

教科	科目	単位数	学年次	集団
保健体育	体育	3	1	全クラス（男子）

使用教科書	副教材等
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）

科目の目標
<p>体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。</p> <p>(1) 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、技能を身に付けるようにする。</p> <p>(2) 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>(3) 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>

評価の観点とその趣旨	
① 知識・技能	<ul style="list-style-type: none"> <li>運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の多様性や体力の必要性について理解している。</li> <li>運動の合理的、計画的な実践を通して、運動が豊かに継続することができるようにするための技能を身に付けている。</li> </ul>
② 思考・判断・表現	<p>自己や仲間の課題や豊かなスポーツライフを継続するための課題を発見し、</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>合理的、計画的な解決に向けて思考し判断する力を身に付けている。</li> <li>解決の仕方や気付いたこと等について自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を身に付けている。</li> </ul>
③ 主体的に学習に取り組む態度	<p>運動における競争や協働の経験を通して、</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>公正、協力、責任、参画、共生などの意欲を高めようとしている。</li> <li>健康・安全を確保したり、運動に主体的に取り組もうとしている。</li> </ul>
評価方法	
<ul style="list-style-type: none"> <li>運動の知識・技能の点検、確認、分析（スキルテスト、学習プリント・ノート等）</li> <li>記述の点検、確認、分析（レポート作成・ノート、グループワーク等）</li> <li>行動の観察、確認（グループ活動の姿勢、安全性の確保、授業への取組状況 等）</li> </ul>	

学習計画						
月	領域	単元	単元や題材など内容のまとめりごとの学習目標	評価の観点		
				①	②	③
4	体づくり運動	体ほぐしの運動（集団行動、体ほぐし） 実生活に生かす運動の計画	・集合、整頓、列の増減、方向変換などの仕方を理解し、行動することができる。	○		
			・様々な体ほぐしの運動を行うことを通して、自分の身体について気付いたり、仲間と関わり合ったりしている。		○	
			・定期的・計画的に運動を継続することは、心身の健康や体力の保持増進につながる意義があることを理解することができる。	○		
			・体ほぐしの運動を自主的に取り組むとともに、健康・安全を確保して活動している。			○
5	陸上競技	短距離走（インターバル走、リレー、新体力テスト）	・記録の向上につながる動きのポイントを理解し、技術と関連させた運動や練習を継続して行うことができる。	○		
			・合理的なフォームを身に付けることで、記録の向上につなげることができる。	○		
			・自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自分の考えを伝えることができる。		○	
			・練習に自主的に取り組むとともに、結果を受け止め、ルールやマナーを大切にしている。また、記録向上に向けて、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にし、お互いにアドバイスをしたり教え合ったりしている。			○
6	球技	ゴール型（バスケットボール）	・それぞれの種目において用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントについて、理解することができる。	○		
			パスを出した後次に次のパスを受ける動きをすることができる。	○		

