

保 健 体 育

教科	体育	単位数	2	学科・学年・組	全科1年
使用教科書	新高等保健体育 (大修館書店)				
副教材等	アクティブスポーツ総合版 (大修館書店)				

「体育」はどんな科目？

技能や動きを身につけたり作戦を立てたりするなどの学習を通して、運動の楽しさを深く味わい生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続することを目指します。また、安全に配慮するとともにルールやマナーを大切に、仲間と協力して取り組むことを目指します。

「体育」の学習の特徴は？

1年次は各単元を通して練習の進め方や場づくりの方法を理解し、課題に応じた練習方法を選択していく事を目指します。また、活動を通して体力を高めるなど2年次以降の学習の基礎基本を学びます。

1 学習の計画 (どのような内容を、どの時期に学ぶのかを含む。)

	月	学習内容 (単元名)	学習のねらい
1 学 期	4	・オリエンテーション ・体づくり運動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育学習の意味を理解する。</li> <li>・体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続していく。</li> <li>・健康の保持増進や体力の向上を目指し、目的に適した運動の計画を立てて取り組む。</li> <li>・パスやドリブルなどの安定したボール操作から、相手ゴール前に侵入しシュートするゲームを展開できるようにする。</li> </ul>
	5		
	6	・バスケットボール	
	7	(体育理論)	
2 学 期	8	・卓球	<ul style="list-style-type: none"> <li>・様々なラケット操作を習得し、相手側の空いた場所や狙った場所に打ち返す。</li> <li>・自己に適したペースを維持して、一定の距離を走り通すことができるようにする。</li> <li>・回転系、巧技系の技を滑らかに安定して行う。対人競技であるレスリングの魅力に触れる。</li> </ul>
	9	・陸上競技 (長距離走)	
	10	・レスリング、器械運動	
	11	(体育理論)	
	12		
3 学 期	1	・サッカー	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パスやドリブルなどの安定したボール操作から、相手ゴール前に侵入しシュートするゲームを展開できるようにする。</li> </ul>
	2	(体育理論)	

2 評価の方法

評価の観点	評価の内容	評価の方法
知識・技能	技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習の仕方などの知識を理解し、各領域の特性や魅力に応じた楽しさを味わい、目標とする技能や攻防、動きの様相を身につけている。	スキルテスト 行動観察
思考・判断・表現	自己や仲間の課題を発見し、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫するなど、授業内で言葉や動作にしたり授業ノートに書きだしたりしている。	行動観察 授業ノート 試合分析
主体的に取り組む態度	ルール、マナー、フェアなプレーを大切に。仲間の学習を援助し、分担した役割を果たす。けがなどを未然に防ぐ安全確保の実践をしている。	行動観察 自己評価表

保 健 体 育

教 科	体 育	単位数	2	学科・学年・組	全科2年
使用教科書	新高等保健体育 (大修館書店)				
副教材等	アクティブスポーツ総合版 (大修館書店)				

「体育」はどんな科目？

技能や動きを身につけたり作戦を立てたりするなどの学習を通して、運動の楽しさを深く味わい生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続することを目指します。また、安全に配慮するとともにルールやマナーを大切に、仲間と協力して取り組むことを目指します。

「体育」の学習の特徴は？

2年次は各単元を通して個人の課題に応じた練習方法を選択していき、解決していく事を実践していきます。また、継続して体力を高めるなど3年次の学習に向けての応用を学びます。

1 学習の計画 (どのような内容を、どの時期に学ぶのかを含む。)

	月	学習内容 (単元名)	学習のねらい
1 学 期	4	・オリエンテーション ・体づくり運動  ・バスケットボール (体育理論)	・体育学習の意味を理解する。 ・健康の保持増進や体力の向上を目指し、目的に適した運動の計画を立てて取り組む。 ・防御の状況に応じたパスやドリブルなどボール操作を選択し、相手ゴール前に侵入しシュートするゲームを展開できるようにする。
	5		
	6		
	7		
2 学 期	8	・卓球  ・ソフトボール (体育理論)	・様々なラケット操作を習得し、相手側の空いた場所や狙った場所に打ち返す。  ・バット操作やボール操作を習得し、攻防を楽しめるようにする。
	9		
	10		
	11		
3 学 期	1	・サッカー	・パスやドリブルなどの安定したボール操作から、相手ゴール前に侵入しシュートするゲームを展開できるようにする。
	2		

