

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	新高等保健体育						出版社	大修館		
副教材	新高等保健体育ノート（大修館）									

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、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付ける。
- ② 生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。
- ③ 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

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	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
評価の 内容	運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解しているとともに、それらの技能を身に付けている。	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	生涯にわたって継続して運動に親しむために、運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするとともに、健康・安全を確保している。
評価の 方法	定期考査 単元テスト 小テスト レポート 授業観察など	定期考査 単元テスト 小テスト レポート 授業観察など	学習課題 ワークシート レポート ノート 授業観察など

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 知識・技能1，思考・判断・表現1，主体的に学習に取り組む態度1

3 学習計画

※評価の観点：a（知識・技能），b（思考・判断・表現），c（主体的に学習に取り組む態度）

月	学 習 単 元		主 な 学 習 内 容 と 到 達 目 標		評価の観点			時間数
	体 育	演 習	体 育	演 習	a	b	c	
4	ガイダンス 体育理論①	ガイダンス スポーツ演習	目標確認、年間、単元の説明 1. スポーツの発祥と成立 2. スポーツ文化の発展と現代社会 3. オリンピック・パラリンピックと国際社会	目標確認、年間、単元の説明 選択種目を実践し、運動能力を向上する。	○	○	○	
5	体づくり運動		体づくり運動 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体		○	○	○	
		ゴルフ		ゴルフ	○	○	○	

2	＜男女＞ バスケット ボール	・大回り ・小回り ・緩斜面・急斜面・コブ斜面 を安全に滑走	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して攻防を展開する。 ・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。	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。	○	○	○	20
3								

※学習状況により、進度・内容を変更することがあります。

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・特進	コース	単位数 2 単位
教科書	新高等保健体育 出版社 大修館				
副教材	新高等保健体育ノート（大修館）				

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、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付ける。
- ② 生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。
- ③ 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

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	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
評価の内容	運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解しているとともに、それらの技能を身に付けている。	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	生涯にわたって継続して運動に親しむために、運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするとともに、健康・安全を確保している。
評価の方法	定期考査 単元テスト 小テスト レポート 授業観察など	定期考査 単元テスト 小テスト レポート 授業観察など	学習課題 ワークシート レポート ノート 授業観察など

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 知識・技能 1, 思考・判断・表現 1, 主体的に学習に取り組む態度 1

3 学習計画

※評価の観点：a（知識・技能）、b（思考・判断・表現）、c（主体的に学習に取り組む態度）

月	学 習 単 元	主 な 学 習 内 容 と 到 達 目 標	評価の観点			時間数
			a	b	c	
4	ガイダンス	体育の目標と年間計画と単元、体育授業を展開する上での約束事を理解する。各自で健康状態確認し担当教員に報告する。	○	○	○	10
	体育理論①	体育理論① 1. スポーツの発祥と成立 2. スポーツ文化の発展と現代社会 3. オリンピック・パラリンピックと国際社会	○	○	○	
5	体づくり運動①	体づくり運動① 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解する。健康の保持増進や体力の向上を目指し、目的に適した運動の計画を立て取り組む。また、主体的に自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組みを工夫し、自己や仲間の考え方を他者に伝えることができる。	○	○	○	
	<男女>					
6	ラジオ体操第1	・ラジオ体操	○	○	○	

7 8 9	<男子> サッカー	・ラジオ体操第1を習得し、準備運動とする。				8
		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。				
10 11 12	<女子> ソフトテニス	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。				
	体づくり運動②	体づくり運動② 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解する。健康の保持増進や体力の向上を目指し、目的に適した運動の計画を立て取り組む。また、主体的に自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組みを工夫し、自己や仲間の考え方を他者に伝えることができる。	○	○	○	
1 2 3	<男女> ハードル走	ハードル走	○	○	○	26
		・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。				
	体育理論②	体育理論② 4, スポーツの経済効果とスポーツ産業 5, スポーツに求められる高潔さ 6, 持続可能性からみたスポーツと環境	○	○	○	
1 2 3	体づくり運動3 <男女> バスケットボール	バスケットボール	○	○	○	12
		・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。	○	○	○	

※学習状況により、進度・内容を変更することがあります。

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	全	コース	単位数 1 単位
教科書	新高等保健体育			出版社	大修館
副教材	新高等保健体育ノート（大修館）				

