・発表会<br>・各種目、授業への取り組み |
|     | 7 | ・器械運動                         | ・マット運動   |             |             |             |             |  |
|     | 9 | ・ダンス                          | ・現代的なリズムのダンス   |             |             |             |             |  |

|             |   |   |   |    |   |   |   |   |
|-------------|---|---|---|----|---|---|---|---|
| 二<br>学<br>期 |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ラジオ体操</li> <li>・体育理論</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・声を出して大きくラジオ体操</li> <li>・『運動・スポーツの文化的特徴』</li> <li>①人間にとって「動く」とは何か</li> <li>②スポーツの始まりと変遷</li> <li>③スポーツ文化の楽しみ方</li> </ul> | 2  | ○ | ○ | ○   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ラジオ体操テスト</li> <li>・ノート、ワークシートの提出</li> <li>・授業への取り組み</li> </ul>  |
|             | 9   | 選択ー2<br><ul style="list-style-type: none"> <li>・サッカー</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・サッカー<br/>ルール、パス、ドリブル<br/>シュート練習、簡易ゲーム</li> </ul>  | 18 | ○ | ○ | ○   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・作戦を生かした攻防ができるようになる。</li> <li>・互いに協力して練習やゲームが出来るようになる。</li> <li>・チームや自己の能力に応じて運動の技能を高め、作戦を生かした攻防ができるようになる。</li> <li>・各種目の実技テスト</li> <li>・各種目、授業への取り組み</li> </ul>                       |
| 10          | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ソフトボール</li> </ul>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ソフトボール<br/>ルール、キャッチボール、<br/>バッティング練習、<br/>簡易ゲーム</li> </ul>                |   |    |   |   |   |   |
| 11          | <ul style="list-style-type: none"> <li>・バドミントン</li> </ul>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・バドミントン<br/>クリア、ドライブ、ヘア<br/>ピンなど基本的な技術が<br/>できるようにする。<br/>簡易ゲーム</li> </ul> |   |    |   |   |   |   |
| 11          | 選択ー3<br><ul style="list-style-type: none"> <li>・バレーボール</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・バレーボール<br/>ルール、サーブ・レシー<br/>ブ・トス・スパイク練習<br/>簡易ゲーム</li> </ul>               | 18  | ○  | ○ | ○ | <ul style="list-style-type: none"> <li>・作戦を生かした攻防ができるようになる。</li> <li>・互いに協力して練習やゲームが出来るようになる。</li> <li>・チームや自己の能力に応じて運動の技能を高め、作戦を生かした攻防ができるようになる。</li> <li>・各種目の実技テスト</li> <li>・各種目、授業への取り組み</li> </ul> |   |
|             | 12  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・バスケットボール</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・バスケットボール<br/>ルール、パス、ドリブル、<br/>シュート練習<br/>簡易ゲーム</li> </ul>   |    |   |   |   |   |
| 三<br>学<br>期 | 1   | 選択ー4<br><ul style="list-style-type: none"> <li>・柔道</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・柔道<br/>礼法作法の習得<br/>受け身の習得<br/>寝技の基本技能習得<br/>立技の基本技能習得</li> </ul>  | 18 | ○ | ○ | ○   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・武道の特性を理解する。</li> <li>・作戦を生かした攻防ができるようになる。</li> <li>・互いに協力して練習やゲームが出来るようになる。</li> <li>・チームや自己の能力に応じて運動の技能を高め、作戦を生かした攻防ができるようになる。</li> <li>・各種目の実技テスト</li> <li>・各種目、授業への取り組み</li> </ul> |
|             | 2   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・バドミントン</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・バドミントン<br/>クリア、ドライブ、ヘアピ<br/>ンなど基本的な技術がで<br/>きるようにする。<br/>簡易ゲーム</li> </ul>   |    |   |   |   |   |
|             | 3   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・体育理論</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・『運動・スポーツの文化的特徴』</li> <li>①オリンピックと国際理解</li> <li>②スポーツと経済</li> <li>③ドーピングとスポーツ心理</li> </ul>                               | 3  | ○ | ○ |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・知識の重要性を実感できるようになる。</li> <li>・ワークシートの提出</li> <li>・授業への取り組み</li> </ul>  |

計 105 時間 (50 分授業)

### 3 評価規準と評価方法

| 体育実技分野の評価は次の観点から行います。 |  |  |  |
|-----------------------|--|--|--|
|                       | 知識・技能  | 思考・判断・表現   | 主体的に学習に取り組む態度  |
| 評価の観点                 | 運動技能の仕組みと運動の学び方についての理解している。<br>自己の能力と運動の特性に応じた課題解決を目指し、運動を行い、技能を高めている。                   | 自己のグループの能力と運動の特性に応じた課題を見つけ出している。   | 運動の楽しさや、喜びを味わうことができるように自ら進んで計画的に運動しようとしている。  |
| 評価方法                  | 以上の観点を踏まえ、<br>・出席を第一とし、実技に参加すること。見学がないこと。やむを得ない場合は、見学用紙を記入する。技能、能力よりも、関心、意欲、積極性を高く評価します。 | 以上の観点を踏まえ、<br>・出席を第一とし、実技に参加すること。見学がないこと。やむを得ない場合は、見学用紙を記入する。技能、能力よりも、関心、意欲、積極性を高く評価します。 | 以上の観点を踏まえ、<br>・出席を第一とし、実技に参加すること。見学がないこと。やむを得ない場合は、見学用紙を記入する。技能、能力よりも、関心、意欲、積極性を高く評価します。 |

