

課程 定時制

教科	保 体	科目	体 育	単位数	1	学年	1	科	基礎工学科、建築科
----	-----	----	-----	-----	---	----	---	---	-----------

1、科目の目標

各種スポーツに取り組み、技能の向上、仲間との協調性を高め、自ら意欲的に課題解決できる能力を高め、生涯を通じて継続的に運動に親しむことができるようにする。

2、使用教科書・副教材

現代高等保健体育 改訂版(大修館書店)
現代高等保健体育ノート 改訂版(大修館書店)

3、学習の計画

		学習の内容	考查範囲	予定時数
一 学 期	4月	・オリエンテーション	選択種目の技能テスト	1 3時間
	5月	・体づくり運動		
	6月	・選択種目(バドミントン・バスケットボール・フットサル・卓球 ソフトテニス・キャッチボール等)		
	7月			
二 学 期	8月		選択種目の技能テスト	1 4時間
	9月	・体づくり運動		
	10月	・選択種目(バドミントン・バスケットボール・フットサル・卓球 ソフトテニス・キャッチボール等)		
	11月			
三 学 期	12月		選択種目の技能テスト	8時間
	1月	・体づくり運動		
	2月	・選択種目(バドミントン・バスケットボール・フットサル・卓球 ソフトテニス・キャッチボール等)		
	3月			

合計 3 5時間

4、評価の方法

各単元における技能テスト、出欠席状況、授業態度、協調性等を総合的に判断する。

5、学習にあたっての注意とアドバイス

- ・学校指定の体育館シューズを必ず着用すること。
- ・準備体操等を入念に行い、安全に十分配慮する。

課程 定時制

教科	保 体	科目	体 育	単位数	2	学年	2	科	基礎工学科、建築科
----	-----	----	-----	-----	---	----	---	---	-----------

1、科目の目標

各種スポーツに取り組み、技能の向上、仲間との協調性を高め、自ら意欲的に課題解決できる能力を高め、生涯を通じて継続的に運動に親しむことができるようにする。

2、使用教科書・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)

3、学習の計画

		学習の内容	考查範囲	予定時数
一 学 期	4月	・オリエンテーション		
	5月	・体づくり運動	選択種目の技能テスト	26時間
	6月	・選択種目(バスケットボール・フットサル・バドミントン・卓球 ソフトテニス・キャッチボール等)		
	7月			
二 学 期	8月		選択種目の技能テスト	28時間
	9月	・体づくり運動		
	10月	・選択種目(バスケットボール・フットサル・バドミントン・卓球 ソフトテニス・キャッチボール等)		
	11月			
三 学 期	12月		選択種目の技能テスト	16時間
	1月	・体づくり運動		
	2月	・選択種目(バスケットボール・フットサル・バドミントン・卓球 ソフトテニス・キャッチボール等)		
	3月			

合計70時間

4、評価の方法

各単元における技能テスト、出欠席状況、授業態度、協調性等を総合的に判断する。

5、学習にあたっての注意とアドバイス

- ・学校指定の体育館シューズを必ず着用すること。
- ・準備体操等を入念に行い、安全に十分配慮する。

課程 定時制

教科	保 体	科目	体 育	単位数	2	学年	3	科	基礎工学科、建築科
----	-----	----	-----	-----	---	----	---	---	-----------

1、科目の目標

各種スポーツに取り組み、技能の向上、仲間との協調性を高め、自ら意欲的に課題解決できる能力を高め、生涯を通じて継続的に運動に親しむことができるようにする。

2、使用教科書・副教材

現代保健体育改訂版(大修館書店)

3、学習の計画

		学習の内容	考查範囲	予定時数
一 学 期	4月	・オリエンテーション	選択種目の技能テスト	26時間
	5月	・体づくり運動		
	6月	・選択種目(バスケットボール・フットサル・バドミントン・卓球 ソフトテニス・キャッチボール等)		
	7月			
二 学 期	8月		選択種目の技能テスト	28時間
	9月	・体づくり運動		
	10月	・選択種目(バスケットボール・フットサル・バドミントン・卓球 ソフトテニス・キャッチボール等)		
	11月			
三 学 期	12月		選択種目の技能テスト	16時間
	1月	・体づくり運動		
	2月	・選択種目(バスケットボール・フットサル・バドミントン・卓球 ソフトテニス・キャッチボール等)		
	3月			

合計70時間

4、評価の方法

各単元における技能テスト、出欠席状況、授業態度、協調性等を総合的に判断する。

5、学習にあたっての注意とアドバイス

- ・学校指定の体育館シューズを必ず着用すること。
- ・準備体操等を入念に行い、安全に十分配慮する。

課程 定時制

教科	保 体	科目	体 育	単位数	2	学年	4	科	基礎工学科、建築科
----	-----	----	-----	-----	---	----	---	---	-----------