1 学習の到達目標

- (1) 個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身に付けるようにする。
- (2) 健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。
- (3) 生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

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	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
評価の 内容	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ているとともに、技能を身に付けている。	健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断しているとともに、目的や状況に応じて他者に伝えている。	生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営むための学習に主体的に取り組もうとしている。
評価の 方法	定期考査 単元テスト 小テスト レポート 授業観察など	定期考査 単元テスト 小テスト レポート 授業観察など	学習課題 ワークシート レポート ノート 授業観察など

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 知識・技能 1, 思考・判断・表現 1, 主体的に学習に取り組む態度 1

3 学習計画

※評価の観点：a（知識・技能）、b（思考・判断・表現）、c（主体的に学習に取り組む態度）

月	学 習 単 元	主 な 学 習 内 容 と 到 達 目 標	評価の観点			時間数
			a	b	c	
4 5 6 7	1. 現代社会と健康 ①日本における健康課題の変遷 ②健康の考え方と成り立ち ③ヘルスプロモーションと健康に関わる環境づくり ④健康に関する意思決定・行動選択 ⑤現代における感染症の問題	各単元の学習の『ねらい』は以下の通り。 ・健康指標や疾病構造の変化から、日本の健康課題を理解すること。 ・健康水準や疾病構造の変化には社会の状況が関わっていること理解する。 ・健康の考え方が変化してきたのか理解する。 ・健康の成立には様々な要因が関わっていることを理解する。 ・ヘルスプロモーションの考え方に基づく環境づくりの重要性を理解する。 ・健康を保持・増進するための環境について理解する。 ・健康を保持・増進するには適切な意思決定・行動選択が重要であることを理解する。 ・意思決定・行動選択は様々な要因により影響を受けることを理解する。 ・感染症の発生や流行には自然や社会の環境が影響することについて理解する。	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	9

		・新興感染症や再興感染症の発生や流行の現状とその理由について理解する。	○	○	○	
	⑥感染症の予防	・感染症予防の三原則について理解する。 ・感染症を予防するために必要な社会および個人の取り組みについて理解する。	○ ○	○ ○	○	
8	⑦性感染症・エイズとその予防 ＜ 期末テスト ＞	・性感染症・エイズの現状と今後の課題について理解する。 ・性感染症・エイズの予防に必要な個人および社会の取り組みについて分けて理解する。	○ ○	○ ○	○	13
9	1. 現代社会と健康					
	⑧生活習慣病の予防と回復	・生活習慣病のリスクを軽減し予防するために必要な個人の取り組みについて理解する。 ・生活習慣病の予防や回復のために必要な社会の取り組みについて理解する。	○ ○	○ ○	○	
	⑨身体活動・運動と健康	・身体活動・運動と健康の関係について理解する。 ・身体活動・運動の継続的な実践に必要な個人と社会の取り組みについて理解する。	○ ○	○ ○	○	
10	⑩食事と健康	・食事と健康の関係について理解する。 ・健康的な食生活の実践に必要な個人および社会の取り組みについて理解する。	○ ○	○ ○	○	
	⑪休養・睡眠と健康	・休養・睡眠と健康の関係について理解する ・適切な休養・睡眠の確保に必要な個人および社会の取り組みについて理解する。	○ ○	○ ○	○	
	⑫がんの予防と回復	・がんにはさまざまな種類があることやがんの発生要因について理解する。 ・がんの予防や回復のために必要な個人および社会の取り組みについて理解する。	○ ○	○ ○	○	
11	⑬喫煙と健康	・喫煙による健康への影響について理解する。 ・喫煙による健康被害の防止に必要な個人および社会環境への対策について理解する。	○ ○	○ ○	○	
	⑭飲酒と健康	・飲酒による健康への影響について理解する。 ・飲酒による健康被害の防止に必要な個人および社会環境への対策について理解する。	○ ○	○ ○	○	
12	⑮薬物乱用と健康	・薬物乱用による健康および社会への影響について理解する。 ・薬物乱用の防止に必要な個人および社会環境への対策について理解する。	○ ○	○ ○	○	6
	⑯精神疾患の特徴	・代表的な精神疾患の特徴や症状について理解する。 ・精神疾患の発症、回復のポイントを理解する。	○ ○	○ ○	○	
	⑰精神疾患への対応 ＜ 期末テスト ＞	・精神疾患の予防や早期発見、治療や支援など適切な対応について理解する。 ・心の健康社会の実現を目指した取り組みの重要性について理解する。	○ ○	○ ○	○	
1	2. 安全な社会生活					
	①事故の現状と発生要因	・様々な場面で起こる事故とその被害の実態について理解する。 ・事故の発生には人的要因と環境要因が関連している。	○ ○	○ ○	○	
	②交通事故防止に仕組み	・交通事故には個人の取り組みと交通環境の整備が必要であることを理解する	○	○	○	