| 体育理論の評価は次の観点から行います。 |  |  |  |
|---------------------|--|--|--|
|                     | 知識・技能  | 思考・判断・表現   | 主体的に学習に取り組む態度  |
| 評価の観点               | 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。                          | 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、学習した知識を活用したり応用したりしている。          | 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、課題を解決するための活動を通して、学習に主体的に取り組もうとしている。 |
| 評価方法                | 以上の観点を踏まえ、<br>・ノートやワークシートの提出状況、授業への積極的な取り組み姿勢を総合的に判断して評価します。 | 以上の観点を踏まえ、<br>・ノートやワークシートの提出状況、授業への積極的な取り組み姿勢を総合的に判断して評価します。 | 以上の観点を踏まえ、<br>・ノートやワークシートの提出状況、授業への積極的な取り組み姿勢を総合的に判断して評価します。     |

### 4 課題・提出物等

体育実技に関しては、各単元、各種目を選択別に学習していく中で、実技テストを行います。  
年間を通して2回に分けて『体育理論』を学習します。この授業では、教科書やノートを使った授業の他に、ビデオ視聴やワークシートを使って授業を進め、スポーツの歴史や現代スポーツの特徴について学んでいきます。その際に、ノートの提出やワークシートの提出が求められます。

### 5 担当者からの一言

まずは、しっかりとした態度でスポーツに関わる心を作ります。集団行動で始まり、集団行動で終わる。みんなと協力し、安全に楽しく運動できることが最優先です。そのためには、道具の管理、体の管理、他者への思いやりを持って体育に向き合ってください。自分なりの目標を持てば、豊かなスポーツライフを実現できるでしょう。  
( 担当： 体育科 )

令和5年度シラバス（体育） 学番 25 新潟県立新発田農業高等学校

|        |                         |     |     |         |           |
|--------|-------------------------|-----|-----|---------|-----------|
| 教科（科目） | 体育                      | 単位数 | 2単位 | 学年（コース） | 2学年（全コース） |
| 使用教科書  | 大修館書店『新高等保健体育』（体育理論）    |     |     |         |           |
| 副教材等   | 大修館書店『新高等保健体育ノート』（体育理論） |     |     |         |           |

1 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出来るようにするため、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つけるようにする。
- (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、後世に取り組み、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。

2 学習計画

| 学期  | 月   | 授業計画  | 学習内容   | 時間 | 評価の観点<br>※ |   |   | 備考  |
|-----|---|---|--|----|------------|---|---|---|
|     |   |   |  |    | 知          | 思 | 主 |   |
| 一学期 | 4   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・オリエンテーション</li> <li>・集団行動</li> <li>・ラジオ体操</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・入室方法、評価方法等の説明</li> <li>・姿勢、整とん、列の増減<br/>方向変換、番号のかけ方</li> <li>・声を出して大きくラジオ体操</li> </ul>                     | 1  |            |   |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・リーダーとしてグループの動きを士気する。</li> <li>・授業への取り組み</li> </ul>  |
|     |   |   |  | 1  | ○          | ○ | ○ |   |
|     |   |   |  | 2  | ○          | ○ | ○ |   |
|     | 5   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・体づくり運動</li> <li>持久走</li> </ul>                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・校舎外周 (0.4km) 25分走</li> <li>男子 8周 (3.2km)</li> <li>女子 7周 (2.8km)</li> <li>男女 2km計測 (記録会)</li> </ul>         | 7  | ○          | ○ | ○ | <ul style="list-style-type: none"> <li>・規定集会は必ず走ること。</li> <li>・記録測定</li> <li>・授業への取り組み</li> </ul>   |
| 3   | ○   | ○   | ○  |    |            |   |   |   |
|     | 6   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・体力テスト</li> </ul>                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>新体力テストの実施</li> <li>①握力②上体起こし③長座体前屈</li> <li>④シャトルラン⑤反復横跳び</li> <li>⑥50M⑦立ち幅跳び</li> <li>⑧ハンドボール投げ</li> </ul> | 2  | ○          | ○ | ○ | <ul style="list-style-type: none"> <li>・体力テストの結果より、不足している体力の向上を目指して運動する。</li> </ul>   |
|     | 6   | <ul style="list-style-type: none"> <li>選択-1</li> <li>・陸上競技</li> </ul>                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・競走・跳躍・投てき</li> <li>60/50Mハードル、走り幅跳び、砲丸投げ</li> <li>・マット運動</li> <li>・現代的なリズムのダンス</li> </ul>                  | 12 | ○          | ○ | ○ | <ul style="list-style-type: none"> <li>・記録に挑戦する。相手と競争する。</li> <li>・各種目の記録測定</li> <li>・基本的な技を滑らかに安定して行う。</li> <li>・実技テスト</li> <li>・リズムの特徴をとらえ、変化とまとまりを付けて、リズムに乗って全身で踊ること。</li> </ul> |
| 7   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・器械運動</li> </ul> |   |  |    |            |   |   |   |
| 9   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ダンス</li> </ul>  |   |  |    |            |   |   |   |

