

令和5年度 保健体育科(体育) 第2学年 シラバス

期	月・週	単元名	単元の目標	時間	観点別学習状況の評価規準					評価方法				
					知・技＝知識及び技能 思＝思考・判断・表現 主＝主体的に学習に取り組む態度					定期テスト	実技テスト	ワークシート	記録・観察	自己評価
1	4	ダンス (フォークダンス)	自己の能力に適した課題をもって次の運動を行い、感じをこめて踊ったり、みんなで楽しく踊ったりすることができるようにする。	10	知・技	ダンスの特性や学び方、歴史を理解するとともに、発表の仕方や鑑賞の仕方を理解し、知識を身につけている。 自分の感じ方や工夫を率直に表現し、感じをこめて踊ったり、みんなでかわりをもって踊ったりすることができる。		○						
					思	グループの課題や自分の能力に適した課題の解決を目指して、練習の仕方を工夫している。						○		
					主	ダンスの特性に関心をもち、楽しさや喜びを味わえるように進んで取り組もうとする。						○	○	
	5	体づくり運動① (新体力テストの測定を含む)	自己の体に関心をもち、自己の体力や生活に応じた課題をもって次の運動を行い、体ほぐしをしたり、体力を高めたりすることができるようにする。	4	知・技	体づくり運動の必要性や運動の行い方、心身への効果を理解するとともに、課題に応じた体づくり運動の構成の仕方を理解し、知識を身につけている。 自分の体力や生活に応じて、体力を合理的に高めるための運動ができる。	○	○						
					思	自分の体力や生活に応じて、体ほぐしの行い方と体力の高め方を工夫している。	○		○	○				
					主	体づくり運動に対する関心や意欲をもって、互いに協力して運動をしようとする。また、健康や安全に留意して運動をしようとする。				○	○	○		
	6	陸上競技① (リレー)	自己の能力に適した課題をもって次の運動を行い、その技能を高め、競技したり、記録を高めたりすることができるようにする。	5	知・技	選択した陸上競技種目の特性や学び方、技術の構造、合理的な練習の仕方などを理解するとともに、競技や審判の仕方を理解し、知識を身につけている。 選択した陸上競技種目の特性に応じた技能を身につけるとともに、その技能を高め、競技したり記録を高めたりすることができる。	○	○						
					思	自分の能力に適した課題をもち、その解決を目指して、練習の仕方や競技の仕方を工夫している。	○			○	○			
					主	陸上競技の特性に関心をもち、楽しさや喜びを味わえるように進んで取り組もうとする。					○	○	○	
	6	体づくり運動② (集団行動・体育大会の練習を含む)	自己の体に関心をもち、自己の体力や生活に応じた課題をもって次の運動を行い、体ほぐしをしたり、体力を高めたりすることができるようにする。	8	知・技	体づくり運動の必要性や運動の行い方、心身への効果を理解するとともに、課題に応じた体づくり運動の構成の仕方を理解し、知識を身につけている。								
					思	自分の体力や生活に応じて、体ほぐしの行い方と体力の高め方を工夫している。					○			
					主	体づくり運動に対する関心や意欲をもって、互いに協力して運動をしようとする。また、健康や安全に留意して運動をしようとする。						○		
	7	球技① (バレーボール)	チームの課題や自己の能力に適した課題をもって次の運動を行い、その技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができるようにする。	10	知・技	選択した球技種目の特性や学び方、技術の構造、合理的な練習の仕方を理解するとともに、競技や審判の仕方を理解し、知識を身につけている。 選択した球技種目の特性に応じた技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができる。	○	○						
					思	チームの課題や、自分の能力に適した課題の解決を目指して、ルールを工夫したり作戦を立てたりして、練習の仕方やゲームの仕方を工夫している。	○			○	○			
					主	球技の特性に関心をもち、楽しさや喜びを味わえるように進んで取り組もうとする。						○	○	○
7	水泳	水泳の事故防止に関する心得を守り、健康・安全に留意して水泳ができるようにする。	1	知・技	水泳の事故防止の心得を実践的行動に結びつけて理解し、知識を身につけている。									
				思										
				主	水泳の事故防止に関する心得を守り、健康・安全に留意して水泳をしようとする。							○		
2	9	文化としてのスポーツの意義	文化としてのスポーツの意義について理解できるようにする。	3	知・技	文化としてのスポーツの意義について理解できるようにする。	○	○						
					思	文化としてのスポーツの意義について、学習した知識を活用したり応用したりすることができるようにする。	○			○	○			
					主	文化としてのスポーツの意義について、課題を解決するための活動などを通して、学習に主体的に取り組むことができるようにする。					○	○	○	
	10	器械運動① (マット運動)	自己の能力に適した課題をもって次の運動を行い、その技能を高め、技がよりよくできるようにする。	8	知・技	器械運動の特性や学び方、技術の構造を理解するとともに、練習の仕方や技のできばえの確かめ方を理解し、知識を身につけている。 器械運動の特性に応じた技能を身につけるとともに、その技能を高めて運動することができる。	○	○						
					思	自分の能力に適した技を習得するための練習の仕方を工夫している。	○			○	○			
					主	器械運動の特性に関心をもち、楽しさや喜びを味わえるように進んで取り組もうとする。						○	○	○
	11	武道 (柔道)	次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、基本動作や基本となる技ができるようにする。	6	知・技	選択した武道種目の特性や学び方、技術の構造、合理的な練習の仕方を理解するとともに、試合や審判の仕方を理解し、知識を身につけている。 選択した武道種目の特性に応じた礼儀・作法を身につける。	○	○						
					思	自分の課題や、自分の能力に適した課題の解決を目指して、ルールを工夫したり作戦を立てたりして、練習の仕方や試合の仕方を工夫している。	○			○	○			
					主	柔道の特性に関心をもち、楽しさや喜びを味わえるように進んで取り組もうとする。						○	○	○
	12	陸上競技② (ハードル走・走り幅跳び)	自己の能力に適した課題をもって次の運動を行い、その技能を高め、競技したり、記録を高めたりすることができるようにする。	8	知・技	選択した陸上競技種目の特性や学び方、技術の構造、合理的な練習の仕方などを理解するとともに、競技や審判の仕方を理解し、知識を身につけている。 選択した陸上競技種目の特性に応じた技能を身につけるとともに、その技能を高め、競技したり記録を高めたりすることができる。	○	○						
					思	自分の能力に適した課題をもち、その解決を目指して、練習の仕方や競技の仕方を工夫している。	○			○	○			
					主	陸上競技の特性に関心をもち、楽しさや喜びを味わえるように進んで取り組もうとする。							○	○

