

保健体育		科 1 年	体育	年間授業計画 (シラバス)		
科目名	体育	対象	スポーツコース	単位数	4	単位
教科書	最新高等保健体育		出版社	大修館書店		
副教材	最新高等保健体育ノート					

1 学習の到達目標

① 運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を高める。
③ 健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。

2 評価の観点・内容・方法、成績評価の方法

① 評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
評価の内容	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。	選択した運動の技術(技)の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	グループでの課題解決学習	技能テスト	理解度テスト

② 成績評価の方法

①の評価の方法によって、学年末に評定をまとめます。

評価の内容 定期考査8割 平常点(学習態度・小テスト・ノート・課題など)2割

3 学習計画

月	学習単元		主な学習内容とねらい		時間数
	体育	演習	体育	演習	
4	ガイダンス	ガイダンス	体育理論①	心肺蘇生法	体育 33
5	体育理論①	心肺蘇生法 ・現場における応急手当 ・AED講習会	1. 人間にとって「動く」とは 2. スポーツの始まりと変遷 3. スポーツ文化の楽しみ方	・日常的に起こるけがの症状に応じて適切な応急手当ができるようになる。 ・外部の専門家の指導の下、心肺蘇生法(AED)講習会を開催し、救命講習認定証が交付できるよう取り組むこと。	
	新体力テスト	スポーツ栄養学 ・水分補給について	新体力テスト ・新体力テストを実施することで、自分の体力を把握する。結果を評価し目標を立て、授業を積極的に取り組めるようにする。	スポーツ栄養学 ・スポーツ活動を進めるにあたり、自己の身体について基礎的な知識と、スポーツ栄養学に基づきより専門的な知識が必要であることを学ぶ。	演習 10
	体づくり運動 <男女> ラジオ体操第1 マット運動		体づくり運動 ・体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体力の違いに配慮し、合意形成に		

6	6	6	6	6	6
	6	6	6	6	6
	7	7	7	7	7
	8	8	8	8	8
	9	9	9	9	9
	10	10	10	10	10
	11	11	11	11	11
	12	12	12	12	12
1	1	1	1	1	1
2	2	2	2	2	2
3	3	3	3	3	3

保健体育 科 1 年		体育		年間授業計画 (シラバス)	
科目名	体育	対象	進学 I	コース	単位数 2 単位
教科書	最新高等保健体育			出版社	大修館書店
副教材	最新高等保健体育ノート				

1 学習の到達目標

① 運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を高める。
③ 健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。

2 評価の観点・内容・方法, 成績評価の方法

① 評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
評価の内容	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。	選択した運動の技術(技)の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	グループでの課題解決学習	技能テスト	理解度テスト

② 成績評価の方法

①の評価の方法によって、学年末に評定をまとめます。

評価の内容 定期考査8割 平常点(学習態度・小テスト・ノート・課題など)2割

3 学習計画

	学 習 単 元	主 な 学 習 内 容 と ね ら い	時 間 数
	体 育		
4	ガイダンス	体育理論① 1. 人間にとって「動く」とは 2. スポーツの始まりと変遷 3. スポーツ文化の楽しみ方 新体力テスト ・新体力テストを実施することで、自分の体力を把握する。結果を評価し目標を立て、授業を積極的に取り組めるようにする。 体づくり運動 ・体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体力などの違いに配慮し、合意形成に貢献することなどに興味を持ち、体力の構成要素や体づくり運動の実生活への取り入れ方を理解し、自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫することができる。 ラジオ体操	24
5	体育理論① 新体力テスト		
6	体づくり運動 <男女> ラジオ体操第1 マット運動		
7			

		<ul style="list-style-type: none"> ・ラジオ体操第1を習得し、準備運動とする。 	
8	<p>体育理論②</p>	<p>マット運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「倒立前転 → 側方倒立回転 → 跳び前転 → 前転 → 着地」の技を連続して滑らかに行い演技する。 ・技がよりよくできる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技を高めて、演技することができる。 	
9	<p>体づくり運動</p>	<p>体育理論②</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. オリンピックと国際理解 5. スポーツと経済 6. ドーピングとスポーツ倫理 	
10	<p><男子> サッカー</p>	<p>サッカー</p> <ul style="list-style-type: none"> ・インサイドキック、インステップキック、トラッピング、リフティング、ドリブルゲーム 	26
11	<p><女子> ソフトテニス</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・安定したボール操作と空間を作りだすなどの連携した動きによってゴール前への侵入などから攻防を展開する。 	
12		<p>ソフトテニス</p> <ul style="list-style-type: none"> ・フォアハンドストローク、サービス、ボレー、ゲーム ・役割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いた場所をめぐる攻防を展開すること。 	
1	<p>体づくり運動</p>	<p>バスケットボール</p> <ul style="list-style-type: none"> ・パス、ドリブル、ドリブルシュート、ジャンプシュート、ゴール下シュート、セットシュート、ゲーム 	
2	<p><男女> バスケットボール</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・仲間と連携してゴール前の空間を使ったり、ゴール前の区間を作り出したりして攻防を展開する。 ・安定したボール操作と空間を作りだすなどの連携した動きによってゴール前への侵入などから攻防を展開する。 	12
3		<ul style="list-style-type: none"> ・フェアプレイを大切にすることや仲間を尊重し、合意形成に貢献することなどに意欲をもち、健康や安全に留意する。 	

保健体育		科 1 年	体育	年間授業計画 (シラバス)		
科目名	体育	対象	進学Ⅱ	コース	単位数	2 単位
教科書	最新高等保健体育		出版社		大修館書店	
副教材	最新高等保健体育ノート					

1 学習の到達目標

- ② 運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
- ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を高める。
- ③ 健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。

2 評価の観点・内容・方法、成績評価の方法

① 評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
評価の内容	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。	選択した運動の技術(技)の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	グループでの課題解決学習	技能テスト	理解度テスト

② 成績評価の方法

①の評価の方法によって、学年末に評定をまとめます。

評価の内容 定期考査8割 平常点(学習態度・小テスト・ノート・課題など)2割

3 学習計画

	学 習 単 元	主 な 学 習 内 容 と ね ら い	時間数
	体 育		
4	ガイダンス	体育理論① 1. 人間にとって「動く」とは 2. スポーツの始まりと変遷 3. スポーツ文化の楽しみ方 新体力テスト ・新体力テストを実施することで、自分の体力を把握する。結果を評価し目標を立て、授業を積極的に取り組めるようにする。 体づくり運動 ・体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体力などの違いに配慮し、合意形成に貢献することなどに興味を持ち、体力の構成要素や体づくり運動の実生活への取り入れ方を理解し、自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫することができる。 ラジオ体操	24
5	体育理論① 新体力テスト		
6	体づくり運動 <男女> ラジオ体操第1 マット運動		
7			

		<ul style="list-style-type: none"> ・ラジオ体操第1を習得し、準備運動とする。 	
8	体育理論②	<p>マット運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「倒立前転 → 側方倒立回転 → 跳び前転 → 前転 → 着地」の技を連続して滑らかに行い演技する。 ・技がよりよくできる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技を高めて、演技することができる。 	
9	体づくり運動	<p>体育理論②</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. オリンピックと国際理解 5. スポーツと経済 6. ドーピングとスポーツ倫理 	
10	<男子> サッカー	<p>サッカー</p> <ul style="list-style-type: none"> ・インサイドキック、インステップキック、トラッピング、リフティング、ドリブル、ゲーム ・安定したボール操作と空間を作りだすなどの連携した動きによってゴール前への侵入などから攻防を展開する。 	26
11	<女子> ソフトテニス	<p>ソフトテニス</p> <ul style="list-style-type: none"> ・フォアハンドストローク、サービス、ボレー、ゲーム ・役割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いた場所をめぐる攻防を展開すること。 	
12			
1	体づくり運動	<p>バスケットボール</p> <ul style="list-style-type: none"> ・パス、ドリブル、ドリブルシュート、ジャンプシュート、ゴール下シュート、セットシュート・ゲーム ・仲間と連携してゴール前の空間を使ったり、ゴール前の区間を作り出したりして攻防を展開する。 ・安定したボール操作と空間を作りだすなどの連携した動きによってゴール前への侵入などから攻防を展開する。 ・フェアプレイを大切にすることや仲間を尊重し、合意形成に貢献することなどに意欲をもち、健康や安全に留意する。 	
2	<男女> バスケットボール		12
3			

保健体育		科 1 年	体育	年間授業計画 (シラバス)		
科目名	体育	対象	特進	コース	単位数	2 単位
教科書	最新高等保健体育			出版社	大修館書店	
副教材	最新高等保健体育ノート					

1 学習の到達目標

- ① 運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
- ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を高める。
- ③ 健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。

2 評価の観点・内容・方法、成績評価の方法

① 評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
評価の内容	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。	選択した運動の技術(技)の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	グループでの課題解決学習	技能テスト	理解度テスト

② 成績評価の方法

①の評価の方法によって、学年末に評定をまとめます。

評価の内容 定期考査8割 平常点(学習態度・小テスト・ノート・課題など)2割

3 学習計画

	学 習 単 元	主 な 学 習 内 容 と ね ら い	時間数
	体 育		
4	ガイダンス	体育理論① 1. 人間にとって「動く」とは 2. スポーツの始まりと変遷 3. スポーツ文化の楽しみ方 新体力テスト ・新体力テストを実施することで、自分の体力を把握する。結果を評価し目標を立て、授業を積極的に取り組めるようにする。 体づくり運動 ・体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体力などの違いに配慮し、合意形成に貢献することなどに興味を持ち、体力の構成要素や体づくり運動の実生活への取り入れ方を理解し、自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫することができる。 ラジオ体操	24
5	体育理論① 新体力テスト		
6	体づくり運動 <男女> ラジオ体操第1 マット運動		
7			

		<ul style="list-style-type: none"> ・ラジオ体操第1を習得し、準備運動とする。 	
8	体育理論②	<p>マット運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「倒立前転 → 側方倒立回転 → 跳び前転 → 前転 → 着地」の技を連続して滑らかに行い演技する。 ・技がよりよくできる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技を高めて、演技することができる。 	
9	体づくり運動	<p>体育理論②</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. オリンピックと国際理解 5. スポーツと経済 6. ドーピングとスポーツ倫理 	
10	<男子> サッカー	<p>サッカー</p> <ul style="list-style-type: none"> ・インサイドキック、インステップキック、トラッピング、リフティング、ドリブルゲーム 	26
11	<女子> ソフトテニス	<ul style="list-style-type: none"> ・安定したボール操作と空間を作りだすなどの連携した動きによってゴール前への侵入などから攻防を展開する。 	
12		<p>ソフトテニス</p> <ul style="list-style-type: none"> ・フォアハンドストローク、サービス、ボレー、ゲーム ・役割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いた場所をめぐる攻防を展開すること。 	
1	体づくり運動	<p>バスケットボール</p> <ul style="list-style-type: none"> ・パス、ドリブル、ドリブルシュート、ジャンプシュート、ゴール下シュート、セットシュート、ゲーム ・仲間と連携してゴール前の空間を使ったり、ゴール前の区間を作り出したりして攻防を展開する。 ・安定したボール操作と空間を作りだすなどの連携した動きによってゴール前への侵入などから攻防を展開する。 ・フェアプレイを大切にすることや仲間を尊重し、合意形成に貢献することなどに意欲をもち、健康や安全に留意する。 	
2	<男女> バスケットボール		12
3			

