

科目

保健体育

教科	体育	学科・学年	全学科・1 学年	単位数	3
教科書	現代高等保健体育（保体701）				
副教材	現代高等保健体育ノート（保体701）				

どんな科目？

運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを味わい、自分の状況に応じて体力の向上を図り、公正・協力・責任、参画などの意欲を高め、健康・安全を確保して、豊かなスポーツライフをおくる資質や態度を育てる。

学習の到達目標

各種の運動特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。

学習の計画及び評価方法等

学期	月	学習内容	学習のねらい・目標	評価の観点		
				知	思	主
1 学期	4	体づくり運動	・自分の体に関心を持ち、課題を持って体をほぐしたり、体力を高めたりする ・記録の向上をめざし仲間と協力して練習し、技能向上の喜びや楽しさを味わう。 ・（武道）相手の動きに応じて、基本動作や基本となる技を身に付け、得意技を用いた攻防ができるようにする。	○	○	○
	5	陸上競技①～③から1つ選択		○	○	○
	6	①短距離・リレー		○	○	○
	7	②走り幅跳び・障害走 ③持久走・投てき 体育理論 体育Ⅱ選択（柔道・剣道・バレーボール）		○	○	○
2 学期	9	球技選択	・相手の動きに対応した攻防を展開して練習や試合ができるようにする。 ・自己の能力に適した課題を持って運動し、よりよくできるように技能を高める。	○	○	○
	10	ソフトボール、サッカー、ソフトテニスのうち1種目選択		○	○	○
	11	球技選択		○	○	○
	12	ソフトボール、サッカー、ソフトテニス、ハンドボールのうち3種目実施、1種目選択 体育Ⅱ：1学期からの継続 体育理論		○	○	○
3 学期	1	球技選択	・チームの課題や自己の能力に適した課題を持って運動する。 ・作戦を生かした攻防を展開し、協力して試合を行う。	○	○	○
	2	卓球、バドミントン、バスケットボールのうち1種目選択		○	○	○
	3	体育理論		○	○	○

評価の方法

評価は次のものを対象とします。

授業態度・関心・意欲・実技テスト

1年間の評価は、上記内容を総合的に判断します。

科目

保健体育

教科	保健	学科・学年	全学科・1学年	単位数	1
教科書	現代高等保健体育（保体701）				
副教材	現代高等保健体育ノート（保体701）				

どんな科目？

生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力の基礎を培うため、健康の大切さを認識し、健康なライフスタイルを確立する観点に立って、生活習慣病、がんの予防と回復、薬物乱用、心の健康問題、事故等について対応する力を備える学習です。

学習の到達目標

健康問題の変化や健康の成り立ちと健康を保持増進する方法、生活習慣病、特にがんについて、精神疾患や感染症、事故や応急手当等について理解する。

学習の計画及び評価方法等

学期	月	学習内容	学習のねらい・目標	評価の観点		
				知	思	主
1 学期	4	健康の考え方と成り立ち	健康の考え方、要因について、健康水準の変化、健康問題について説明できる。 生活習慣病やがんの種類と要因、一次予防と二次予防、及び治療や検診などの社会サービスについて説明ができる。 健康と運動・食事・休養・睡眠の関係について説明ができる。			○
	5	私たちの健康のすがた				○
	6	生活習慣病の予防と回復		○	○	
	7	がんの原因と予防			○	
	7	がんの治療と回復		○	○	
2 学期	9	運動と健康	喫煙・飲酒・薬物による心身の健康への影響や、社会への影響を説明ができる。 薬物乱用の心身や社会への影響を説明ができる。 精神疾患の要因、症状、治療について説明ができる。 感染症・性感染症について説明できる。 意思決定・行動選択に影響を与える要因、社会環境について説明ができる。	○	○	
	10	食事と健康			○	
	11	休養・睡眠と健康			○	
	12	喫煙と健康 飲酒と健康		○	○	○
	12	薬物乱用と健康		○	○	○
3 学期	1	精神疾患の特徴	事故と被害の実態について、安全のために必要な環境整備、交通事故防止について説明できる。 応急手当の意義を説明できる。 応急手当や心肺蘇生法の方法や手順について説明ができる。		○	
	2	精神疾患の予防			○	
	3	精神疾患からの回復			○	
	3	現代の感染症 感染症の予防		○	○	○

評価の方法

・学習意欲・授業態度・学期毎の考査・現代保健ノート、プリント等の提出状況・授業への取り組み等です。

・1年間の評価は、上記内容を総合的に判断します。

科目

体 育

教 科	保健体育	学科・学年	全 科 ・ 2 年	単位数	2
教科書	現代高等保健体育 改訂版 (大修館書店 保体304)				
副教材	現代高等保健体育ノート 改訂版 (大修館書店 保体304)				

「体育」はどんな科目？

運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを味わい、自分の状況に応じて体力の向上を図り、公正・協力・責任、参画などの意欲を高め、健康・安全を確保して、豊かなスポーツライフをおくる資質や態度を育てます。