			<ul style="list-style-type: none"> <li>・攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。</li> </ul>			○	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・練習に自主的に取り組み、お互いにアドバイスをしたり、教え合おうとしている。</li> </ul>				○
7	水泳	クロール、平泳ぎ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各泳法で用いられる技術の名称やポイントを理解し、それぞれの技術を実践することができる。また、記録の向上を目指して練習に自主的に取り組み、記録会で自らの実力を発揮することができる。</li> </ul>	○			
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・泳法などの自己や仲間の課題を発見し、その合理的な解決に向けて、運動の取り組み方を工夫するとともに、改善すべきポイントや自己の考えたことを他者に伝えることができる。</li> </ul>			○	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・練習に自主的に取り組むとともに、事故防止の心得を遵守し、健康・安全を確保している。</li> </ul>				○
8	体育理論	スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解している。</li> </ul>	○			
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について課題を発見している。</li> </ul>			○	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・課題を発見するための意見交換などの学習に自ら進んで取り組んでいる。</li> </ul>				○
9	体づくり運動	実生活に生かす運動の計画 新体力テスト	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動には体力向上の原則があることを理解し、運動のねらいやバランスを考え、自分に合った運動を計画し取り組むことができる。</li> </ul>	○			
10			<ul style="list-style-type: none"> <li>・新体力テストでは、記録の向上を目指して練習に自主的に取り組み、記録会で自らの実力を発揮することができる。</li> </ul>	○			
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動のねらいや体力の程度を踏まえ、自己や仲間の課題に応じた強度や時間を設定することができる。</li> </ul>			○	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・自主的に取り組むとともに、危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保することができる。</li> </ul>				○
11	球技	ネット型 (バレーボール) ゴール型 (サッカー)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・それぞれの種目において用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントについて、理解することができる。</li> </ul>	○			
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・ネット型では、役割に応じたボール操作や安定した用具の操作で攻防することができる。</li> <li>・ゴール型では、安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きによって、ゴール前への侵入などから攻防をすることができる。</li> </ul>			○	
12			<ul style="list-style-type: none"> <li>・攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。</li> </ul>			○	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・練習に自主的に取り組み、お互いにアドバイスをしたり、教え合おうとしている。</li> </ul>				○
1	陸上競技	長距離走	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自己の体力の程度に合ったペースを維持して走ることができる。また、設定されたコースやマラソン大会に向けて記録の向上を目指して練習に自主的に取り組み、自らの実力を発揮することができる。</li> </ul>	○			
2			<ul style="list-style-type: none"> <li>・記録の向上に有効な練習方法のやり方について、自己の考えを伝えることができる。</li> </ul>			○	
3			<ul style="list-style-type: none"> <li>・一人一人の体力の違いに応じた課題に自主的に取り組んでいる。</li> </ul>				○

教科	科目	単位数	学年次	集団
保健体育	体育	3	1	全クラス（女子）

使用教科書	副教材等
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）

科目の目標
<p>体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。</p> <p>(1) 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、技能を身に付けるようにする。</p> <p>(2) 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>(3) 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>

評価の観点とその趣旨	
① 知識・技能	<ul style="list-style-type: none"> <li>運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の多様性や体力の必要性について理解している。</li> <li>運動の合理的、計画的な実践を通して、運動が豊かに継続することができるようにするための技能を身に付けている。</li> </ul>
② 思考・判断・表現	<ul style="list-style-type: none"> <li>自己や仲間の課題や豊かなスポーツライフを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力を身に付けている。</li> <li>解決の仕方や気付いたこと等について自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を身に付けている。</li> </ul>
③ 主体的に学習に取り組む態度	<ul style="list-style-type: none"> <li>運動における競争や協働の経験を通して、公正、協力、責任、参画、共生などの意欲を高めようとしている。</li> <li>健康・安全を確保したり、運動に主体的に取り組もうとしている。</li> </ul>

評価方法
<ul style="list-style-type: none"> <li>運動の知識・技能の点検、確認、分析（スキルテスト、学習プリント・ノート等）</li> <li>記述の点検、確認、分析（レポート作成・ノート、グループワーク等）</li> <li>行動の観察、確認（グループ活動の姿勢、安全性の確保、授業への取組状況 等）</li> </ul>

学習計画						
月	領域	単元	単元や題材など内容のまとめりごとの学習目標	評価の観点		
				①	②	③
4	体づくり運動	体ほぐしの運動 (集団行動、体ほぐし) 実生活に生かす運動の計画	・集合、整頓、列の増減、方向変換などの仕方を理解し、行動することができる。	○		
			・様々な体ほぐしの運動を行うことを通して、自分の身体について気付いたり、仲間と関わり合ったりしている。		○	
			・定期的・計画的に運動を継続することは、心身の健康や体力の保持増進につながる意義があることを理解することができる。	○		
5	陸上競技	短距離走・中距離走 (インターバル走、リレー、新体力テスト)	・体ほぐしの運動を自主的に取り組むとともに、健康・安全を確保して活動している。			○
			・記録の向上につながる動きのポイントを理解し、技術と関連させた運動や練習を継続して行うことができる。	○		
			・合理的なフォームを身に付けることで、記録の向上につながる。	○		
			・自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自分の考えを伝えることができる。		○	
	球技	ネット型 (テニス) ベースボール型 (ソフトボール)	・練習に自主的に取り組むとともに、結果を受け止め、ルールやマナーを大切にしている。また、記録向上に向けて、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切に、お互いにアドバイスをしたり教え合ったりしている。			○
			・それぞれの種目において用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントについて、理解することができる。	○		