保健体育	科 1 年	保健		年間授業計画 (シラバス)		
科目名	保健	対象	スポーツ	コース	単位数	1 単位
教科書	最新高等保健体育			出版社	大修館書店	
副教材	最新高等保健指導ノート					

1 学習の到達目標

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 評価の観点・内容・方法, 成績評価の方法

① 評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
評価の内容	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について関心を持ち, 意欲的に学習に取り組もうとする。	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について, 課題の解決を目指して総合的に考え, 判断し, それらを表している。	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について, 課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	ノート プリント	定期考査

② 成績評価の方法

①の評価の方法によって, 学年末に評定をまとめます。

評価の内容 定期考査9割 平常点 (学習態度・小テスト・ノート・課題など) 1割

3 学習計画

月	学 習 単 元	主 な 学 習 内 容 と ね ら い	時 間 数
	保 健		
4	1. 現代社会と健康 ①健康の考え方と成り立ち ②私たちの健康のすがた	<ul style="list-style-type: none"> ・①～⑥までの学習を通して, 時代とともに変化してきた健康問題を理解し, 知識を深める。特に生活習慣病が日頃の生活習慣と深い関係を持ち食事・適度な運動・休養が予防につながることを認識させ, 現代社会における健康の成立条件や問題について学習することで, 健康的な生活を送る知識を身につけるようにする。 ・代表的な健康指標として, 平均寿命や乳児死亡率がある。また, 死因を通してその国や地域がどのような健康問題を抱えているのかを知る。 ・健康にとっての運動, 休養の意識を理解し現在または将来においてそれらを自らの生活の中に適切に位置づけられるような力を培う。 ・意志決定・行動選択の重要性について, こんにちの健康問題と関連させて考えることができるようにする。 	12
5	③健康に関する意志決定・行動選択と環境づくり		
6	④生活習慣病とその予防 ⑤食事と健康 ⑥運動・休養と健康		
7			

8	1. 現代社会と健康 ⑦喫煙と健康 ⑧飲酒と健康 9 ⑨薬物乱用と健康 ⑩感染症とその予防 ⑪性感染症・エイズとその予防 10 ⑫欲求と適応規制 ⑬心身の相関とストレス 11 ⑭心の健康のために 12	<ul style="list-style-type: none"> ・⑦～⑭までの学習を通して、現在問題となっている感染症について知識を深め、健康で豊かな生活を送ることの意義について自己の考えを持つことができるようにする。 ・性感染症の発生状況の実態と予防に関する知識、予防のための個人がおこなう対策と、その前提となる社会の取り組みについて学ぶ。 ・心の働きと体の働きが相互に作用し合うことから、ストレスの多い社会の中で自分が取れる対処法について考えさせ、生活に役立てる意識を持つことができるようにする。 ・喫煙の有害性について学習に加え、喫煙開始や継続の要因となる誘いの断り方など適切な意志決定と行動選択の方法を身につけるようにする。 ・飲酒による健康への影響とそれを防ぐための社会の取り組みを学習する。 ・薬物は依存性が強く一度使用すると自分の意志ではやめられなくなるため、薬物に対する正しい知識をもち、絶対に使用しないという意志決定や行動選択を身につけるようにする。 	15
1	1. 現代社会と健康 ⑮交通事故の現状と要因 ⑯交通事故を防ぐために 2 ⑰応急手当の意義とその基本 ⑱日常的な応急手当 3 ⑲心肺蘇生法の原理とおこない方	<ul style="list-style-type: none"> ・我が国の交通事故の現状を知るとともに、事故の原因と対策、および交通社会で必要とされる資質と責任について学ぶ。 ・安全な交通社会づくりに向けて法的な整備と交通環境の整備、自動車の安全対策について学ぶ。 ・自他の生命や体を守り、不慮の事故災害に対応できる社会環境をつくるためには、一人一人が応急手当の手順や方法を身につけ、自ら進んで行う態度を養うことが必要であることを理解する。 ・具体的な応急手当の知識や技術を学び、必要な場面で実際に行うことができるようにする。 ・心肺蘇生法の技術を取得するとともに、授業後も心肺蘇生法に関心を持ち続けることができるようにする。 	8

保健体育	科 1 年	保健		年間授業計画 (シラバス)		
科目名	保健	対象	進学 I	コース	単位数	1 単位
教科書	最新高等保健体育			出版社	大修館書店	
副教材	最新高等保健指導ノート					

1 学習の到達目標

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 評価の観点・内容・方法, 成績評価の方法

① 評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
評価の内容	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について関心をもち, 意欲的に学習に取り組もうとする。	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について, 課題の解決を目指して総合的に考え, 判断し, それらを表している。	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について, 課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	ノート プリント	定期考査

② 成績評価の方法

①の評価の方法によって, 学年末に評定をまとめます。

評価の内容 定期考査9割 平常点 (学習態度・小テスト・ノート・課題など) 1割

3 学習計画

月	学 習 単 元	主 な 学 習 内 容 と ね ら い	時間数
	保 健		
4	1. 現代社会と健康 ①健康の考え方と成り立ち ②私たちの健康のすがた	<ul style="list-style-type: none"> ・①～⑥までの学習を通して, 時代とともに変化してきた健康問題を理解し, 知識を深める。特に生活習慣病が日頃の生活習慣と深い関係を持ち食事・適度な運動・休養が予防につながることを認識させ, 現代社会における健康の成立条件や問題について学習することで, 健康的な生活を送る知識を身につけるようにする。 ・代表的な健康指標として, 平均寿命や乳児死亡率がある。また, 死因を通してその国や地域がどのような健康問題を抱えているのかを知る。 ・健康にとっての運動, 休養の意識を理解し現在または将来においてそれらを自らの生活の中に適切に位置づけられるような力を培う。 ・意志決定・行動選択の重要性について, こんにちの健康問題と関連させて考えることができるようにする。 	12
5	③健康に関する意志決定・行動選択と環境づくり		
6	④生活習慣病とその予防 ⑤食事と健康 ⑥運動・休養と健康		
7			

8	1. 現代社会と健康 ⑦喫煙と健康 ⑧飲酒と健康	<ul style="list-style-type: none"> ・⑦～⑭までの学習を通して、現在問題となっている感染症について知識を深め、健康で豊かな生活を送ることの意義について自己の考えを持つことができるようにする。 ・性感染症の発生状況の実態と予防に関する知識。予防のための個人がおこなう対策と、その前提となる社会の取り組みについて学ぶ。 ・心の働きと体の働きが相互に作用し合うことから、ストレスの多い社会の中で自分が取れる対処法について考えさせ、生活に役立つ意識を持つことができるようにする。 ・喫煙の有害性について学習に加え、喫煙開始や継続の要因となる誘いの断り方など適切な意志決定と行動選択の方法を身につけるようにする。 ・飲酒による健康への影響とそれを防ぐための社会の取り組みを学習する。 ・薬物は依存性が強く一度使用すると自分の意志ではやめられなくなるため、薬物に対する正しい知識をもち、絶対に使用しないという意志決定や行動選択を身につけるようにする。 	15	
9	⑨薬物乱用と健康 ⑩感染症とその予防 ⑪性感染症・エイズとその予防			
10	⑫欲求と適応規制 ⑬心身の相関とストレス			
11	⑭心の健康のために			
12				
1	1. 現代社会と健康 ⑮交通事故の現状と要因 ⑯交通事故を防ぐために	<ul style="list-style-type: none"> ・我が国の交通事故の現状を知るとともに、事故の原因と対策、および交通社会で必要とされる資質と責任について学ぶ。 ・安全な交通社会づくりに向けて法的な整備と交通環境の整備、自動車の安全対策について学ぶ。 ・自他の生命や体を守り、不慮の事故災害に対応できる社会環境をつくるためには、一人一人が応急手当の手順や方法を身につけ、自ら進んで行う態度を養うことが必要であることを理解する。 ・具体的な応急手当の知識や技術を学び、必要な場面で実際に行うことができるようにする。 ・心肺蘇生法の技術を取得するとともに、授業後も心肺蘇生法に関心を持ち続けることができるようにする 	8	
2	⑰応急手当の意義とその基本 ⑱日常的な応急手当			
3	⑲心肺蘇生法の原理とおこない方			

保健体育	科 1 年	保健		年間授業計画 (シラバス)		
科目名	保健	対象	進学Ⅱ	コース	単位数	1 単位
教科書	最新高等保健体育			出版社	大修館書店	
副教材	最新高等保健指導ノート					

1 学習の到達目標

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 評価の観点・内容・方法, 成績評価の方法

① 評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
評価の内容	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について関心をもち, 意欲的に学習に取り組もうとする。	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について, 課題の解決を目指して総合的に考え, 判断し, それらを表している。	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について, 課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	ノート プリント	定期考査

② 成績評価の方法

①の評価の方法によって, 学年末に評定をまとめます。

評価の内容 定期考査9割 平常点 (学習態度・小テスト・ノート・課題など) 1割

3 学習計画

月	学 習 単 元	主 な 学 習 内 容 と ね ら い	時間数
	保 健		
4	1. 現代社会と健康 ①健康の考え方と成り立ち ②私たちの健康のすがた	<ul style="list-style-type: none"> ・①～⑥までの学習を通して, 時代とともに変化してきた健康問題を理解し, 知識を深める。特に生活習慣病が日頃の生活習慣と深い関係を持ち食事・適度な運動・休養が予防につながることを認識させ, 現代社会における健康の成立条件や問題について学習することで, 健康的な生活を送る知識を身につけるようにする。 ・代表的な健康指標として, 平均寿命や乳児死亡率がある。また, 死因を通してその国や地域がどのような健康問題を抱えているのかを知る。 ・健康にとっての運動, 休養の意識を理解し現在または将来においてそれらを自らの生活の中に適切に位置づけられるような力を培う。 ・意志決定・行動選択の重要性について, こんにちの健康問題と関連させて考えることができるようにする。 	12
5	③健康に関する意志決定・行動選択と環境づくり		
6	④生活習慣病とその予防 ⑤食事と健康 ⑥運動・休養と健康		
7			

8	1. 現代社会と健康 ⑦喫煙と健康 ⑧飲酒と健康	<ul style="list-style-type: none"> ・⑦～⑭までの学習を通して、現在問題となっている感染症について知識を深め、健康で豊かな生活を送ることの意義について自己の考えを持つことができるようにする。 ・性感染症の発生状況の実態と予防に関する知識。予防のための個人がおこなう対策と、その前提となる社会の取り組みについて学ぶ。 ・心の働きと体の働きが相互に作用し合うことから、ストレスの多い社会の中で自分が取れる対処法について考えさせ、生活に役立てる意識を持つことができるようにする。 ・喫煙の有害性について学習に加え、喫煙開始や継続の要因となる誘いの断り方など適切な意志決定と行動選択の方法を身につけさせる。 ・飲酒による健康への影響とそれを防ぐための社会の取り組みを学習する。 ・薬物は依存性が強く一度使用すると自分の意志ではやめられなくなるため、薬物に対する正しい知識をもち、絶対に使用しないという意志決定や行動選択を身につけさせる。 	15
9	⑨薬物乱用と健康		
10	⑩感染症とその予防 ⑪性感染症・エイズとその予防		
11	⑫欲求と適応規制 ⑬心身の相関とストレス		
12	⑭心の健康のために		
1	1. 現代社会と健康 ⑮交通事故の現状と要因 ⑯交通事故を防ぐために	<ul style="list-style-type: none"> ・我が国の交通事故の現状を知るとともに、事故の原因と対策、および交通社会で必要とされる資質と責任について学ぶ。 ・安全な交通社会づくりに向けて法的な整備と交通環境の整備、自動車の安全対策について学ぶ。 ・自他の生命や体を守り、不慮の事故災害に対応できる社会環境をつくるためには、一人一人が応急手当の手順や方法を身につけ、自ら進んで行う態度を養うことが必要であることを理解する。 ・具体的な応急手当の知識や技術を学び、必要な場面で実際に行えるようにする。 ・心肺蘇生法の技術を取得するとともに、授業後も心肺蘇生法に関心を持ち続けることができるようにする。 	8
2	⑰応急手当の意義とその基本 ⑱日常的な応急手当		
3	⑲心肺蘇生法の原理とおこない方		

