

令和3年度 学習の手引き(シラバス)

科目名	体育①	単位数	2単位
-----	-----	-----	-----

1 教科書・副教材

アクティブスポーツ (大修館書店)

2 科目の目標

- ・多くの種目の特性を学び、基礎的な技能の習得を目指す。
- ・基礎体力をつける。
- ・仲間と協力して、活動できるようにする。

3 学習の計画

		学 習 の 内 容	考査範囲	時数(予定)
前 期	4月	A体づくり運動 新体力テスト	各種スポーツのルール など	16
		C陸上競技 ア) 競走 長距離走		
	5月	E球技 イ) ネット型 バレーボール ウ) ベースボール型 ソフトボール		
		6月 球技選択 I イ) ネット型 バレーボール バドミントン 卓球		
	7月	H体育理論		
	8月	E球技 イ) ネット型 バレーボール バドミントン ウ) ベースボール型 ソフトボール		
9月				
後 期	10月	C陸上競技 ア) 競走 長距離走	体育理論の まとめ	16
		球技選択 I ア) ゴール型 バasketボール イ) ネット型 バドミントン、テニス		
	11月	E球技 ア) ゴール型 サッカー ウ) ベースボール型 ソフトボール		
		12月 H体育理論		
	1月	E球技 ア) ゴール型 バasketボール フットサル イ) ネット型 バドミントン、卓球		
	2月	H体育理論		
	3月			

4 評価の方法

- ・主体的に運動に取り組む態度
- ・運動の知識・技能・思考・判断・表現
- ・運動の知識・思考・判断については年2回、ペーパーテストも実施する。
- ・出席・活動の状況

5 学習にあたっての注意とアドバイス

- ※ 身体を動かして、運動の楽しさを味わう。
- ・学校指定の体育館シューズ・ジャージを着用して、授業に参加する。
- ・安全に配慮した行動をとる。

令和3年度 学習の手引き(シラバス)

科目名	体育②	単位数	2単位
-----	-----	-----	-----

1 教科書・副教材

アクティブスポーツ (大修館書店)

2 科目の目標

- ・多くの種目の特性を学び、基礎的な技能の習得を目指す。
- ・基礎体力をつける。
- ・仲間と協力して、活動できるようにする。

3 学習の計画

		学 習 の 内 容	考査範囲	時数(予定)
前 期	4月	A体づくり運動 新体力テスト	各種スポーツのルールなど	16
		C陸上競技 ア) 競走 長距離走		
	5月	E球技 イ) ネット型 バレーボール ウ) ベースボール型 ソフトボール		
		球技選択 I イ) ネット型 バレーボール バドミントン 卓球		
	7月	H体育理論		
	8月	E球技 イ) ネット型 バレーボール バドミントン ウ) ベースボール型 ソフトボール		
9月				
後 期	10月	C陸上競技 ア) 競走 長距離走	体育理論のまとめ	16
		球技選択 I ア) ゴール型 バasketボール イ) ネット型 バドミントン、テニス		
	11月	E球技 ア) ゴール型 サッカー ウ) ベースボール型 ソフトボール		
		H体育理論		
	12月	E球技 ア) ゴール型 バasketボール フットサル イ) ネット型 バドミントン、卓球		
	1月	H体育理論		
	2月			
3月				

4 評価の方法

- ・主体的に運動に取り組む態度
- ・運動の知識・技能・思考・判断・表現
- ・運動の知識・思考・判断については年2回、ペーパーテストも実施する。
- ・出席・活動の状況

5 学習にあたっての注意とアドバイス

- ※ 身体を動かして、運動の楽しさを味わう。
- ・学校指定の体育館シューズ・ジャージを着用して、授業に参加する。
- ・安全に配慮した行動をとる。

令和3年度 学習の手引き(シラバス)

科目名	体育③	単位数	2単位
-----	-----	-----	-----

1 教科書・副教材

なし

2 科目の目標

<ul style="list-style-type: none"> ・多くの種目の特性を学び、基礎的な技能の習得を目指す。 ・基礎体力をつける。 ・仲間と協力して、活動できるようにする。

3 学習の計画

		学 習 の 内 容	考査範囲	時数(予定)	
前 期	4月	A体づくり運動 新体力テスト	各種スポーツのルールなど	16	
		C陸上競技 ア) 競走 長距離走			
	5月	E球技 イ) ネット型 バレーボール ウ) ベースボール型 ソフトボール			
		6月 球技選択 I イ) ネット型 バレーボール バドミントン 卓球			
	7月	H体育理論			12
	8月	E球技 イ) ネット型 バレーボール バドミントン ウ) ベースボール型 ソフトボール			
9月					
後 期	10月	C陸上競技 ア) 競走 長距離走	体育理論のまとめ	16	
		球技選択 I ア) ゴール型 バasketボール イ) ネット型 バドミントン、テニス			
	11月	E球技 ア) ゴール型 サッカー ウ) ベースボール型 ソフトボール			
		12月 H体育理論			
	1月	E球技 ア) ゴール型 バasketボール フットサル イ) ネット型 バドミントン、卓球			
	2月	H体育理論			
	3月				