令和5年度シラバス（体育） 学番 25 新潟県立新発田農業高等学校

|             |               |   |  |        |        |        |        |   |
|-------------|---------------|---|--|--------|--------|--------|--------|---|
|             |               |   |  |        |        |        |        | <ul style="list-style-type: none"> <li>・発表会</li> <li>・各種目、授業への取り組み</li> </ul>   |
| 二<br>学<br>期 |               | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ラジオ体操</li> <li>・体育理論</li> </ul>                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>・声を出して大きくラジオ体操</li> <li>・『運動・スポーツの文化的特徴』<br/>①人間にとって「動く」とは何か<br/>②スポーツの始まりと変遷<br/>③スポーツ文化の楽しみ方</li> </ul>   | 2<br>2 | ○<br>○ | ○<br>○ | ○<br>○ | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ラジオ体操テスト</li> <li>・ノート、ワークシートの提出</li> <li>・授業への取り組み</li> </ul>  |
|             | 9<br>10<br>11 | 選択－2<br><ul style="list-style-type: none"> <li>・サッカー</li> <li>・ソフトボール</li> <li>・バドミントン</li> </ul>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・サッカー<br/>ルール、パス、ドリブル<br/>シュート練習、簡易ゲーム</li> <li>・ソフトボール<br/>ルール、キャッチボール、<br/>バッティング練習、<br/>簡易ゲーム</li> <li>・バドミントン<br/>クリア、ドライブ、ヘア<br/>ピンなど基本的な技術が<br/>できるようにする。<br/>簡易ゲーム</li> </ul>      | 12     | ○      | ○      | ○      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・作戦を生かした攻防ができるようになる。</li> <li>・互いに協力して練習やゲームが出来るようになる。</li> <li>・チームや自己の能力に応じて運動の技能を高め、作戦を生かした攻防ができるようになる。</li> <li>・各種目の実技テスト</li> <li>・各種目、授業への取り組み</li> </ul> |
|             | 11<br>12      | 選択－3<br><ul style="list-style-type: none"> <li>・バレーボール</li> <li>・バスケットボール</li> <li>・バドミントン</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・バレーボール<br/>ルール、サーブ・レシーブ・トス・スパイク練習<br/>簡易ゲーム</li> <li>・バスケットボール<br/>ルール、パス、ドリブル、<br/>シュート練習<br/>簡易ゲーム</li> <li>・バドミントン<br/>クリア、ドライブ、ヘア<br/>ピンなど基本的な技術が<br/>できるようにする。<br/>簡易ゲーム</li> </ul> | 12     | ○      | ○      | ○      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・作戦を生かした攻防ができるようになる。</li> <li>・互いに協力して練習やゲームが出来るようになる。</li> <li>・チームや自己の能力に応じて運動の技能を高め、作戦を生かした攻防ができるようになる。</li> <li>・各種目の実技テスト</li> <li>・各種目、授業への取り組み</li> </ul> |
| 三<br>学<br>期 | 1<br>2        | 選択－3<br><ul style="list-style-type: none"> <li>・バレーボール</li> <li>・バスケットボール</li> <li>・バドミントン</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・バレーボール<br/>ルール、サーブ・レシーブ・トス・スパイク練習<br/>簡易ゲーム</li> <li>・バスケットボール</li> </ul>  | 12     | ○      | ○      | ○      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・作戦を生かした攻防ができるようになる。</li> <li>・互いに協力して練習やゲームが出来るようになる。</li> <li>・チームや自己の能力に</li> </ul>   |

令和5年度シラバス（体育） 学番 25 新潟県立新発田農業高等学校

|  |   |       |  |   |   |   |  |
|--|---|-------|--|---|---|---|--|
|  |   |       | ルール、パス、ドリブル、シュート練習<br>簡易ゲーム<br>・バドミントン<br>クリア、ドライブ、ヘアピンなど基本的な技術ができるようにする。<br>簡易ゲーム |   |   |   | 応じて運動の技能を高め、作戦を生かした攻防ができるようになる。<br>・各種目の実技テスト<br>・各種目、授業への取り組み |
|  | 3 | ・体育理論 | ・『運動・スポーツの文化的特徴』<br>①オリンピックと国際理解<br>②スポーツと経済<br>③ドーピングとスポーツ心理                      | 2 | ○ | ○ | ・知識の重要性を実感できるようになる。<br>・ワークシートの提出<br>・授業への取り組み                 |

計 70 時間（50 分授業）

### 3 課題・提出物等

体育実技に関しては、各単元、各種目を学習していく中で、実技テストを行います。  
 また、年間を通して3回に分けて『体育理論』を学習します。この授業では、教科書やノートを使った授業の他に、ビデオ視聴やワークシートを使って授業を進め、運動やスポーツの効果的な学習の仕方について学んでいきます。その際に、ノートの提出やワークシートの提出が求められます。

