

教科名	保健体育	科目名	体育	対象学年	1学年	履 修	必修
対象学科	全学科	コース		単位数	2単位	時 数	70
目 標 (生徒につけ たい力等)	<p>・運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身につけるようにする。</p> <p>・生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。</p> <p>・運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。</p>						

学 期	時数(時間)	学 習 項 目(何を学ぶのか)	学 習 内 容(どのように学ぶのか)
1学期	20	体づくり運動	体の基本的な動かし方、ケガをしないための準備を学ぶ。
		ロードワーク(陸上競技)	体力の向上及び効率的な走り方を学ぶ
		体力測定	様々な測定を通して自己の体力の状態、記録を出すための効率的な動き、力の発揮方法を学ぶ
		ソフトボール バレーボール	状況に応じたバット操作と安定したボール操作を学ぶ 状況に応じたボール操作を学ぶ
		体育理論	スポーツの発祥と成立、スポーツ文化の発展と現代社会について学ぶ
2学期	28	水泳	クロール・平泳ぎの泳法の効率を高める方法を学ぶ。
		体づくり運動	体力測定の記録を元に体力向上の方法や計画、実施方法を学ぶ
		柔道 ニュースポーツ	基本動作・受け身・寝技などの基礎を学ぶ
		バドミントン・卓球	状況に応じたボール操作や安定した用具の操作を学ぶ 仲間と連携しゲームを展開する方法を学ぶ
		体育理論	オリンピック・パラリンピックと国際社会・スポーツの経済効果とスポーツ産業について学ぶ
3学期	22	バドミントン・卓球	状況に応じたボール操作や安定した用具の操作を学ぶ 仲間と連携しゲームを展開する方法を学ぶ
		サッカー ニュースポーツ	状況に応じたボール操作の基本を学ぶ 仲間と連携しゲームを展開する方法を学ぶ
		バスケットボール	状況に応じたボール操作の基本を学ぶ 仲間と連携しゲームを展開する方法を学ぶ
		体育理論	スポーツに求められる高潔さ・持続可能性からみたスポーツと環境について学ぶ
教科書/ 副教材	教科書「新高等保健体育」(大修館) 副教材「新高等保健体育ノート」(大修館)		
関連科目	「 」		

評価の観 点	知識・技術	運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身につけることができたか。		
	思考・判断・表現	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う力を身につけることができたか。		
	主体的に学習に取り組む態度	運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う力を身につけることができたか。		
評価の観 点・方 法	評価方法	知識・技能(技術)	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	座学(学習観察, 発言, 話し合い等)		○	○
	実験・実習(行動観察, 技能)	○		○
	テスト等	○	○	
	レポート・ノート・課題等	○	○	
	自己評価			○
	その他()			
	評価割合 (%)	50	30	20
留意事項	1 授業は必ず運動着に着替えて参加する。 2 各学期において、授業時間数の4分の1を欠席しないように注意する。(不認定対象) 3 欠席が多い生徒には補習授業を課す。			
備考				

教科名	保健体育	科目名	保健	対象学年	1学年	履 修	必修
対象学科	全学科	コース		単位数	1単位	時 数	35
目 標 (生徒につけ たい力等)	・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とともに、技能を身につけるようにする。 ・健康について自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。 ・生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える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う。						

学 期	時数(時間)	学 習 項 目(何を学ぶのか)	学 習 内 容(どのように学ぶのか)
1学期	10	日本における健康課題の変遷	健康指標や疾病構造の変化から日本の健康課題を理解する。
		健康の考え方と成り立ち	健康の考え方がどのように変化してきたのか理解する。
		ヘルスプロモーションと健康に関わる環境づくり	ヘルスプロモーションの考え方に基づく環境づくりの重要性を理解する。
		健康に関する意思決定・行動選択	健康を保持・増進するには適切な意思決定・行動選択が重要であることを理解する。
		現代における感染症の問題	感染症の発生や流行には自然や社会の環境が影響することについて理解する。
		感染症の予防	感染症予防の三原則について理解する。
2学期	15	性感染症・エイズとその予防	性感染症・エイズの現状と今後の課題について理解する
		生活習慣病の予防と回復	生活習慣病のリスクを軽減し予防するために必要な個人の取り組みについて理解する。
		身体活動・運動と健康	身体活動・運動と健康の関係について理解する。
		食事と健康	食事と健康の関係について理解する。
		休養・睡眠と健康	休養・睡眠と健康の関係について理解する。
		がんの予防と回復	がんには様々な種類があることやがんの発生要因について理解する。
		喫煙と健康	喫煙による健康への影響について理解する
		飲酒と健康	飲酒による健康への影響について理解する
		薬物乱用と健康	薬物乱用による健康および社会への影響について理解する
		精神疾患の特徴	代表的な精神疾患の特徴や症状について理解する
3学期	10	精神疾患への対処	精神疾患の予防や早期発見、治療や支援など適切な対応について理解する。
		事故の現状と発生要因	様々な場面で起こる事故とその被害の実態について理解する
		交通事故防止の取り組み	交通事故防止には個人の取り組みと交通環境の整備が必要であることを理解する。

