

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。
 ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を養い、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を養う。
 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養う。

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		主な学習内容と到達目標		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 30
5	体育理論①	心肺蘇生法	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。 ・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。	
	新体力テスト	・現場における応急手当 ・AED講習会	新体力テスト	・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。	
	体づくり運動		・新体力テストで、自分の体力を把握する。結果を評価し目標を立て、授業に積極的に取り組む。	・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。	
	<男女> ラジオ体操第1	スポーツ栄養学	体づくり運動	・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。	
	<男子> サッカー	・水分補給について	・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、合意形成に貢献する。	スポーツ栄養学	演習 14
	<女子> ソフトテニス			・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くより専門的な知識が必要であることを学ぶ。今回は、主に水分補給につ	

6		ゴルフ ・グリップ ・アイアンショット ・ドライバーショット ・アプローチ ・ルール ・エチケット	・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、取り組みを工夫できる。	いて講義を受ける。正しい水分補給の仕方を学び、自らのパフォーマンス向上を図る。	
7			ラジオ体操 ・ラジオ体操第1を習得し、準備運動とする。	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。	
8		トレーニング基礎 ・競技力を構成する諸要素の関係 ・技能、戦術の上達過程 ・技能、戦術を向上させるトレーニング方法 ・競技力と精神力（メンタル面）の関係	サッカー ・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出すなどの連携した動きによってゴール前への投入などから攻防を展開する。	トレーニング基礎 ・競技としてのスポーツで良い成績をあげるためには、それに応じた競技力を高める必要がある。 ・運動やスポーツを効果的に行うためには、トレーニングによって体力を高め、技術や戦術を練習して技能や戦術能を高める必要がある。そのために、講習や実技を通して競技力の向上に必要な基礎知識を知る。	
9	新体力テスト② 体づくり運動		ソフトテニス ・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。		体育 39
10	<男女> ハードル走 体育理論②		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。		演習 14
11			体育理論② 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		
12			バスケットボール ・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にして攻防を展開する。	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、生涯を通して親しむ。 ・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踏まえ、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を図る。	
1	体づくり運動 <男女> バスケットボール	スキー（猿倉スキー場） ・シュテム・ストップ ・大回り ・小回り ・緩斜面・急斜面・コブ斜面を安全に滑走	・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。		体育 21
2					演習 6
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。
② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を養い、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を養う。
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養う。

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	主な学習内容と到達目標	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 ・新体力テストで、自分の体力を把握する。結果を評価し目標を立て、授業に積極的に取り組む。 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。 ラジオ体操 ・ラジオ体操第1を習得し、準備運動とする。 サッカー ・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	20
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		
7	<男子> サッカー		
	<女子> ソフトテニス		

8		<p>ゲーム</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。 <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。 	
9	新体力テスト②	<p>新体力テスト②</p> <ul style="list-style-type: none"> 新体力テストで、自分の体力を把握する。結果を評価し目標を立て、授業に積極的に取り組む。 	26
10	<p><男女> ハードル走</p> <p>体づくり運動</p>	<p>ハードル走</p> <ul style="list-style-type: none"> 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なる。 	
11	<p>体育理論②</p> <p>体づくり運動</p>	<p>体育理論②</p> <ol style="list-style-type: none"> オリンピックと国際理解 スポーツと経済 ドーピングとスポーツ倫理 	
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。 	14
2	<p><男女> バスケットボール</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。 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。 	
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

- 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。
 ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を養い、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を養う。
 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養う。

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 到 達 目 標	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 ・新体力テストで、自分の体力を把握する。結果を評価し目標を立て、授業に積極的に取り組む。	20
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		
7	<男子> サッカー	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。	
	<女子> ソフトテニス	ラジオ体操 ・ラジオ体操第1を習得し、準備運動とする。 サッカー ・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	

		<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。 	
8	新体力テスト②	<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。 <p>新体力テスト②</p> <ul style="list-style-type: none"> 新体力テストで、自分の体力を把握する。結果を評価し目標を立て、授業に積極的に取り組む。 	
9	<男女> ハードル走	<p>ハードル走</p> <ul style="list-style-type: none"> 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なる。 	26
10	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 	
11	体育理論②		
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。 	14
2	<男女> バスケットボール	<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。 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。 	
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

- | |
|---|
| <p>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。</p> <p>② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を養い、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を養う。</p> <p>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養う。</p> |
|---|