### 4 評価規準と評価方法

| 体育実技分野の評価は次の観点から行います。 |  |  |  |
|-----------------------|--|--|--|
|                       | 知識・技能  | 思考・判断・表現   | 主体的に学習に取り組む態度  |
| 評価の観点                 | 運動技能の仕組みと運動の学び方についての理解している。<br>自己の能力と運動の特性に応じた課題解決を目指し、運動を行い、技能を高めている。                   | 自己のグループの能力と運動の特性に応じた課題を見つけ出している。   | 運動の楽しさや、喜びを味わうことができるように自ら進んで計画的に運動しようとしている。  |
| 評価方法                  | 以上の観点を踏まえ、<br>・出席を第一とし、実技に参加すること。見学がないこと。やむを得ない場合は、見学用紙を記入する。技能、能力よりも、関心、意欲、積極性を高く評価します。 | 以上の観点を踏まえ、<br>・出席を第一とし、実技に参加すること。見学がないこと。やむを得ない場合は、見学用紙を記入する。技能、能力よりも、関心、意欲、積極性を高く評価します。 | 以上の観点を踏まえ、<br>・出席を第一とし、実技に参加すること。見学がないこと。やむを得ない場合は、見学用紙を記入する。技能、能力よりも、関心、意欲、積極性を高く評価します。 |

| 体育理論の評価は次の観点から行います。 |  |  |  |
|---------------------|--|--|--|
|                     | 知識・技能  | 思考・判断・表現   | 主体的に学習に取り組む態度  |
| 評価の観点               | 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。                          | 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、学習した知識を活用したり応用したりしている。          | 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、課題を解決するための活動を通して、学習に自主的に取り組もうとしている。 |
| 評価方法                | 以上の観点を踏まえ、<br>・ノートやワークシートの提出状況、授業への積極的な取り組み姿勢を総合的に判断して評価します。 | 以上の観点を踏まえ、<br>・ノートやワークシートの提出状況、授業への積極的な取り組み姿勢を総合的に判断して評価します。 | 以上の観点を踏まえ、<br>・ノートやワークシートの提出状況、授業への積極的な取り組み姿勢を総合的に判断して評価します。     |

## 5 担当者からの一言

まずは、しっかりとした態度でスポーツに関わる心を作ります。集団行動で始まり、集団行動で終わる。みんなと協力し、安全に楽しく運動できることが最優先です。  
 そのためには、道具の管理、体の管理、他者への思いやりを持って体育に向き合ってください。自分なりの目標を持てば、豊かなスポーツライフを実現できるでしょう。  
 （担当：体育科）

|        |                              |     |     |         |           |
|--------|------------------------------|-----|-----|---------|-----------|
| 教科（科目） | 体育                           | 単位数 | 2単位 | 学年（コース） | 3学年（全コース） |
| 使用教科書  | 大修館書店『最新高等保健体育 改訂版』（体育理論）    |     |     |         |           |
| 副教材等   | 大修館書店『最新高等保健体育ノート 改訂版』（体育理論） |     |     |         |           |

## 1 学習目標

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共に、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、明るく豊かで活力のある生活を営む態度を育てる。

## 2 指導の重点

生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指し、運動の楽しさや喜びを味わうとともに、運動の実施にあたり自他の安全に留意し、自ら進んで授業に取り組み、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を持ち、自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を図ることができる態度を育てる。

## 3 学習計画

| 月  | 単元名（教材）   | 学習活動（指導内容）  | 時間          | 評価方法  |
|----|---|---|-------------|---|
| 4月 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・オリエンテーション</li> <li>・集団行動</li> <li>・ラジオ体操</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・入室方法、評価方法等の説明</li> <li>・姿勢、整とん、列の増減<br/>方向変換、番号のかけ方</li> <li>・声を出して大きくラジオ体操</li> </ul>  | 2<br>2<br>2 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・リーダーとしてグループの動きを士気する。</li> <li>・授業への取り組み</li> </ul>  |
| 5月 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・体づくり運動</li> <li>・持久走</li> </ul>                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・校舎外周（0.4km）25分走<br/>男子 8周（3.2km）<br/>女子 7周（2.8km）<br/>男女 2km計測（記録会）</li> </ul>  | 7<br>2      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・規定周回は必ず走ること。</li> <li>・記録測定</li> <li>・授業への取り組み</li> </ul>   |
| 6月 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・体育理論</li> <li>・新体力テスト</li> </ul>                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・『豊かなスポーツライフの設計』<br/>① 生涯スポーツの見方・考え方<br/>② ライフスタイルに応じたスポーツ</li> <li>・新体力テストの実施<br/>①握力②上体起こし③長座体前屈<br/>④シャトルラン⑤反復横跳び<br/>⑥50M⑦立ち幅跳び<br/>⑧ハンドボール投げ</li> </ul> | 2<br>2      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・知識の重要性を実感できるようになる。</li> <li>・ノート、ワークシートの提出</li> <li>・授業への取り組み</li> <li>・体力テストの結果より、不足している体力の向上を目指して運動する。</li> </ul> |
| 7月 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・陸上競技</li> <li>・ラジオ体操</li> </ul>                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・競走・跳躍・投てき<br/>60/50Mハードル、<br/>走り幅跳び、砲丸投げ</li> <li>・声を出して大きくラジオ体操</li> </ul>   | 21          | <ul style="list-style-type: none"> <li>・記録に挑戦する。相手と競争する。</li> <li>・各種目の記録測定</li> <li>・大きく声を出してラジオ体操ができていないか。</li> <li>・ラジオ体操テスト</li> </ul>                  |
| 9月 | 選択ー1<br><ul style="list-style-type: none"> <li>・サッカー</li> <li>・ソフトボール</li> </ul>            | <ul style="list-style-type: none"> <li>・サッカー<br/>ルール、パス、ドリブル<br/>シュート練習、簡易ゲーム</li> <li>・ソフトボール</li> </ul>   |             | <ul style="list-style-type: none"> <li>・作戦を生かした攻防ができるようになる。</li> <li>・互いに協力して練習やゲームが出来るようになる。</li> </ul>  |



