

年間指導計画表(シラバス)

科目名	保健体育・体育①	単位数	2(通年)
		学年等	平日登校コース・1年次

1 学習の到達目標等

学習の到達目標	<p>運動の多様性や体力の必要性について理解し、技能を身に付けることで、生涯にわたって運動を継続できる。</p> <p>課題を発見し、自己や仲間の考えを他者に伝えることができる。</p> <p>一人ひとりの違いを大切にし、健康や安全を確保して、運動に親しむことができる。</p>
使用教科書 副教材等	現代高等保健体育(大修館書店)

2 評価の観点等

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
趣旨	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、具体的な知識と汎用的な知識を関連させて理解し、健康・安全を確保して学習に取り組むことができる。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指し、自己や仲間の課題解決に向けて、取組を工夫したり、自己や仲間の考えを他者に伝えることができる。	運動を継続する意義を理解し、課題解決や練習、試合、発表などの仲間との学習に主体的、意欲的に取り組もうとする。
評価点	140点	140点	140点

3 評価の計画

学期	単元	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
前期	1 体づくり運動 2 ソフトボール 3 バドミントン 4 卓球 5 ダンス 6 体育理論	・スキルテスト	・授業の観察・態度 ・ワークシート	・授業に臨む態度 ・授業参加の内容
	評価点	70点	70点	70点
後期	1 体育理論 6 陸上(長距離) 2 ソフトボール 7 体づくり運動 3 バドミントン 4 卓球 5 ダンス	・スキルテスト	・授業の観察・態度 ・ワークシート	・授業に臨む態度 ・授業参加の内容
	評価点	70点	70点	70点

4 指導の計画

学期	月	単元及び学習内容	時数
前期	4	1 体づくり運動 体ほぐしの運動 体力を高める運動	4
	5	2 ソフトボール キャッチボール バッティング ピッチング ポジション ルール 攻撃や守備 ゲーム	8
	6	3 バドミントン シャトル慣れ ラケットワーク 各種フライトの打ち方 ルール ラリー サービス(フォア・バック) ゲーム	7
	7	4 卓球 ピン球慣れ ラケットワーク サーブの打ち方(フォア・バック) ルール ラリー ゲーム	8
	8	5 ダンス テーマに対してふさわしい動きをする 仲間と協力してまとめる 音楽に合わせて仲間と発表をする	2
	9	6 体育理論 01 スポーツの始まりと変遷 02 文化としてのスポーツ 03 オリンピックとパラリンピックの意義 前期の学習のまとめ	4 2
後期	10	1 体育理論 04 スポーツが経済に及ぼす効果 05 スポーツの高潔さとドーピング 06 スポーツと環境	8
	11	2 ソフトボール キャッチボール バッティング ピッチング ポジション ルール 攻撃や守備 ゲーム	8
	12	3 バドミントン シャトル慣れ ラケットワーク 各種フライトの打ち方 ルール ラリー サービス(フォア・バック) ゲーム	6
	1	4 卓球 ピン球慣れ ラケットワーク サーブの打ち方(フォア・バック) ルール ラリー ゲーム	6
	2	5 ダンス テーマに対してふさわしい動きをする 仲間と協力してまとめる 音楽に合わせて仲間と発表をする	2
		6 陸上(長距離) ペースランニング	2
		7 体づくり運動 ストレッチ ウェイトトレーニング	1
	3 後期の学習のまとめ	2	

5 その他

体育①の授業では、ラジオ体操や補強後、種目ごと期間を定めて後期中間考査まで種目をローテーションしながら行います。それ以降は自分の意志で種目を選択し、ラジオ体操や補強、ペースランニング後にその種目を行います。評価の観点は種目ごとでスキルテストを行い知識や技能を評価し、思考・判断・表現では授業中の観察や態度など行動観察で評価し、欠課や見学、忘れ物などをしないように主体的に挑む態度を評価します。

年間指導計画表(シラバス)