2	③安全な社会の形成	・交通事故には補償など法的責任が生じることを理解する	☐	☐		
		・安全な社会をつくるために必要な個人の取り組みを理解する。	☐	☐	☐	
	④応急手当の意義と救急医療体制	・すべての人たちの安全を確保するために必要な環境の整備について理解する。	☐	☐		
	⑤心肺蘇生法	・応急手当の意義と、その手順や方法を身に付ける必要性について理解する。 ・救急医療体制の仕組みと社会的整備の必要性、適切な利用法について理解する。	☐	☐	☐	
3	⑥日常的な応急手当	・心肺蘇生法の意義や方法、手順について理解する。 ・心肺蘇生法ができるようにする。	☐	☐	☐	
	< 学年末テスト >	・日常生活で起こるけがの基本的な応急手当の方法を理解してできるようにする。	☐	☐	☐	
		・熱中症の予防および基本的な応急手当の方法を理解し、できるようにする。	☐	☐	☐	

※学習状況により、進度・内容を変更することがあります。

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	新高等保健体育		出版社		大修館	
副教材	新高等保健体育ノート（大修館）					

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、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付ける。
- ② 生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。
- ③ 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

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	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
評価の 内容	運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解しているとともに、それらの技能を身に付けている。	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	生涯にわたって継続して運動に親しむために、運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするとともに、健康・安全を確保している。
評価の 方法	定期考査・単元テスト 小テスト・レポート 授業観察など	定期考査・単元テスト 小テスト・レポート 授業観察など	学習課題（ワークシート） レポート・ノート 授業観察など

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 知識・技能 1，思考・判断・表現 1，主体的に学習に取り組む態度 1

3 学習計画

※評価の観点：a（知識・技能），b（思考・判断・表現），c（主体的に学習に取り組む態度）

月	学 習 単 元		主 な 学 習 内 容 と 到 達 目 標		評価の観点			時間 数
	体 育	演 習	体 育	演 習	a	b	c	
4	ガイダンス 体づくり運動 ①	ガイダンス スポーツ演習 ゴルフ（4～12月） ・グリップ	『目標確認、年間、単元の説明』 『体づくり運動』 ・体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方など理解するとともに、自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て、実生活に役立てること。 自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。	目標確認、年間、単元の説明 『ゴルフ』 ・ゴルフの基本的技術習得	○ ○	○ ○	○ ○	