令和5年度シラバス（体育）

学番25 新潟県立新発田農業高等学校

|     |  |   |    |  |
|-----|--|---|----|--|
| 10月 | <ul style="list-style-type: none"> <li>バレーボール</li> <li>バドミントン</li> <li>体育理論</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>ルール、キャッチボール、バッティング練習、簡易ゲーム</li> <li>バレーボール<br/>ルール、サーブ・レシーブ・トス・スパイク練習、ゲーム</li> <li>バドミントン<br/>ルール、ラケットの持ち方、打ち方、簡易ゲーム</li> <li>『豊かなスポーツライフの設計』<br/>① 日本のスポーツ振興</li> </ul> | 2  | <ul style="list-style-type: none"> <li>チームや自己の能力に応じて運動の技能を高め、作戦を生かした攻防ができるようになる。</li> <li>◎各種目の実技テスト</li> <li>◎各種目、授業への取り組み</li> </ul> <p>知識の重要性を実感できるようになる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ノート、ワークシートの提出</li> <li>授業への取り組み</li> </ul> |
| 11月 | <p>選択-2</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>サッカー</li> <li>ソフトボール</li> </ul>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>サッカー<br/>ルール、パス、ドリブルシュート練習、簡易ゲーム</li> <li>ソフトボール<br/>ルール、キャッチボール、バッティング練習、ゲーム</li> </ul>   | 14 | <ul style="list-style-type: none"> <li>作戦を生かした攻防ができるようになる。</li> <li>互いに協力して練習やゲームが出来るようになる。</li> <li>チームや自己の能力に応じて運動の技能を高め、作戦を生かした攻防ができるようになる。</li> <li>◎各種目の実技テスト</li> <li>◎各種目、授業への取り組み</li> </ul>   |
| 12月 | <ul style="list-style-type: none"> <li>バレーボール</li> <li>バドミントン</li> </ul>               | <ul style="list-style-type: none"> <li>バレーボール<br/>ルール、サーブ・レシーブ・トス・スパイク練習、ゲーム</li> <li>バドミントン<br/>ルール、ラケットの持ち方、打ち方、簡易ゲーム</li> </ul>  |    |  |
| 1月  | <ul style="list-style-type: none"> <li>体育理論</li> </ul> <p>選択-3</p>                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>『豊かなスポーツライフの設計』<br/>① スポーツと環境</li> </ul>   | 2  | <ul style="list-style-type: none"> <li>ノート、ワークシートの提出</li> <li>授業への取り組み</li> </ul>  |
| 2月  | <ul style="list-style-type: none"> <li>バスケットボール</li> <li>バレーボール</li> </ul>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>バスケットボール<br/>ルール、パス、ドリブル、シュート練習、簡易ゲーム</li> <li>バレーボール<br/>ルール、サーブ・レシーブ・トス・スパイク練習、ゲーム</li> </ul>  | 12 | <ul style="list-style-type: none"> <li>作戦を生かした攻防ができるようになる。</li> <li>互いに協力して練習やゲームが出来るようになる。</li> <li>チームや自己の能力に応じて運動の技能を高め、作戦を生かした攻防ができるようになる。</li> <li>◎各種目の実技テスト</li> <li>◎各種目、授業への取り組み</li> </ul>   |
| 3月  | <ul style="list-style-type: none"> <li>バドミントン</li> <li>卓球</li> </ul>                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>バドミントン<br/>ルール、ラケットの持ち方、打ち方、簡易ゲーム</li> <li>卓球<br/>ルール・ラケットの持ち方、打ち方、簡易ゲーム</li> </ul>  |    |  |

計 70 時間（50 分授業）

#### 4 課題・提出物等

体育実技に関しては、各単元、各種目を学習していく中で、実技テストを行います。

また、年間を通して3回に分けて『体育理論』を学習します。この授業では、教科書やノートを使った授業の他に、ビデオ視聴やワークシートを使って授業を進め、豊かなスポーツライフの設計について学んでいきます。その際に、ノートの提出やワークシートの提出が求められます。