6		(ネットボール)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ネット型では、役割に応じたボール操作や安定した用具の操作で攻防することができる。</li> <li>・ベースボール型では、安定したバット操作とボール操作によって攻防をすることができる。</li> </ul>	<input type="radio"/>				
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。</li> </ul>		<input type="radio"/>			
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・練習に自主的に取り組み、お互いにアドバイスをしたり、教え合おうとしている。</li> </ul>			<input type="radio"/>		
7	水泳	クロール、平泳ぎ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各泳法で用いられる技術の名称やポイントを理解し、それぞれの技術を実践することができる。また、記録の向上を目指して練習に自主的に取り組み、記録会で自らの実力を発揮することができる。</li> </ul>	<input type="radio"/>				
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・泳法などの自己や仲間の課題を発見し、その合理的な解決に向けて、運動の取り組み方を工夫するとともに、改善すべきポイントや自己の考えたことを他者に伝えることができる。</li> </ul>		<input type="radio"/>			
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・練習に自主的に取り組むとともに、事故防止の心得を遵守し、健康・安全を確保している。</li> </ul>			<input type="radio"/>		
8	9	体育理論	スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解している。</li> </ul>	<input type="radio"/>			
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について課題を発見している。</li> </ul>		<input type="radio"/>			
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・課題を発見するための意見交換などの学習に自ら進んで取り組んでいる。</li> </ul>			<input type="radio"/>		
10	体づくり運動	実生活に生かす運動の計画 新体力テスト	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動には体力向上の原則があることを理解し、運動のねらいやバランスを考え、自分に合った運動を計画し取り組むことができる。</li> </ul>	<input type="radio"/>				
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・新体力テストでは、記録の向上を目指して練習に自主的に取り組み、記録会で自らの実力を発揮することができる。</li> </ul>	<input type="radio"/>				
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動のねらいや体力の程度を踏まえ、自己や仲間の課題に応じた強度や時間を設定することができる。</li> </ul>		<input type="radio"/>			
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・自主的に取り組むとともに、危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保することができる。</li> </ul>			<input type="radio"/>		
11	12	球技	ゴール型 (サッカー)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・それぞれの種目において用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントについて、理解することができる。</li> </ul>	<input type="radio"/>			
			ネット型 (バレーボール)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゴール型では、安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きによって、ゴール前への侵入などから攻防をすることができる。</li> <li>・ネット型では、役割に応じたボール操作や安定した用具の操作で攻防することができる。</li> </ul>	<input type="radio"/>			
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。</li> </ul>		<input type="radio"/>			
1	2	3	陸上競技	長距離走	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自己の体力の程度に合ったペースを維持して走ることができる。また、設定されたコースやマラソン大会に向けて記録の向上を目指して練習に自主的に取り組み、自らの実力を発揮することができる。</li> </ul>	<input type="radio"/>		
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・記録の向上に有効な練習方法のやり方について、自己の考えを伝えることができる。</li> </ul>		<input type="radio"/>			
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・一人一人の体力の違いに応じた課題に自主的に取り組んでいる。</li> </ul>			<input type="radio"/>		

教科	科目	単位数	学年次	集団
保健体育	保健	1	1	全クラス

使用教科書	副教材等
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）

科目の目標
<p>保健の見方・考え方を働かせ、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、生涯を通じて人々が自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を育成することを目指す。</p> <p>(1) 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、技能を身に付けるようにする。</p> <p>(2) 健康についての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。</p> <p>(3) 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。</p>