4 評価の方法

<ul style="list-style-type: none"> ・主体的に運動に取り組む態度 ・運動の知識・技能・思考・判断・表現 ・運動の知識・思考・判断については年2回、ペーパーテストも実施する。 ・出席・活動の状況

5 学習にあたっての注意とアドバイス

<ul style="list-style-type: none"> ※ 身体を動かして、運動の楽しさを味わう。 ・学校指定の体育館シューズ・ジャージを着用して、授業に参加する。 ・安全に配慮した行動をとる。

令和3年度 学習の手引き(シラバス)

科目名	体育④	単位数	2単位
-----	-----	-----	-----

1 教科書・副教材

なし

2 科目の目標

<ul style="list-style-type: none"> ・多くの種目の特性を学び、基礎的な技能の習得を目指す。 ・基礎体力をつける。 ・仲間と協力して、活動できるようにする。

3 学習の計画

		学 習 の 内 容	考 査 範 囲	時 数 (予 定)
前 期	4月	A体づくり運動 新体力テスト	各種スポーツのルールなど	16
		C陸上競技 ア) 競走 長距離走		
	5月	E球技 イ) ネット型 バレーボール ウ) ベースボール型 ソフトボール		
		6月 球技選択 I イ) ネット型 バレーボール バドミントン 卓球		
	7月	H体育理論		
	8月	E球技 イ) ネット型 バレーボール バドミントン ウ) ベースボール型 ソフトボール		
9月				
後 期	10月	C陸上競技 ア) 競走 長距離走	体育理論のまとめ	16
		球技選択 I ア) ゴール型 バasketボール イ) ネット型 バドミントン、テニス		
	11月	E球技 ア) ゴール型 サッカー ウ) ベースボール型 ソフトボール		
		12月 H体育理論		
	1月	E球技 ア) ゴール型 バasketボール フットサル イ) ネット型 バドミントン、卓球		
	2月	H体育理論		
	3月			

4 評価の方法

<ul style="list-style-type: none"> ・主体的に運動に取り組む態度 ・運動の知識・技能・思考・判断・表現 ・運動の知識・思考・判断については年2回、ペーパーテストも実施する。 ・出席・活動の状況

5 学習にあたっての注意とアドバイス

<ul style="list-style-type: none"> ※ 身体を動かして、運動の楽しさを味わう。 ・学校指定の体育館シューズ・ジャージを着用して、授業に参加する。 ・安全に配慮した行動をとる。

令和3年度 学習の手引き(シラバス)

科目名	体育⑤	単位数	2単位
-----	-----	-----	-----

1 教科書・副教材

なし

2 科目の目標

<ul style="list-style-type: none"> ・球技を中心とした多くの種目の特性を学び、かつニュースポーツも実施し、技能の習得を目指す。 ・基礎体力をつける。・仲間と協力して、活動できるようにする。

3 学習の計画

		学 習 の 内 容	考査範囲	時数(予定)
前 期	4月	A体づくり運動 ア) 競走 長距離走 C陸上競技 駅伝		10
	5月			
	6月	球技選択 I ア) ゴール型 サッカー イ) ネット型 バレーボール ウ) ベースボール型 ソフトボール		16
	7月			
	8月	ニュースポーツ ターゲットバードゴルフ アルティメット ドッチビー		12
9月				
後 期	10月	C陸上競技 ア) 競走 長距離走		18
	11月	球技選択 II ア) ゴール型 サッカー イ) ネット型 ソフトテニス ウ) ベースボール型 ソフトボール		
	12月	ニュースポーツ アルティメット フライングディスクゴルフ ユニホック フロアホッケー		20
	1月			
	2月	E球技 ア) ゴール型 バasketボール フットサル イ) ネット型 卓球 バドミントン		
3月				

4 評価の方法

<ul style="list-style-type: none"> ・主体的に運動に取り組む態度 ・運動の知識・技能・思考・判断・表現 ・運動の知識・思考・判断については年2回、ペーパーテストも実施する。 ・出席・活動の状況

5 学習にあたっての注意とアドバイス

<ul style="list-style-type: none"> ※ 身体を動かして、運動の楽しさを味わう。 ・学校指定の体育館シューズ・ジャージを着用して、授業に参加する。 ・安全に配慮した行動をとる。

令和3年度 学習の手引き(シラバス)

科目名	ニュースポーツ	単位数	2単位
-----	---------	-----	-----

1 教科書・副教材

なし

2 科目の目標

・球技系のニュースポーツ、体育①～④を踏襲した種目および体づくり運動など総合的なスポーツ実践を行い、技能の習得と体力の向上を図ると共に課題研究にも取り組み、スポーツリーダーとしての資質向上を目指す。・仲間と協力して、活動できるようにする。