保健体育	科 1 年	保健		年間授業計画 (シラバス)		
科目名	保健	対象	特進	コース	単位数	1 単位
教科書	最新高等保健体育			出版社	大修館書店	
副教材	最新高等保健指導ノート					

1 学習の到達目標

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 評価の観点・内容・方法、成績評価の方法

① 評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
評価の内容	現代社会と健康、生涯を通じる健康、社会生活と健康について関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。	現代社会と健康、生涯を通じる健康、社会生活と健康について、課題の解決を目指して総合的に考え、判断し、それらを表している。	現代社会と健康、生涯を通じる健康、社会生活と健康について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	ノート プリント	定期考査

② 成績評価の方法

①の評価の方法によって、学年末に評定をまとめます。

評価の内容 定期考査9割 平常点(学習態度・小テスト・ノート・課題など)1割

3 学習計画

月	学 習 単 元	主 な 学 習 内 容 と ね ら い	時間数
	保 健		
4	1. 現代社会と健康 ①健康の考え方と成り立ち	<ul style="list-style-type: none"> ①～⑥までの学習を通して、時代とともに変化してきた健康問題を理解し、知識を深める。特に生活習慣病が日頃の生活習慣と深い関係を持ち食事・適度な運動・休養が予防につながることを認識させ、現代社会における健康の成立条件や問題について学習することで、健康的な生活を送る知識を身につけるようにする。 代表的な健康指標として、平均寿命や乳児死亡率がある。また、死因を通してその国や地域がどのような健康問題を抱えているのかを知る。 健康にとっての運動、休養の意識を理解し現在または将来においてそれらを自らの生活の中に適切に位置づけられるような力を培う。 意志決定・行動選択の重要性について、こんにちの健康問題と関連させて考えることができるようにする。 	12
5	②私たちの健康のすがた ③健康に関する意志決定・行動選択と環境づくり		
6	④生活習慣病とその予防 ⑤食事と健康		
7	⑥運動・休養と健康		

8	1. 現代社会と健康 ⑦喫煙と健康 ⑧飲酒と健康	<ul style="list-style-type: none"> ・⑦～⑭までの学習を通して、現在問題となっている感染症について知識を深め、健康で豊かな生活を送ることの意義について自己の考えを持つことができるようにする。 ・性感染症の発生状況の実態と予防に関する知識。予防のための個人がおこなう対策と、その前提となる社会の取り組みについて学ぶ。 ・心の働きと体の働きが相互に作用し合うことから、ストレスの多い社会の中で自分が取れる対処法について考えさせ、生活に役立てる意識を持つことができるようにする。 ・喫煙の有害性について学習に加え、喫煙開始や継続の要因となる誘いの断り方など適切な意志決定と行動選択の方法を身につけるようにする。 ・飲酒による健康への影響とそれを防ぐための社会の取り組みを学習する。 ・薬物は依存性が強く一度使用すると自分の意志ではやめられなくなるため、薬物に対する正しい知識をもち、絶対に使用しないという意志決定や行動選択を身につけるようにする。 	15
9	⑨薬物乱用と健康		
10	⑩感染症とその予防 ⑪性感染症・エイズとその予防		
11	⑫欲求と適応規制 ⑬心身の相関とストレス		
12	⑭心の健康のために		
1	1. 現代社会と健康 ⑮交通事故の現状と要因 ⑯交通事故を防ぐために	<ul style="list-style-type: none"> ・我が国の交通事故の現状を知るとともに、事故の原因と対策、および交通社会で必要とされる資質と責任について学ぶ。 ・安全な交通社会づくりに向けて法的な整備と交通環境の整備、自動車の安全対策について学ぶ。 ・自他の生命や体を守り、不慮の事故災害に対応できる社会環境をつくるためには、一人一人が応急手当の手順や方法を身につけ、自ら進んで行う態度を養うことが必要であることを理解する。 ・具体的な応急手当の知識や技術を学び、必要な場面で実際に行うことができるようにする。 ・心肺蘇生法の技術を取得するとともに、授業後も心肺蘇生法に関心を持ち続けることができるようにする。 	8
2	⑰応急手当の意義とその基本 ⑱日常的な応急手当		
3	⑲心肺蘇生法の原理とおこない方		

保健体育 科 2 年		体育		年間授業計画 (シラバス)	
科目名	体育	対象	スポーツ	コース	単位数 4 単位
教科書	最新高等学校保健体育		出版社 大修館書店		
副教材	最新高等保健指導ノート				

1 学習の到達目標

- ② 運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
- ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を高める。
- ③ 健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。

2 評価の観点・内容・方法、及び成績評価の方法

①評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
評価の内容	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。	選択した運動の技術(技)の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	グループでの課題解決学習	技能テスト	理解度テスト

②成績評価の方法

①の評価の方法によって、学年末に評定にまとめます。

評価の内容 定期考査8割 平常点(学習態度・小テスト・ノート・課題など)2割

3 学習計画

月	学習単元		主な学習内容とねらい		時間数
	体育	演習	体育	演習	
4	ガイダンス 新体力テスト 体づくり運動	ガイダンス 防災講習 スポーツトレーニング論 ・トレーニングの基礎知識 ・トレーニングの実技	新体力テスト ・新体力テストを実施することで、自分の体力を客観的に自覚させ、積極的に目標を持って授業に向かう態度を養う。	スポーツトレーニング論 ・スポーツ活動をすすめるにあたり、自己の身体について基礎的な知識とスポーツ生理学に基づき、より専門的な知識が必要であることを実践する。また、スポーツ活動と体力面での関わり合いについての内容を理解し、自己の体力の向上を目指す。	体育23 演習14
5	体育理論①	・けがの予防と対応 ・機能的トレーニングの実践 1・2・3・4	体づくり運動 ・身体の様々な部位を動かすことで心地よさや楽しさを味わう。		
6	<男女> ハードル走	・スポーツに関する資格制度 ・実践ヨガ 1・2	体育理論① 1. スポーツの技術と技能 2. 技能の上達過程と練習 3. 技能と体力		
7					

8	体育理論② 体づくり運動	ゴルフ ・グリップ ・アイアンショット ・ドライバーショット ・ターゲットへのアプローチ ・ルール	ハードル走 ・スピードを維持した走りからハードルを低くリズムカルに越すことができるようにする。 体育理論② 4. 体力トレーニング 5. 運動・スポーツにおける安全の確保	ゴルフ ・ゴルフの基本的技術習得を身につけるとともに、近い将来、実際のゴルフコース場でルールとマナーに則したプレーができるようなゴルファーを目指すべく学習する 心肺蘇生法 ・日常的に起こるけがの症状に応じて適切な応急手当ができるようにする。 ・外部の専門家の指導の下、心肺蘇生法（AED）講習会を開催し、救命講習認定証が交付できるよう取り組むこと。	
9	<男子> ソフトボール	AED 講習（1組） AED 講習（2組）	ソフトボール ・ピッチング ・捕球送球 ・トスバッティング ・ゲーム		
10	<女子> バレーボール	スポーツ栄養学講座	バレーボール ・オーバーハンドパス ・アンダーハンドパス ・サーブ ・ゲーム	スポーツ栄養学講座 ・スポーツ活動をすすめるにあたり、自己の身体について基礎的な知識と、スポーツ栄養学に基づき専門的な知識を学ぶ。	体育 29 演習 12
11					
12					
1	体づくり運動 <男女> 卓球	スキー（蔵王スキー場） ブルーク・ストップ シュテム・パラレル ・大回り ・小回り ・緩斜面・急斜面・コブ斜面を安全に滑走	卓球 ・フォアハンドストローク ・バックハンドストローク ・サーブ ・ゲーム	スキー ・寒冷地における冬季のスポーツのひとつとして、スキーの技術を身につけ、生涯を通して親しめるようになる。 ・重心の位置や滑走面など、普段とは違った環境下での運動の特性をふまえ、普段使わない筋肉の強化はもとより、教え合うことで互いに交流する ・寒冷地における冬季のスポーツのひとつとして、技術を身につけ生涯を通して親しめる意識を高めさせる	体育 14 演習 4
2					
3					

保健体育 科 2 年		体育		年間授業計画 (シラバス)	
科目名	体育	対象	進学 I (文系)	コース	単位数 2 単位
教科書	最新高等学校保健体育		出版社 大修館書店		
副教材	最新高等保健指導ノート				

1 学習の到達目標

- ③ 運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
- ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を高める。
- ③ 健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。

2 評価の観点・内容・方法、及び成績評価の方法

①評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
評価の内容	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。	選択した運動の技術(技)の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	グループでの課題解決学習	技能テスト	理解度テスト

②成績評価の方法

①の評価の方法によって、学年末に評定にまとめます。

評価の内容 定期考査8割 平常点(学習態度・小テスト・ノート・課題など)2割

3 学習計画

月	学習単元	主な学習内容とねらい	時間数
	体育	体育	
4	ガイダンス 新体力テスト	新体力テスト ・新体力テストを実施することで、自分の体力を客観的に自覚させ、積極的に目標を持って授業に向かう態度を養う。	23
5	体づくり運動 体育理論①	体づくり運動 ・身体の様々な部位を動かすことで心地よさや楽しさを味わう。 体育理論①	
6	<男女> ハードル走	1. スポーツの技術と技能 2. 技能の上達過程と練習 3. 技能と体力 ハードル走	

7		・スピードを維持した走りからハードルを低くリズムカルに越すことができるようにする。	
8	体育理論②	体育理論②	
9	体づくり運動	4. 体力トレーニング 5. 運動・スポーツにおける安全の確保	
10	<男子> ソフトボール	ソフトボール ・ピッチング ・捕球送球 ・トスバッティング ・ゲーム	29
11	<女子> バレーボール	バレーボール ・オーバーハンドパス ・アンダーハンドパス ・サービス ・ゲーム	
12			
1	体づくり運動		
2	<男女> 卓球	卓球 ・フォアハンドストローク ・バックハンドストローク ・サーブ ・ゲーム	14
3			

保健体育 科 2 年		体育		年間授業計画 (シラバス)		
科目名	体育	対象	進学 II(文系)	コース	単位数	2 単位
教科書	最新高等学校保健体育			出版社	大修館書店	
副教材	最新高等保健指導ノート					

1 学習の到達目標

- ④ 運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
- ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を高める。
- ③ 健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。

