

| | | | | | |
|--------|----------|-------|-----|----|---------|
| 教科(科目) | 保健体育(体育) | 履修単位数 | 3単位 | 年次 | 1年次(男子) |
| 使用教科書 | 現代高等保健体育 | | | | |
| 副教材等 | | | | | |

1 学習目標

体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を育成する

2 指導の重点

- (1) 運動の合理的・計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。
- (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む態度を養う。

3 評価の観点の趣旨

| 知識・技能 | 思考判断表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
|---|--|--|
| <p>運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。</p> <p>運動の合理的、計画的な実践に関する具体的な事項及び生涯 にわたって豊かなスポーツライフを継続するための理論について理解している。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。</p> | <p>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の取り組み方や健康の保持及び体力を高めるための運動の計画を工夫している。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断し、それらを表している。</p> | <p>運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとする。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。</p> |

4 評価規準と評価方法

| 評価は次の観点から行います。 | | | |
|----------------|--|--|--|
| | 知識・技能 a | 思考判断表現 b | 主体的に学習に取り組む態度 c |
| 評価の観点 | <ul style="list-style-type: none"> ・運動の技術の名称や行い方、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を理解している。 ・記録や技能の向上に挑戦している。 ・運動の合理的な実践を通して、種目特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現するための各領域の運動特性に応じた段階的な技能を身に付けている。 | <ul style="list-style-type: none"> ・知識を活用し、技能向上につなげることができる。 ・自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取組を工夫できる。 ・運動を継続し、体力や技能向上をするための計画を考えることができる。 ・学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に生かすことができる | <ul style="list-style-type: none"> ・自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとしている。 ・健康や安全を確保して学習に主体的に取り組もうとしている。 ・結果や勝敗を受け入れ、自他の技能を客観的に判断できる。 ・公正・協力・責任・参画などの態度を身に付けている。 ・仲間と連携・協力して各種目を楽しむことができる。 |
| 評価方法 | <ul style="list-style-type: none"> ・技能観察 ・ノート ・記録 ・技能テスト ・筆記テスト <p style="text-align: right;">等</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・実技時の観察 ・ノート ・レポート ・試合時、計測時の観察 ・筆記テスト <p style="text-align: right;">等</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・受講態度の観察 ・ノート ・レポート ・見学用紙 <p style="text-align: right;">等</p> |

5 学習計画

| 月 | 単元名 | 授業時数 と領域 | 教材名 | 学習活動(指導内容) | 評価の観 点 | 評価方法 |
|---|--------|-------------|--------------|---|-----------|------------|
| 4 | 体づくり運動 | 9 | 集団行動 体づくり | 集団行動、体づくり等 | b c | 受講態度 記録 |
| | 体育理論 | 3 | | スポーツの始まりと変遷 文化としてスポーツ オリンピックとパラリンピックの意義 | a c | |
| 5 | 陸上競技 | 17 | 短距離走 投擲 | 個人技能の習得 100m、ジャベリックスロー | a b | 測定記録 |
| 6 | 球技 | 13 | サッカー | 個人及び集団技能の習得 | a c | 実技テスト |
| 7 | | | | 体育理論 | 3 | |
| 9 | 陸上競技 | 18 | 長距離走 | 校舎周回走 マラソン大会 | a b | 記録 |
| 10 | 球技 | 14 | バレーボール | 個人及び集団技能の習得 | a c | 実技テスト |
| 11 | | | | ルール及び競技特性の理解 | | |
| 12 | 球技 | 14 | バスケットボ ール | 個人及び集団技能の習得 | a c | 実技テスト |
| 1 | | | | ルール及び競技特性の理解 | | |
| 2 | 球技 | 14 | バドミントン | 個人及び集団技能の習得 | a c | 実技テスト |
| 3 | | | | ルール及び競技特性の理解 | | |
| 等 | | | | | | |
| ※原則として一つの単元(教材)で全ての観点について評価することとなるが、各項目において重点的に評価を行う観点 (もしくは重み付けを行う観点)について a b c で記した。 | | | | | | |

計105時間(50分授業)

※ 領域ごとの授業時数合計

| | | | |
|--------|------|------|------|
| 体づくり運動 | 陸上競技 | 球技 | 体育理論 |
| 9時間 | 35時間 | 55時間 | 6時間 |

※ 増単している場合は、増単した割合に応じた授業時数を確保すること。

6 観点別評価を総括して評価する際の比率

| | | |
|-------|----------|---------------|
| 知識・技能 | 思考・判断・表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
| 45% | 35% | 20% |