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 到 達 目 標	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① ・新体力テストで、自分の体力を把握する。結果を評価し目標を立て、授業に積極的に取り組む。 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。 ラジオ体操 ・ラジオ体操第1を習得し、準備運動とする。 サッカー ・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	20
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		
7	<男子> サッカー		
	<女子> ソフトテニス		

		<p>ゲーム</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。 <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。 <p>新体力テスト②</p> <ul style="list-style-type: none"> 新体力テストで、自分の体力を把握する。結果を評価し目標を立て、授業に積極的に取り組む。 	
8	新体力テスト②		
9	<p><男女> ハードル走</p>	<p>ハードル走</p> <ul style="list-style-type: none"> 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なる。 	26
10	<p>体育理論② 体づくり運動</p>	<p>体育理論②</p> <ol style="list-style-type: none"> オリンピックと国際理解 スポーツと経済 ドーピングとスポーツ倫理 	
11			
12	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。 	
1	<男女>		
2	バスケットボール	<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。 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。 	14
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、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養う。

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 到 達 目 標	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し, 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。 ・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。 	10
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			

<p>8</p> <p>9</p> <p>10</p> <p>11</p> <p>12</p>	<p>1. 現代社会と健康</p> <p>⑦喫煙と健康</p> <p>⑧飲酒と健康</p> <p>⑨薬物乱用と健康</p> <p>⑩感染症とその予防</p> <p>⑪性感染症・エイズとその予防</p> <p>⑫欲求と適応規制</p> <p>⑬心身の相関とストレス</p> <p>⑭心の健康のために</p>	<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。 ・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。 ・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。 ・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。 	<p>13</p>
<p>1</p> <p>2</p> <p>3</p>	<p>1. 現代社会と健康</p> <p>⑮交通事故の現状と要因</p> <p>⑯交通事故を防ぐために</p> <p>⑰応急手当の意義とその基本</p> <p>⑱日常的な応急手当</p> <p>⑲心肺蘇生法の原理とおこない方</p>	<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。 ・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。 	<p>7</p>

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、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養う。

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 到 達 目 標	時間数
	保 健		
4 5 6 7	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 ③健康に関する意志決定・行動選択と環境づくり 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	<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し、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。 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。 	10
8 9 10 11 12	1. 現代社会と健康 ⑦喫煙と健康 ⑧飲酒と健康 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 ⑫欲求と適応規制 ⑬心身の相関とストレス ⑭心の健康のために	<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。 性感染症の発症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。 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。 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。 	13

1 2 3	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 ⑰応急手当の意義とその基本 ⑱日常的な応急手当 ⑲心肺蘇生法の原理とおこない方	・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。 ・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。	7
---------------------	---	---	---

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、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養う。

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 到 達 目 標	時間数
	保 健		
4 5 6 7	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 ③健康に関する意志決定・行動選択と環境づくり 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	<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し, 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。 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, こんごの健康問題と関連させて考えることができる。 	10
8 9 10 11 12	1. 現代社会と健康 ⑦喫煙と健康 ⑧飲酒と健康 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 ⑫欲求と適応規制 ⑬心身の相関とストレス ⑭心の健康のために	<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。 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。 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。 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。 	13

1 2 3	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 ⑰応急手当の意義とその基本 ⑱日常的な応急手当 ⑲心肺蘇生法の原理とおこない方	・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。 ・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。	7
---------------------	---	---	---

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	特准	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、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養う。

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 到 達 目 標	時間数
	保 健		
4 5 6 7	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 ③健康に関する意志決定・行動選択と環境づくり 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	<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し、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。 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。 	10
8 9 10 11 12	1. 現代社会と健康 ⑦喫煙と健康 ⑧飲酒と健康 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 ⑫欲求と適応規制 ⑬心身の相関とストレス ⑭心の健康のために	<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。 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。 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。 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。 	13

1 2 3	<p>1. 現代社会と健康</p> <p>⑮交通事故の現状と要因</p> <p>⑯交通事故を防ぐために</p> <p>⑰応急手当の意義とその基本</p> <p>⑱日常的な応急手当</p> <p>⑲心肺蘇生法の原理とおこない方</p>	<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。 ・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。 	7
-------------	--	---	---

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。
② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を養い、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を養う。
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養う。

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	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 30 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> バスケットボール	・スポーツに関する資格制度 ・実践ヨガ 1・2	バスケットボール ・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		
7					