2 評価の観点・内容・方法、及び成績評価の方法

①評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
評価の内容	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。	選択した運動の技術(技)の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	グループでの課題解決学習	技能テスト	理解度テスト

②成績評価の方法

①の評価の方法によって、学年末に評定にまとめます。

評価の内容 定期考査8割 平常点(学習態度・小テスト・ノート・課題など)2割

3 学習計画

月	学習單元	主な学習内容とねらい	時間数
	体育	体育	
4	ガイダンス	新体力テスト	23
	新体力テスト	・新体力テストを実施することで、自分の体力を客観的に自覚させ、積極的に目標を持って授業に向かう態度を養う。	
5	体づくり運動	体づくり運動	
	体育理論①	・身体の様々な部位を動かすことで心地よさや楽しさを味わう。	
6	<男女>	体育理論①	
	ハードル走	1. スポーツの技術と技能 2. 技能の上達過程と練習 3. 技能と体力	
		ハードル走	
		・スピードを維持した走りからハードルを低くリズムカルに越すことができるようにする。	

7			
8	体育理論②	体育理論②	
9	体づくり運動	4. 体力トレーニング 5. 運動・スポーツにおける安全の確保	
10	<男子> ソフトボール	ソフトボール ・ピッチング ・捕球送球 ・トスバッティング ・ゲーム	29
11	<女子> バレーボール	バレーボール ・オーバーハンドパス ・アンダーハンドパス ・サービス ・ゲーム	
12			
1	体づくり運動		
2	<男女> 卓球	卓球 ・フォアハンドストローク ・バックハンドストローク ・サーブ ・ゲーム	14
3			

保健体育 科 2 年		体育		年間授業計画 (シラバス)		
科目名	体育	対象	進学 I (理系)	コース	単位数	2 単位
教科書	最新高等学校保健体育			出版社	大修館書店	
副教材	最新高等保健指導ノート					

1 学習の到達目標

- ① 運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
- ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を高める。
- ③ 健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。

2 評価の観点・内容・方法、及び成績評価の方法

①評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
評価の内容	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。	選択した運動の技術(技)の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	グループでの課題解決学習	技能テスト	理解度テスト

②成績評価の方法

①の評価の方法によって、学年末に評定にまとめます。

評価の内容 定期考査8割 平常点(学習態度・小テスト・ノート・課題など)2割

3 学習計画

月	学習単元	主な学習内容とねらい	時間数
	体育	体育	
4	ガイダンス	新体力テスト	23
	新体力テスト	・新体力テストを実施することで、自分の体力を客観的に自覚させ、積極的に目標を持って授業に向かう態度を養う。	
5	体づくり運動	体づくり運動	
	体育理論①	・身体の様々な部位を動かすことで心地よさや楽しさを味わう。	
6	<男女>	体育理論①	
	ハードル走	1. スポーツの技術と技能 2. 技能の上達過程と練習 3. 技能と体力	
		ハードル走	
		・スピードを維持した走りからハードルを低くリズムカルに越すことができるようにする。	

7			
8	体育理論②	体育理論②	
		4. 体力トレーニング	
		5. 運動・スポーツにおける安全の確保	
9	体づくり運動		
		ソフトボール	
	<男子>	・ピッチング	
	ソフトボール	・捕球送球	
10		・トスバッティング	
		・ゲーム	29
	<女子>		
	バレーボール		
11		バレーボール	
		・オーバーハンドパス	
		・アンダーハンドパス	
		・サービス	
12		・ゲーム	
1	体づくり運動		
		卓球	
	<男女>	・フォアハンドストローク	
2	卓球	・バックハンドストローク	14
		・サーブ ・ゲーム	
3			

保健体育 科 2 年		体育		年間授業計画 (シラバス)	
科目名	体育	対象	進学Ⅱ (理系)	コース	単位数 2 単位
教科書	最新高等学校保健体育		出版社 大修館書店		
副教材	最新高等保健指導ノート				

1 学習の到達目標

- ① 運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
- ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を高める。
- ③ 健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。

2 評価の観点・内容・方法、及び成績評価の方法

①評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
評価の内容	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。	選択した運動の技術(技)の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	グループでの課題解決学習	技能テスト	理解度テスト

②成績評価の方法

①の評価の方法によって、学年末に評定にまとめます。

評価の内容 定期考査8割 平常点(学習態度・小テスト・ノート・課題など)2割

3 学習計画

月	学習単元	主な学習内容とねらい	時間数
	体育	体育	
4	ガイダンス	新体力テスト	23
	新体力テスト	・新体力テストを実施することで、自分の体力を客観的に自覚させ、積極的に目標を持って授業に向かう態度を養う。	
5	体づくり運動	体づくり運動	
	体育理論①	・身体の様々な部位を動かすことで心地よさや楽しさを味わう。	
6	<男女>	体育理論①	
	ハードル走	1. スポーツの技術と技能 2. 技能の上達過程と練習 3. 技能と体力	
		ハードル走	
		・スピードを維持した走りからハードルを低くリズムカルに越すことが	

7		できるようにする。	
8	体育理論②	体育理論②	
9	体づくり運動	4. 体力トレーニング 5. 運動・スポーツにおける安全の確保	
10	<男子> ソフトボール	ソフトボール ・ピッチング ・捕球送球 ・トスバッティング ・ゲーム	29
11	<女子> バレーボール	バレーボール ・オーバーハンドパス ・アンダーハンドパス ・サービス ・ゲーム	
12			
1	体づくり運動		
2	<男女> 卓球	卓球 ・フォアハンドストローク ・バックハンドストローク ・サーブ ・ゲーム	14
3			

保健体育 科 2 年 体育 年間授業計画 (シラバス)						
科目名	体育	対象	特進 (文系)	コース	単位数	2 単位
教科書	最新高等学校保健体育			出版社	大修館書店	
副教材	最新高等保健指導ノート					

1 学習の到達目標

- ② 運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
- ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を高める。
- ③ 健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。

2 評価の観点・内容・方法、及び成績評価の方法

①評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
評価の内容	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。	選択した運動の技術(技)の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	グループでの課題解決学習	技能テスト	理解度テスト

②成績評価の方法

①の評価の方法によって、学年末に評定にまとめます。

評価の内容 定期考査8割 平常点(学習態度・小テスト・ノート・課題など)2割

3 学習計画

月	学習単元	主な学習内容とねらい	時間数
	体育	体育	
4	ガイダンス	新体力テスト	23
	新体力テスト	・新体力テストを実施することで、自分の体力を客観的に自覚させ、積極的に目標を持って授業に向かう態度を養う。	
5	体づくり運動	体づくり運動	
	体育理論①	・身体のような部位を動かすことで心地よさや楽しさを味わう。	
6	<男女>	体育理論①	
	ハードル走	1. スポーツの技術と技能 2. 技能の上達過程と練習 3. 技能と体力	
7		ハードル走	
		・スピードを維持した走りからハードルを低くリズムカルに越すことができるようにする。	

8	<p>体育理論②</p> <p>体づくり運動</p>	<p>体育理論②</p> <p>4. 体力トレーニング</p> <p>5. 運動・スポーツにおける安全の確保</p>	
9			
10	<p><男子></p> <p>ソフトボール</p>	<p>ソフトボール</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ピッチング ・捕球送球 ・トスバッティング ・ゲーム 	29
11	<p><女子></p> <p>バレーボール</p>	<p>バレーボール</p> <ul style="list-style-type: none"> ・オーバーハンドパス ・アンダーハンドパス ・サーブ ・ゲーム 	
12			
1	<p>体づくり運動</p>		
2	<p><男女></p> <p>卓球</p>	<p>卓球</p> <ul style="list-style-type: none"> ・フォアハンドストローク ・バックハンドストローク ・サーブ ・ゲーム 	14
3			

保健体育 科 2 年		体育		年間授業計画 (シラバス)		
科目名	体育	対象	特進 (理系)	コース	単位数	2 単位
教科書	最新高等学校保健体育			出版社	大修館書店	
副教材	最新高等保健指導ノート					

1 学習の到達目標

- ① 運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
- ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を高める。
- ③ 健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。

2 評価の観点・内容・方法、及び成績評価の方法

①評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
評価の内容	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。	選択した運動の技術(技)の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	グループでの課題解決学習	技能テスト	理解度テスト

②成績評価の方法

①の評価の方法によって、学年末に評定にまとめます。

評価の内容 定期考査8割 平常点(学習態度・小テスト・ノート・課題など)2割

3 学習計画

月	学習單元	主な学習内容とねらい	時間数
	体育	体育	
4	ガイダンス 新体力テスト	新体力テスト ・新体力テストを実施することで、自分の体力を客観的に自覚させ、積極的に目標を持って授業に向かう態度を養う。	23
5	体づくり運動 体育理論①	体づくり運動 ・身体の様々な部位を動かすことで心地よさや楽しさを味わう。 体育理論①	
6	<男女> ハードル走	1. スポーツの技術と技能 2. 技能の上達過程と練習 3. 技能と体力 ハードル走 ・スピードを維持した走りからハードルを低くリズムカルに越すことができるようにする。	
7			

8	<p>体育理論②</p> <p>体づくり運動</p>	<p>体育理論②</p> <p>4. 体力トレーニング</p> <p>5. 運動・スポーツにおける安全の確保</p>	
9			
10	<p><男子></p> <p>ソフトボール</p>	<p>ソフトボール</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ピッチング ・捕球送球 ・トスバッティング ・ゲーム 	29
11	<p><女子></p> <p>バレーボール</p>	<p>バレーボール</p> <ul style="list-style-type: none"> ・オーバーハンドパス ・アンダーハンドパス ・サーブ ・ゲーム 	
12			
1	<p>体づくり運動</p>		
2	<p><男女></p> <p>卓球</p>	<p>卓球</p> <ul style="list-style-type: none"> ・フォアハンドストローク ・バックハンドストローク ・サーブ ・ゲーム 	14
3			

保健体育 科 2 年		保健		年間授業計画 (シラバス)	
科目名	保健	対象	スポーツ	コース	単位数 1 単位
教科書	最新高等学校保健体育		出版社 大修館書店		
副教材	最新高等保健体育ノート				

1 学習の到達目標

個人及び社会生活において健康・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 評価の観点・内容・方法, 及び成績評価の方法

①評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
評価の内容	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について関心をもち, 意欲的に学習に取り組もうとする。	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について, 課題の解決を目指して総合的に考え, 判断し, それらを表している。	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について, 課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	ノート プリント	定期考査

②成績評価の方法

①の評価の方法によって, 学年末に評定にまとめます。

評価の内容 定期考査9割 平常点 (学習態度・小テスト・ノート・課題など) 1割

3 学習計画

月	学習単元	主な学習内容とねらい	時間数
	保 健		
4	2. 生涯を通じる健康 ①思春期と健康 ②性への関心・欲求と性行動 ③妊娠・出産と健康	<ul style="list-style-type: none"> 年齢に応じた健康保持増進に関する正しい知識を身につけるようにする。 性意識や欲求の変化の男女差, 異性の心と体の違いについて理解できるようにする。 望まない妊娠, 性感染症と性行動との関連について理解を深める。 受精・妊娠と出産の一連の過程を学習する。 家族計画の意義について学習する。 健康な結婚生活について, 心身の発達や本人および家族の立場から理解することを目指す。 中高年期にともなう心身の変化について, 形態, 機能の両面から学習し理解を深める。 	12
5	④避妊法と人工妊娠中絶 ⑤結婚生活と健康 ⑥中高年期と健康		
6			
7			