7 担当者からの一言

- ・集団行動や各種目の中で、自己の能力に応じて基礎・基本的な運動技能・体力や筋力を高めよう。
- ・自他の運動を観察し、分析することで興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。
- ・体育の授業を通して、運動をする・見る・支える・調べるといった関わりを学び、自分にあつたスポーツライフを考えてみよう。

| | | | | | |
|--------|----------|-------|-----|----|---------|
| 教科(科目) | 保健体育(体育) | 履修単位数 | 3単位 | 年次 | 1年次(女子) |
| 使用教科書 | 現代高等保健体育 | | | | |
| 副教材等 | | | | | |

1 学習目標

体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を育成する

2 指導の重点

- (1) 運動の合理的・計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。
- (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む態度を養う。

3 評価の観点の趣旨

| 知識・技能 | 思考判断表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
|---|--|--|
| <p>運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。</p> <p>運動の合理的、計画的な実践に関する具体的な事項及び生涯 にわたって豊かなスポーツライフを継続するための理論について理解している。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。</p> | <p>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の取り組み方や健康の保持及び体力を高めるための運動の計画を工夫している。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断し、それらを表している。</p> | <p>運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとする。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。</p> |

4 評価規準と評価方法

| 評価は次の観点から行います。 | | | |
|----------------|--|--|--|
| | 知識・技能 a | 思考判断表現 b | 主体的に学習に取り組む態度 c |
| 評価の観点 | <ul style="list-style-type: none"> ・運動の技術の名称や行い方、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を理解している。 ・記録や技能の向上に挑戦している。 ・運動の合理的な実践を通して、種目特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現するための各領域の運動特性に応じた段階的な技能を身に付けている。 | <ul style="list-style-type: none"> ・知識を活用し、技能向上につなげることができる。 ・自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取組を工夫できる。 ・運動を継続し、体力や技能向上をするための計画を考えることができる。 ・学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に生かすことができる | <ul style="list-style-type: none"> ・自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとしている。 ・健康や安全を確保して学習に主体的に取り組もうとしている。 ・結果や勝敗を受け入れ、自他の技能を客観的に判断できる。 ・公正・協力・責任・参画などの態度を身に付けている。 ・仲間と連携・協力して各種目を楽しむことができる。 |
| 評価方法 | <ul style="list-style-type: none"> ・技能観察 ・ノート ・記録 ・技能テスト ・筆記テスト <p style="text-align: right;">等</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・実技時の観察 ・ノート ・レポート ・試合時、計測時の観察 ・筆記テスト <p style="text-align: right;">等</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・受講態度の観察 ・ノート ・レポート ・見学用紙 <p style="text-align: right;">等</p> |

5 学習計画

| 月 | 単元名 | 授業時数 と領域 | 教材名 | 学習活動(指導内容) | 評価の観 点 | 評価方法 |
|----|--------|-------------|----------------|---|-----------|------------|
| 4 | 体づくり運動 | 9 | 集団行動 体づくり | 集団行動、体づくり等 | b c | 受講態度 記録 |
| | 体育理論 | 3 | | スポーツの始まりと変遷 文化としてスポーツ オリンピックとパラリンピックの意義 | a c | |
| 5 | 陸上競技 | 4 | 短距離走 | 個人技能の習得 100m走 | a b | 測定記録 |
| 6 | 球技 | 26 | ソフトボ ール、テニス | 個人及び集団技能の習得 | a c | 実技テスト |
| 7 | | | | 体育理論 | 3 | |
| 9 | 陸上競技 | 18 | 長距離走 | 校舎周回走 | a b | 記録 |
| 10 | | | | マラソン大会 | | |
| 11 | 球技 | 14 | バレーボール | 個人及び集団技能の習得 ルール及び競技特性の理解 | a c | 実技テスト |
| 12 | 球技 | 14 | バスケットボ ール | 個人及び集団技能の習得 | a c | 実技テスト |
| 1 | | | | ルール及び競技特性の理解 | | |
| 2 | 球技 | 14 | バドミントン | 個人及び集団技能の習得 | a c | 実技テスト |
| 3 | | | | ルール及び競技特性の理解 | | |

※原則として一つの単元(教材)で全ての観点について評価することとなるが、各項目において重点的に評価を行う観点(もしくは重み付けを行う観点)について a b c で記した。

計105時間(50分授業)

※ 領域ごとの授業時数合計

| | | | |
|--------|------|------|------|
| 体づくり運動 | 陸上競技 | 球技 | 体育理論 |
| 9時間 | 22時間 | 68時間 | 6時間 |