		安全な社会の形成	安全な社会をつくるために必要な個人の取り組みを理解する		
		応急手当の意義と救急医療体制	応急手当の意義と、その手順や方法を身につける必要性について理解する。		
		心肺蘇生法	心肺蘇生法の意義や方法、手順について理解する		
		日常的な応急手当	日常生活で起こるけがの基本的な応急手当の方法を理解し、できるようにする。		
教科書/ 副教材	教科書「新高等保健体育」(大修館)副教材「保健学習ノート」(大修館)				
関連科目	「」				
評価の 観 点	知識・技術	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とともに、技能を身につける力がついたか。			
	思考・判断・表現	健康について自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝える力を養うことができたか。			
	主体的に学習に取り組む態度	生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える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うことができたか。			
評価の 観 点 ・ 方 法	評価方法		知識・技能(技術)	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	座学(学習観察, 発言, 話し合い等)			○	○
	実験・実習(行動観察, 技能)		○		
	テスト等		○	○	○
	レポート・ノート・課題等		○	○	
	自己評価				○
	その他()				
評価割合(%)		50	30	20	
留意事項	1. 年間において、授業時間数の4分の1を欠席しないこと。(不認定対象) 2. ノート提出を課す(未提出者は不認定となる場合もある。)				
備考					

教科名	保健体育	科目名	体育	対象学年	2学年	履 修	必修
対象学科	全学科	コース		単位数	2単位	時 数	70
目 標 (生徒につけ たい力等)	<ul style="list-style-type: none"> ・運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身につけるようにする。 ・生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。 ・運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。 						

学 期	時数(時間)	学 習 項 目(何を学ぶのか)	学 習 内 容(どのように学ぶのか)
1学期	20	体づくり運動	体の基本的な動かし方、ケガをしないための準備を学ぶ。
		ロードワーク(陸上競技)	体力の向上及び効率的な走り方を学ぶ
		体力測定	様々な測定を通して自己の体力の状態、記録を出すための効率的な動き、力の発揮方法を学ぶ
		ソフトボール	状況に応じたバット操作と藻類での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防をすることを学ぶ
		体育理論	運動やスポーツの技能と体力及びスポーツによる障害について学ぶ
2学期	28	水泳	背泳ぎ・平泳ぎ・クロールの泳法の効率を高める方法を学ぶ。
		体づくり運動	体力測定の記録を参考にして、自己のねらいに応じて体力向上を図るための継続的な運動の計画を立てる方法を学ぶ
		柔道 ニュースポーツ	基本動作・受け身・寝技などの基礎を学ぶ
		バドミントン・卓球	状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防を学ぶ 仲間と連携しゲームを展開する方法を学ぶ
		体育理論	スポーツの技術と技能及びその変化、技能の上達過程について学ぶ
3学期	22	バドミントン・卓球	状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防を学ぶ 仲間と連携しゲームを展開する方法を学ぶ
		サッカー ニュースポーツ	状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防することを学ぶ 仲間と連携しゲームを展開する方法を学ぶ
		バスケットボール	状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防することを学ぶ 仲間と連携しゲームを展開する方法を学ぶ
		体育理論	運動やスポーツの活動時の健康・安全の確保の仕方について学ぶ
教科書/ 副教材	教科書「新高等保健体育」(大修館) 副教材「新高等保健体育ノート」(大修館)		