8	2. 生涯を通じる健康 ⑦医薬品とその活用	<ul style="list-style-type: none"> 保健サービスの内容を理解し、提供されるサービスが、家族や地域社会生活にどのように役立たせるか考えることができるようにする。 医療が必要なとき適切な医療サービスを利用できるのは、さまざまな医療関係者の養成や医療機関が設置されているからサービスを受けられることを理解できるようにする。 生涯を通じて健康な生活を維持するために、個々の努力と社会的な対策（保健・医療・福祉）について学習する。 大気をめぐる環境問題について、過去・現在の汚染問題について知識を深めることができるようにする。 水質汚濁と土壌汚染はどのように起こり、どんな健康問題を引き起こすかを考える。 環境汚染の防止・改善の対策では、社会対策や個人で出来ることなど総合的な対策を身につける態度を養う。 	15
9	⑧医療サービスとその活用 ⑨保健サービスとその活用 ⑩さまざまな保健活動や対策		
10	3. 社会生活と健康 ①大気汚染と健康		
11	②水質汚濁、土壌汚染と健康		
12	③環境汚染を防ぐ取り組み		
1	3. 社会生活と健康 ④ごみの処理と上下水道の設備	<ul style="list-style-type: none"> ごみ処理と上下水道整備の状況を知る。 現在生活における食品に関しての問題点と、今後どんな問題が発生するのかを考えることができるようにする。 働くことと健康が相互に影響し合うことから、仕事の仕方や職場環境を整えることの必要性について学習し、将来に生かす意識を深める。 職場における健康管理の必要性について理解を深め、職場及び日常生活での健康増進について考えをまとめ、実践できる態度を養う。 	8
2	⑤食品を守る活動 ⑥働くことと健康 ⑦働く人の健康づくり		
3			

保健体育 科 2 年 保健 年間授業計画 (シラバス)						
科目名	保健	対象	進学I (文系)	コース	単位数	1 単位
教科書	最新高等学校保健体育			出版社	大修館書店	
副教材	最新高等保健体育ノート					

1 学習の到達目標

個人及び社会生活において健康・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 評価の観点・内容・方法, 及び成績評価の方法

①評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
評価の内容	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について関心をもち, 意欲的に学習に取り組もうとする。	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について, 課題の解決を目指して総合的に考え, 判断し, それらを表している。	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について, 課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	ノート プリント	定期考査

②成績評価の方法

①の評価の方法によって, 学年末に評定にまとめます。

評価の内容 定期考査9割 平常点 (学習態度・小テスト・ノート・課題など) 1割

3 学習計画

月	学習単元	主な学習内容とねらい	時間数
	保健		
4	2. 生涯を通じる健康 ①思春期と健康 ②性への関心・欲求と性行動 ③妊娠・出産と健康	<ul style="list-style-type: none"> 年齢に応じた健康保持増進に関する正しい知識を身につけるようにする。 性意識や欲求の変化の男女差, 異性の心と体の違いについて理解できるようにする。 望まない妊娠, 性感染症と性行動との関連について理解を深める。 受精・妊娠と出産の一連の過程を学習する。 家族計画の意義について学習する。 健康な結婚生活について, 心身の発達や本人および家族の立場から理解することを目指す。 中高年期にともなう心身の変化について, 形態, 機能の両面から学習し理解を深める。 	12
5	④避妊法と人工妊娠中絶 ⑤結婚生活と健康 ⑥中高年期と健康		
6			
7			

<p>8</p> <p>2. 生涯を通じる健康</p> <p>⑦医薬品とその活用</p> <p>9</p> <p>⑧医療サービスとその活用</p> <p>⑨保健サービスとその活用</p> <p>⑩さまざまな保健活動や対策</p> <p>10</p> <p>3. 社会生活と健康</p> <p>①大気汚染と健康</p> <p>②水質汚濁, 土壌汚染と健康</p> <p>11</p> <p>③環境汚染を防ぐ取り組み</p> <p>12</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・保健サービスの内容を理解し, 提供されるサービスが, 家族や地域社会生活にどのように役立たせるか考えることができるようにする。 ・医療が必要なとき適切な医療サービスを利用できるのは, さまざまな医療関係者の養成や医療機関が設置されているからサービスを受けられることを理解できるようにする。 ・生涯を通じて健康な生活を維持するために, 個々の努力と社会的な対策 (保健・医療・福祉) について学習する。 ・大気をめぐる環境問題について, 過去・現在の汚染問題について知識を深めることができるようにする。 ・水質汚濁と土壌汚染はどのように起こり, どんな健康問題を引き起こすかを考える。 ・環境汚染の防止・改善の対策では, 社会対策や個人で出来ることなど総合的な対策を身につける態度を養う。 	<p>15</p>
<p>1</p> <p>3. 社会生活と健康</p> <p>④ごみの処理と上下水道の設備</p> <p>⑤食品を守る活動</p> <p>2</p> <p>⑥働くことと健康</p> <p>⑦働く人の健康づくり</p> <p>3</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・ごみ処理と上下水道整備の状況を知る。 ・現在生活における食品に関しての問題点と, 今後どんな問題が発生するのかを考えることができるようにする。 ・働くことと健康が相互に影響し合うことから, 仕事の仕方や職場環境を整えることの必要性について学習し, 将来に生かす意識を深める。 ・職場における健康管理の必要性について理解を深め, 職場及び日常生活での健康増進について考えをまとめ, 実践できる態度を養う。 	<p>8</p>

保健体育 科 2 年 保健 年間授業計画 (シラバス)						
科目名	保健	対象	進学Ⅱ (文系)	コース	単位数	1 単位
教科書	最新高等学校保健体育			出版社	大修館書店	
副教材	最新高等保健体育ノート					

1 学習の到達目標

個人及び社会生活において健康・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 評価の観点・内容・方法, 及び成績評価の方法

①評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
評価の内容	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について関心をもち, 意欲的に学習に取り組もうとする。	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について, 課題の解決を目指して総合的に考え, 判断し, それらを表している。	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について, 課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	ノート プリント	定期考査

②成績評価の方法

①の評価の方法によって, 学年末に評定にまとめます。

評価の内容 定期考査9割 平常点 (学習態度・小テスト・ノート・課題など) 1割

3 学習計画

月	学習単元	主な学習内容とねらい	時間数
	保 健		
4	2. 生涯を通じる健康 ①思春期と健康 ②性への関心・欲求と性行動 ③妊娠・出産と健康	<ul style="list-style-type: none"> 年齢に応じた健康保持増進に関する正しい知識を身につけるようにする。 性意識や欲求の変化の男女差, 異性の心と体の違いについて理解できるようにする。 望まない妊娠, 性感染症と性行動との関連について理解を深める。 受精・妊娠と出産の一連の過程を学習する。 家族計画の意義について学習する。 健康な結婚生活について, 心身の発達や本人および家族の立場から理解することを目指す。 中高年期にともなう心身の変化について, 形態, 機能の両面から学習し理解を深める。 	12
5	④避妊法と人工妊娠中絶 ⑤結婚生活と健康 ⑥中高年期と健康		
6			
7			

8	2. 生涯を通じる健康 ⑦医薬品とその活用	<ul style="list-style-type: none"> ・保健サービスの内容を理解し、提供されるサービスが、家族や地域社会生活にどのように役立たせるか考えることができるようにする。 ・医療が必要なとき適切な医療サービスを利用できるのは、さまざまな医療関係者の養成や医療機関が設置されているからサービスを受けられることを理解できるようにする。 ・生涯を通じて健康な生活を維持するために、個々の努力と社会的な対策（保健・医療・福祉）について学習する。 ・大気をめぐる環境問題について、過去・現在の汚染問題について知識を深めることができるようにする。 ・水質汚濁と土壌汚染はどのように起こり、どんな健康問題を引き起こすかを考える。 ・環境汚染の防止・改善の対策では、社会対策や個人で出来ることなど総合的な対策を身につける態度を養う。 	15
9	⑧医療サービスとその活用 ⑨保健サービスとその活用 ⑩さまざまな保健活動や対策		
10	3. 社会生活と健康 ①大気汚染と健康		
11	②水質汚濁、土壌汚染と健康		
12	③環境汚染を防ぐ取り組み		
1	3. 社会生活と健康 ④ごみの処理と上下水道の設備	<ul style="list-style-type: none"> ・ごみ処理と上下水道整備の状況を知る。 ・現在生活における食品に関しての問題点と、今後どんな問題が発生するのかを考えることができるようにする。 ・働くことと健康が相互に影響し合うことから、仕事の仕方や職場環境を整えることの必要性について学習し、将来に生かす意識を深める。 ・職場における健康管理の必要性について理解を深め、職場及び日常生活での健康増進について考えをまとめ、実践できる態度を養う。 	8
2	⑤食品を守る活動 ⑥働くことと健康 ⑦働く人の健康づくり		
3			

保健体育 科 2 年 保健 年間授業計画 (シラバス)						
科目名	保健	対象	進学I (理系)	コース	単位数	1 単位
教科書	最新高等学校保健体育			出版社	大修館書店	
副教材	最新高等保健体育ノート					

1 学習の到達目標

個人及び社会生活において健康・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 評価の観点・内容・方法, 及び成績評価の方法

①評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
評価の内容	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について関心をもち, 意欲的に学習に取り組もうとする。	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について, 課題の解決を目指して総合的に考え, 判断し, それらを表している。	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について, 課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	ノート プリント	定期考査

②成績評価の方法

①の評価の方法によって, 学年末に評定にまとめます。

評価の内容 定期考査9割 平常点 (学習態度・小テスト・ノート・課題など) 1割

3 学習計画

月	学習単元	主な学習内容とねらい	時間数
	保 健		
4	2. 生涯を通じる健康 ①思春期と健康 ②性への関心・欲求と性行動 ③妊娠・出産と健康	<ul style="list-style-type: none"> 年齢に応じた健康保持増進に関する正しい知識を身につけるようにする。 性意識や欲求の変化の男女差, 異性の心と体の違いについて理解できるようにする。 望まない妊娠, 性感染症と性行動との関連について理解を深める。 受精・妊娠と出産の一連の過程を学習する。 家族計画の意義について学習する。 健康な結婚生活について, 心身の発達や本人および家族の立場から理解することを目指す。 中高年期にともなう心身の変化について, 形態, 機能の両面から学習し理解を深める。 	12
5	④避妊法と人工妊娠中絶 ⑤結婚生活と健康 ⑥中高年期と健康		
6			
7			

