

令和8年度 シラバス

教 科	保健体育	科 目	体 育	学 年	第1学年	学 科 類 型	商業科・普通科
単位数	3単位	教科書	現代高等保健体育（大修館書店）				
副教材							

学習目標	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うことができるようにし、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ます。
------	---

キャリア教育の視点	「体育」は、運動に対する主体的な取り組みを促すことによって、学校の教育活動全体に運動を積極的に取り入れます。卒業後においても、実生活、実社会の中などで継続的なスポーツライフを営むことができる力を養います。
-----------	--

学習計画及び内容				考 査
1 学 期	4 月	体づくり運動	ラジオ体操、補強運動や集団走を正確に身に付けます。 体ほぐしの運動を通し、仲間と積極的に交流します。	
	5 月	球技Ⅰ	バレーボール、ソフトボール、テニス、卓球の中から選択し活動します。	
	6 月	水泳	安全に留意する態度を養うとともに自らの体力に応じて各泳法を習得します。	
	7 月	体育理論	スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴を学びます。	
2 学 期	8 月	ダンス	運動会集団演技の練習を行う中で、体力を高め、集団の中での協調性を養います。	
	9 月	球技Ⅱ	バスケットボール、ハンドボール、サッカー、テニスの中から選択し活動します。	
	10 月			
	11 月			
	12 月	体育理論	スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴を学びます。	
3 学 期	1 月	陸上競技	長距離走を行うことにより、体力を高め、自己の可能性に挑戦する楽しさを味わいます。	
	2 月	球技Ⅱ	バスケットボール、ハンドボール、サッカー、テニスの中から選択し活動します。	
	3 月	体育理論	スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴を学びます。	

学習の方法	「ラジオ体操」や「集団走」などみんなで一生懸命に授業に取り組むことを大切に、授業を行います。北高生として、授業に真面目に取り組む姿勢が大切です。 運動技能の基礎・基本を確実に学習し、仲間とともに体を動かす楽しさと喜びを味わい、自らの体力に応じて、自分の可能性に挑戦していきます。
-------	--

評価の仕方	定期考査は行いません。 各種目や内容について、運動の技能だけでなく、授業に対する知識・技能や思考・判断・表現や主体的に学習に取り組む態度も考慮し評価します。
-------	---

備考	
----	--