※ 増単している場合は、増単した割合に応じた授業時数を確保すること。

6 観点別評価を総括して評価する際の比率

| | | |
|-------|----------|---------------|
| 知識・技能 | 思考・判断・表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
| 45% | 35% | 20% |

7 担当者からの一言

- ・集団行動や各種目の中で、自己の能力に応じて基礎・基本的な運動技能・体力や筋力を高めよう。
- ・自他の運動を観察し、分析することで興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。
- ・体育の授業を通して、運動をする・見る・支える・調べるといった関わりを学び、自分にあつたスポーツライフを考えてみよう。

| | | | | | |
|--------|----------|-------|-----|----|---------|
| 教科(科目) | 保健体育(体育) | 履修単位数 | 2単位 | 年次 | 2年次(男子) |
| 使用教科書 | 現代高等保健体育 | | | | |
| 副教材等 | | | | | |

1 学習目標

体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を育成する

2 指導の重点

- (1) 運動の合理的・計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。
- (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む態度を養う。

3 評価の観点の趣旨

| 知識・技能 | 思考判断表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
|---|--|--|
| <p>運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。</p> <p>運動の合理的、計画的な実践に関する具体的な事項及び生涯 にわたって豊かなスポーツライフを継続するための理論について理解している。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。</p> | <p>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の取り組み方や健康の保持及び体力を高めるための運動の計画を工夫している。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断し、それらを表している。</p> | <p>運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとする。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。</p> |

4 評価規準と評価方法

| 評価は次の観点から行います。 | | | |
|----------------|--|--|--|
| | 知識・技能 a | 思考判断表現 b | 主体的に学習に取り組む態度 c |
| 評価の観点 | <ul style="list-style-type: none"> ・運動の技術の名称や行い方、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を理解している。 ・記録や技能の向上に挑戦している。 ・運動の合理的な実践を通して、種目特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現するための各領域の運動特性に応じた段階的な技能を身に付けている。 | <ul style="list-style-type: none"> ・知識を活用し、技能向上につなげることができる。 ・自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取組を工夫できる。 ・運動を継続し、体力や技能向上をするための計画を考えることができる。 ・学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に生かすことができる | <ul style="list-style-type: none"> ・自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとしている。 ・健康や安全を確保して学習に主体的に取り組もうとしている。 ・結果や勝敗を受け入れ、自他の技能を客観的に判断できる。 ・公正・協力・責任・参画などの態度を身に付けている。 ・仲間と連携・協力して各種目を楽しむことができる。 |
| 評価方法 | <ul style="list-style-type: none"> ・技能観察 ・ノート ・記録 ・技能テスト ・筆記テスト <p style="text-align: right;">等</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・実技時の観察 ・ノート ・レポート ・試合時、計測時の観察 ・筆記テスト <p style="text-align: right;">等</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・受講態度の観察 ・ノート ・レポート ・見学用紙 <p style="text-align: right;">等</p> |

5 学習計画

| 月 | 単元名 | 授業時数 と領域 | 教材名 | 学習活動(指導内容) | 評価の観 点 | 評価方法 |
|---|--------|-------------|--------------|--|-----------|------------|
| 4 | 体づくり運動 | 6 | 集団行動 体づくり | 集団行動、体カづくり等 | bc ac | 受講態度 記録 |
| | 体育理論 | 3 | | スポーツにおける技能と体カ スポーツにおける技術と戦術 技能の上達過程と練習 | ac | 筆記テスト |
| 5 | 陸上競技 | 7 | 短距離走 投擲 | 100m、ジャベリックスロー、砲丸 個人及び集団技能の習得 | ab | 測定記録 |
| 6 | 球技 | 13 | ソフトボール | ルール及び競技特性の理解 | ac | 実技テスト |
| 7 | | | サッカー | | | |
| | 体育理論 | 3 | テニス | 効果的な動きのメカニズム 体カトレーニング 運動やスポーツでの安全の確保 | ac | 筆記テスト |
| 9 | | | | | | |
| 10 | 陸上競技 | 12 | 長距離走 | 校舎周回走 マラソン大会 | ab | 記録 |
| 11 | | | | | | |
| | 球技 | 13 | バレーボール | 個人及び集団技能の習得 | ac | 実技テスト |
| 12 | | | バスケットボ ール | ルール及び競技特性の理解 | | |
| 1 | 球技 | 13 | バドミントン | 個人及び集団技能の習得 | ac | 実技テスト |
| 2 | | | 卓球 | ルール及び競技特性の理解 | | |
| 3 | | | | | | 等 |
| ※原則として一つの単元(教材)で全ての観点について評価することとなるが、各項目において重点的に評価を行う観点 (もしくは重み付けを行う観点)について abc で記した。 | | | | | | |