評価の観点とその趣旨	
① 知識・技能	<ul style="list-style-type: none"> <li>・現代社会と健康について、自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくことが重要であることへの理解を深めること。</li> <li>・安全な社会生活について、事故等の発生には人的要因及び環境要因が関わることを踏まえ、個人の取組に加えて社会的な取組が求められることへの理解を深めるとともに、個人が心肺蘇生法を含む応急手当の技能を身に付けている。</li> </ul>
② 思考・判断・表現	<ul style="list-style-type: none"> <li>・現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</li> <li>・安全な社会生活に関わる事象や情報から課題を発見し、自他や社会の危険の予測を基に、危険を回避したり、障害の悪化を防止したりする方法を選択し、安全な社会の実現に向けてそれらを説明することができる。</li> </ul>
③ 主体的に学習に取り組む態度	<ul style="list-style-type: none"> <li>・現代社会と健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートに記述したりするような学習に主体的に取り組もうとしている。</li> <li>・安全な社会生活について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートに記述したりするような学習に主体的に取り組もうとしている。</li> </ul>

評価方法
<ul style="list-style-type: none"> <li>・知識・技能の点検、確認、分析（定期テスト、応急手当の実技、学習プリント・ノート等）</li> <li>・記述の点検、確認、分析（学習プリント・ノート、グループワーク等）</li> <li>・行動の観察、確認（提出物等への取組状況、授業への取組状況等）</li> </ul>

学習計画						
月	項目	単元	単元や題材など内容のまとめりごとの学習目標	評価の観点		
				①	②	③
4	現代社会と健康	(7) 健康の考え方	国民の健康水準の向上や疾病構造の変化について理解している。	○		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・国民の健康課題</li> <li>・健康の考え方と成り立ち</li> <li>・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</li> </ul>	健康の考え方について、課題を発見し、解決の方法を思考し、判断するとともに、それらを表現することができる。			

5	(ウ)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、調和のとれた生活の実践や疾病の早期発見、及び社会的な対策が必要であることを理解している。	○		
6		生活習慣病などの予防と回復について、習得した知識を基に自他の生活習慣や社会環境を分析し、個人の取組や社会的な対策を整理している。		○	
		生活習慣病の予防や回復について、課題解決に向けての話合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組んでいる。			○
7	(エ)喫煙、飲酒、薬物 乱用と健康	喫煙と飲酒が生活習慣病などの要因になることや、薬物乱用が心身の健康や社会に深刻な影響を与えていることについて理解している。	○		
9	・喫煙、飲酒と健康				
	・薬物乱用と健康	喫煙や飲酒、薬物乱用について、課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。		○	
10		喫煙、飲酒、薬物乱用と健康について、課題解決に向けた話合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組んでいる。			○
	(オ)精神疾患の予防と 回復	精神疾患の予防と回復には、調和のとれた生活の実践や早期の心身の不調への気付き、様々な方法でストレスを緩和することが重要であることを理解している。	○		
11	・精神疾患の特徴				
	・精神疾患への対処	精神疾患の予防と回復について、課題を発見し、健康を支える環境づくりと解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。		○	
	(イ)現代の感染症とそ の予防	感染症の発生や流行、その予防について、理解している。	○		
12		感染症とその予防について、課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。		○	
	安全な社会生活	(ア)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を理解している。	○	
1	・事故の現状と発生要 因				
	・安全な社会の形成	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、それらを表現することができる。		○	
	・交通安全				
	(イ)応急手当	応急手当には、正しい手順や方法があり、傷害や疾病の悪化を軽減できることや時間とともに身体が損なわれていくことを理解している。	○		
2	・応急手当の意義				
	・日常的な応急手当	心肺蘇生法などの応急手当の方法を理解し、適切に行うことができる。	○		
	・心肺蘇生法	応急手当の実習などの学習活動に意欲的に取り組んでいる。			○