

学年	教科	科目	教科書名	副教材名
高2	保健体育	体育	なし	なし

### 1. 授業のねらい

- 心と体を鍛えよう。
- 様々な運動に取り組むことで、生涯にわたって運動と親しみ豊かな生活を送ろうとする習慣を身につけよう。
- 安全面に注意をはかり、けがや病気をせず、健康に生活を送ることのできる習慣を身につけよう。

高校2年生の体育の授業では、さまざまな運動の実践を通して自分の能力に応じた課題を解決しながら、運動技能を高め、運動の楽しさや喜びを味わうことが大切です。そのことがすなわち、生涯にわたって計画的に運動に親しむことにつながり、体力の向上や健康の保持増進につながっていきます。そのためにも自ら運動に関心を持ち、意欲的に運動し、仲間と仲良く運動に親しみ、練習方法を考えたり工夫したりすることが大切です。

### 2. 授業のすすめ方

- 授業の展開は、担当教諭と各クラスの体育委員を中心に進めていきます。
- 授業のはじめに本時の内容と進め方を説明します。内容をよく理解し、担当教諭、体育委員の指示に従ってスムーズに授業が進められるようにしてください。
- 授業場所の割り振り、学校行事、天候によって計画された種目ができない場合があります。
- タブレット端末を用いて動作の撮影をし、自分自身の動作を客観的に見ることで技術の向上を目指します。また撮影した画像・動画などをもとに、生徒同士で技術習得のための助言を行います。

### 3. 学習上の留意点

- 安全の確保・けがの防止のためにしっかりと準備体操、補強運動に取り組みましょう。睡眠不足、朝食を食べてこないために起こる集中力の低下等もけがの原因となります。
- 安全に授業に取り組む態度を心がけましょう。授業中に起こる事故やけがは人為的なものも少なくありません。常に安全に対する配慮を忘れずに用具を正しく使用し、ルールやマナーを守って事故やけがのない授業を目指しましょう。また、服装、体育館シューズ等は学校指定のものを着用し、衛生面にも気を配りましょう。
- タブレット端末の管理を徹底しましょう。撮影した画像・動画などの流用を絶対にしないでください。

### 4. 副教材・参考文献

○なし

### 5. 評価方法

#### (1) 技術点(100点)の内訳

- 「男子」 実技授業(水泳・サッカー・長距離走)を学期ごとに評価する。
- 「女子」 実技授業(水泳・バレーボール・長距離走)を学期ごとに評価する。

#### (2) 平常点の内訳

- 「男女共通」 授業への取り組み・意欲・関心・態度・服装・出欠席・見学。
- 技術点と平常点を8:2の割合にし、100点換算する。

#### (3) 観点別評価

定期考査、平常点等を基に「知識・技能」、「思考・判断・表現」、「主体的に学習に取り組む態度」の3観点について学年末に評価します。

### 6. 定期考査

- (1) 実技テストの内容は授業の始めに説明します、授業の中でその課題を意識して取り組んでください。  
テスト実施日は担当者から連絡します。
- (2) 何らかの理由により実技テストが受けられない場合はレポートを課すことがあります。

指導計画

期	月	単元名・学習項目	評価方法	到達目標
一    学    期	四月	○集団行動		
	五月	○水泳 ・より長く、早く泳ぐ方法を習得する。	○水泳 ・平泳ぎ 50m	○水泳 ・より早く泳ぐための正しい泳法を習得し、スタートやターンが正確にできる。 ・競泳のルールや競技方法を理解する。
	六月			
	七月			
二    学    期	九月	○【男子】サッカー ・基本動作や技術練習により、個人技能を高める。	○【男子】サッカー ・ドリブル ・ドリブルシュート ・ゲーム	○【男子】サッカー ・基本技術・ルールを理解する。 3年次への導入。
	十月	【女子】バレーボール ・基本技術の練習からラリーが続くようにする。	【女子】バレーボール ・サーブ ・レシーブ ・アタック	【女子】バレーボール ・サーブ・レシーブ・アタックの練習から、技術を理解しゲームを行えるようにする。
	十一月	○体育祭		
	十二月			
三   学   期	一月	○陸上競技（長距離走） ・技術練習を行い、記録を高める。	○マラソン大会 【男子】6Km 【女子】4Km	○陸上競技 ・1年次の記録を更新する。
	二月			
	三月			

※シラバスの内容（時間や事項）については、理解度やその他の都合により省略や前後することもありうる。