計70時間(50分授業)

※ 領域ごとの授業時数合計

| | | | |
|---------------|--------------|------------|-------------|
| 体づくり運動 6時間 | 陸上競技 19時間 | 球技 39時間 | 体育理論 6時間 |
|---------------|--------------|------------|-------------|

※ 増単している場合は、増単した割合に応じた授業時数を確保すること。

6 観点別評価を総括して評価する際の比率

| | | |
|-------|----------|---------------|
| 知識・技能 | 思考・判断・表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
| 45% | 35% | 20% |

7 担当者からの一言

- ・集団行動や各種目の中で、自己の能力に応じて基礎・基本的な運動技能・体力や筋力を高めよう。
- ・自他の運動を観察し、分析することで興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。
- ・体育の授業を通して、運動をする・見る・支える・調べるといった関わりを学び、自分にあったスポーツライフを考えてみよう。

| | | | | | |
|--------|----------|-------|-----|----|---------|
| 教科(科目) | 保健体育(体育) | 履修単位数 | 2単位 | 年次 | 2年次(女子) |
| 使用教科書 | 現代高等保健体育 | | | | |
| 副教材等 | | | | | |

1 学習目標

体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を育成する

2 指導の重点

- (1) 運動の合理的・計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。
- (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む態度を養う。

3 評価の観点の趣旨

| 知識・技能 | 思考判断表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
|---|--|--|
| <p>運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。</p> <p>運動の合理的、計画的な実践に関する具体的な事項及び生涯 にわたって豊かなスポーツライフを継続するための理論について理解している。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。</p> | <p>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の取り組み方や健康の保持及び体力を高めるための運動の計画を工夫している。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断し、それらを表している。</p> | <p>運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとする。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。</p> |

4 評価規準と評価方法

| 評価は次の観点から行います。 | | | |
|----------------|--|--|--|
| | 知識・技能 a | 思考判断表現 b | 主体的に学習に取り組む態度 c |
| 評価の観点 | <ul style="list-style-type: none"> ・運動の技術の名称や行い方、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を理解している。 ・記録や技能の向上に挑戦している。 ・運動の合理的な実践を通して、種目特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現するための各領域の運動特性に応じた段階的な技能を身に付けている。 | <ul style="list-style-type: none"> ・知識を活用し、技能向上につなげることができる。 ・自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取組を工夫できる。 ・運動を継続し、体力や技能向上をするための計画を考えることができる。 ・学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に生かすことができる | <ul style="list-style-type: none"> ・自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとしている。 ・健康や安全を確保して学習に主体的に取り組もうとしている。 ・結果や勝敗を受け入れ、自他の技能を客観的に判断できる。 ・公正・協力・責任・参画などの態度を身に付けている。 ・仲間と連携・協力して各種目を楽しむことができる。 |
| 評価方法 | <ul style="list-style-type: none"> ・技能観察 ・ノート ・記録 ・技能テスト ・筆記テスト <p style="text-align: right;">等</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・実技時の観察 ・ノート ・レポート ・試合時、計測時の観察 ・筆記テスト <p style="text-align: right;">等</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・受講態度の観察 ・ノート ・レポート ・見学用紙 <p style="text-align: right;">等</p> |

5 学習計画

| 月 | 単元名 | 授業時数 と領域 | 教材名 | 学習活動(指導内容) | 評価の観 点 | 評価方法 |
|---|--------|-------------|--------------|--|------------|------------|
| 4 | 体づくり運動 | 6 | 集団行動 体づくり | 集団行動、体カづくり等 | b c a c | 受講態度 記録 |
| | 体育理論 | 3 | | スポーツにおける技能と体カ スポーツにおける技術と戦術 技能の上達過程と練習 | a c | 筆記テスト |
| 5 | 陸上競技 | 7 | 短距離走 投擲 | 100m、ジャベリックスロー、砲丸 個人及び集団技能の習得 | a b | 測定記録 |
| 6 | 球技 | 13 | ソフトボール | ルール及び競技特性の理解 | a c | 実技テスト |
| 7 | | | サッカー テニス | | | |
| | 体育理論 | 3 | | 効果的な動きのメカニズム 体カトレーニング 運動やスポーツでの安全の確保 | a c | 筆記テスト |
| 9 | | | | | | |
| 10 | 陸上競技 | 12 | 長距離走 | 校舎周回走 マラソン大会 | a b | 記録 |
| 11 | | | | | | |
| | 球技 | 13 | バレーボール | 個人及び集団技能の習得 | a c | 実技テスト |
| 12 | | | バスケットボ ール | ルール及び競技特性の理解 | a c | 実技テスト |
| 1 | 球技 | 13 | バドミントン | 個人及び集団技能の習得 | a c | 実技テスト |
| 2 | | | 卓球 | ルール及び競技特性の理解 | | |
| 3 | | | | | | 等 |
| ※原則として一つの単元(教材)で全ての観点について評価することとなるが、各項目において重点的に評価を行う観点 (もしくは重み付けを行う観点)について abc で記した。 | | | | | | |

