

令和3年度シラバス（保健体育）

学番 30 新潟県立中条高等学校

科目名	体育	単位数	3単位	学年(コース)	1学年（女子）
使用教科書	現代高等保健体育（大修館）			授業形態	必修
副教材等	なし				

1 学習目標（科目のねらい）

各種の運動の合理的な実践を通して、運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにするとともに、体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育て、生涯を通じて継続的に運動ができる資質や態度を育てる。

【重要点】

1. 各種の運動を積極的に行い、体力の向上と運動技能の獲得を目指す。
2. 気候、活動内容、活動場所を考えて、体育活動に適した服装を整え、健康・安全・衛生に留意した態度を育てる。

2 指導計画（時期、単元、学習内容、配当時間、考査等）

月	授業計画と授業の内容	時間	月	授業計画と授業の内容	時間
4	オリエンテーション・集団行動 学校体操・体づくり運動	6	10	バスケットボール	11
5	陸上競技（短距離・長距離走） スポーツテスト・体づくり運動	10	11	バレーボール	11
6	ソフトボール	11	12	バドミントン	11
7	テニス・体育理論	11	1	体育理論・体づくり運動	
8	2領域選択 ※以下の領域から1選択 1) 器械運動 2) 陸上競技	13	2	開講可能な室内競技を中心にアンケートを実施し、上位3位の中から選択。	12
9			3		

計96時間（55分授業）

3 評価規準と評価方法

評価は次の観点から行います。			
関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるように公正・協力・責任などの態度を身につけるとともに、健康・安全に留意して自ら運動に取り組んでいる。	自己のグループの能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して活動の仕方を考え、工夫している。	自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行うとともに、運動の技能を高めるための合理的な行い方を身につけている。	社会の変化とスポーツ、運動技能の構造と運動の学び方、体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し、知識を身につけている。

4 担当者から一言

- ・学校体操は、準備運動として行うのでしっかり学習すること。
- ・年間評価は運動技能はもとより出席状況や態度等を総合的に判断して決定する。
(担当：大坂、中川、山田)

令和3年度シラバス（保健体育）

学番 30 新潟県立中条高等学校

科目名	体育	単位数	3単位	学年(コース)	1学年（男子）
使用教科書	現代高等保健体育（大修館）			授業形態	必修
副教材等	なし				

1 学習目標（科目のねらい）

各種の運動の合理的な実践を通して、運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにするとともに、体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育て、生涯を通じて継続的に運動ができる資質や態度を育てる。

【重要点】

1. 各種の運動を積極的に行い、体力の向上と運動技能の獲得を目指す。
2. 気候、活動内容、活動場所を考えて、体育活動に適した服装を整え、健康・安全・衛生に留意した態度を育てる。

2 指導計画（時期、単元、学習内容、配当時間、考査等）

月	授業計画と授業の内容	時間	月	授業計画と授業の内容	時間
4	オリエンテーション・集団行動 学校体操・体づくり運動	6	10	サッカー/柔道	11
5	陸上競技（短距離・長距離走） スポーツテスト・体づくり運動	10	11	バスケットボール/柔道	11
6	バレーボール	11	12	ラグビー	11
7	ソフトボール・体育理論	11	1	体育理論・体づくり運動	
8	2領域選択 ※以下の領域から1選択 1) 器械運動 2) 陸上競技	13	2	開講可能な室内競技を中心にアンケートを実施し、上位3位の中から選択	12
9			3		

計96時間（55分授業）

3 評価規準と評価方法

評価は次の観点から行います。

関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるように公正・協力・責任などの態度を身につけるとともに、健康・安全に留意して自ら運動に取り組んでいる。	自己のグループの能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して活動の仕方を考え、工夫している。	自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行うとともに、運動の技能を高めるための合理的な行い方を身につけている。	社会の変化とスポーツ、運動技能の構造と運動の学び方、体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し、知識を身につけている。

4 担当者から一言

- ・学校体操は、準備運動として行うのでしっかり学習すること。
- ・年間評価は運動技能はもとより出席状況や態度等を総合的に判断して決定する。

（担当：大坂、中川、山田）

令和3年度シラバス（保健体育）

学番 30 新潟県立中条高等学校

科目名	体育	単位数	3 単位	学年(コース)	2 学年（女子）
使用教科書	現代高等保健体育（大修館）			授業形態	必修
副教材等	なし				

1 学習目標（科目のねらい）

各種の運動の合理的な実践を通して、運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにするとともに、体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育て、生涯を通じて継続的に運動ができる資質や態度を育てる。

【重要点】

1. 各種の運動を積極的に行い、体力の向上と運動技能の獲得を目指す。
2. 気候、活動内容、活動場所を考えて、体育活動に適した服装を整え、健康・安全・衛生に留意した態度を育てる。

2 指導計画（時期、単元、学習内容、配当時間、考査等）

月	授業計画と授業の内容	時間	月	授業計画と授業の内容	時間
4	オリエンテーション・集団行動 学校体操・体づくり運動	6	10	テニス	11
5	陸上競技（短距離・長距離走） スポーツテスト・体づくり運動	10	11	バレーボール	11
6	バスケットボール	11	12	開講可能な室内競技を中心にアンケートを実施し、上位3位の中から選択	11
7	バドミントン・体育理論	11	1		
8	2領域選択 ※以下の領域から1選択 1) 器械運動 2) 陸上競技 体づくり運動	13	2	開講可能な室内競技を中心にアンケートを実施し、上位3位の中から選択	12
9			3		