#### 5 評価規準と評価方法

|   |  |  |                               |
|---|--|--|-------------------------------|
| 体育実技分野の評価は次の観点から行います。   |  |  |                               |
| ① 関心・意欲・態度  | ② 思考・判断                                      | ③ 運動の技能                                  | ④ 知識・理解                       |
| 運動の楽しさや、喜びを味わうことができるように自ら進んで計画的に運動しようとしているか。  | 自己のグループの能力と運動の特性に応じた課題を見つけ出しているか。            | 自己の能力と運動の特性に応じた課題解決を目指し、運動を行い、技能を高めているか。 | 運動技能の仕組みと運動の学び方についての理解できているか。 |
| 以上の観点を踏まえた上で、出席を第一とし、実技に参加すること。見学がないこと。やむを得ない場合は、見学用紙を記入する。技能、能力よりも、関心、意欲、積極性を高く評価する。 |  |  |                               |
| 体育理論の評価は次の観点から行います。   |  |  |                               |
| ② 関心・意欲・態度  | ② 思考・判断                                      | ③ 運動の技能                                  | ④ 知識・理解                       |
| 豊かなスポーツライフの設計の仕方について、課題を解決するための活動を通して、学習に主体的に取り組もうとしているか。                             | 豊かなスポーツライフの設計の仕方について、学習した知識を活用したり、応用したりしている。 | /  | 豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解している。   |
| 以上の観点を踏まえた上で、ノートやワークシートの提出状況、授業への積極的な取り組み姿勢を総合的に判断して評価する。                             |  |  |                               |

#### 6 担当者からの一言

まずは、しっかりとした態度でスポーツに関わる心を作ります。集団行動で始まり、集団行動で終わる。みんなと協力し、安全に楽しく運動できることが最優先です。

そのためには、道具の管理、体の管理、他者への思いやりを持って体育に向き合ってください。自分なりの目標を持てば、豊かなスポーツライフを実現できるでしょう。 (担当：体育科)

|        |                    |     |     |         |           |
|--------|--------------------|-----|-----|---------|-----------|
| 教科(科目) | 保健                 | 単位数 | 1単位 | 学年(コース) | 1学年(全コース) |
| 使用教科書  | 大修館書店『現代高等保健体育』    |     |     |         |           |
| 副教材等   | 大修館書店『現代高等保健体育ノート』 |     |     |         |           |

1 学習目標

個人および社会生活における心身の健康・安全についての理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。

2 学習計画

※知・知識・技術、思・思考・判断・表現、主・主体的に学習に取り組む態度

| 学期  | 月  | 授業計画  | 学習内容  | 時間 | 評価の観点※ |   |   | 備考                |
|-----|----|---|---|----|--------|---|---|-------------------|
|     |    |   |   |    | 知      | 思 | 主 |                   |
| 一学期 | 4  | 【現代社会と健康】<br>①『健康の考え方と成り立ち』<br>②『私たちの健康のすがた』    | ・国民の健康水準と疾病構造の変化、健康の考え方と成り立ちについて、教科書及び、学習ノートを使用して学習する。時間により動画の活用。 | 3  | ○      | ○ | ○ | ・ノート提出<br>・授業への取組 |
|     | 5  | ③『生活習慣病の予防と回復』<br>④『がんの原因と予防』<br>⑤『がんの治療と回復』    | ・健康生活習慣病・がんと日常生活について、教科書及び、学習ノートを使用して学習する。時間により動画の活用。             | 3  | ○      | ○ | ○ | ・ノート提出<br>・授業への取組 |
|     | 6  | ⑥『運動と健康』<br>⑦『食事と健康』<br>⑧『休養・睡眠と健康』<br>⑨『喫煙と健康』 | ・生活習慣病と日常生活について、教科書及び、学習ノートを使用して学習する。時間により動画の活用。                  | 4  | ○      | ○ | ○ | ・ノート提出<br>・授業への取組 |
|     | 7  | 定期考査  |   |    | ○      | ○ |   |                   |
| 二学期 | 7  | ⑩『飲酒と健康』<br>⑪『薬物乱用と健康』                          | ・飲酒、薬物乱用と健康について、教科書及び、学習ノートを使用して学習する。時間により動画の活用。                  | 3  | ○      | ○ | ○ | ・ノート提出<br>・授業への取組 |
|     | 9  | ⑫『精神疾患の特徴』<br>⑬『精神疾患の予防』<br>⑭『精神疾患からの回復』        | ・心身の相関、ストレスへの対処、自己実現について、教科書及び、学習ノートを使用して学習する。時間により動画の活用。         | 4  | ○      | ○ | ○ | ・ノート提出<br>・授業への取組 |
|     | 10 | ⑮『現代の感染症』<br>⑯『感染症の予防』<br>⑰『性感染症・エイズとその予防』      | ・感染症および性感染症、エイズとその予防について、教科書及び、学習ノートを使用して学習する。時間により動画の活用。         | 4  | ○      | ○ | ○ | ・ノート提出<br>・授業への取組 |
|     | 11 | ⑱『健康に関する意思決定・行動選』                               | ・健康に関する意思決定や行動選択、   | 4  | ○      | ○ |   | ・ノート提出            |