計70時間(50分授業)

※ 領域ごとの授業時数合計

| | | | |
|---------------|--------------|------------|-------------|
| 体づくり運動 6時間 | 陸上競技 19時間 | 球技 39時間 | 体育理論 6時間 |
|---------------|--------------|------------|-------------|

※ 増単している場合は、増単した割合に応じた授業時数を確保すること。

6 観点別評価を総括して評価する際の比率

| | | |
|-------|----------|---------------|
| 知識・技能 | 思考・判断・表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
| 45% | 35% | 20% |

7 担当者からの一言

- ・集団行動や各種目の中で、自己の能力に応じて基礎・基本的な運動技能・体力や筋力を高めよう。
- ・自他の運動を観察し、分析することで興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。
- ・体育の授業を通して、運動をする・見る・支える・調べるといった関わりを学び、自分にあつたスポーツライフを考えてみよう。

令和5年度シラバス（保健体育） 10 新潟県立新潟向陽高等学校

| | | | | | | | |
|-------|--------------------|-----|----|-------|-----|------|-------------|
| 教科名 | 保健体育 | 科目名 | 体育 | 履修単位数 | 3単位 | 履修学年 | 3年次 (男女) |
| 使用教科書 | 大修館書店「現代高等保健体育改訂版」 | | | | | | |
| 副教材等 | なし | | | | | | |

1 学習目標

- ・身体活動を通じて心身のよりよい発達を促す。
- ・各種の運動の合理的な実践を通じて運動技能を高め、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。
- ・生涯を通じて継続的に運動ができるようにする。

2 指導の重点

学習目標を達成するために、各種の単元を通じて体力の向上をはかり、怪我や事故のないように健康管理・安全管理の徹底をはかる。
 自己の興味・関心・適正にあった種目を選択し、1・2年次に習得した技能や知識を活かして活動させる。
 グループでの活動を取り入れ、活動内容や感想などをノートにまとめるなど、より主体的・発展的に活動していけるようにする。

3 学習計画

| | |
|-------------------|--|
| ▼1学期〔42時間〕 | |
| 1～5週 | オリエンテーション 集団行動 体づくり運動（10時間） 新体力テスト |
| 6～9週 | 前期外種目選択種 ・ソフトボール ・サッカー ・ダンス ・テニス |
| 10～12週 | 前期外種目選択種 ・ソフトボール ・サッカー ・ダンス ・テニス |
| 13～14週 | 体育理論（6時間） |
| ▼2学期〔45時間〕 | |
| 15～21週 | 野外走 |
| 22～27週 | 前期室内種目選択 ・バレーボール ・バスケットボール ・バドミントン ・卓球 |
| 28～29週 | 後期室内種目選択 ・バレーボール ・バスケットボール ・バドミントン ・卓球 |
| ▼3学期〔18時間〕 | |
| 30～35週 | 後期室内種目選択 ・バレーボール ・バスケットボール ・バドミントン ・卓球 |

105時間（50分授業）

4 課題・提出物等

| |
|----|
| なし |
|----|

5 評価規準と評価方法

| | |
|-------|---|
| 意欲・態度 | 各種目に対する興味・関心を持ち、自ら積極的な姿勢で授業にのぞみ、周囲と協調性を保ちながら参加している。 |
| 思考・判断 | 各種目の特性を十分に理解し、その中で公正な態度や協力的な姿勢を示し、的確な判断のもと、より自己の能力向上に努めている。 |
| 運動の技能 | 運動の特性のもと、自己の運動技能・能力に応じて技能を選択し、効率よく発揮できる。 |
| 知識・理解 | 各種目を履修する中で、ルール・特性・適性・難易度等々様々なことを理解習得し、それを学校生活や社会生活の中で十分に活用がなされる。 |
| 評価方法 | ① 授業に対する関心、意欲、態度 (10%) ② 運動の特性やルールの知識・理解 ③ 各単元におけるスキルテスト (②と③で80%) ④ 出欠状況、その他 (10%) 以上を総合的に判断し評価する。 |