関連科目	「 」			
評価の 観 点	知識・技術	運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身につけることができたか。		
	思考・判断・表現	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う力を身につけることができたか。		
	主体的に学習に取り組む態度	運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う力を身につけることができたか。		
評価の 観 点 ・ 方 法	評価方法	知識・技能(技術)	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	座学(学習観察, 発言, 話し合い等)		○	○
	実験・実習(行動観察, 技能)	○		○
	テスト等	○	○	
	レポート・ノート・課題等	○	○	
	自己評価			○
	その他()			
	評価割合(%)	50	30	20
留意事項	1 授業は必ず運動着に着替えて参加する。 2 各学期において、授業時間数の4分の1を欠席しないように注意する。(不認定対象) 3 欠席が多い生徒には補習授業を課す。			
備考				

教科名	保健体育	科目名	保健	対象学年	2学年	履修	必修
対象学科	全学科	コース		単位数	1単位	時数	35
目 標 (生徒につけ たい力等)	・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とともに、技能を身につけるようにする。 ・健康について自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。 ・生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える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う。						

学 期	時数(時間)	学 習 項 目(何を学ぶのか)	学 習 内 容(どのように学ぶのか)
1学期	10	思春期と健康	思春期における心身の発達や性的成熟について理解する。
		性意識の変化と性行動の選択	自分の行動への責任感や異性の理解と尊重の必要性について理解する。
		結婚生活と健康	結婚生活と健康との関係について理解する。
		妊娠・出産と健康	受精、妊娠、出産の過程と、それに伴う健康課題について理解する。
		家族計画	家族計画の意義について理解する。
2学期	15	加齢と健康	加齢による心身の変化や、高齢期の健康課題について理解する
		高齢社会に対応した取り組み	高齢社会における健康課題について理解する。
		働くことと健康	働くことの意義と働き方の多様化について理解する。
		労働災害の防止	労働災害の変化に伴い、労働災害の要因も変化していることを理解する。
		働く人の健康づくり	職場での心身両面にわたる積極的な健康づくり活動について理解する。
		大気汚染と健康	大気汚染による健康への影響について理解する。
		水質汚濁・土壌汚染と健康	水質汚濁、土壌汚染による健康への影響について理解する
		健康被害を防ぐための環境対策	環境汚染による健康への影響を防ぐための行われている対策について理解する
		環境衛生に関わる活動	安全な水の確保のために必要な上下水道の整備の現状と課題について理解する。
		食品の安全性と健康	食品の安全性が損なわれると健康被害が生じる可能性があることを理解する
3学期	10	食品の安全性を確保する取り組み	食品の安全性を確保するための行政や生産・製造者の役割について理解する。
		保健制度とその活用	保健行政の役割について理解する
		医療制度とその活用	医療保険の仕組みについて理解する。

		医薬品の制度とその活用	医薬品には承認制度や販売に関する規制が設けられていることについて理解する。		
		様々な保健活動や対策	日本や世界では健康課題に対応した保健活動や対策が行われていることを理解する		
		誰もが健康に過ごせる社会に向けた環境づくり	自他の健康の保持・増進には健康を支える環境づくりが重要である。		
教科書/ 副教材	教科書「新高等保健体育」(大修館)副教材「保健学習ノート」(大修館)				
関連科目	「」				
評価の 観 点	知識・技術	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とともに、技能を身につける力がついたか。			
	思考・判断・表現	健康について自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝える力を養うことができたか。			
	主体的に学習に取り組む態度	生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える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うことができたか。			
評価の 観 点 ・ 方 法	評価方法		知識・技能(技術)	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	座学(学習観察、発言、話し合い等)			○	○
	実験・実習(行動観察、技能)		○		
	テスト等		○	○	○
	レポート・ノート・課題等		○	○	
	自己評価				○
	その他()				
評価割合(%)		50	30	20	
留意事項	1. 年間において、授業時間数の4分の1を欠席しないこと。(不認定対象) 2. ノート提出を課す(未提出者は不認定となる場合もある。)				
備考					

教科名	保健体育	科目名	体育	対象学年	3学年	履 修	必修
対象学科	全学科	コース		単位数	3単位	時 数	105
目 標 (生徒につけ たい力等)	<ul style="list-style-type: none"> ・運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身につけるようにする。 ・生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。 ・運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。 						