科目名	保健体育・体育②	単位数	2(通年)
		学年等	平日登校コース・2年次

1 学習の到達目標等

学習の到達目標	<p>運動の多様性や体力の必要性について理解し、技能を身に付けることで、生涯にわたって運動を継続できる。</p> <p>課題を発見し、自己や仲間の考えを他者に伝えることができる。</p> <p>一人ひとりの違いを大切にし、健康や安全を確保して、運動に親しむことができる。</p>
使用教科書 副教材等	現代高等保健体育(大修館書店)

2 評価の観点等

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
趣旨	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、具体的な知識と汎用的な知識を関連させて理解し、健康・安全を確保して学習に取り組むことができる。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指し、自己や仲間の課題解決に向けて、取組を工夫したり、自己や仲間の考えを他者に伝えることができる。	運動を継続する意義を理解し、課題解決や練習、試合、発表などの仲間との学習に主体的、意欲的に取り組もうとする。
評価点	140点	140点	140点

3 評価の計画

学期	単元	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
前期	1 体づくり運動 2 サッカー 3 テニス 4 バスケット 5 ダンス 6 体育理論	・スキルテスト	・授業の観察・態度 ・ワークシート	・授業に臨む態度 ・授業参加の内容
	評価点	70点	70点	70点
後期	1 体育理論 2 サッカー 3 テニス 4 バスケット 5 バドミントン 6 卓球 7 ソフトボール 8 ソフトバレー 9 陸上(長距離) 10 体づくり運動	・スキルテスト	・授業の観察・態度 ・ワークシート	・授業に臨む態度 ・授業参加の内容
	評価点	70点	70点	70点

4 指導の計画

学期	月	単元及び学習内容	時数	
前期	4	1 体づくり運動 体ほぐしの運動 体力を高める運動	1	
	5	2 サッカー パス キックの種類 ドリブル トラッピング シュート ルール 攻撃や守備 ゲーム	5	
	6	3 テニス ボール慣れ ラケットワーク フットワーク サーブ ルール ゲーム	8	
	7	4 バスケット パス ドリブル シュート(ドリブル・レイアップ) ルール ゲーム	8	
	8	5 ダンス テーマに対してふさわしい動きをする 仲間と協力してまとめる 音楽に合わせて仲間と発表をする	7	
	9	6 体育理論 01 スポーツにおける技能と体力 02 スポーツにおける技術と戦術 03 技能の上達過程と練習	4	
		前期の学習のまとめ	2	
	後期	10	1 体育理論 04 効果的な動きのメカニズム 05 体カトレーニング 06 運動やスポーツでの安全の確保	3
			2 サッカー 前期に同じ	5
11		3 テニス 前期に同じ	3	
		4 バスケット 前期に同じ	3	
12		5 バドミントン シャトル慣れ ラケットワーク 各種フライトの打ち方 ルール ラリー サービス(フォア・バック) ゲーム	4	
		6 卓球 ピン球慣れ ラケットワーク サーブの打ち方(フォア・バック) ルール ラリー ゲーム	6	
1		7 ソフトボール キャッチボール バッティング ピッチング ポジション ルール 攻撃や守備 ゲーム	4	
2		8 ソフトバレー ボール慣れ パス(オーバー・アンダー) レシーブ スパイク ルール 攻撃や守備 ゲーム	2	
		9 陸上(長距離) ペースランニング	2	
		10 体づくり運動 ストレッチ ウェイトトレーニング	1	
3	後期の学習のまとめ	2		

5 その他

体育②の授業では、ラジオ体操や補強後、前期は種目ごと期間を定めて種目をローテーションしながら行います。後期は自分の意志で種目を選択し、ラジオ体操や補強、ペースランニング後その種目を行います。評価の観点は種目ごとでスキルテストを行い知識や技能を評価し、思考・判断・表現では授業中の観察や態度など行動観察で評価し、欠課や見学、忘れ物などをしないように主体的に挑む態度を評価します。

年間指導計画表(シラバス)

科目名	保健体育・体育A	単位数	1(前期又は後期)
		学年等	平日登校コース・2年次

1 学習の到達目標等

学習の到達目標	<p>運動の多様性や体力の必要性について理解し、技能を身に付けることで、生涯にわたって運動を継続できる。</p> <p>課題を発見し、自己や仲間の考えを他者に伝えることができる。</p> <p>一人ひとりの違いを大切にし、健康や安全を確保して、運動に親しむことができる。</p>
使用教科書 副教材等	現代高等保健体育(大修館書店)