6 担当者からの一言

| |
|--|
| <p>健康・安全に留意し、体力・技能がいつそう向上できるような、健康管理・安全管理等を含めた自己管理の能力を体得してほしい。また、仲間と協力することの大切さに気づき、運動することの楽しさを理解してほしい。</p> |
|--|

| | | | | | |
|--------|---------------------|-----|-----|----|-----|
| 教科(科目) | 保健体育(保健) | 単位数 | 1単位 | 年次 | 1年次 |
| 使用教科書 | 現代高等保健体育 大修館 保体 701 | | | | |
| 副教材等 | 現代高等保健体育ノート | | | | |

1 学習目標

保健の見方・考え方を働かせ、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、生涯を通して人々が自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を育成する。

2 指導の重点

- (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) 生涯を通し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。

3 評価の観点の趣旨

| 知識・技能 | 思考判断表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
|---|---|---|
| 健康を保持増進するための課題や個人生活及び社会生活における健康・安全課題の解決に役立ち、自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくための基礎的な事項を理解している。 | 健康を保持増進するための課題や個人生活及び社会生活における健康・安全課題についての解決をめざして、知識を活用した学習活動などにより、総合的に考え、判断し、それらを表している。 | 健康を保持増進するためには、自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくことが重要であることに興味を持ち、個人生活及び社会生活における健康・安全課題について、意欲的に学習に取り組もうとする。 |

4 評価規準と評価方法

| 評価は次の観点から行います。 | | | |
|----------------|---|---|---|
| | 知識・技能 a | 思考判断表現 b | 主体的に学習に取り組む態度 c |
| 評価の観点 | <ul style="list-style-type: none"> ・健康を保持増進するための課題や個人生活及び社会生活における健康・安全課題の解決について理解している。 ・自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくための基礎的な事項を理解している。 | <ul style="list-style-type: none"> ・健康を保持増進するための課題や個人生活及び社会生活における健康・安全課題についての解決をめざしている。 ・知識を活用した学習活動などにより、総合的に考え、判断し、それらを表している。 | <ul style="list-style-type: none"> 健康を保持増進するためには、自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくことが重要であることに興味を持っている。 ・個人生活及び社会生活における健康・安全課題について、意欲的に学習に取り組むことができる。 |
| 評価方法 | <ul style="list-style-type: none"> ・受講時の観察 ・保健体育ノート ・レポート ・定期考査 <p style="text-align: center;">等</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・受講時の観察 ・保健体育ノート ・レポート ・定期考査 <p style="text-align: center;">等</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・受講態度の観察 ・保健体育ノート ・レポート <p style="text-align: center;">等</p> |

5 学習計画

| 月 | 単元名 | 授業時数 | 教材名 | 学習活動(指導内容) | 評価の観点 | 評価方法 |
|----|---------|------|-----------------|--|-------|----------------------------|
| 4 | | 2 | 健康の考え方と成り立ち | 健康についての多様な考え方 けんこうの成り立ちと要因 | b c | 受講態度 定期考査 保健ノート 等 |
| | | 1 | 私たちの健康のすがた | わが国における健康水準の向上 わが国における健康問題の変化 | b c | |
| 5 | | 2 | 生活習慣病の予防と回復 | 生活習慣病とその種類 予防から回復まで | a b | |
| | | 2 | がんの原因と予防 | がんとその種類 がんの予防 | a b | |
| | | 1 | がんの治療と回復 | がんの治療と緩和ケア がんと共に生きる社会づくり | a c | |
| | | 1 | 運動と健康 | 健康からみた運動の意義 健康に良い運動のしかた | a c | |
| 6 | 現代社会と健康 | 1 | 食事と健康 | 健康的な食生活の意義 健康に良い食事のとり方 | a b | |
| | | 1 | 休養・睡眠と健康 | 健康からみた休養の意義 健康からみた睡眠の意義 | a b | |
| | | 2 | 喫煙と健康 | 喫煙の影響 喫煙への対策 | a c | |
| 7 | | 2 | 飲酒と健康 | 飲酒の影響 飲酒への対策 | a c | |
| | | 2 | 薬物乱用と健康 | 薬物乱用の影響 薬物乱用の要因と対策 | a c | |
| 8 | | 1 | 精神疾患の特徴 | 精神疾患の要因と種類 精神保健の今日的課題 | a b | |
| 9 | | 1 | 精神疾患の予防 | 日常における精神疾患の予防 精神疾患の早期発見・早期治療 | a b | |
| | | 1 | 精神疾患からの回復 | 専門家による支援と治療 社会環境の整備 | b c | |
| | | 2 | 現代の感染症 | 感染症とは さまざまな感染症 | a b | |
| 10 | | 1 | 感染症の予防 | 感染症予防の3原則 現代の感染症対策 | a b | |
| 11 | | 2 | 性感染症・エイズとその予防 | 性感染症・エイズとは 性感染症・エイズの予防 | a b | |
| | | 1 | 健康に関する意思決定・行動選択 | 意思決定・行動選択と影響を与える要因 意思決定・行動選択を実現する工夫 | a c | |
| | | 1 | 健康に関する環境づくり | 健康を保持増進するための環境 H・Pの考え方にもとづく環境作り | b c | |