学 期	時数(時間)	学 習 項 目(何を学ぶのか)	学 習 内 容(どのように学ぶのか)
1学期	30	体づくり運動	体の基本的な動かし方、ケガをしないための準備を学ぶ。
		ロードワーク(陸上競技)	体力の向上及び効率的な走り方を学ぶ
		体力測定	様々な測定を通して自己の体力の状態、記録を出すための効率的な動き、力の発揮方法を学ぶ
		ソフトボール	状況に応じたバット操作と藻類での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防をすることを学ぶ
		体育理論	ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方について学ぶ
2学期	43	水泳	バタフライ・背泳ぎ・平泳ぎ・クロールの泳法の効率を高める方法を学ぶ。
		体づくり運動	体力測定の記録を参考にして、自己のねらいに応じて体力向上を図るための継続的な運動の計画を立てる方法を学ぶ
		柔道 ニュースポーツ	基本動作・投げ技などの基礎を学ぶ
		バドミントン・卓球	状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防を学ぶ 仲間と連携しゲームを展開する方法を学ぶ
		体育理論	ライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方、スポーツ推進のための施策と諸条件について学ぶ
3学期	32	バドミントン・卓球	状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防を学ぶ 仲間と連携しゲームを展開する方法を学ぶ
		サッカー ニュースポーツ	状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防することを学ぶ 仲間と連携しゲームを展開する方法を学ぶ
		バスケットボール	状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防することを学ぶ 仲間と連携しゲームを展開する方法を学ぶ
		体育理論	豊かなスポーツライフが広がる未来の社会について学ぶ
教科書/ 副教材	教科書「新高等保健体育」(大修館) 副教材「新高等保健体育ノート」(大修館)		

関連科目	「			
------	---	--	--	--

教科名	保健体育	科目名	生涯スポーツ	対象学年	3学年	履 修	選択
対象学科	全学科	コース		単位数	2単位	時 数	70
目 標 (生徒につけたい力等)	・生涯における健康の保持増進と体力向上のための基礎的な知識と実践力を養えるようにする。 ・生涯を通してスポーツの推進及び発展に必要な技能を身に付けるようにする。 ・生涯を通してスポーツを継続するとともに、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養えるようにする。						

学 期	時数(時間)	学 習 項 目(何を学ぶのか)	学 習 内 容(どのように学ぶのか)		
1学期	20	ソフトボール(軟式野球)	技術の名称や行い方を理解しコースの変化を用いた投球や状況に応じたバット操作や進塁をねらう動きを学ぶ。		
		スポレック(ソフトテニス)	空間を作り出す攻防を展開するための、サービスの変化やボールに変化をつけて打つ方法を学ぶ。		
2学期	28	水泳	泳法の特性を踏まえた改善についてのポイントを発見したり、事故防止に関する心得や留意点を理解し、健康・安全を確保して各泳法の効率的に泳ぐ方法を学ぶ。		
		バドミントン	空間を作り出す攻防を展開するための、連係プレイの基本的なフォーメーションに応じた動きを学ぶ。		
		バレーボール	空間を作り出す攻防を展開するための、連係プレイの基本的なフォーメーションに応じた動きを学ぶ。		
		卓球	サービスを狙った場所に打つための技術を身に付け変化をつけたり、相手の返球や守備位置などの状況に応じた攻防の方法を学ぶ。		
3学期	22	フットサル	状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防を学ぶ 仲間と連携しゲームを展開する方法を学ぶ		
		ハンドボール	安定したボール操作を目指し、ゴールの枠内にシュートをコントロールすることや、味方が操作しやすいパスを送ることを学ぶ。		
		バスケットボール	状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防することを学ぶ 仲間と連携しゲームを展開する方法を学ぶ		
教科書/ 副教材					
関連科目	「 」				
評価の 観 点	知識・技術	運動の合理的、計画的な実践通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身につけることができたか。			
	思考・判断・表現	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う力を身につけることができたか。			
	主体的に学習に取り組む態度	運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う力を身につけることができたか。			
評価の 観 点 ・ 方 法	評価方法		知識・技能(技術)	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	座学(学習観察, 発言, 話し合い等)				○
	実験・実習(行動観察, 技能)		○	○	○

	テスト等	○	○	
	レポート・ノート・課題等	○		
	自己評価			○
	その他()			
	評価割合(%)	50	30	20
留意事項	1 授業は必ず運動着に着替えて参加する。 2 各学期において、授業時間数の4分の1を欠席しないように注意する。(不認定対象) 3 欠席が多い生徒には補習授業を課す。			
備考	必修体育で扱わない、生涯スポーツにつながっていくような種目も扱う。			