<p>8</p> <p>2. 生涯を通じる健康</p> <p>⑦医薬品とその活用</p> <p>9</p> <p>⑧医療サービスとその活用</p> <p>⑨保健サービスとその活用</p> <p>⑩さまざまな保健活動や対策</p> <p>10</p> <p>3. 社会生活と健康</p> <p>①大気汚染と健康</p> <p>②水質汚濁, 土壌汚染と健康</p> <p>11</p> <p>③環境汚染を防ぐ取り組み</p> <p>12</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・保健サービスの内容を理解し, 提供されるサービスが, 家族や地域社会生活にどのように役立たせるか考えることができるようにする。 ・医療が必要なとき適切な医療サービスを利用できるのは, さまざまな医療関係者の養成や医療機関が設置されているからサービスを受けられることを理解できるようにする。 ・生涯を通じて健康な生活を維持するために, 個々の努力と社会的な対策 (保健・医療・福祉) について学習する。 ・大気をめぐる環境問題について, 過去・現在の汚染問題について知識を深めることができるようにする。 ・水質汚濁と土壌汚染はどのように起こり, どんな健康問題を引き起こすかを考える。 ・環境汚染の防止・改善の対策では, 社会対策や個人で出来ることなど総合的な対策を身につける態度を養う。 	<p>15</p>
<p>1</p> <p>3. 社会生活と健康</p> <p>④ごみの処理と上下水道の設備</p> <p>⑤食品を守る活動</p> <p>2</p> <p>⑥働くことと健康</p> <p>⑦働く人の健康づくり</p> <p>3</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・ごみ処理と上下水道整備の状況を知る。 ・現在生活における食品に関しての問題点と, 今後どんな問題が発生するのかを考えることができるようにする。 ・働くことと健康が相互に影響し合うことから, 仕事の仕方や職場環境を整えることの必要性について学習し, 将来に生かす意識を深める。 ・職場における健康管理の必要性について理解を深め, 職場及び日常生活での健康増進について考えをまとめ, 実践できる態度を養う。 	<p>8</p>

保健体育 科 2 年		保健		年間授業計画 (シラバス)		
科目名	保健	対象	進学Ⅱ (理系)	コース	単位数	1 単位
教科書	最新高等学校保健体育			出版社	大修館書店	
副教材	最新高等保健体育ノート					

1 学習の到達目標

個人及び社会生活において健康・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 評価の観点・内容・方法、及び成績評価の方法

①評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
評価の内容	現代社会と健康、生涯を通じる健康、社会生活と健康について関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。	現代社会と健康、生涯を通じる健康、社会生活と健康について、課題の解決を目指して総合的に考え、判断し、それらを表している。	現代社会と健康、生涯を通じる健康、社会生活と健康について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	ノート プリント	定期考査

②成績評価の方法

①の評価の方法によって、学年末に評定にまとめます。

評価の内容 定期考査9割 平常点 (学習態度・小テスト・ノート・課題など) 1割

3 学習計画

月	学習単元	主な学習内容とねらい	時間数
	保 健		
4	2. 生涯を通じる健康 ①思春期と健康	<ul style="list-style-type: none"> ・年齢に応じた健康保持増進に関する正しい知識を身につけるようにする。 ・性意識や欲求の変化の男女差、異性の心と体の違いについて理解できるようにする。 ・望まない妊娠、性感染症と性行動との関連について理解を深める。 ・受精・妊娠と出産の一連の過程を学習する。 ・家族計画の意義について学習する。 ・健康な結婚生活について、心身の発達や本人および家族の立場から理解することを目指す。 ・中高年期にともなう心身の変化について、形態、機能の両面から学習し理解を深める。 	12
5	②性への関心・欲求と性行動 ③妊娠・出産と健康		
6	④避妊法と人工妊娠中絶 ⑤結婚生活と健康		
7	⑥中高年期と健康		

8 9 10 11 12	2. 生涯を通じる健康 ⑦医薬品とその活用 ⑧医療サービスとその活用 ⑨保健サービスとその活用 ⑩さまざまな保健活動や対策 3. 社会生活と健康 ①大気汚染と健康 ②水質汚濁, 土壌汚染と健康 ③環境汚染を防ぐ取り組み	<ul style="list-style-type: none"> ・保健サービスの内容を理解し, 提供されるサービスが, 家族や地域社会生活にどのように役立たせるか考えることができるようにする。 ・医療が必要なとき適切な医療サービスを利用できるのは, さまざまな医療関係者の養成や医療機関が設置されているからサービスを受けられることを理解できるようにする。 ・生涯を通じて健康な生活を維持するために, 個々の努力と社会的な対策(保健・医療・福祉)について学習する。 ・大気をめぐる環境問題について, 過去・現在の汚染問題について知識を深めることができるようにする。 ・水質汚濁と土壌汚染はどのように起こり, どんな健康問題を引き起こすかを考える。 ・環境汚染の防止・改善の対策では, 社会対策や個人で出来ることなど総合的な対策を身につける態度を養う。 	15
1 2 3	3. 社会生活と健康 ④ごみの処理と上下水道の設備 ⑤食品を守る活動 ⑥働くことと健康 ⑦働く人の健康づくり	<ul style="list-style-type: none"> ・ごみ処理と上下水道整備の状況を知る。 ・現在生活における食品に関しての問題点と, 今後どんな問題が発生するのかを考えることができるようにする。 ・働くことと健康が相互に影響し合うことから, 仕事の仕方や職場環境を整えることの必要性について学習し, 将来に生かす意識を深める。 ・職場における健康管理の必要性について理解を深め, 職場及び日常生活での健康増進について考えをまとめ, 実践できる態度を養う。 	8

保健体育 科 2 年 保健 年間授業計画 (シラバス)						
科目名	保健	対象	特進 (文系)	コース	単位数	1 単位
教科書	最新高等学校保健体育			出版社	大修館書店	
副教材	最新高等保健体育ノート					

1 学習の到達目標

個人及び社会生活において健康・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 評価の観点・内容・方法, 及び成績評価の方法

①評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
評価の内容	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について関心をもち, 意欲的に学習に取り組もうとする。	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について, 課題の解決を目指して総合的に考え, 判断し, それらを表している。	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について, 課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	ノート プリント	定期考査

②成績評価の方法

①の評価の方法によって, 学年末に評定にまとめます。

評価の内容 定期考査9割 平常点 (学習態度・小テスト・ノート・課題など) 1割

3 学習計画

月	学習単元	主な学習内容とねらい	時間数
	保 健		
4	2. 生涯を通じる健康 ①思春期と健康 ②性への関心・欲求と性行動 ③妊娠・出産と健康	<ul style="list-style-type: none"> 年齢に応じた健康保持増進に関する正しい知識を身につけるようにする。 性意識や欲求の変化の男女差, 異性の心と体の違いについて理解できるようにする。 望まない妊娠, 性感染症と性行動との関連について理解を深める。 受精・妊娠と出産の一連の過程を学習する。 家族計画の意義について学習する。 健康な結婚生活について, 心身の発達や本人および家族の立場から理解することを目指す。 中高年期にともなう心身の変化について, 形態, 機能の両面から学習し理解を深める。 	12
5	④避妊法と人工妊娠中絶 ⑤結婚生活と健康 ⑥中高年期と健康		
6			
7			

8	2. 生涯を通じる健康 ⑦医薬品とその活用	<ul style="list-style-type: none"> ・保健サービスの内容を理解し、提供されるサービスが、家族や地域社会生活にどのように役立たせるか考えることができるようにする。 ・医療が必要なとき適切な医療サービスを利用できるのは、さまざまな医療関係者の養成や医療機関が設置されているからサービスを受けられることを理解できるようにする。 ・生涯を通じて健康な生活を維持するために、個々の努力と社会的な対策（保健・医療・福祉）について学習する。 ・大気をめぐる環境問題について、過去・現在の汚染問題について知識を深めることができるようにする。 ・水質汚濁と土壌汚染はどのように起こり、どんな健康問題を引き起こすかを考える。 ・環境汚染の防止・改善の対策では、社会対策や個人で出来ることなど総合的な対策を身につける態度を養う。 	15
9	⑧医療サービスとその活用 ⑨保健サービスとその活用 ⑩さまざまな保健活動や対策		
10	3. 社会生活と健康 ①大気汚染と健康		
11	②水質汚濁、土壌汚染と健康		
12	③環境汚染を防ぐ取り組み		
1	3. 社会生活と健康 ④ごみの処理と上下水道の設備	<ul style="list-style-type: none"> ・ごみ処理と上下水道整備の状況を知る。 ・現在生活における食品に関しての問題点と、今後どんな問題が発生するのかを考えることができるようにする。 ・働くことと健康が相互に影響しあうことから、仕事の仕方や職場環境を整えることの必要性について学習し、将来に生かす意識を深める。 ・職場における健康管理の必要性について理解を深め、職場及び日常生活での健康増進について考えをまとめ、実践できる態度を養う。 	8
2	⑤食品を守る活動 ⑥働くことと健康 ⑦働く人の健康づくり		
3			

保健体育 科 2 年 保健 年間授業計画 (シラバス)						
科目名	保健	対象	特進 (理系)	コース	単位数	1 単位
教科書	最新高等学校保健体育			出版社	大修館書店	
副教材	最新高等保健体育ノート					

1 学習の到達目標

個人及び社会生活において健康・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 評価の観点・内容・方法, 及び成績評価の方法

①評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
評価の内容	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について関心をもち, 意欲的に学習に取り組もうとする。	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について, 課題の解決を目指して総合的に考え, 判断し, それらを表している。	現代社会と健康, 生涯を通じる健康, 社会生活と健康について, 課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	ノート プリント	定期考査

②成績評価の方法

①の評価の方法によって, 学年末に評定にまとめます。

評価の内容 定期考査9割 平常点 (学習態度・小テスト・ノート・課題など) 1割

3 学習計画

月	学習單元 保 健	主な学習内容とねらい	時間数
4	2. 生涯を通じる健康 ①思春期と健康 ②性への関心・欲求と性行動 ③妊娠・出産と健康	・年齢に応じた健康保持増進に関する正しい知識を身につけるようにする。 ・性意識や欲求の変化の男女差, 異性の心と体の違いについて理解できるようにする。	12
5	④避妊法と人工妊娠中絶 ⑤結婚生活と健康 ⑥中高年期と健康	・望まない妊娠, 性感染症と性行動との関連について理解を深める。 ・受精・妊娠と出産の一連の過程を学習する。 ・家族計画の意義について学習する。 ・健康な結婚生活について, 心身の発達や本人および家族の立場から理解することを目指す。	
6		・中高年期にともなう心身の変化について, 形態, 機能の両面から学習し理解を深める。	
7			

8 9 10 11 12	2. 生涯を通じる健康 ⑦医薬品とその活用 ⑧医療サービスとその活用 ⑨保健サービスとその活用 ⑩さまざまな保健活動や対策 3. 社会生活と健康 ①大気汚染と健康 ②水質汚濁, 土壌汚染と健康 ③環境汚染を防ぐ取り組み	<ul style="list-style-type: none"> ・保健サービスの内容を理解し, 提供されるサービスが, 家族や地域社会生活にどのように役立たせるか考えることができるようにする。 ・医療が必要なとき適切な医療サービスを利用できるのは, さまざまな医療関係者の養成や医療機関が設置されているからサービスを受けられることを理解できるようにする。 ・生涯を通じて健康な生活を維持するために, 個々の努力と社会的な対策(保健・医療・福祉)について学習する。 ・大気をめぐる環境問題について, 過去・現在の汚染問題について知識を深めることができるようにする。 ・水質汚濁と土壌汚染はどのように起こり, どんな健康問題を引き起こすかを考える。 ・環境汚染の防止・改善の対策では, 社会対策や個人で出来ることなど総合的な対策を身につける態度を養う。 	15
1 2 3	3. 社会生活と健康 ④ごみの処理と上下水道の設備 ⑤食品を守る活動 ⑥働くことと健康 ⑦働く人の健康づくり	<ul style="list-style-type: none"> ・ごみ処理と上下水道整備の状況を知る。 ・現在生活における食品に関しての問題点と, 今後どんな問題が発生するのかを考えることができるようにする。 ・働くことと健康が相互に影響しあうことから, 仕事の仕方や職場環境を整えることの必要性について学習し, 将来に生かす意識を深める。 ・職場における健康管理の必要性について理解を深め, 職場及び日常生活での健康増進について考えをまとめ, 実践できる態度を養う。 	8