| | | | | | | |
|--|---------|---|--------------|--------------------------------|------------------------|----------------------------|
| 12 | 安全な社会生活 | 1 | 事故の現状と発生要因 | 事故とその被害 事故の発生に関連する要因 | ab | 受講態度 定期考査 保健ノート 等 |
| | | 1 | 安全な社会の形成 | 自他の安全を確保する行動 安全を確保する社会の取り組み | bc | |
| | | 1 | 交通における安全 | 交通事故防止のための取り組み 交通事故と運転者の責任 | ac | |
| | | 2 | 応急手当の意義とその基本 | 応急手当の意義 応急手当の手順 | ac | |
| | | 2 | 1 | 日常的な応急手当 | けがに応じた応急手当 熱中症の応急手当 | |
| | | 2 | 心肺蘇生法 | 心肺蘇生法の意義と方法 | ab | |
| <p>※原則として一つの単元(教材)で全ての観点について評価することとなるが、各項目において重点的に評価を行う観点(もしくは重み付けを行う観点)について abc で記した。</p> | | | | | | |

計35時間(50分授業)

※ 領域ごとの授業時数合計

| | |
|-----------------|----------------|
| 現代社会と健康 27時間 | 安全な社会生活 8時間 |
|-----------------|----------------|

※ 増単している場合は、増単した割合に応じた授業時数を確保すること。

6 課題・提出物等

・保健体育ノート
・学習プリント 等

7 観点別評価を総括して評価する際の比率

| | | |
|-------|----------|---------------|
| 知識・技能 | 思考・判断・表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
| 45% | 35% | 20% |

8 担当者からの一言

・健康・安全について理解し、健康的な生活行動について学習しよう。
・日常生活で直面するであろう健康課題を知り、その解決方法を考えよう。
・身近な健康問題に興味をもち、健康や安全についての社会的な取組や個人での対応について学習しよう。

| | | | | | |
|--------|---------------------|-----|---|----|-----|
| 教科(科目) | 保健体育(保健) | 単位数 | 1 | 年次 | 2年次 |
| 使用教科書 | 現代高等保健体育 大修館 保体 701 | | | | |
| 副教材等 | 現代高等保健体育ノート | | | | |

1 学習目標

保健の見方・考え方を働かせ、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、生涯を通じて人々が自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を育成する。

2 指導の重点

- (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。

3 評価の観点の趣旨

| 知識・技能 | 思考判断・表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
|---|---|---|
| 健康を保持増進するための課題や個人生活及び社会生活における健康・安全課題の解決に役立ち、自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくための基礎的な事項を理解している。 | 健康を保持増進するための課題や個人生活及び社会生活における健康・安全課題についての解決をめざして、知識を活用した学習活動などにより、総合的に考え、判断し、それらを表している。 | 健康を保持増進するためには、自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくことが重要であることに関心を持ち、個人生活及び社会生活における健康・安全課題について、意欲的に学習に取り組もうとする。 |