計96時間（55分授業）

3 評価規準と評価方法

評価は次の観点から行います。

関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるように公正・協力・責任などの態度を身につけるとともに、健康・安全に留意して自ら運動に取り組んでいる。	自己のグループの能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して活動の仕方を考え、工夫している。	自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行うとともに、運動の技能を高めるための合理的な行い方を身につけている。	社会の変化とスポーツ、運動技能の構造と運動の学び方、体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し、知識を身につけている。

4 担当者から一言

- ・しっかりとした服装で授業に参加すること。
- ・年間評価は運動技能はもとより出席状況や態度等を総合的に判断して決定する。
(担当：中川、大坂、山田、平田)

令和3年度シラバス（保健体育）

学番 30 新潟県立中条高等学校

科目名	体育	単位数	3 単位	学年(コース)	2 学年 (男子)
使用教科書	現代高等保健体育（大修館）			授業形態	必修
副教材等	なし				

1 学習目標（科目のねらい）

各種の運動の合理的な実践を通して、運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにするとともに、体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育て、生涯を通じて継続的に運動ができる資質や態度を育てる。

【重要点】

1. 各種の運動を積極的に行い、体力の向上と運動技能の獲得を目指す。
2. 気候、活動内容、活動場所を考えて、体育活動に適した服装を整え、健康・安全・衛生に留意した態度を育てる。

2 指導計画（時期、単元、学習内容、配当時間、考査等）

月	授業計画と授業の内容	時間	月	授業計画と授業の内容	時間
4	オリエンテーション・集団行動 学校体操・体づくり運動	6	10	サッカー/柔道	11
5	陸上競技（短距離・長距離走） スポーツテスト・体づくり運動	10	11	バスケットボール/柔道	11
6	バレーボール	11	12	開講可能な室内競技を中心にアンケートを実施し、上位3位の中から選択	11
7	ソフトボール・体育理論	11	1		
8	2領域選択 ※以下の領域から1選択 1) 器械運動 2) 陸上競技 体づくり運動	13	2	開講可能な室内競技を中心にアンケートを実施し、上位3位の中から選択	12
9			3		

計96時間（55分授業）

3 評価規準と評価方法

評価は次の観点から行います。

関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるように公正・協力・責任などの態度を身につけるとともに、健康・安全に留意して自ら運動に取り組んでいる。	自己のグループの能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して活動の仕方を考え、工夫している。	自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行うとともに、運動の技能を高めるための合理的な行い方を身につけている。	社会の変化とスポーツ、運動技能の構造と運動の学び方、体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し、知識を身につけている。

4 担当者から一言

- ・学校体操は、準備運動として行うのでしっかり学習すること。
 - ・年間評価は運動技能はもとより出席状況や態度等を総合的に判断して決定する。
- （担当：中川、大坂、山田、平田）

令和3年度シラバス（保健体育）

学番 30 新潟県立中条高等学校

科目名	体育	単位数	2 単位	学年(コース)	3 学年 (男子・女子)
使用教科書	現代高等保健体育（大修館）			授業形態	必修
副教材等	なし				

1 学習目標（科目のねらい）

各種の運動の合理的な実践を通して、運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにするとともに、体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育て、生涯を通じて継続的に運動ができる資質や態度を育てる。

【重要点】

1. 各種の運動を積極的に行い、体力の向上と運動技能の獲得を目指す。
2. 気候、活動内容、活動場所を考えて、体育活動に適した服装を整え、健康・安全・衛生に留意した態度を育てる。

2 指導計画（時期、単元、学習内容、配当時間、考査等）

月	授業計画と授業の内容	時間	月	授業計画と授業の内容	時間
4	オリエンテーション・体づくり運動 陸上競技（短距離・長距離）・	6	10	選択授業Ⅲ期 ①ネット型（テニス） ②ゴール型（サッカー） ③ベース型（ソフトボール）	6
5	スポーツテスト	6	11	① ③の中から1種目選択	8
6	2 領域選択 1) 器械運動 2) ダンス	6	12	選択授業Ⅳ期（球技） ①ネット型（バレー・バドミントン・卓球） ②ゴール型（バスケット）	5
7	選択授業Ⅰ期（球技） / 体育理論 ①ネット型（バレー・バドミントン・卓球） ②ゴール型（バスケット） ① の中から1種目選択	10	1	①②の中から1種目選択 体育理論・体づくり運動	5
8	選択授業Ⅱ期（球技） ①ネット型（テニス） ②ゴール型（サッカー）	10	2	開講可能な室内競技を中心にアンケートを実施し、上位3位の中から選択 計64時間（55分授業）	2
9	③ベース型（ソフトボール） ① ③の中から1種目選択		3		

3 評価規準と評価方法

評価は次の観点から行います。

関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるように公正・協力・責任などの態度を身につけるとともに、健康・安全に留意して自ら運動に取り組んでいる。	自己のグループの能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して活動の仕方を考え、工夫している。	自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行うとともに、運動の技能を高めるための合理的な行い方を身につけている。	社会の変化とスポーツ、運動技能の構造と運動の学び方、体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し、知識を身につけている。

4 担当者から一言

・年間評価は運動技能はもとより出席状況や態度等を総合的に判断して決定する。
(担当：山田、中川、大坂)