7	体育理論①					<ul style="list-style-type: none"> ・運動の基本である走・跳・投のバランスのとれた運動を通して、体力・筋力の向上を図る。 <p>体育理論①</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 生涯スポーツの見方・考え方 2. ライフスタイルにおうじたスポーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ゴルフ ・ゴルフの基本的技術を身につけるとともに、ゴルフコース場においてルールとマナーを守ってプレーができるように学習する。 	<ul style="list-style-type: none"> 技 得意技、連続技のいずれかができるようにする。 				
8	体づくり運動	スポーツ演習	固め技	しかけ技	グループ作り	バレーボール	各種トレーニング	・素早く相手を崩して投げたり、抑えたり、返したりするなどの攻防を展開するための相手の多様な動きに応じた基本動作を身につける。	・相手の構えを崩し、素早くしかけたり応じたりする攻防を展開するための相手の多様な動きに応じた基本動作を身につける。	・リズム感を身につけ、仲間と共に動き方を創作して発表する楽しさや喜びを実感する。		
9	<男女>バレーボール	各種トレーニング	・けさ固め ・横四方固め ・肩固め	・二段の技 ・引き技 ・払い技	創作ダンス	・仲間と共に楽しくバレーボールを楽しむための技術習得及び態度を養う。	・専門スポーツ種目の技術を習得する。	・各運動種目に適した筋力トレーニングを実践する。	・安全に運動を楽しむ態度を養う。	・得意技や連続技・変化技のいずれかができるようにする。	・表したいテーマにふさわしいイメージをとらえ、イメージを強調した作品を創作する。	体育 28
10	・パス ・フットワーク ・サービス ・トス ・スパイク ・レシーブ ・ゲーム	・機能的トレーニング ・スポーツに関する資格制度 ・実践 ヨガ	・約束練習	応じ技 ・抜き技 ・返し技 ・簡易試合	グループ練習	・チームで協力し合い役割やポジションを決め、楽しくゲームができるようにする。	・各運動種目に適した筋力トレーニングを実践する。	・安全に運動を楽しむ態度を養う。	・健康管理に必要な知識を身につける。	・得意技や連続技・変化技のいずれかができるようにする。	・練習や試合の場面で事故や仲間の危険を回避するための活動の仕方を選べるようにする。	武ダ 15
11			・連絡技 ・得意技		作品の発表と鑑賞	・攻撃や守備の組織的な連携プレーを実践する。	・健康管理に必要な知識を身につける。	・健康に運動を楽しむ態度を養う。	・安全管理に必要な知識を身につける。	・得意技や連続技・変化技のいずれかができるようにする。	・個や群で対極の動きや空間使い方で変化を付けて即興的に表現できるようにする。	演習 12
12	体育理論②					<ul style="list-style-type: none"> ・運動の基本である走・跳・投のバランスのとれた運動を通して、体力・筋力の向上を図る。 <p>体育理論②</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. 日本のスポーツ振興 4. スポーツと環境 						

保健体育 科 3 年		体育		年間授業計画 (シラバス)		
科目名	体育	対象	進学 I (文系)	コース	単位数	3 単位
教科書	最新高等保健体育			出版社	大修館書店	
副教材	最新高等保健体育ノート					

1 学習の到達目標

- ① 運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
- ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を高める。
- ③ 健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。

2 評価の観点・内容・方法、及び成績評価の方法

①評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
評価の内容	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。	選択した運動の技術(技)の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	グループでの課題解決学習	技能テスト	理解度テスト

②成績評価の方法

①の評価の方法によって、学年末に評定にまとめます。

評価の内容 定期考査8割 平常点(学習態度・小テスト・ノート・課題など)2割

3 学習計画

月	学 習 単 元				主な学習内容と到達目標				時間数
	体育	武道		ダンス	体育	武道		ダンス	
		柔道	剣道			柔道	剣道		
4	ガイダンス 新体力テスト 体づくり運動 <男女>	ガイダンス 礼儀作法 基本動作 ・受け身	ガイダンス 礼儀礼法 基本動作	ガイダンス グループ作り 小作品作り 現代的なリズム のダンス	新体力テスト ・新体力テストを実施することで、自分の体力を客観的に自覚する。 ・自己の身体に関心を持ち、自己の体力や生活環境に応じた運動を実践して健康保持増進する態度を養う。	・伝統的な考え方、礼儀作法を身につける。 ・相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防を展開するための相手の動きの変化に応じた基本動作を身につける。	・伝統的な考え方、礼儀作法を身につける。 ・相手の構えを崩し、しかけたり応じたりするなどの攻防を展開するための相手の動きの変化に応じた基本動作を身につける。	・現代的なリズムのダンスを通してリズムの特徴を強調して全身で自由に踊ったり、変化とまとまりを付けて仲間と対応したりして踊れるようにする。	体育 24
5	陸上競技 ・立ち五段跳び ・砲丸投げ	投げ技 ・大内刈り ・体落とし ・支え釣り込み足 ・背負い投げ	・足さばき ・構え ・面打ち ・胴打ち ・小手打ち	作品の発表と鑑賞	陸上競技 ・運動の基本である	・基本となる技、	・基本となる技、		武ダ 12

7	体育理論①	・大腰			走・跳・投のバランスのとれた運動を通して、体力・筋力の向上を図る。	得意技、連続技のいずれかができるようにする。	得意技のいずれかができるようにする。		
8	体づくり運動 ＜男女＞ バレーボール	固め技 ・けさ固め ・横四方固め ・肩固め	しかけ技 ・二段の技 ・引き技 ・払い技	グループ作り	バレーボール ・仲間と共に楽しくバレーボールを楽しむ態度を養う。	・素早く相手を崩して投げたり、抑えたり、返したりするなどの攻防を展開するための相手の多様な動きに応じた基本動作を身につける。	・相手の構えを崩し、素早くしかけたり応じたりする攻防を展開するための相手の多様な動きに応じた基本動作を身につける。	・リズム感を身につけ、仲間と共に動き方を創作して発表する楽しさや喜びを実感する。	
9	・パス ・フットワーク ・サービス ・トス ・スパイク ・レシーブ ・ゲーム	・約束練習	応じ技 ・抜き技 ・返し技 ・簡易試合	創作ダンス グループ練習	・チームで協力をして役割分担やポジションを決め、楽しくゲームができるようにする。 ・攻撃や守備の組織的な連携プレーを実践する。	・得意技や連続技・変化技のいずれかができるようにする。	・得意技ができるようにする。	・表したいテーマにふさわしいイメージをとらえ、イメージを強調した作品を創作する。	
10		・連絡技 ・得意技		作品の発表と鑑賞	・作戦を立ててゲームが出来るようにする。 ・生涯スポーツのひとつとして長く楽しめることを理解して、基本的な個人技能を身につける。 ・ルールを理解して審判が出来るようにする。	・練習や試合の場面で事故や仲間の危険を回避するための活動の仕方を選べるようにする。	・練習や試合の場面で事故や仲間の危険を回避するための活動の仕方を選べるようにする。	・個性や群で対極の動きや空間使い方に変化を付けて即興的に表現できるようにする。	体育 28 武ダ 15
11									
12	体育理論②				体育理論② 3. 日本のスポーツ振興 4. スポーツと環境				

					の向上を図る。				
	体育理論①				体育理論① 1. 生涯スポーツの見方・考え方 2. ライフスタイルにおうじたスポーツ				
8	体づくり運動	固め技 ・けさ固め ・横四方固め ・肩固め	しかけ技 ・二段の技 ・引き技 ・払い技	グループ作り	バレーボール ・仲間と共に楽しくバレーボールを楽しむ態度を養う。 ・チームで協力をして役割分担やポジションを決め、楽しくゲームができるようにする。 ・攻撃や守備の組織的な連携プレーを実践する。 ・作戦を立ててゲームが出来るようにする。 ・生涯スポーツのひとつとして長く楽しめることを理解して、基本的な個人技能を身につける。 ・ルールを理解して審判が出来るようにする。	・素早く相手を崩して投げたり、抑えたり、返したりするなどの攻防を展開するための相手の多様な動きに応じた基本動作を身につける。 ・得意技や連続技・変化技のいずれかができるようにする。 ・練習や試合の場面で事故や仲間の危険を回避するための活動の仕方を選べるようにする。	・相手の構えを崩し、素早くしかけたり応じたりする攻防を展開するための相手の多様な動きに応じた基本動作を身につける。 ・得意技ができるようにする。 ・練習や試合の場面で事故や仲間の危険を回避するための活動の仕方を選べるようにする。	・リズム感を身につけ、仲間と共に動き方を創作して発表する楽しさや喜びを実感する。 ・表したいテーマにふさわしいイメージをとらえ、イメージを強調した作品を創作する。 ・個や群で対極の動きや空間使い方で変化を付けて即興的に表現できるようにする。	
9	バレーボール		応じ技 ・抜き技 ・返し技 ・簡易試合	創作ダンス					
10	・パス ・フットワーク ・サービス ・トス ・スパイク ・レシーブ ・ゲーム	・約束練習		グループ練習					体育 28
11		・連絡技 ・得意技		作品の発表と鑑賞					武ダ 15
12	体育理論②				体育理論② 3. 日本のスポーツ振興 4. スポーツと環境				

					の向上を図る。				
	体育理論①				体育理論① 1. 生涯スポーツの見方・考え方 2. ライフスタイルにおうじたスポーツ				
8	体づくり運動	固め技 ・けさ固め ・横四方固め ・肩固め	しかけ技 ・二段の技 ・引き技 ・払い技	グループ作り	バレーボール ・仲間と共に楽しくバレーボールを楽しむ態度を養う。 ・チームで協力をして役割分担やポジションを決め、楽しくゲームができるようにする。 ・攻撃や守備の組織的な連携プレーを実践する。 ・作戦を立ててゲームが出来るようにする。 ・生涯スポーツのひとつとして長く楽しめることを理解して、基本的な個人技能を身につける。 ・ルールを理解して審判が出来るようにする。	・素早く相手を崩して投げたり、抑えたり、返したりするなどの攻防を展開するための相手の多様な動きに応じた基本動作を身につける。 ・得意技や連続技・変化技のいずれかができるようにする。 ・練習や試合の場面で事故や仲間の危険を回避するための活動の仕方を選べるようにする。	・相手の構えを崩し、素早くしかけたり応じたりする攻防を展開するための相手の多様な動きに応じた基本動作を身につける。 ・得意技ができるようにする。 ・練習や試合の場面で事故や仲間の危険を回避するための活動の仕方を選べるようにする。	・リズム感を身につけ、仲間と共に動き方を創作して発表する楽しさや喜びを実感する。 ・表したいテーマにふさわしいイメージをとらえ、イメージを強調した作品を創作する。 ・個や群で対極の動きや空間使い方で変化を付けて即興的に表現できるようにする。	
9	バレーボール		応じ技 ・抜き技 ・返し技 ・簡易試合	創作ダンス					
10	・パス ・フットワーク ・サービス ・トス ・スパイク ・レシーブ ・ゲーム	・約束練習		グループ練習					体育 28
11		・連絡技 ・得意技		作品の発表と鑑賞					武ダ 15
12	体育理論②				体育理論② 3. 日本のスポーツ振興 4. スポーツと環境				