3	1	球技② (ソフトボール)	チームの課題や自己の能力に適した課題をもって次の運動を行い、その技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができるようになる。	10	知・技 思 主	選択した球技種目の特性や学び方、技術の構造、合理的な練習の仕方を理解するとともに、競技や審判の仕方を理解し、知識を身につけている。選択した球技種目の特性に応じた技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができる。	○	○					
		陸上競技③ (長距離走)	自己の能力に適した課題をもって次の運動を行い、その技能を高め、競技したり、記録を高めたりすることができるようにする。	6	知・技	選択した陸上競技種目の特性や学び方、技術の構造、合理的な練習の仕方などを理解するとともに、競技や審判の仕方を理解し、知識を身につけている。選択した陸上競技種目の特性に応じた技能を身につけるとともに、その技能を高め、競技したり記録を高めたりすることができる。	○	○					
					思 主	自分の能力に適した課題をもち、その解決を目指して、練習の仕方や競技の仕方を工夫している。 陸上競技の特性に関心を持ち、楽しさや喜びが味わえるように進んで取り組もうとする。	○	○	○	○	○		
	3	球技③ (サッカー)	チームの課題や自己の能力に適した課題をもって次の運動を行い、その技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができるようにする。	10	知・技	選択した球技種目の特性や学び方、技術の構造、合理的な練習の仕方を理解するとともに、競技や審判の仕方を理解し、知識を身につけている。選択した球技種目の特性に応じた技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができる。	○	○					
					思 主	チームの課題や、自分の能力に適した課題の解決を目指して、ルールを工夫したり作戦を立てたりして、練習の仕方やゲームの仕方を工夫している。 球技の特性に関心を持ち、楽しさや喜びが味わえるように進んで取り組もうとする。	○	○	○	○	○		
総時数				89									

令和5年度 保健体育科(保健) 第2学年 シラバス

1	7	傷害の防止	・自然災害や交通事故などによる傷害は人的要因や環境要因などがかわって発生すること、また、傷害の多くは安全な行動、環境の改善によって防止できることを理解させる。	4	知・技	自然災害や交通事故などによる傷害の発生要因や防止対策について把握している。また、応急手当の意義と方法について、実践に基づいて把握している。	○					
		傷害の防止	・迅速かつ適切な応急手当は傷害の悪化を防止することができることを理解させる。		思	傷害の防止について、自分の経験や地域の生活等を振り返り、課題を見つけ、文献の収集や資料分析などを通して、その解決の方法を選んでいる。また、状況に応じた応急手当の方法を見つけている。			○	○		
					主	傷害の防止について、資料を見たり、自分の日常生活を振り返ったりしながら、課題を見つけようとしたり、その解決方法を調べようとしたりする。また、応急手当の実習に取り組もうとする。			○	○	○	
2	11	健康な生活と病気の予防	健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた食事、運動、休養・睡眠の調和のとれた生活が必要であり、生活習慣の乱れは健康を損なう原因となることを理解させる。	4	知・技	自然災害や交通事故などによる傷害の発生要因や防止対策について把握している。また、応急手当の意義と方法について、実践に基づいて把握し、適切に行うことができる。	○	○				
		健康な生活と病気の予防	・喫煙・飲酒・薬物乱用などの行為は心身にさまざまな影響を与え、健康を損なう原因となること、そのような行為に誘われたときには適切に対処する必要があることを理解させる。		思	健康の保持増進のために必要な生活行動や病気の予防について、自分の知識や日常生活等を振り返り、課題を見つけたり、文献の収集や資料分析などを通して、その解決の方法を選んだりしている。			○	○		
					主	健康の保持増進のために必要な生活行動や病気の予防について、自分の日常生活を振り返りながら、課題を見つけようとしたり、その解決方法を調べようとしたりする。			○	○	○	
3	1	健康な生活と病気の予防	・喫煙・飲酒・薬物乱用などの行為は心身にさまざまな影響を与え、健康を損なう原因となること、そのような行為に誘われたときには適切に対処する必要があることを理解させる。	4	知・技	健康の保持増進にかかわる生活習慣や喫煙、飲酒、薬物乱用の影響、および感染症などについて、科学的に理解し、日常生活の課題解決に役立つ知識を身につけている。	○					
		健康な生活と病気の予防	・喫煙・飲酒・薬物乱用などの行為は心身にさまざまな影響を与え、健康を損なう原因となること、そのような行為に誘われたときには適切に対処する必要があることを理解させる。		思	健康の保持増進のために必要な生活行動や病気の予防について、自分の知識や日常生活等を振り返り、課題を見つけたり、文献の収集や資料分析などを通して、その解決の方法を選んだりしている。			○	○		
					主	健康の保持増進のために必要な生活行動や病気の予防について、自分の日常生活を振り返りながら、課題を見つけようとしたり、その解決方法を調べようとしたりする。			○	○	○	
総時数				16								