|             |    |  |  |   |   |   |   |                   |
|-------------|----|--|--|---|---|---|---|-------------------|
|             |    | 択]<br>⑨『健康に関する環境づくり』                                     | 健康に関する環境づくりにいて、教科書及び、学習ノートを使用して学習する。時間により動画の活用。                      |   |   |   | ○ | ・授業への取組           |
|             | 12 | 定期考査   |  |   | ○ | ○ |   |                   |
| 三<br>学<br>期 | 12 | 【安全な社会生活】<br>①『事故の現状と発生要因』<br>②『安全な社会の形成』<br>③『交通における安全』 | ・交通安全の現状、交通社会に必要な資質と責任、安全な社会づくりについて、教科書及び、学習ノートを使用して学習する。時間により動画の活用。 | 3 | ○ | ○ | ○ | ・ノート提出<br>・授業への取組 |
|             | 1  | ④『応急手当の意義とその基本』<br>⑤『日常的な応急手当』                           | ・応急手当の意義、日常的な応急手当について、教科書及び、学習ノートを使用して学習する。時間により動画の活用。               | 3 | ○ | ○ | ○ | ・ノート提出<br>・授業への取組 |
|             | 2  | ⑥『心肺蘇生法』   | ・気道確保、人工呼吸、胸骨圧迫、AEDの原理やその方法について、教科書及び、学習ノートを使用して学習する。時間により動画の活用。     | 3 | ○ | ○ | ○ | ・ノート提出<br>・授業への取組 |
|             | 2  | 定期考査   |  |   | ○ | ○ |   |                   |
|             | 3  | まとめ  |  | 1 |   |   | ○ |                   |

計 35時間 (50分授業)

### 3 評価規準と評価方法

|       |   |  |   |
|-------|---|--|---|
|       | 評価は次の観点から行います。  |  |   |
|       | 知識・技能   | 思考・判断・表現   | 主体的に学習に取り組む態度   |
| 評価の観点 | 個人の生活や社会生活の健康や安全について、課題解決に役立つ知識を理解し身につけている。                     | 自分のこれまでの体験や資料などを元に、学習課題の設定や解決の方法を考え判断しているか。<br>応急手当等の技能が身につけている。 | 健康を維持するために必要なことについて関心を持っている。                                    |
| 評価方法  | 以上の観点を踏まえ、<br>・授業に対する意欲、関心、態度と出席状況、定期考査および課題提出状況<br>などから、評価します。 | 以上の観点を踏まえ、<br>・授業に対する意欲、関心、態度と出席状況、定期考査および課題提出状況<br>などから、評価します。  | 以上の観点を踏まえ、<br>・授業に対する意欲、関心、態度と出席状況、定期考査および課題提出状況<br>などから、評価します。 |

### 4 課題・提出物等

年間を通して3回の定期考査を行います。この考査では学習内容への理解度を評価します。また、学習ノートの提出状況、毎時間の授業に臨む意欲、関心、態度などの取り組み姿勢を評価していきます。

## 5 担当者からの一言

週に1回しかない授業ですので欠席、遅刻がないように注意してください。また、応急手当や心肺蘇生法については技能として身につけ緊急の状況下でも冷静に行動できるように学習を深めてください。単に病気やケガをしていないことが健康であることは当然ですが、自他共に、肉体的にも精神的にも社会的にも健康な状態であることが本質的な健康であることを心がけて学習し、生活することがとても大切です。保健は、理解することだけでなく、今後の生活に生かすことができなければ意味がない授業でもあります。実生活を思い出しながら、今後の生活に活用できるよう努めてください。

( 担当： 体育科 )

令和5年度シラバス（保健） 学番25 新潟県立新発田農業高等学校

|        |                   |  |     |     |         |           |
|--------|-------------------|--|-----|-----|---------|-----------|
| 教科（科目） | 保健                |  | 単位数 | 1単位 | 学年（コース） | 2学年（全コース） |
| 使用教科書  | 大修館書店『新高等保健体育』    |  |     |     |         |           |
| 副教材等   | 大修館書店『新高等保健体育ノート』 |  |     |     |         |           |

1 学習目標

個人および社会生活における心身の健康・安全についての理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。