「体育」の2年次における学習の特徴・特色は？

体育の内容は、「運動」と「体育理論」の学習で成り立っています。

また、運動の内容は、体づくり運動、陸上競技、球技の3領域で構成されています。

学習の計画

	月	学習内容（単元名）	学習の到達目標
1 学 期	4	体づくり運動	- 自分の体に関心を持ち、課題を持って体をほぐしたり、体力を高めたりする。 - 記録の向上をめざし仲間と協力して練習し、技能向上の喜びや楽しさを味わう。
	5	陸上競技の種目選択 (短距離走・リレー)	
	6	(走り幅跳び・障害走)	
	7	(持久走・投てき)のうちから1種目選択 体育理論	
2 学 期	9	球技選択 ソフトボール、ソフトテニス、サッカーのうちから1種目選択	- 相手の動きに対応した攻防を展開して練習や試合ができるようにする。 - 自己の能力に適した課題を持って運動し、よりよくできるように技能を高める。
	10	球技選択	
	11	ソフトボール、バレーボール、サッカー	
	12	ハンドボール、ソフトテニスのうちから3種目実施、1種目選択 体育理論	
3 学 期	1	球技選択	- チームの課題や自己の能力に適した課題を持って運動する。 - 作戦を生かした攻防を展開し、協力して試合を行う。
	2	卓球、バドミントン、バスケットボールのうちから1種目選択	
	3	体育理論	

評価の方法

評価は次のものを対象とします。

授業態度・関心・意欲・実技テスト

1年間の評価は、上記内容を総合的に判断します。

科目

保 健

教科	保健体育	学科・学年	全 科 ・ 2 年	単位数	1
教科書	現代高等保健体育 改訂版 (大修館書店)				
副教材	現代高等保健体育ノート (大修館書店)				

「保健」はどんな科目？

生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力の基礎を培うため、健康の大切さを認識し、健康なライフスタイルを確立する観点に立って、心の健康、生活習慣の乱れ、生活習慣病、薬物乱用、性に関する問題等について対応する力を備える学習です。

「保健」の2年次における学習の特徴・特色は？

教科書・学習ノート・プリントを中心に授業を進めていきます。

学習の計画

	月	学習内容（単元名）	学習の到達目標
1 学 期	4	思春期と健康	生涯にわたって健康を保持増進するためには、生涯の各段階の健康課題に応じた自己の健康管理を行う必要があることを理解する。
		性意識と性行動の選択	
	5	結婚生活と健康	
		妊娠・出産と健康	
		家族計画と人工妊娠中絶	
2 学 期	6	加齢と健康	- 我が国の保健・医療制度や機関について知り、適切に活用することが重要であることを理解する。 - 学校や地域の環境を健康に適したものとするよう基準が設定され、環境衛生活動が行われていることを理解する。
	7	高齢者のための社会的取り組み	
	9	保健制度とその活用	
		医療制度とその活用	
		医薬品と健康	
3 学 期	10	さまざまな保健活動や対策	- 食品の安全性を確保するための基準が設定され、食品衛生活動が行われていることを理解する。 - 作業形態や作業環境の変化をふまえた健康管理、安全管理を理解する。
		大気汚染と健康	
	11	水質汚濁・土壌汚染と健康	
		健康被害の防止と環境対策	
	12	環境衛生活動のしくみと働き	
3 学 期	1	食品衛生活動のしくみと働き	- 食品の安全性を確保するための基準が設定され、食品衛生活動が行われていることを理解する。 - 作業形態や作業環境の変化をふまえた健康管理、安全管理を理解する。
		食品と環境の保健と私たち	
	2	働くことと健康	
		労働災害と健康	
	3	健康的な職業生活	

評価の方法

- ・学習意欲・授業態度・学期毎の考査・現代保健ノート、プリント等の提出状況・授業への取り組み等です。
- ・1年間の評価は、上記内容を総合的に判断します。

科目

体 育

教 科	保健体育	学科・学年	全 科 ・ 3 年	単位数	2
教科書	現代高等保健体育 改訂版 (大修館書店 保体304)				
副教材	現代高等保健体育ノート 改訂版 (大修館書店 保体304)				

「体育」はどんな科目か？

運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを味わい、自分の状況に応じて体力の向上を図り、公正・協力・責任、参画などの意欲を高め、健康・安全を確保して、豊かなスポーツライフをおくる資質や態度を育てます。

「体育」の3年次における学習の特徴・特色は？

体育の内容は、「運動」と「体育理論」の学習で成り立っています。

また、運動の内容は、体づくり運動、陸上競技、球技の3領域で構成されています。

学習の計画

	月	学習内容（単元名）	学習の到達目標
1 学 期	4	体づくり運動	- 自分の体に関心を持ち、課題を持って体をほぐしたり、体力を高めたりする - 記録の向上をめざし仲間と協力して練習し、技能向上の喜びや楽しさを味わう。
	5	陸上競技の種目選択 (短距離走・リレー)	
	6	(走り幅跳び・障害走)	
	7	(持久走・投てき)のうち1種目を選択 体育理論	
2 学 期	9	球技選択 サッカー、ソフトテニス、ソフトボール	- チームの現状や自己の能力に適した課題を持って運動する。 - 作戦を生かした攻防を展開し、協力して試合を行う。
	10	のうち1種目選択 球技選択	
	11	サッカー、バスケットボール、バレーボール、ソフトボール、ハンドボール、ソフトテニスのうち3種目実施、1種目選択	
	12	体育理論	
3 学 期	1	球技選択 バドミントン、卓球、バスケットボール	- チームの課題や自己の能力に適した課題を持って運動する。 - 作戦を生かした攻防を展開し、協力して試合を行う。
	2	のうち1種目選択	

評価の方法

評価は次のものを対象とします。

授業態度・関心・意欲・実技テスト

1年間の評価は、上記内容を総合的に判断します。