2 評価の方法

評価の観点	評 価 の 内 容	評価の方法
知識・技能	技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習の仕方などの知識を理解し、各領域の特性や魅力に応じた楽しさを味わい、目標とする技能や攻防、動きの様相を身につけている。	スキルテスト 行動観察
思考・判断・表現	自己や仲間の課題を発見し、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫するなど、授業内で言葉や動作にしたり授業ノートに書きだしたりしている。	行動観察 授業ノート 試合分析
主体的に取り組む態度	ルール、マナー、フェアなプレーを大切に。仲間の学習を援助し、分担した役割を果たす。けがなどを未然に防ぐ安全確保の実践をしている。	行動観察 自己評価表

保 健 体 育

教 科	体 育	単位数	3	学科・学年・組	全科3年
使用教科書	新高等保健体育 (大修館書店)				
副教材等	アクティブスポーツ総合版 (大修館書店)				

「体育」はどんな科目？

技能や動きを身につけたり作戦を立てたりするなどの学習を通して、運動の楽しさを深く味わい生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続することを目指します。また、安全に配慮するとともにルールやマナーを大切に、仲間と協力して取り組むことを目指します。

「体育」の学習の特徴は？

3年次はこれまで学んできたことを活用し、体力や技能の程度など様々な違いを超えてスポーツを楽しみ、主体的に取り組もうとすることを目指します。

1 学習の計画 (どのような内容を、どの時期に学ぶのかを含む。)

	月	学習内容 (単元名)	学習のねらい
1 学 期	4	・オリエンテーション ・体づくり運動	・体育学習の意味を理解する。 ・体を動かす楽しさや心地よさを味わい、実生活に役立てることや生涯にわたって運動を継続する力を身につける。
	5		
	6	・サッカー	・防御の状況に応じたパスやドリブルなどボール操作を選択し、相手ゴール前に侵入しシュートするゲームを展開する。
	7	・ソフトボール (体育理論)	
2 学 期	8	・ソフトボール	・状況に応じたバット操作と安定したボール操作による攻防や、状況に応じた守備ができるようにする。
	9	(7月からの続き)	
	10	・卓球	・相手側のコートの守備のいない空間に緩急などの変化をつけたり、ボールに回転をかけて打ち出したり、回転に合わせて返球するなどのゲームを展開できるようにする。
	11 12	(体育理論)	
3 学 期	1	・選択	・防御の状況に応じたパスやドリブルなどボール操作を選択し、相手ゴール前に侵入しシュートするゲームを展開できるようにする。(バスケットボール)
	2	バドミントン・バスケットボール	・様々なラケット操作を習得し、相手側の空いた場所や狙った場所に打ち返す。(バドミントン)

2 評価の方法

評価の観点	評 価 の 内 容	評価の方法
知識・技能	技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習の仕方などの知識を理解し、各領域の特性や魅力に応じた楽しさを味わい、目標とする技能や攻防、動きの様相を身につけている。	スキルテスト 行動観察
思考・判断・表現	自己や仲間の課題を発見し、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫するなど、授業内で言葉や動作にしたり授業ノートに書きだしたりしている。	行動観察 授業ノート 試合分析
主体的に取り組む 態度	ルール、マナー、フェアなプレーを大切に。仲間の学習を援助し、分担した役割を果たす。けがなどを未然に防ぐ安全確保の実践をしている。	行動観察 自己評価表

保 健 体 育

教 科	保 健	単位数	1	学科・学年・組	全科1年
使用教科書	新高等保健体育 (大修館書店)				
副教材等	新高等保健体育ノート (大修館書店)				

「保健」はどんな科目？

健康・安全についての理解を深め、現在および将来の生活における健康に関する課題に直面した場合などに、健康を適切に管理改善していく思考力、判断力などの資質や能力を身につけます。また、生涯を通じて健康の保持増進や環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養います。

「保健」の学習の特徴は？

1年次は「現代社会と健康」「安全な社会生活」の2単元の学習を通して、様々な知識を身につけ課題を発見し、その解決を目指した活動を通して実践できるようにしていきます。

1 学習の計画 (どのような内容を、どの時期に学ぶのかを含む。)