5	バスケットボール (男女)	・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・マナー	・互いに助け合い高め合おうとすることと、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保すること。 『 バスケットボール 』 ・状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間などへの侵入などから攻防を展開すること。 ・チームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えること。 ・フェアプレイを大切にすること、合意形成に貢献すること、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にすること、互いに助け高め合おうとすること、健康安全を確保すること。 【学習内容】 ・基礎技能 (シュート・パス・ドリブル) ・オーバーナンバーの攻防 ・2on2, 3on3の攻防 ・ゲーム	を身につけるとともに、 (1年次の復習) アイアンショット、ドライバーショットを身に付ける ・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になる。 『 選択種目の実践 』 専門種目以外のスポーツに触れ、運神経系、筋力系の向上を図り、専門種目に生かせるようにする。 自に課題にたいして自ら解決する能力を身に付ける。	○	○	○	体育 (30) 体演 (14)
6								
7	体育理論 ・運動・スポーツの学び方		『 体育理論① 』 ①スポーツにおける技術と戦術・戦略 ②スポーツにおける技術と体力		○			
8	体づくり運動②		『 体づくり運動② 』※評価の観点は上記記載		○	○	○	
9		スポーツトレーニング論		『スポーツトレーニング論』 トレーニング基礎 (1年次の復習含む)				体育 (39) 体演 (14)
		・トレーニングの基礎知識 ・トレーニングの実技 ・けがの予防と対応		・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。	○	○	○	
	ソフトボール (男子)	・機能的トレーニングの実践 1・2・3・4	『 ソフトボール (男子) 』					
10	バレーボール (女子)	・スポーツに関する資格制度 ・実践ヨガ 1・2	・状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定した用具の操作と状況に応じた守備などによって攻防すること。 ・チームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝える。 ・フェアプレイを大切にすること、合意形成に貢献すること、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にすること、互いに助け高めあうとすること、健康安全を確保すること。 ・ピッチング・捕球送球 ・バッティング ・ゲーム	ゴルフ ・ゴルフの基本的技術習得を身につけるとともに、(1年次の復習) アイアンショット、ドライバーショットを身に付ける。	○	○	○	体育 (39) 体演 (14)
		トレーニング実践	『 バレーボール (女子) 』					
		・トレーニングの実技 ・機能的トレーニングの実践 1・2・3・4	・状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をすること。 ・チームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えること。					

11	男女	・スポーツに関する資格制について	・フェアプレイを大切にしようとする事、合意形成に貢しようとする事、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする事、互いに助け高め合おうとする事、健康安全を確保すること。	技能がどのような段階を経て上達するのか理解できるようになる。 体の動きはどのような仕組みで開発され、持続していくのか理解させる。	○	○	○	
	陸上競技 (三段跳)		『陸上競技、3段跳び』(男女) ・記録の向上や競争及び自己や仲間の課題を解決するなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、課題可決の方法、競技会の仕方などを理解する。 ・三段跳びでは、短い助走からリズムカルに連続して跳ぶこと。 ・自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える。 ・主体的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとする事、課題や朝鮮を大切にしようとする事。	・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運動神経系の開発や筋力アップを図り、技術や戦術アップに役に立てられるようにする。				
	体育理論 ・運動・スポーツの学び方		『体育理論②』 【学習内容】 ①技能の上達過程と練習の考え方 ②効果的な動きのメカニズム		○			
	体づくり運動③		『体づくり運動②』※評価の観点は上記記載					
12	卓球 (男女)		『卓球』 ・状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をすること。 ・チームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝える。 ・フェアプレイを大切にすること、合意形成に貢献すること、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にすること。互いに助け高めあうこと、健康安全を確保すること。 【学習内容】 ・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 (蔵王温泉スキー場) ブルー・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		『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る。		○			
3	体育理論③ ・体力トレーニング ・運動やスポーツでの危険予知と安全確保		『体育理論③』 【学習内容】 ①体力トレーニングの基礎理論を理解する。 ②スポーツ活動中に重大な事故を挙げその発生要因と予防方法を理解する。		○			

体育
(21)
体演
(6)

※学習状況により、進度・内容を変更することがあります。

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・特進	コース	単位数	2 単位
教科書	新高等保健体育			出版社	大修館	
副教材	新高等保健体育ノート（大修館）					

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、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付ける。
- ② 生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。
- ③ 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

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	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
評価の内容	運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解しているとともに、それらの技能を身に付けている。	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	生涯にわたって継続して運動に親しむために、運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするとともに、健康・安全を確保している。
評価の方法	定期考査・単元テスト 小テスト・レポート 授業観察など	定期考査・単元テスト 小テスト・レポート 授業観察など	学習課題（ワークシート） レポート・ノート 授業観察など

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 知識・技能1、思考・判断・表現1、主体的に学習に取り組む態度1

3 学習計画

※評価の観点：a（知識・技能）、b（思考・判断・表現）、c（主体的に学習に取り組む態度）

月	学 習 単 元	主 な 学 習 内 容 と 到 達 目 標	評価の観点			時間数
			a	b	c	
4	ガイダンス 体づくり運動①	目標確認、年間、単元の説明 『 体づくり運動 』 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方など理解するとともに、自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て、実生活に役立てること。 自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える。 ・互いに助け合い高め合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保すること。	○ ○	○	○	
5	バスケットボール <男女>	『 バスケットボール 』 ・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。 ・チームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝える。 ・フェアプレイを大切にすること、合意形成に貢献すること、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にすること、互いに助け高めあうとすること、健康安全を確保すること。	○	○	○	1 学期 (23)
6						