保健体育 科 3 年 体育 年間授業計画 (シラバス)							
科目名	体育	対象	進学Ⅱ (理系)	コース	単位数	3	単位
教科書	最新高等保健体育			出版社	大修館書店		
副教材	最新高等保健体育ノート						

1 学習の到達目標

- ① 運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
- ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を高める。
- ③ 健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。

2 評価の観点・内容・方法、及び成績評価の方法

①評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
評価の内容	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。	選択した運動の技術(技)の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	グループでの課題解決学習	技能テスト	理解度テスト

②成績評価の方法

①の評価の方法によって、学年末に評定にまとめます。

評価の内容 定期考査8割 平常点(学習態度・小テスト・ノート・課題など)2割

3 学習計画

月	学 習 単 元				主な学習内容と到達目標				時間数
	体育	武道		ダンス	体育	武道		ダンス	
		柔道	剣道			柔道	剣道		
4	ガイダンス	ガイダンス	ガイダンス	ガイダンス	新体力テスト	・伝統的な考え方、礼儀作法を身につける。	・伝統的な考え方、礼儀作法を身につける。	・現代的なリズムのダンスを通してリズムの特徴を強調して全身で自由に踊ったり、変化とまとまりを付けて仲間と対応したりして踊れるようにする。	体育 24 武ダ 12
5	新体力テスト	礼儀作法	礼儀礼法	グループ作り	・新体力テストを実施することで、自分の体力を客観的に自覚する。	・相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防を展開するための相手の動きの変化に応じた基本動作を身につける。	・相手の構えを崩し、しかめたり応じたりするなどの攻防を展開するための相手の動きの変化に応じた基本動作を身につける。		
6	体づくり運動	基本動作 ・受け身	基本動作 ・足さばき ・構え	小作品作り	・自己の身体に関心を持ち、自己の体力や生活環境に応じた運動を実践して健康保持増進する態度を養う。	・基本となる技、	・基本となる技、		
	陸上競技	投げ技 ・大内刈り ・体落とし ・支え釣り込み足	・胴打ち ・小手打ち	現代的なリズムのダンス	作品の発表と鑑賞	陸上競技	・運動の基本である		
	・立ち五段跳び								
	・砲丸投げ								

7	体育理論①	<ul style="list-style-type: none"> ・背負い投げ ・大腰 			走・跳・投のバランスのとれた運動を通して、体力・筋力の向上を図る。	得意技、連続技のいずれかができるようにする。	得意技のいずれかができるようにする。		
8	体づくり運動	固め技	しかけ技	グループ作り	バレーボール	・素早く相手を崩して投げたり、抑えたり、返したりするなどの攻防を展開するための相手の多様な動きに応じた基本動作を身につける。	・相手の構えを崩し、素早くしかけたり応じたりする攻防を展開するための相手の多様な動きに応じた基本動作を身につける。	・リズム感を身につけ、仲間と共に動き方を創作して発表する楽しさや喜びを実感する。	
9	バレーボール	<ul style="list-style-type: none"> ・けさ固め ・横四方固め ・肩固め 	<ul style="list-style-type: none"> ・二段の技 ・引き技 ・払い技 	創作ダンス	<ul style="list-style-type: none"> ・仲間と共に楽しくバレーボールを楽しむ態度を養う。 ・チームで協力をして役割分担やポジションを決め、楽しくゲームができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・得意技や連続技・変化技のいずれかができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・得意技ができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・表したいテーマにふさわしいイメージをとらえ、イメージを強調した作品を創作する。 	
10	サービス	・約束練習	応じ技	グループ練習	<ul style="list-style-type: none"> ・攻撃や守備の組織的な連携プレーを実践する。 ・作戦を立ててゲームが出来るようにする。 ・生涯スポーツの心とつとして長く楽しめることを理解して、基本的な個人技能を身につける。 ・ルールを理解して審判が出来るようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・練習や試合の場面で事故や仲間の危険を回避するための活動の仕方を選べるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・練習や試合の場面で事故や仲間の危険を回避するための活動の仕方を選べるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・個や群で対極の動きや空間使い方で変化を付けて即興的に表現できるようにする。 	体育 28 武ダ 15
11	トス		<ul style="list-style-type: none"> ・抜き技 ・返し技 ・簡易試合 	作品の発表と鑑賞					
12	レシーブ	・連絡技							
12	ゲーム	・得意技							
12	体育理論②				体育理論②	3. 日本のスポーツ振興			
					4. スポーツと環境				

保健体育 科 3 年 体育 年間授業計画 (シラバス)						
科目名	体育	対象	特進 (文系)	コース	単位数	3 単位
教科書	最新高等保健体育			出版社	大修館書店	
副教材	最新高等保健体育ノート					

1 学習の到達目標

- ① 運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
- ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を高める。
- ③ 健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。

2 評価の観点・内容・方法、及び成績評価の方法

①評価の観点・内容・方法

評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
評価の内容	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。	選択した運動の技術 (技) の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。
評価の方法	学習活動への姿勢 出席状況	グループでの課題解決学習	技能テスト	理解度テスト

②成績評価の方法

①の評価の方法によって、学年末に評定にまとめます。

評価の内容 定期考査 8割 平常点 (学習態度・小テスト・ノート・課題など) 2割

3 学習計画

月	学 習 単 元				主な学習内容と到達目標				時間数
	体育	武道		ダンス	体育	武道		ダンス	
		柔道	剣道			柔道	剣道		
4	ガイダンス 新体力テスト 体づくり運動	ガイダンス 礼儀作法	ガイダンス 礼儀礼法	ガイダンス グループ作り 小作品作り	新体力テスト ・新体力テストを実施することで、自分の体力を客観的に自覚する。 ・自己の身体に関心を持ち、自己の体力や生活環境に応じた運動を実践して健康保持増進する態度を養う。	・伝統的な考え方、礼儀作法を身につける。 ・相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防を展開するための相手の動きの変化に応じた基本動作を身につ	・伝統的な考え方、礼儀作法を身につける。 ・相手の構えを崩し、しかけたり応じたりするなどの攻防を展開するための相手の動きの変化に応じた基本動作を	・現代的なリズムのダンスを通してリズムの特徴を強調して全身で自由に踊ったり、変化とまとまりを付けて仲間と対応したりして踊れるようにする。	24
5	陸上競技 ・立ち五段跳び	基本動作 ・受け身 投げ技 ・大内刈り	基本動作 ・足さばき ・構え ・面打ち	現代的なリズムのダンス 作品の発表と鑑賞					

6	・砲丸投げ	・体落とし ・支え釣り込み足 ・背負い投げ ・大腰	・胴打ち ・小手打ち		陸上競技 ・運動の基本である走・跳・投のバランスのとれた運動を通して、体力・筋力の向上を図る。	ける。 ・基本となる技、得意技、連続技のいずれかができるようにする。	身につける。 ・基本となる技、得意技のいずれかができるようにする。		武ダ 12
7	体育理論①				体育理論① 1. 生涯スポーツの見方・考え方 2. ライフスタイルにおうじたスポーツ				
8	体づくり運動	固め技 ・けさ固め ・横四方固め ・肩固め	しかけ技 ・二段の技 ・引き技 ・払い技	グループ作り	バレーボール ・仲間と共に楽しくバレーボールを楽しむ態度を養う。 ・チームで協力をして役割分担やポジションを決め、楽しくゲームができるようにする。 ・攻撃や守備の組織的な連携プレーを実践する。 ・作戦を立ててゲームが出来るようにする。 ・生涯スポーツの心とつとして長く楽しめることを理解して、基本的な個人技能を身につける。 ・ルールを理解して審判が出来るようにする。	・素早く相手を崩して投げたり、抑えたり、返したりするなどの攻防を展開するための相手の多様な動きに応じた基本動作を身につける。 ・得意技や連続技・変化技のいずれかができるようにする。 ・練習や試合の場面で事故や仲間の危険を回避するための活動の仕方を選べるようにする。	・相手の構えを崩し、素早くしかけたり応じたりする攻防を展開するための相手の多様な動きに応じた基本動作を身につける。 ・得意技ができるようにする。 ・練習や試合の場面で事故や仲間の危険を回避するための活動の仕方を選べるようにする。	・リズム感を身につけ、仲間と共に動き方を創作して発表する楽しさや喜びを実感する。 ・表したいテーマにふさわしいイメージをとらえ、イメージを強調した作品を創作する。 ・個や群で対極の動きや空間使い方に変化を付けて即興的に表現できるようにする。	
9	バレーボール	・パス ・フットワーク ・サービス ・トス ・スパイク ・レシーブ ・ゲーム	応じ技 ・抜き技 ・返し技 ・簡易試合	創作ダンス グループ練習					
10		・約束練習 ・連絡技 ・得意技		作品の発表と鑑賞					体育 28
11									武ダ 15
12	体育理論②				体育理論② 3. 日本のスポーツ振興 4. スポーツと環境				

					の向上を図る。				
	体育理論①				体育理論① 1. 生涯スポーツの見方・考え方 2. ライフスタイルにおうじたスポーツ				
8	体づくり運動	固め技 ・けさ固め ・横四方固め ・肩固め	しかけ技 ・二段の技 ・引き技 ・払い技	グループ作り	バレーボール ・仲間と共に楽しくバレーボールを楽しむ態度を養う。 ・チームで協力をして役割分担やポジションを決め、楽しくゲームができるようにする。 ・攻撃や守備の組織的な連携プレーを実践する。 ・作戦を立ててゲームが出来るようにする。 ・生涯スポーツのひとつとして長く楽しめることを理解して、基本的な個人技能を身につける。 ・ルールを理解して審判が出来るようにする。	・素早く相手を崩して投げたり、抑えたり、返したりするなどの攻防を展開するための相手の多様な動きに応じた基本動作を身につける。 ・得意技や連続技・変化技のいずれかができるようにする。 ・練習や試合の場面で事故や仲間の危険を回避するための活動の仕方を選べるようにする。	・相手の構えを崩し、素早くしかけたり応じたりする攻防を展開するための相手の多様な動きに応じた基本動作を身につける。 ・得意技ができるようにする。 ・練習や試合の場面で事故や仲間の危険を回避するための活動の仕方を選べるようにする。	・リズム感を身につけ、仲間と共に動き方を創作して発表する楽しさや喜びを実感する。 ・表したいテーマにふさわしいイメージをとらえ、イメージを強調した作品を創作する。 ・個や群で対極の動きや空間使い方で変化を付けて即興的に表現できるようにする。	
9	バレーボール		応じ技 ・抜き技 ・返し技 ・簡易試合	創作ダンス					
10	・パス ・フットワーク ・サービス ・トス ・スパイク ・レシーブ ・ゲーム	・約束練習		グループ練習					体育 28
11		・連絡技 ・得意技		作品の発表と鑑賞					武ダ 15
12	体育理論②				体育理論② 3. 日本のスポーツ振興 4. スポーツと環境				