1、科目の目標

各種スポーツに取り組み、技能の向上、仲間との協調性を高め、自ら意欲的に課題解決できる能力を高め、生涯を通じて継続的に運動に親しむことができるようにする。

2、使用教科書・副教材

現代保健体育改訂版(大修館書店)

3、学習の計画

		学習の内容	考查範囲	予定時数
一 学 期	4月	・オリエンテーション	選択種目の技能テスト	26時間
	5月	・体づくり運動		
	6月	・選択種目(バスケットボール・フットサル・バドミントン・卓球 ソフトテニス・キャッチボール等)		
	7月			
二 学 期	8月		選択種目の技能テスト	28時間
	9月	・体づくり運動		
	10月	・選択種目(バスケットボール・フットサル・バドミントン・卓球 ソフトテニス・キャッチボール等)		
	11月			
三 学 期	12月		選択種目の技能テスト	16時間
	1月	・体づくり運動		
	2月	・選択種目(バスケットボール・フットサル・バドミントン・卓球 ソフトテニス・キャッチボール等)		
	3月			

合計70時間

4、評価の方法

各単元における技能テスト、出欠席状況、授業態度、協調性等を総合的に判断する。

5、学習にあたっての注意とアドバイス

- ・学校指定の体育館シューズを必ず着用すること。
- ・準備体操等を入念に行い、安全に十分配慮する。

課程 定時制

教科	保 体	科目	保 健	単位数	1	学年	1	科	基礎工学科、建築科
----	-----	----	-----	-----	---	----	---	---	-----------

1、科目の目標

個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるようにし、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を育てる。

2、使用教科書・副教材

使用教科書：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 改訂版（大修館書店）

3、学習の計画

		学習の内容	考查範囲	予定時数
一学期	4月	第1章 現代社会と健康	教科書の左記 該当範囲	13時間
		・私たちの健康のすがた・健康のとらえ方		
	5月	・健康と意志決定行動選択		
		・健康に関する環境づくり		
	6月	・生活習慣病とその予防		
		・食事と健康・運動と健康		
	7月	・休養睡眠と健康		
二学期	8月	第1章 現代社会と健康	教科書の左記 該当範囲	14時間
		・喫煙と健康・飲酒と健康		
	9月	・薬物乱用と健康		
		・現代の感染症・感染症の予防・性感染症エイズとその予防		
	10月	・欲求と適応機制		
		・心身の相関とストレス・ストレスへの対処		
	11月	・心の健康と自己実現		
三学期	12月	第1章 現代社会と健康	教科書の左記 該当範囲	8時間
		・交通事故の現状と要因		
	1月	・交通社会における運転者の資質と責任		
		・安全な交通社会づくり		
	2月	・応急手当の意義とその基本		
		・心肺蘇生法		
	3月	・日常的な応急手当		

合計35時間

4、評価の方法

定期考査、出欠席状況、授業態度、提出物等を総合的に判断する。

5、学習にあたっての注意とアドバイス

挨拶の徹底と授業態度の約束。保健ノートと関連資料の活用法について。

教科	保 体	科目	保 健	単位数	1	学年	2	科	基礎工学科、建築科
----	-----	----	-----	-----	---	----	---	---	-----------

1、科目の目標

個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるようにし、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を育てる。

2、使用教科書・副教材

使用教科書：現代高等保健体育（大修館書店） 副教材：現代高等保健体育ノート（大修館書店）

3、学習の計画

		学習の内容	考查範囲	予定時数
一学期	4月	第2章 生涯を通じる健康	教科書の左記 該当範囲	1 3時間
		・思春期と健康		
	5月	・性意識と性行動の選択		
		・結婚生活と健康		
	6月	・妊娠、出産と健康		
		・家族計画と人工妊娠中絶		
	7月	・加齢と健康 ・高齢者のための社会的とりくみ		
二学期	8月	第2章 生涯を通じる健康	教科書の左記 該当範囲	1 4時間
		・保健制度とその活用		
	9月	・医療制度とその活用 ・医薬品と健康		
		・さまざまな保健活動や対応		
	10月	第3章 社会生活と健康		
		・大気汚染と健康		
	11月	・水質汚濁・土壌汚染と健康 ・健康被害の防止と環境対策		
三学期	12月	・環境衛生活動のしくみと働き	教科書の左記 該当範囲	8時間
		・食品衛生活動のしくみと働き		
	1月	・食品と環境の保健と私たち		
		・働くことと健康		
	2月	・労働災害と健康		
	3月	・健康的な職業生活		

合計 3 5時間

4、評価の方法

定期考査、出欠席状況、授業態度、提出物等を総合的に判断する。

5、学習にあたっての注意とアドバイス

挨拶の徹底と授業態度の約束。保健学習ノートと関連資料の活用法について。