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	全	コース	単位数	1 単位
教科書	新高等保健体育			出版社	大修館	
副教材	新高等保健体育ノート（大修館）					

1 学習の到達目標

- (1) 個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身に付けるようにする。
- (2) 健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。
- (3) 生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

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	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
評価の 内容	生涯を通じる健康，健康を支える環境づくりについて理解を深めるとともに、技能を身につけている。	生涯を通じる健康，健康を支える環境づくりについての情報から，課題を発見し，解決の方法を思考し判断するとともに，それらを表現すること。	生涯を通じる健康，健康を支える環境づくりについて，課題の解決に向けた学習に，主体的に取り組んでいる。
評価の 方法	定期考査・単元テスト 小テスト・レポート 授業観察など	定期考査・単元テスト 小テスト・レポート 授業観察など	学習課題・ワークシート レポート・ノート 授業観察など

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 知識・技能 1，思考・判断・表現 1，主体的に学習に取り組む態度 1

3 学習計画

※評価の観点：a（知識・技能），b（思考・判断・表現），c（主体的に学習に取り組む態度）

月	学 習 単 元	主 な 学 習 内 容 と 到 達 目 標	評価の観点			時間数
			a	b	c	
4	ガイダンス 3章 生涯を通じる健康 ①思春期と健康	各単元の『学習のねらい』は以下の通り。 ・思春期における心身の発達や性的成熟について理解する。 ・思春期に起こりやすい健康課題について理解する。	○	○	○	1 学期 (10)
5	②性意識の変化と性行動の選択	・自分の行動への責任感や異性の理解と尊重の必要性について理解する。 ・性行動の選択には性情報への適切な対処が必要であることを理解する。	○	○	○	
6	③結婚生活と健康	・結婚生活健康との関係について理解する。 ・結婚生活における夫婦関係，親子関係による健康への影響について理解する。	○	○	○	
	④妊娠・出産と健康	・受精，妊娠，出産の過程と，それに伴う健康課題について理解する。 ・妊娠・出産期に活用できる母子保健サービスについて理解する。	○	○	○	
7	⑤家族計画	・家族計画の意義について理解する。 ・人工妊娠中絶が心身へ与える影響について理解する。	○	○	○	
	⑥加齢と健康	・加齢による心身の変化や高齢期の健康問題について理解する。	○	○	○	
	⑦高齢社会に対応した取り	・若年期の生活習慣が中高年期の健康に影響することを理解する。	○	○	○	

8	組み	・高齢社会における健康課題について理解する。 ・高齢者の暮らしや健康を支えるために必要な社会の取り組みについて理解する。	○	○	○	2 学期 (13)
9	⑧働くことと健康 ＜ 期末テスト ＞	・働くことの意義と働き方の多様化について理解する。 ・働く人における健康問題について理解する。	○	○	○	
	⑨労働災害の防止	・労働環境の変化に伴い、労働災害の要因も変化していることを理解する。 ・労働災害を防止するための様々な取り組みについて理解する。	○	○	○	
10	⑩働く人の健康づくり	・職場での心身両面にわたる積極的な健康づくり活動について理解する。 ・働く人の健康には余暇の活用など生活の質の向上も重要であることを理解する。	○	○	○	
	4章 健康を支える環境づくり					
	①大気汚染と健康	・大気汚染による健康への影響について理解する。 ・地球規模で起きている大気環境問題について理解する。	○	○	○	
11	②水質汚濁と土壌汚染と健康	・水質汚濁、土壌汚染による健康への影響について理解する。	○	○	○	
	③健康被害を防ぐための環境対策	・環境汚染による健康への影響を防ぐために行われている対策について理解する。 ・産業廃棄物の処理や新たな環境汚染の課題について理解する。	○	○	○	
	④環境衛生にかかわる活動	・安全な水の確保のために必要な上下水道の整備の現状と課題について理解する。 ・生活環境を保全するためのごみ処理の現状と、今後の課題について理解する。	○	○	○	
12	⑤食品の安全性と健康	・食品の安全性が損なわれると健康被害が生じる可能性があることを理解する。 ・人々の健康課題を支えるためには食品の安全性の確保が重要であることを理解する。	○	○	○	
1	⑥食品の安全性を確保するための取り組み ＜ 期末テスト ＞	・食品の安全性を確保するための行政や生産・製造者の役割について理解する。 ・食品による健康被害を防ぐために消費者が果たす役割を理解する。	○	○	○	3 学期 (8)
	⑦保健制度とその活用	・保健行政の役割を理解する。 ・健康の保持・増進には保健サービスの適切な活用が必要であることを理解する。	○	○	○	
	⑧医療制度とその活用	・医療保険の仕組みについて理解する。 ・医療サービスの適切な活用方法について理解する。	○	○	○	
2	⑨医薬品の制度とその活用	・医薬品には承認制度や販売に関する規制が設けられていることを理解する。 ・医薬品は、使用に関する注意を守り、正しく使う必要があることを理解する。	○	○	○	
	⑩様々な保健活動や対策	・日本や世界では健康課題に対応した保健活動や対策が行われていることを理解する。 ・国際機関や民間機関などにより行われている様々な保健活動や対策について理解する。	○	○	○	
3	⑪誰もが健康に過ごせる社会に向けた環境づくり ＜ 学年末テスト ＞	・自他の健康の保持・増進には健康を支える環境づくりが重要であることを理解する。 ・健康を支える環境づくりへの積極的な参加が自他の健康につながることを理解する。	○	○	○	