2 学習計画

| 学期  | 月  | 授業計画  | 学習内容   | 時間 | 評価の観点<br>※ |   |   | 備考                |
|-----|----|---|--|----|------------|---|---|-------------------|
|     |    |   |  |    | 知          | 思 | 主 |                   |
| 一学期 | 4  | 【生涯を通じる健康】<br>①『ライフステージと健康』<br>②『思春期と健康』<br>③『性意識と性行動の選択』         | ・ライフステージおよび思春期と健康、性意識・性行動選択について、教科書及び、学習ノートを使用して学習する。時間により動画の活用。 | 3  | ○          | ○ | ○ | ・ノート提出<br>・授業への取組 |
|     | 5  | ④『妊娠・出産と健康』<br>⑤『避妊法と人工妊娠中絶』                                      | ・妊娠・出産・避妊法・人工妊娠中絶について、教科書及び、学習ノートを使用して学習する。時間により動画の活用。           | 3  | ○          | ○ | ○ | ・ノート提出<br>・授業への取組 |
|     | 6  | ⑥『結婚と健康』<br>⑦『中高年期と健康』  | ・結婚・中高年期と健康について、教科書及び、学習ノートを使用して学習する。時間により動画の活用。                 | 4  | ○          | ○ | ○ | ・ノート提出<br>・授業への取組 |
|     | 7  | 定期考査  |  |    | ○          | ○ |   |                   |
| 二学期 | 7  | ⑧『働くことと健康』  | ・働くことと健康について、教科書及び、学習ノートを使用して学習する。時間により動画の活用。                    | 3  | ○          | ○ | ○ | ・ノート提出<br>・授業への取組 |
|     | 9  | ⑨『労働災害と健康』<br>⑩『健康的な職業生活』   | ・労働災害、職業生活と健康について、教科書及び、学習ノートを使用して学習する。時間により動画の活用。               | 4  | ○          | ○ | ○ | ・ノート提出<br>・授業への取組 |
|     | 10 | 【健康を支える環境づくり】<br>①『大気汚染と健康』<br>②『水質汚濁・大気汚染と健康』<br>③『環境と健康にかかわる対策』 | ・環境汚染と健康、環境にかかわる対策について、教科書及び、学習ノートを使用して学習する。時間により動画の活用。          | 4  | ○          | ○ | ○ | ・ノート提出<br>・授業への取組 |

令和5年度シラバス（保健） 学番25 新潟県立新発田農業高等学校

|             |    |   |  |   |   |   |   |                   |
|-------------|----|---|--|---|---|---|---|-------------------|
|             | 11 | ④『ごみの処理と上下水道の整備』<br>⑤『食品の安全性』<br>⑥『食品衛生にかかわる活動』 | ・ゴミ及び上下水道、食品の安全・衛生にかかわる活動において、教科書及び、学習ノートを使用して学習する。時間により動画の活用。 | 4 | ○ | ○ | ○ | ・ノート提出<br>・授業への取組 |
|             | 12 | 定期考査  |  |   | ○ | ○ |   |                   |
| 三<br>学<br>期 | 12 | ⑦『保健サービスとその活用』<br>⑧『医療サービスとその活用』                | ・保健・医療サービスの活用について、教科書及び、学習ノートを使用して学習する。時間により動画の活用。             | 3 | ○ | ○ | ○ | ・ノート提出<br>・授業への取組 |
|             | 1  | ⑨『医薬品の制度とその活用』<br>⑩『さまざまな保健活動や社会的対策』            | ・医薬品の制度と活用、保健活動や社会的対策について、教科書及び、学習ノートを使用して学習する。時間により動画の活用。     | 3 | ○ | ○ | ○ | ・ノート提出<br>・授業への取組 |
|             | 2  | ⑪『健康に関する環境づくりと社会参加』                             | ・健康に関する環境づくりと社会参加について、教科書及び、学習ノートを使用して学習する。時間により動画の活用。         | 3 | ○ | ○ | ○ | ・ノート提出<br>・授業への取組 |
|             | 2  | 定期考査  |  |   | ○ | ○ |   |                   |
|             | 3  | まとめ   |  | 1 |   |   | ○ |                   |

計 35 時間 (50 分授業)

### 3 評価規準と評価方法

|       |   |   |   |
|-------|---|---|---|
|       | 評価は次の観点から行います。  |   |   |
|       | 知識・技能   | 思考・判断・表現  | 主体的に学習に取り組む態度   |
| 評価の観点 | 個人の生活や社会生活の健康や安全について、課題解決に役立つ知識を理解し身につけている。                         | 自分のこれまでの体験や資料などを元に、学習課題の設定や解決の方法を考え判断している。<br>応急手当等の技能が身につけている。     | 健康を維持するために必要なことについて関心を持っている。  |
| 評価方法  | 以上の観点を踏まえ、<br>・授業に対する意欲、関心、態度と出席状況、定期考査および課題提出状況<br><br>などから、評価します。 | 以上の観点を踏まえ、<br>・授業に対する意欲、関心、態度と出席状況、定期考査および課題提出状況<br><br>などから、評価します。 | 以上の観点を踏まえ、<br>・授業に対する意欲、関心、態度と出席状況、定期考査および課題提出状況<br><br>などから、評価します。 |

#### 4 課題・提出物等

年間を通して3回の定期考査を行います。この考査では学習内容への理解度を評価します。  
また、学習ノートの提出状況、毎時間の授業に臨む意欲、関心、態度などの取り組み姿勢を評価していきます。

#### 5 担当者からの一言

週に1回しかない授業ですので欠席、遅刻がないように注意してください。また、2年生は実社会に出て必要となる知識が凝縮しています。特に、環境問題などは、他教科で学んだことを理解した上で学んでいくと理解が深まるでしょう。

自分の家庭生活などを振り返りながら学習し、意義あるものにしてください。

（担当：体育科）