			<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出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。 <p>体育理論①</p> <ol style="list-style-type: none"> 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 		
8	体育理論②	ゴルフ	体育理論②	ゴルフ	
9	体づくり運動	・グリッパ ・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	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。	
10	<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	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。	
11	陸上競技 (三段跳)		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。	・外部の専門家の指導の下、心肺蘇生法 (AED) 講習会を受講し、救命講習認定証が交付されるように取り組む。	体育 39 演習 14
12	<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 ・サービス ・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。	
1	体づくり運動	スキー (蔵王スキー場) プルーク・ストップ シュテム・パラレル		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、生涯を通して親しむ。	
2	<男女> 卓球	・大回り ・小回り ・緩斜面・急斜面・コブ斜面を安全に滑走		・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。	
3			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	・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る	体育 21 演習 6

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。
② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を養い、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を養う。
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養う。

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	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。	20
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> バスケットボール	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 バスケットボール	

7		<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。 	
8	体育理論②		
9	体づくり運動	<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>	
10	<p><男子></p> <p>ソフトボール</p> <p>陸上競技 (三段跳)</p>	<p>ソフトボール</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ピッチング ・捕球送球 	
11	<p><女子></p> <p>バレーボール</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・トスパッティング ・ゲーム <p>陸上競技</p> <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。 	26
12		<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 ・サービス ・ゲーム 	
1	体づくり運動 <男女>卓球		
2		<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	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。
 ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を養い、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を養う。
 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養う。

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	主な学習内容と到達目標	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。	20
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> バスケットボール	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 バスケットボール ・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	

7		<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。 ・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。 	
8	体育理論②		
9	体づくり運動	体育理論②	
10	<p><男子> ソフトボール</p> <p><女子> バレーボール 陸上競技 (三段跳)</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> <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 <p>陸上競技</p> <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>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 	26
11			
12			
1	体づくり運動 <男女>卓球	卓球	
2		<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	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。
 ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を養い、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を養う。
 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養う。

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	主な学習内容と到達目標	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。	20
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> バスケットボール	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 バスケットボール ・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	

7		<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。 ・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。 	
8	体育理論②		
9	体づくり運動	<p>体育理論②</p> <p>4. 体カトレーニング</p> <p>5. 運動・スポーツにおける安全の確保</p>	
10	<p><男子></p> <p>ソフトボール</p> <p>陸上競技 (三段跳)</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 	26
11	<p><女子></p> <p>バレーボール</p>	<p>陸上競技</p> <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>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			
2	体づくり運動 <男女>卓球	<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	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。
 ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を養い、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を養う。
 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養う。

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	体育	
4	ガイダンス	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させ、積極的に目標を持って授業に向かう態度を養う。	20
5	新体力テスト 体づくり運動	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	体育理論①	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	
6	<男女> バスケットボール	バスケットボール ・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	

7		<p>ユート, セットシュート・ゲーム</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。 ・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。 	
8	体育理論②		
9	体づくり運動	<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>	
10	<p><男子></p> <p>ソフトボール</p> <p>陸上競技 (三段跳)</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 	26
11	<p><女子></p> <p>バレーボール</p>	<p>陸上競技</p> <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>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			
2	体づくり運動 <男女>卓球	<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 (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。
- ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を養い、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を養う。
- 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養う。

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	主な学習内容と到達目標	時間数
	体育	体育	
4	ガイダンス	新体力テスト	20
	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	
	バスケットボール	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 バスケットボール ・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	

7		<ul style="list-style-type: none"> ・ユート, 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。 	
8	体育理論②		
9	体づくり運動	体育理論② 4. 体カトレーニング 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 陸上競技 (三段跳)	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	26
11	<女子> バレーボール	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。 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			
2	体づくり運動 <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 (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。
 ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を養い、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を養う。
 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養う。

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	主な学習内容と到達目標	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。	20
5	体づくり運動 体育理論①	体づくり運動 ・身体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> バスケットボール	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 バスケットボール ・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	

7		したりして攻防を展開する。	
8	体育理論②	<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。 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。 	
9	体づくり運動	体育理論②	
10	＜男子＞ ソフトボール	4. 体カトレーニング 5. 運動・スポーツにおける安全の確保 ソフトボール <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 	26
11	＜女子＞ バレーボール	陸上競技	
12	陸上競技（三段跳）	<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。 バレーボール <ul style="list-style-type: none"> オーバーハンドパス アンダーハンドパス サービス ゲーム 	
1	体づくり運動 <男女>卓球	卓球	
2		<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、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養う。

