

# 保健体育シラバス 高校2年

## 1. 学習の到達目標と評価の観点

|            | 単位数   | 学科・学年・学級 | 使用教科書と補助教材      |
|------------|---|----------|-----------------|
| (科目)<br>体育 | 2単位   | 第2学年     | ・ワンダフルスポーツ(新学社) |
| 学習の到達目標    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・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、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。</li> <li>・課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。</li> <li>・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、参画するなどの意欲を育てる。</li> <li>・健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動親しむ態度を養う。</li> </ul> |          |                 |
| 評価の観点      | <p>主体的に取り組むとともに、自己の課題・グループ内における課題を発見し、解決に向けた適切なプロセスを行える。<br/>フェアなプレイを大切にすること、一人一人の違いに応じたプレイを大切にできる。<br/>作戦や状況に応じた技能で仲間と連携したゲームを展開できる。<br/>健康・安全を確保できる。<br/>＜主体性・多様性・協働性＞</p>  |          |                 |
|            | <p>自分の技能の習得状況を判断し、学習すべき課題を設定できる。<br/>課題解決に向けた練習方法を工夫している。<br/>互いに助言しあって学習できる。<br/>学習の成果を判断し、あらたな課題設定をすることができる。<br/>チームの課題を見つけ、解決に向け、計画的に学習している。<br/>＜思考力・判断力・表現力＞</p>   |          |                 |
|            | <p>それぞれのルールを理解し、マナーを守りながら、よりよいパフォーマンスができるよう努力と工夫をしている。<br/>重要用語および関連事項を理解しようとしている。<br/>状況に応じた身体活動ができる。<br/>＜知識・技能＞</p>  |          |                 |

### 【点数化が難しい課題については、観点別評価とする。】

- A：「十分満足できる」状況と判断されるもの・・・100%  
 B：「おおむね満足できる」状況と判断されるもの・・・80%  
 C：「努力を要する」状況と判断されるもの・・・60%  
 D：未提出、未実施・・・0%

## 2. 学習計画及び評価方法等

| 学期      | 単元           | 学習のねらい  | 学習のポイント、使用教材等  |
|---------|--------------|---|--|
| 1<br>学期 | 体カテスト        | <ul style="list-style-type: none"> <li>体カテストの正しい計測方法を理解し、皆で協力して安全に気を配りながら、公正な計測ができるようになる。</li> </ul>  | <教材・用具> <ul style="list-style-type: none"> <li>ストップウォッチ</li> <li>握力計</li> <li>長座体前屈計測器</li> <li>メジャー</li> <li>ハンドボール</li> <li>マット</li> </ul>   |
|         | 体育祭種目練習      | <ul style="list-style-type: none"> <li>体育祭種目である大縄跳び・台風の目・全員リレーのルールを理解し、皆で協力しながらタイムアップを目指す。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>各種目のタイムを縮めるにはどうすれば良いか積極的に意見を出し、共有する。</li> </ul>   |
|         | ボール運動（週1時間）  | <ul style="list-style-type: none"> <li>基本技術の習得と個人の技術レベルを考慮した演技を組み立て音楽に合わせて踊ることができるようになる。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>ボールの扱い方に慣れ、スピーディーにボールを運べるようにする。</li> <li>なめらかに振りをつなげて踊れるようにする。</li> </ul> <教材・用具> <ul style="list-style-type: none"> <li>ボール(バレーボール)</li> <li>音楽</li> </ul> |
|         | バレーボール（週1時間） | <ul style="list-style-type: none"> <li>バレーボールの基本技能の中でも、パスを集中的に練習し、仲間とパスをつなげられるようになる。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>オーバーハンドパス、アンダーハンドパス、ワンハンドパスの技能習得を目指す。</li> </ul> <教材・用具> <ul style="list-style-type: none"> <li>バレーボール</li> </ul>   |
| 2<br>学期 | バレーボール（週1時間） | <ul style="list-style-type: none"> <li>バレーボールのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識をもつことができる。仲間と一緒にボールをつなぎバレーボールの楽しさを仲間と共有できるようになる。</li> <li>パス・スパイク・サーブ</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>円陣パスなどの練習で、アンダーハンドパス、オーバーハンドパスの使い分けができるようにし、声を掛け合い、ボールを落とさずパスをつなぎ意識を持つことができるようにする。</li> <li>ルールの理解とゲーム進行について皆が理解し、審判</li> </ul>                             |