4 評価規準と評価方法

| 評価は次の観点から行います。 | | | |
|----------------|---|---|---|
| | 知識・技能 a | 思考判断表現 b | 主体的に学習に取り組む態度 c |
| 評価の観点 | <ul style="list-style-type: none"> ・健康を保持増進するための課題や個人生活及び社会生活における健康・安全課題の解決について理解している。 ・自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくための基礎的な事項を理解している。 | <ul style="list-style-type: none"> ・健康を保持増進するための課題や個人生活及び社会生活における健康・安全課題についての解決をめざしている。 ・知識を活用した学習活動などにより、総合的に考え、判断し、それらを表している。 | <ul style="list-style-type: none"> 健康を保持増進するためには、自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくことが重要であることに関心を持っている。 ・個人生活及び社会生活における健康・安全課題について、意欲的に学習に取り組むことができる。 |
| 評価方法 | <ul style="list-style-type: none"> ・受講時の観察 ・保健体育ノート ・レポート ・定期考査 <p style="text-align: right;">等</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・受講時の観察 ・保健体育ノート ・レポート ・定期考査 <p style="text-align: right;">等</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・受講態度の観察 ・保健体育ノート ・レポート <p style="text-align: right;">等</p> |

5 学習計画

| 月 | 単元 | 授業時数 | 教材名 | 学習活動(指導内容) | 評価の観点 | 評価方法 |
|----|----------|---------------|---------------------------------------|---|-------|----------------------------|
| 4 | 生涯を通じる健康 | 2 | ライフステージと健康 | ライフステージと死亡や病気 ライフステージの健康課題 | b c | 受講態度 定期考査 保健ノート 等 |
| 5 | | 2 | 性意識と性行動の選択 | 性意識とその尊重 性に関する情報と性行動 | b c | |
| 6 | | 2 | 妊娠・出産と健康 | 受精・妊娠・出産 母子保健サービスの活用 | a b | |
| | | 2 | 避妊法と人工妊娠中絶 | 家族計画の意義と避妊法 人工妊娠中絶 | a b | |
| 7 | | 2 | 結婚生活と健康 | 結婚生活の基盤となる心身の発達 結婚生活と家族の健康 | a c | |
| | | 1 | 中高年期と健康 | 加齢による変化と健康 こう連射の健康を支える取り組み | a c | |
| 8 | | 1 | 働くことと健康の取り組み | 働くことと健康の関わり 働き方と健康問題の変化 | a b | |
| | | 2 | 労働災害と健康 | 労働災害とその要因 労働災害の防止 | a b | |
| | | 2 | 健康的な職業生活 | 職場における取り組み 仕事と生活の調和 | a c | |
| 9 | | 2 | 大気汚染と健康 | 大気汚染の原因と健康影響 大気にかかわる地球規模の問題 | a c | |
| 10 | | 2 | 水質汚濁、土壌汚染と健康 | 水質汚濁とその健康影響 土壌汚染とその健康影響 大気汚染、水質汚濁、土壌汚染のかかわり | a c | |
| | | 2 | 環境と健康にかかわる対策 | 環境汚染の防止とその対策 産業廃棄物の処理と対策 | a b | |
| | 2 | ごみの処理と上下水道の整備 | ごみの処理の現状 安全で良質な水の確保 | a b | | |
| 11 | 2 | 食品の安全性 | 食品の安全性と健康 食品の安全性に関する今日的課題 | b c | | |
| | 2 | 食品衛生にかかわる活動 | 食品の安全性の確保 食品の安全と私たちの役割 | a b | | |
| 12 | 2 | 保健サービスとその活用 | 保健行政の役割 保健サービスの活用 | a b | | |
| 1 | 2 | 医療サービスとその活用 | 医療の供給と医療保険 医療機関と医療サービスの活用 | a b | | |
| | 2 | 医薬品の制度とその活用 | 医薬品の種類と使用法 医薬品の副作用と安全性を守る取り組み | a c | | |
| 2 | 1 | 様々な保健活動や社会的対策 | 健康を支える保健活動と社会的対策 保健活動や社会的対策への住民の理解 | b c | | |

※原則として一つの単元(教材)で全ての観点について評価することとなるが、各項目において重点的に評価を行う観点(もしくは重み付けを行う観点)について a b c で記した。

※ 領域ごとの授業時数合計

| | |
|------------------|---------------------|
| 生涯を通じる健康 16時間 | 健康を支える環境づくり 19時間 |
|------------------|---------------------|

※ 増単している場合は、増単した割合に応じた授業時数を確保すること。

6 課題・提出物等

| |
|-----------------------|
| ・保健体育ノート ・学習プリント 等 |
|-----------------------|

7 観点別評価を総括して評価する際の比率

知識・技能
45%

思考・判断・表現
35%

主体的に学習に取り組む態度
20%

8 担当者からの一言

| |
|--|
| ・健康・安全について理解し、健康的な生活行動について学習しよう。 ・日常生活で直面するであろう健康課題を知り、その解決方法を考えよう。 ・身近な健康問題に興味をもち、健康や安全についての社会的な取組や個人での対応について学習しよう。 |
|--|