※学習状況により、進捗・内容を変更することがあります。

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	新高等保健体育							出版社	大修館		
副教材	新高等保健体育ノート（大修館）										

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、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付ける。
- ② 生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。
- ③ 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

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	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
評価の内容	運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解しているとともに、それらの技能を身に付けている。	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	生涯にわたって継続して運動に親しむために、運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするとともに、健康・安全を確保している。
評価の方法	定期考査・単元テスト 小テスト・レポート 授業観察など	定期考査・単元テスト 小テスト・レポート 授業観察など	学習課題（ワークシート） レポート・ノート 授業観察など

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 知識・技能1，思考・判断・表現1，主体的に学習に取り組む態度1

3 学習計画

※評価の観点：a（知識・技能），b（思考・判断・表現），c（主体的に学習に取り組む態度）

月	学 習 単 元		主 な 学 習 内 容 と 到 達 目 標		評価の観点			時間数
	体 育	演 習	体 育	演 習	a	b	c	
4	ガイダンス 体づくり運動 ①	ガイダンス スポーツ演習 トレーニング実践 ・トレーニングの実技	『目標確認、年間、単元の説明』 『体づくり運動』 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方など理解するとともに、自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て、実生活に役立てること 自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える。 ・互いに助け合い高め合おうとすることと、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にすること、合意形成に貢献しようとする	目標確認、年間、単元の説明 『スポーツトレーニング論』 トレーニング基礎（1、2年次の復習含む） ・競技としてのスポーツで	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	