|  |   |  |
|--|---|--|
|  | <p>などの基本技術を身につけ、試合において組み立てられるようにする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 攻防などの自己や仲間の課題を発見し、解決に向けた取り組みを工夫し、互いに助け合い教え合うことができるようにする。</li> <li>・ バレーボールに自主的に取り組むとともに、作戦の話し合いなどに貢献し、フェアプレーを大切にする態度を養う。</li> <li>・ バレーボールのネットを安全に正しく張り、健康・安全に留意し練習や、ゲームができるようになる。</li> </ul> <p>・ ダンス (週 1 時間)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 2 年生 2 学期から 3 年生 1 学期(6 月)までの期間、体育祭演技種目のためのダンス創作を行う。</li> <li>・ テーマに合った動きを、からだの柔軟性や、力強さ、動きの速さなど、さまざまに織り交ぜて表現することができる。</li> <li>・ 自己表現の楽しさや面白さを味わうことで他者に思いやりのある伝え方ができるようになる。</li> <li>・ 表現などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫できるようにする。</li> <li>・ 創作活動や発表を通じて、一人一人考え方や受け取り方が違うということを理解できるようになる。</li> </ul> | <p>を含めてゲーム運営をスムーズに行えるようにする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ チームごとのバレーボールノートで、毎回の試合を振り返りチームの課題解決を目指す。</li> <li>・ ルールの理解とゲーム進行について皆が理解し、審判を含めてゲーム運営をスムーズに行えるようにする。</li> </ul> <p>&lt;教材・用具&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ボール</li> <li>・ バレーボール用ネット</li> <li>・ 支柱</li> <li>・ 得点板</li> <li>・ ストップウォッチ</li> <li>・ 電子ホイッスル</li> <li>・ グループノート</li> </ul> |
|--|---|--|

|  |              |   |   |
|--|--------------|---|---|
| 3<br>学<br>期  | ダンス（週1時間）    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・2年生3学期から3年生1学期(6月)までの期間、体育祭演技種目のためのダンス創作を行う。</li> <li>・テーマに合った動きを、からだの柔軟性や、力強さ、動きの速さなど、さまざまに織り交ぜて表現することができる。</li> <li>・自己表現の楽しさや面白さを味わうことで他者に思いやりのある伝え方ができるようになる。</li> <li>・表現などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫できるようにする。</li> <li>・創作活動や発表を通じて、一人一人考え方や受け取り方が違うということを理解できるようになる。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・恥ずかしがらずに堂々と表現する。</li> <li>・どのように表現したら見ている人に伝わるかを意識しながら作品を創る。</li> </ul> <p>&lt;教材・用具&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・デッキ</li> <li>・音源</li> <li>・鏡</li> <li>・iPad</li> </ul> |
|  | インディアカ（週1時間） | <ul style="list-style-type: none"> <li>・生涯スポーツの1つであるインディアカを通して、スポーツを生涯続けていくためのきっかけを作れるようにする。</li> <li>・ルールを理解と基本技能の習得を目指す。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・アンダートス、オーバートスの技能習得をして、ラリーができるようにする。</li> </ul> <p>&lt;教材・用具&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・インディアカボール</li> <li>・バトミントン用ネット</li> </ul>                                       |
| <b>評価の観点及び内容</b>   |              | <b>評価方法（具体例）</b>  |   |
| <p>主体的に取り組むとともに、自己の課題・グループ内における課題を発見し、解決に向けた適切なプロセスを行える。</p> <p>フェアなプレイを大切にすること、一人一人の違いに応じたプレイを大切にできる。</p> <p>作戦や状況に応じた技能で仲間と連携したゲームを展開できる。</p> <p>健康・安全を確保できる。</p> <p>&lt;主体性・多様性・協働性&gt;</p> |              | <p>ルーブリック評価表を提示し、自他評価(10%)</p>  |   |
| <p>自分の技能の習得状況を判断し、学習すべき課題を設定できる。</p> <p>課題解決に向けた練習方法を工夫している。</p> <p>互いに助言しあって学習できる。</p> <p>学習の成果を判断し、あらたな課題設定をすることができる。</p> <p>チームの課題を見つけ、解決に向け、計画的に学習している。</p>                                |              | <p>グループノートの提出またはルーブリック評価表を元に自他評価(10%)</p>   |   |

|   |                              |
|---|------------------------------|
| <p>&lt;思考力・判断力・表現力&gt;</p>  |                              |
| <p>それぞれのルールを理解し、マナーを守りながら、よりよいパフォーマンスができるよう努力と工夫をしている。<br/>         重要用語および関連事項を理解しようとしている。<br/>         状況に応じた身体活動ができる。</p> <p>&lt;知識・技能&gt;</p> | <p>実技試験および活動内容の状況評価(80%)</p> |

**【観点別評価】**

<関心・意欲・態度>

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する。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について関心を持ち、意欲的に学習に取り組もうとする。丁寧に記録されている。

<思考・判断>

生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して自己や仲間の課題に応じた運動の取り組み方や健康の保持及び体力を高めるための運動の計画を工夫している。  
 また、個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断し、それらを表している。

<運動の技能>

運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。

<知識・理解>

運動の合理的、計画的な実践に関する具体的な事項及び生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するための理論について理解している。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。