

令和4年度シラバス（体育）

56 新潟県立八海高等学校

教科（科目）	専攻実技	単位数	2	学年（コース）	普通科3学年（スポーツコース）
使用教科書	なし				
副教材等	基礎から学ぶスポーツ概論				

1 学習目標

各種の運動を通して高度な技能の習得を目指した主体的、合理的、計画的な実践を目指すとともに、健やかな心身の育成に資し、生涯を通してスポーツの振興発展に寄与する資質や能力を育てる。

2 指導の重点

- ①自己の専門とする競技力の向上を目指す。
- ②個々の能力に応じた運動を行い、体力向上、技能向上、公正な態度で各種目ができるようにする。
- ③仲間と協力し互いに自身を高めあい、各運動の実践を通じて目標達成のための授業を展開し、その楽しみや喜びを深く味わう。

3 学習計画

学期	主要学習領域及び学習活動	時間	評価方法
1学期	オリエンテーション	1	授業の出欠席、内容への取組、技能の習得、指導法、安全面への配慮、競技実績、文献研究等の課題研究を行うなどにより総合的に評価
	各種トレーニングⅠ	9	
	トレーニングの理論と実践Ⅰ	4	
	専門種目における体力向上と技能向上Ⅰ	9	
2学期	各種トレーニングⅡ	9	
	トレーニングの理論と実践Ⅱ	4	
	専門種目における体力向上と技能向上Ⅱ	9	
3学期	各種トレーニングⅢ	6	
	トレーニングの理論と実践Ⅲ	4	
	専門種目における体力向上と技能向上Ⅲ	4	
	課題研究	5	

計64時間（55分授業）

4 評価規準と評価方法

①関心・意欲・態度	②思考・判断	③運動の技能	④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、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて、体力を高める運動を継続するための計画を工夫している。	運動の合理的な実践を通して、自己の課題を解決し技能を高める合理的な方法を身につけている。	選択した運動の技術（技）の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方について具体的な方法を理解している。
上記の観点から、① 35% ② 20% ③ 30% ④ 15% 程度で総合的に判断する。			

5 担当者からの一言

専門種目において、高度な運動理論や深い専門知識も身につけさせる。