2 評価の観点等

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
趣旨	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、具体的な知識と汎用的な知識を関連させて理解し、健康・安全を確保して学習に取り組むことができる。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指し、自己や仲間の課題解決に向けて、取組を工夫したり、自己や仲間の考えを他者に伝えることができる。	運動を継続する意義を理解し、課題解決や練習、試合、発表などの仲間との学習に主体的、意欲的に取り組もうとする。
評価点	140点	140点	140点

3 評価の計画

学期	単元	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
前半	1 体づくり運動 2 ソフトボール 3 卓球 4 ソフトバレー 5 バスケット	・スキルテスト	・授業の観察・態度 ・ワークシート	・授業に臨む態度 ・授業参加の内容
	評価点	70点	70点	70点
後半	1 体づくり運動 2 ソフトボール 3 卓球 4 ソフトバレー 5 バスケット	・スキルテスト	・授業の観察・態度 ・ワークシート	・授業に臨む態度 ・授業参加の内容
	評価点	70点	70点	70点

4 指導の計画

学期	月	月	単元及び学習内容	時数
前半	4	10	1 体づくり運動 体ほぐしの運動 体力を高める運動	2
			2 ソフトボール キャッチボール バッティング ピッチング ポジション ルール 攻撃や守備 ゲーム	2
	5	11	3 卓球 ピン球慣れ ラケットワーク(フォア・バック) サーブの打ち方 ルール ラリー ゲーム	4
			4 ソフトバレー ボール慣れ パス(オーバー・アンダー) レシーブ スパイク ルール 攻撃や守備 ゲーム	4
	6	12	5 バスケット パス ドリブル シュート(ドリブル・レイアップ) ルール ゲーム	3
		12 前半の学習のまとめ	2	
後半	6	12	1 体づくり運動 体ほぐしの運動 体力を高める運動	2
	7	1	2 ソフトボール キャッチボール バッティング ピッチング ポジション ルール 攻撃や守備 ゲーム	4
			3 卓球 ピン球慣れ ラケットワーク(フォア・バック) サーブの打ち方 ルール ラリー ゲーム	4
	8	2	4 ソフトバレー ボール慣れ パス(オーバー・アンダー) レシーブ スパイク ルール 攻撃や守備 ゲーム	2
			5 バスケット パス ドリブル シュート(ドリブル・レイアップ) ルール ゲーム	4
9	3	後半の学習のまとめ	2	

5 その他

体育Aの授業では、ラジオ体操や補強後、種目ごと期間を定めて前半まで種目をローテーションしながら行います。後半は自分の意志で種目を選択し、ラジオ体操や補強後にその種目を行います。評価の観点は種目ごとでスキルテストを行い知識や技能を評価し、思考・判断・表現では授業中の観察や態度など行動観察で評価し、欠課や見学、忘れ物などをしないように主体的に挑む態度を評価します。

年間指導計画表(シラバス)

科目名	保健体育・保健①	単位数	1(通年)
		学年等	平日登校コース・1年次

1 学習の到達目標等

学習の到達目標	現代社会における健康及び安全な社会生活について多くの知識を習得するだけでなく、体験や思考を通じて心を豊かにし、健康な社会生活を送ることができる。
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)

2 評価の観点等

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
趣旨	現代社会と健康及び安全な社会生活について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、それに関わる技能を活用することができる。	現代社会と健康及び安全な社会生活について、課題の解決を目指して総合的に考え、判断し、それらを表現することができる。	現代社会と健康及び安全な社会生活について関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。
評価点	140点	140点	140点

3 評価の計画

学期	単元	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
前期	1 現代社会と健康 01~14	・定期考査	・定期考査 ・ノート	・授業の観察 ・授業に臨む態度 ・授業参加の内容
	評価点	70点	70点	70点
後期	1 現代社会と健康 15~19	・定期考査	・定期考査 ・ノート	・授業の観察 ・授業に臨む態度 ・授業参加の内容
	2 安全な社会生活 01~06			
評価点		70点	70点	70点