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	主な学習内容と到達目標	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。 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。 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する。 	10
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		
7	⑤結婚生活と健康		
	⑥中高年期と健康		

<p>8</p> <p>9</p> <p>10</p> <p>11</p> <p>12</p>	<p>2. 生涯を通じる健康</p> <p>⑦医薬品とその活用</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>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>③環境汚染を防ぐ取り組み</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つか考える。 ・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。 ・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>13</p>
<p>1</p> <p>2</p> <p>3</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>⑥働くことと健康</p> <p>⑦働く人の健康づくり</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。 ・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>7</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 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、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養う。

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	主な学習内容と到達目標	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。 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。 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する。 	10
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 9 10 11 12</p>	<p>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</p> <p>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</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つか考える。 ・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。 ・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>13</p>
<p>1 2 3</p>	<p>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</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。 ・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>7</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、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養う。

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	主な学習内容と到達目標	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。 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。 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する。 	10
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		

<p>8 9 10 11 12</p>	<p>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</p> <p>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</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つか考える。 ・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。 ・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>13</p>
<p>1 2 3</p>	<p>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</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。 ・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>7</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 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、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養う。

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	主な学習内容と到達目標	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。 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。 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する。 	10
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つか考える。 ・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。 ・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。 	13
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 ③環境汚染を防ぐ取り組み		
12			
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。 ・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。 	7
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、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養う。

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	主な学習内容と到達目標	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。 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。 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する。 	10
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 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つか考える。 ・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。 ・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。 	13
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。 ・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。 	7

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、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養う。

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	主な学習内容と到達目標	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。 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。 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する。 	10
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つか考える。 ・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。 ・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。 	13
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 ③環境汚染を防ぐ取り組み		
12			
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。 ・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。 	7
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、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養う。

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	主な学習内容と到達目標	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。 ・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。 ・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する。 	10
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>9</p> <p>10</p> <p>11</p> <p>12</p>	<p>2. 生涯を通じる健康</p> <p>⑦医薬品とその活用</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>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>③環境汚染を防ぐ取り組み</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つか考える。 ・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。 ・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>13</p>
<p>1</p> <p>2</p> <p>3</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>⑥働くことと健康</p> <p>⑦働く人の健康づくり</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。 ・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。 	<p>7</p>

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	スポーツ	コース	単位数 5 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。
② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を養い、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を養う。
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養う。

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持ち、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、自己や仲間と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つけている。	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する。
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	演習	武道		ダンス	体育	演習	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	各種トレーニング ゴルフ ・グリップ ・アイアン	ガイダンス 礼儀作法	ガイダンス 礼儀札法	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。	各種トレーニング ・専門スポーツ種目の技術を習得する。	・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る。	30
5	体づくり運動 <男女> 陸上競技	ショット ・ドライバーショット ・アプローチ	基本動作 ・受け身 投げ技	基本動作 ・足さばき ・構え	現代的なリズムのダンス 作品の発表と鑑賞	体づくり運動 ・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。	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。	・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。	13	
6	・立ち五段跳び ・砲丸投げ	方向性スイング ・パターン	込み足 ・背負い投げ ・大腰			陸上競技				14	

7	体育理論①	・ラウンド に向け練習				・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・筋力をつけ る。 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	ける。 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。	・基本とな る技, 得意 技, 連続技の いずれかが できる。	・基本とな る技, 得意技 のいずれか ができる。		
8	体づくり運 動 <男女> バレーボー ル	スポーツ演 習 各種トレー ニング	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 創作ダンス	バレーボール ・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。 ・チームで協 力し合い役割 やポジション を決め, 楽しく ゲームをする。 ・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 てゲームをす 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。 体育理論②	各種トレー ニング ・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。 ・健康管理 に必要な知 識を身につ ける。	・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 かを行う。 ・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。	・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。 ・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。	・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 らせ, 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 や空間の使 い方で変化 を付けて即 興的に表現 する。	体育 3.2 武ダ 1.5 演習 1.4
9	・パス ・フットワ ーク ・サーブ ・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 作品の発表 と鑑賞						
10			・連絡技 ・得意技								
11											
12	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 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。
- ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を養い、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を養う。
- 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養う。