	月	学習内容 (単元名)	学習のねらい
1 学 期	4	・オリエンテーション ・健康の考え方	・保健学習の意味を理解する。 ・国民の健康課題や健康の考え方は様々な状況の変化に伴って変わってきていることを理解する。
	5	・健康の保持増進のための適切な意思決定や行動選択と環境づくり ・現代の感染症とその予防	・健康の保持増進にはヘルスプロモーションの考え方を踏まえた意思決定や行動選択及び環境づくりに関わることを理解する。 ・感染症の発生や流行には、時代や地域によって違いがみられること。その予防には、個人の取組及び社会的対策を行う必要があることを理解する。
	6		
	7	・応急手当	・適切な応急手当は障害や疾病の悪化を軽減できることから、正しい方法や手順を理解し実践できるようにする。
2 学 期	8	・生活習慣病などの予防と回復	・健康の保持増進と生活習慣病などの予防と回復には、運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活の実践が必要であることを理解する
	9		
	10	・喫煙、飲酒、薬物乱用と健康	・喫煙、飲酒は生活習慣病などの要因になること。薬物乱用は心身の健康や社会に深刻な影響を与えることから行ってはならないことを理解する。
	11	・精神疾患の予防と回復	・運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活の実践をするとともに、心身の不調に気付くことが重要であることを理解する。
	12		
3 学 期	1	・安全な社会づくり	・安全な社会づくりには環境の整備とそれに応じた個人の取組が必要であることや、交通事故を防止するためには生命を尊重する態度で運転し、それに伴う様々な特性を理解する。
	2		

2 評価の方法

評価の観点	評 価 の 内 容	評価の方法
知識・技能	・現代社会における健康、安全について理解を深めている。 ・環境の整備とそれに応じた個人の取組が必要であることを理解している。	定期考査 ワークシート
思考・判断・表現	・課題を発見し、健康や安全に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断しているとともに、それらを表現している。 ・安全に関する原則や概念に着目して危険の予測やその回避の方法を考えているとともに、それらを表現している。	定期考査 課題の取り組み ノート点検
主体的に取り組む態度	・明るく豊かで活力ある生活を営むための学習に主体的に取り組もうとしている。	授業態度 ノート点検

保 健 体 育

教 科	保 健	単位数	1	学科・学年・組	全科2年
使用教科書	新高等保健体育 (大修館書店)				
副教材等	新高等保健体育ノート (大修館書店)				

「保健」はどんな科目？

健康・安全についての理解を深め、現在および将来の生活における健康に関する課題に直面した場合などに、健康を適切に管理改善していく思考力、判断力などの資質や能力を身につけます。また、生涯を通じて健康の保持増進や環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養います。

「保健」の学習の特徴は？

2年次は「生涯を通じる健康」「健康を支える環境づくり」の2単元の学習を通して、様々な知識を身につけ課題を発見し、その解決を目指した活動を通して実践できるようにしていきます。

1 学習の計画 (どのような内容を、どの時期に学ぶのかを含む。)

	月	学習内容 (単元名)	学習のねらい
1 学 期	4	・オリエンテーション	・保健学習の意味を理解する。
	5	・生涯各段階における健康	・生涯の各段階における健康の保持増進や回復には、健康課題に応じた自己の健康管理及び健康作りが関わっていることを理解する。
	6		・労働災害の防止には、労働環境の変化に起因する職業病などを踏まえた適切な健康管理や安全管理が必要であることを理解する。
	7	・労働と健康	
2 学 期	8	・環境と健康	・人間の生活や産業活動は自然環境を汚染し健康に影響を及ぼすことがあるとともに、それらを防ぐには汚染の防止及び改善の対策をとる必要があることを理解する。
	9		
	10	・食品と健康	・食品の安全性を確保することは健康を保持増進するうえで重要であり、食品衛生活動は食品の安全性を確保するように基準が設定されそれに基づき行われていることを理解する。
	11	・保健・医療制度及び地域の保健医療機	・保健、医療制度や地域の保健所、保健センター、医療機関を適切
	12	関	に活用することを理解する。
3 学 期	1	・保健・医療制度及び地域の保健医療機 関	・医薬品は有効性及び安全性が審査されており、販売には制限があることや、疾病からの回復や悪化防止には正しく使用することが有効であることを理解する。
	2	・様々な保健活動や社会的対策  ・健康に関する環境づくりと社会参加	・我が国や世界では、健康課題に対応して様々な保健活動や社会的対策が行われていることを理解する。 ・健康を保持増進するためには、ヘルスプロモーションの考え方を活かした健康に関する環境づくりが重要であり、積極的に参加していく必要があることを理解する。

2 評価の方法

評価の観点	評 価 の 内 容	評価の方法
知識・技能	・現代社会における健康、安全について理解を深めている。 ・環境の整備とそれに応じた個人の取組が必要であることを理解している。	定期考査 ワークシート
思考・判断・表現	・課題を発見し、健康や安全に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断しているとともに、それらを表現している。 ・安全に関する原則や概念に着目して危険の予測やその回避の方法を考えているとともに、それらを表現している。	定期考査 課題の取り組み ノート点検
主体的に 取り組む態度	・明るく豊かで活力ある生活を営むための学習に主体的に取り組もうとしている。	授業態度 ノート点検