3 学習の計画

		学 習 の 内 容	考査範囲	時数(予定)
前 期	4月	A体づくり運動 ア) 競走 長距離走 C陸上競技 駅伝		10
	5月			
	6月	球技選択 I ア) ゴール型 サッカー イ) ネット型 バレーボール ウ) ベースボール型 ソフトボール		16
	7月			
	8月	ニュースポーツ ターゲットバードゴルフ アルティメット ドッチビー		12
9月				
後 期	10月	C陸上競技 ア) 競走 長距離走		18
	11月	球技選択 II ア) ゴール型 サッカー イ) ネット型 ソフトテニス ウ) ベースボール型 ソフトボール		
	12月	ニュースポーツ アルティメット フライングディスクゴルフ ユニホック フロアホッケー		20
	1月			
	2月	E球技 ア) ゴール型 バasketボール フットサル イ) ネット型 卓球 バドミントン		
3月				

4 評価の方法

・主体的に運動に取り組む態度
 ・運動の知識・技能・思考・判断・表現
 ・運動の知識・思考・判断については年2回、ペーパーテストも実施する。
 ・課題研究としてのレポート作成と発表
 ・出席・活動の状況

5 学習にあたっての注意とアドバイス

※ ・身体を動かして、運動の楽しさを味わう。
 ・学校指定の体育館シューズ・ジャージを着用して、授業に参加する。
 ・安全に配慮した行動をとる。

令和3年度 学習の手引き(シラバス)

科目名	保健①	単位数	1単位
-----	-----	-----	-----

1 教科書・副教材

現代高等保健体育 (大修館書店) 現代高等保健体育ノート (大修館書店)

2 科目の目標

<ul style="list-style-type: none"> ・健康の大切さや心身の発育・発達などの理解を深める。 ・心の健康の保持増進に関する理解を図る。 ・健康的なライフスタイルを確立する。
--

3 学習の計画

		学 習 の 内 容	考 査 範 囲	時 数 (予 定)
前 期	4月	1. 現代社会と健康	①	6
	5月			
	6月	2. 生活習慣病とその予防 3. 食事と健康 4. 運動と健康 5. 休養・睡眠と健康	②	7
	7月			
	8月			
9月	6. 喫煙と健康 7. 飲酒と健康 8. 薬物乱用と健康 9. 応急手当の意義とその基本 10. 心肺蘇生法 11. 日常的な応急手当	③	7	
10月				
後 期	11月	12. 現代の感染症 13. 感染症の予防 14. 性感染症・エイズとその予防 15. 欲求と適応機制 16. 心身の相関とストレス 17. ストレスへの対処	④	11
	12月			
	1月	18. 心の健康と自己実現 19. 交通事故の現状と要因 20. 交通社会における運転者の資質と責任 21. 安全な交通社会づくり	⑤	8
	2月			
	3月			

4 評価の方法

<ul style="list-style-type: none"> ・主体的に取り組む態度 ・知識・技能・思考・判断・表現 ・ノート・プリント等の課題の達成度、定期考査の達成度 ・出席・活動の状況

5 学習にあたっての注意とアドバイス

※ <ul style="list-style-type: none"> ・遅刻・欠席をせずに、授業に参加すること。 ・ノートをしっかりととり、プリントを解くことにより、理解の定着を図る。
--

令和3年度 学習の手引き(シラバス)

科目名	保健②	単位数	1単位
-----	-----	-----	-----

1 教科書・副教材

現代高等保健体育 (大修館書店) 現代高等保健体育ノート (大修館書店)

2 科目の目標

<ul style="list-style-type: none"> ・健康の大切さや心身の発育・発達などの理解を深める。 ・心の健康の保持増進に関する理解を図る。 ・健康的なライフスタイルを確立する。
--

3 学習の計画

		学 習 の 内 容	考 査 範 囲	時 数 (予 定)
前 期	4月	2. 生涯を通じる健康	①	6
	5月			
	6月	2. 生涯を通じる健康	②	7
	7月			
	8月			
9月	3. 社会生活と健康	③	7	
10月				
11月				
12月				
1月				
後 期	2月	3. 社会生活と健康	④	11
	3月			
	4月			
後 期	5月	3. 社会生活と健康	⑤	8
	6月			
	7月			
	8月			
	9月			

4 評価の方法

<ul style="list-style-type: none"> ・主体的に取り組む態度 ・知識・技能・思考・判断・表現 ・ノート・プリント等の課題の達成度、定期考査の達成度 ・出席・活動の状況

5 学習にあたっての注意とアドバイス

※ <ul style="list-style-type: none"> ・遅刻・欠席をせずに、授業に参加すること。 ・ノートをしっかりととり、プリントを解くことにより、理解の定着を図る。
--