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つけている。	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する。
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る。	体育 20 武ダ 13
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。		
5	体づくり運動	基本動作	基本動作	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。				
6	<男女> 陸上競技	投げ技	・足さばき	現代的なリズムのダンス	陸上競技				
	・立ち五段跳び	・大内刈り	・構え	作品の発表と鑑賞					
	・砲丸投げ	・体落とし	・面打ち						
		・支え釣り込	・胴打ち						
		み足	・小手打ち						
		・背負い投げ							

7	体育理論①	・大腰			る走・跳・投のパラ ンスのとれた運動 を通して、体力・筋 力をつける。	得意技、連続技の いずれかができ る。	得意技のいずれ かができる。		
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 創作ダンス	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 をする。 ・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 ームをする。 ・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 て審判を行う。	・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。 ・得意技や連続 技・変化技のい ずれかを行う。	・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。 ・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。	・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 しさを喜びを実 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 の動きや空間の 使い方に変化を 付けて即興的に 表現する。	
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	グループ練習 作品の発表と鑑 賞		・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。			
10		・連絡技 ・得意技							体育 26 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				

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 (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。
- ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を養い、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を養う。
- 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養う。

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つけている。	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する。
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て踊る。	体育 20 武ダ 13
	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。		
	体づくり運動			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。				
5	陸上競技	基本動作 ・受け身	基本動作	現代的なリズムのダンス	陸上競技	・基本となる技、得意技、連続技のいずれかを身につける。	・基本となる技、得意技のいずれかを身につける。		
	・立ち五段跳び	投げ技	・足さばき	作品の発表と鑑賞					
6	・砲丸投げ	・大内刈り ・体落とし ・支え釣り込み足 ・背負い投げ ・大腰	・構え ・面打ち ・胴打ち ・小手打ち						

7					を通して、体力・筋力をつける。	つける。			
	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 ・仲間と楽しくバレーボールを楽しむ態度を養う。 ・チームで協力して役割分担やポジションを決め、楽しくゲームをする。 ・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をする。 ・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を行う。	・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。 ・得意技や連続技・変化技のいずれかを身につける。 ・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。	・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。 ・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。	・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の使い方に変化を付けて即興的に表現する。	
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 25 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				

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 (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

- 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。
- ③ 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を養い、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を養う。
- ④ 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養う。

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つけている。	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する。
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	ガイドダンス	ガイドダンス	ガイドダンス	ガイドダンス	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る。	体育 20 武ダ 13
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。		
	体づくり運動	基本動作	基本動作	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、得意技、連続技のいずれかを身につける。	・基本となる技、得意技のいずれかを身につける。		
6	陸上競技	・受け身	・足さばき	現代的なリズムのダンス	陸上競技	・基本となる技、得意技、連続技のいずれかを身につける。	・基本となる技、得意技のいずれかを身につける。		
	・立ち五段跳び	投げ技	・構え	作品の発表と鑑賞					
	・砲丸投げ	・大内刈り	・面打ち						
		・体落とし	・胴打ち						
		・支え釣り込み足	・小手打ち						
		・背負い投げ							
		・大腰							

7					を通して、体力・筋力をつける。	つける。			
	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 ・仲間と楽しくバレーボールを楽しむ態度を養う。 ・チームで協力して役割分担やポジションを決め、楽しくゲームをする。 ・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をする。 ・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を行う。	・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。 ・得意技や連続技・変化技のいずれかを身につける。 ・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。	・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。 ・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。	・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の使い方に変化を付けて即興的に表現をする。	
9	バレーボール		応じ技	創作ダンス					
	・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	・抜き技 ・返し技 ・簡易試合	グループ練習					
10		・連絡技 ・得意技		作品の発表と鑑賞					体育 25 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				

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

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。
② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を養い、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を養う。
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養う。

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つけている。	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する。
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る。	体育 20 武ダ 13	
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。			
	体づくり運動			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。					
	陸上競技			基本動作	現代的なリズムのダンス	作品の発表と鑑賞				
	・立ち五段跳び			・受け身	・足さばき					
	・砲丸投げ	投げ技	・構え							
		・大内刈り	・面打ち							
		・体落とし	・胴打ち							