5	＜男女＞ 陸上競技	・機能的トレーニングの実践 1・2・3・4	ることなどや、健康・安全を確保すること。 陸上競技 『 3段跳び・ 』（男女） 2 年次の学習を踏まえ段階的に進行する。 ・記録の向上や競争及び自己や仲間の課題を解決するなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、課題可決の方法、競技会の仕方などを理解する。 ・三段跳びでは、短い助走からリズムカルに連続して跳ぶこと。 ・自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える。 ・主体的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとし、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること。課題や朝鮮を大切にしようとし、	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を行う。トレーニングの実践、	○		○	
6	・三段跳び	・スポーツに関する資格制について ・ボールに関する資格制度 ・実践ヨガ 1・2	・三段跳びでは、短い助走からリズムカルに連続して跳ぶこと。 ・自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える。 ・主体的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとし、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること。課題や朝鮮を大切にしようとし、	『 選択種目の実践 』 専門種目以外のスポーツに触れ、運動神経系、筋力系の向上を図り、専門種目に生かせるようにする。 自に課題にたいして自ら解決する能力を身につける。	○	○	○	
7	・砲丸投げ	選択種目の実践	『砲丸投げ』 ・正しい保持姿勢、まっすぐに突き放す、準備動作での勢い生かした投げ、兄の地面への押しや上半身のひねり戻しを使った突き出し等を習得し、自他の記録更新に喜びや達成感を味わう。	『 選択種目の実践 』 専門種目以外のスポーツに触れ、運動神経系、筋力系の向上を図り、専門種目に生かせるようにする。 自に課題にたいして自ら解決する能力を身につける。	○	○	○	
8	体育理論 豊かなスポーツライフの設計①②		体育理論①② 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		○		○	
9	体づくり運動②		『 体づくり運動 』 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方など理解するとともに、自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て、実生活に役立てること。 自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える。 ・互いに助け合い高め合おうとすることと、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にすること、合意形成に貢献しようとする		○	○	○	
10	パレーボール (男女)	ゴルフ ・グリップ ・アイアンショット ・ドライバーショット ・アプローチショット ・ルール ・エチケット ・方向性スイング ・パター ・ラウンド (外部施設を利用)	『 パレーボール (女子) 』 ・状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をすること。 ・チームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝える。 ・フェアプレイを大切にすること、合意形成に貢献すること、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にすること。互いに助け高めあうとすること。健康安全を確保すること。 【学習内容】 ・基礎技能 (レシーブ、トス、サーブ) ・スパイク、3 段攻撃 ・ゲーム ・ゲームを通して攻防を楽しむ。	『ゴルフ 』 ・ゴルフの基本的技術習得を身につけるとともに、(1、2 年次の復習) アイアンショット、ドライバーショットを身に付ける。 ・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になる。 外部施設を利用し、より実践的に練習を行う。	○	○	○	
	パレーボール				○	○	○	

体育
4 2
体演
1 4

体育
5 0
体演
2 0

11	(男女)				○ ○	○ ○	○ ○	
	体育理論 豊かなスポーツライフの設計③④	選択種目の実践	体育理論 ・スポーツ推進のための施策と課題 ・スポーツで「未来」を創る	『 選択種目の実践 』 専門種目以外のスポーツに触れ、運動神経系、筋力系の向上を図り、専門種目に生かせるようにする。 自に課題にたいして自ら解決する能力を身に付ける。	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
12					○ ○	○ ○	○ ○	

※学習状況により、進度・内容を変更することがあります。

6	・三段跳び	2年次の学習を踏まえ段階的に進行する。 ・記録の向上や競争及び自己や仲間の課題を解決するなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、課題可決の方法、競技会の仕方などを理解する。 ・三段跳びでは、短い助走からリズムカルに連続して跳ぶこと。 ・自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える。 ・主体的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること。課題や朝顔を大切にしようとする。	○ ○ ○ ○ ○		○ ○ ○ ○ ○	1 学期 体育 3 8
	・砲丸投げ	『砲丸投げ』 ・正しい保持姿勢、まっすぐに突き放す、準備動作での勢い生かした投げ、兄の地面への押しや上半身のひねり戻しを使った突き出し等を習得し、自他の記録更新に喜びや達成感を味わう。	○ ○ ○ ○ ○		○ ○ ○ ○ ○	
	体育理論 豊かなスポーツライフの設計①②	体育理論①② 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	○ ○	○ ○	○ ○	
7						
8						
9	体づくり運動	『 体づくり運動 』 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方など理解するとともに、自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て、実生活に役立てること。 自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える。 ・互いに助け合い高め合おうとすることと、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にする、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保すること。	○ ○	○ ○	○ ○	
10	バレーボール (男女)	『 バレーボール (男女) 』 ・状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をすること。				
	バレーボール (男女)	・チームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝える。 ・フェアプレイを大切にすること、合意形成に貢献すること、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にすること。互いに助け高めあうとすること。健康安全を確保すること。	○ ○ ○		○ ○ ○	2 学期 体育 4 4
11		【学習内容】 ・基礎技能 (レシーブ、トス、サーブ) ・スパイク、3段攻撃 ・ゲーム ・ゲームを通して攻防を楽しむ。	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
12	体育理論 豊かなスポーツライフの設計③④	体育理論 ・スポーツ推進のための施策と課題 ・スポーツで「未来」を創る	○ ○	○ ○	○ ○	

※学習状況により、進度・内容を変更することがあります。