4 指導の計画

学期	月	単元及び学習内容	時数
前期	4	1 現代社会と健康	15
	5	01 健康の考え方と成り立ち 02 私たちの健康のすがた	
		03 生活習慣病の予防と回復 04 がんの原因と予防 05 がんの治療と回復	
	6	06 運動と健康 07 食事と健康 08 休養・睡眠と健康	
	7	09 喫煙と健康 10 飲酒と健康 11 薬物乱用と健康	
	8	12 精神疾患の特徴 13 精神疾患の予防 14 精神疾患からの回復	
	9		
	 前期期末考査	
		前期の学習のまとめ	1
後期	10	1 現代社会と健康	8
		15 現代の感染症 16 感染症の予防 17 性感染症・エイズとその予防	
	11	18 健康に関する意思決定・行動選択 19 健康に関する環境づくり	
	12	2 安全な社会生活	8
		01 事故の現状と発生要因 02 安全な社会の形成 03 交通における安全	
	1	04 応急手当の意義とその基本 05 日常的な応急手当 06 心肺蘇生法	
	2	 後期期末考査
3	後期の学習のまとめ	1	

5 その他

保健は、生涯を通じて健康で安全な生活を送るための基礎を培う上で、中心的な役割を担う科目です。学習内容を基に、日常生活の中で課題を解決したり、健康的な生活を実践したりできるようになることを目指します。自分や家族、友人など身近な人々の生活と結びつけながら、学習を進めていきましょう！

年間指導計画表(シラバス)

科目名	保健体育・保健②	単位数	1(前期又は後期)
		学年等	平日登校コース・2年次

1 学習の到達目標等

学習の到達目標	生涯を通じる健康及び健康を支える環境づくりについて多くの知識を習得するだけでなく、体験や思考を通じて心を豊かにし、健康な社会生活を送ることができる。
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)

2 評価の観点等

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
趣旨	生涯を通じる健康及び健康を支える環境づくりについて、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、それに関わる技能を活用することができる。	生涯を通じる健康及び健康を支える環境づくりについて、課題の解決を目指して総合的に考え、判断し、それらを表現することができる。	生涯を通じる健康及び健康を支える環境づくりについて関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。
評価点	140点	140点	140点

3 評価の計画

学期	単元	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
前半	3 生涯を通じる健康 01~10	・定期考査	・定期考査 ・ノート	・授業の観察 ・授業に臨む態度 ・授業参加の内容
	評価点	70点	70点	70点
後半	4 健康を支える環境づくり 01~11	・定期考査	・定期考査 ・ノート	・授業の観察 ・授業に臨む態度 ・授業参加の内容
	評価点	70点	70点	70点

4 指導の計画

学期	月	月	単元及び学習内容	時数		
前半	4	10	3 生涯を通じる健康 01 ライフステージと健康 02 思春期と健康 03 性意識と性行動の選択 04 妊娠・出産と健康 05 避妊法と人工妊娠中絶	15		
	5					
		11	06 結婚生活と健康 07 中高年期と健康 08 働くことと健康 09 労働災害と健康 10 健康的な職業生活			
	6					
		12	前半の学習のまとめ			
			中間審査(前期又は後期)	1		
後半	6	12	4 健康を支える環境づくり 01 大気汚染と健康 02 水質汚濁、土壌汚染と健康 03 環境と健康にかかわる対策 04 ごみの処理と上下水道の整備 05 食品の安全性 06 食品衛生にかかわる活動 07 保健サービスとその活用 08 医療サービスとその活用 09 医薬品の制度とその活用 10 さまざまな保健活動や社会的対策 11 健康に関する環境づくりと社会参加	16		
	7					
		1				
	8					
		2				
	9					
					期末審査(前期又は後期)	1
		3	後半の学習のまとめ		1	

5 その他

保健は、生涯を通じて健康で安全な生活を送るための基礎を培う上で、中心的な役割を担う科目です。学習内容を基に、日常生活の中で課題を解決したり、健康的な生活を実践したりできるようになることを目指します。自分や家族、友人など身近な人々の生活と結びつけながら、学習を進めていきましょう！