6		<ul style="list-style-type: none"> 支え釣り込み足 背負い投げ 大腰 	<ul style="list-style-type: none"> 小手打ち 		<p>陸上競技</p> <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・筋力をつける。 	<ul style="list-style-type: none"> 基本となる技、得意技、連続技のいずれかができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 基本となる技、得意技のいずれかができる。 		
7	体育理論①				<p>体育理論①</p> <ol style="list-style-type: none"> 生涯スポーツの見方・考え方 ライフスタイルにおうじたスポーツ 				
8	体づくり運動	<p>固め技</p> <ul style="list-style-type: none"> けさ固め 横四方固め 肩固め 	<p>しかけ技</p> <ul style="list-style-type: none"> 二段の技 引き技 払い技 	<p>グループ作り</p>	<p>バレーボール</p> <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、楽しくゲームをする。 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をする。 生涯スポーツのひとつとして長く楽しむことを理解して、基本的な個人技能を身につける。 ルールを理解して審判を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 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・変化技のいずれかを身につける。 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。 	<ul style="list-style-type: none"> 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。 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。 	<ul style="list-style-type: none"> 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する。 	
9	バレーボール	<ul style="list-style-type: none"> パス フットワーク サーブ トス スパイク レシーブ 	<ul style="list-style-type: none"> 引き技 払い技 	<p>創作ダンス</p>					
10		<ul style="list-style-type: none"> 約束練習 連絡技 得意技 	<p>応じ技</p> <ul style="list-style-type: none"> 抜き技 返し技 簡易試合 	<p>グループ練習</p>					
11				<p>作品の発表と鑑賞</p>					<p>体育</p> <p>25</p> <p>武ダ</p> <p>15</p>
12	体育理論②				<p>体育理論②</p> <ol style="list-style-type: none"> 日本のスポーツ振興 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。
- ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を養い、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を養う。
- 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養う。

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つけている。	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する。
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	ガイドダンス	ガイドダンス	ガイドダンス	ガイドダンス	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。	体育 20 武ダ 13
	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。		
	体づくり運動			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。				
5	陸上競技	基本動作 ・受け身	基本動作	現代的なリズムのダンス					
	・立ち五段跳び	投げ技	・足さばき	作品の発表と鑑賞					
6	・砲丸投げ	・大内刈り ・体落とし ・支え釣り込み足 ・背負い投げ ・大腰	・構え ・面打ち ・胴打ち ・小手打ち		陸上競技	・基本となる技、得意技、連続技のいずれかを身につける。	・基本となる技、得意技のいずれかを身につける。		

7					を通して、体力・筋力をつける。	つける。			
	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 ・仲間と楽しくバレーボールを楽しむ態度を養う。 ・チームで協力して役割分担やポジションを決め、楽しくゲームをする。 ・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をする。 ・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を行う。	・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。 ・得意技や連続技・変化技のいずれかを身につける。 ・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。	・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。 ・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。	・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する。	
9	バレーボール		応じ技	創作ダンス					
	・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	・抜き技 ・返し技 ・簡易試合	グループ練習					
10		・連絡技 ・得意技		作品の発表と鑑賞					体育 25 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				

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 (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。
- ② 自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を養い、公平、協力、責任、参画などに対する意欲を養う。
- 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養う。

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つけている。	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する。
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。	体育 20 武ダ 13
	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。		
	体づくり運動			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。				
5	<男女> 陸上競技	基本動作 ・受け身	基本動作	現代的なリズムのダンス					
	・立ち五段跳び	投げ技 ・大内刈り ・体落とし	・足さばき ・構え ・面打ち ・胴打ち	作品の発表と鑑賞					
6	・砲丸投げ	・支え釣り込み足 ・背負い投げ	・小手打ち		陸上競技 ・運動の基本である走・跳・投のパラ	・基本となる技、得意技、連続技の	・基本となる技、得意技のいずれ		

7		・大腰			ンスのとれた運動を通して、体力・筋力をつける。	いずれかを身につける。。	かを身につける。。		
	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	しかり技 ・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、楽しくゲームをする。 ・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をする。 ・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を行う。	・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。 ・得意技や連続技・変化技のいずれかを身につける。 ・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。 ・得意技ができる。 ・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。 ・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の使い方に変化を付けて即興的に表現する。	
9	バレーボール	・パス ・フットワーク ・サーブ ・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 作品の発表と鑑賞					
10		・約束練習 ・連絡技 ・得意技							体育 25 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				