

| 教科 | 保健体育 | 単位数 | 2単位 | 対象 | 1年次 | 選択群 | | |
|--|---|---|---|--|------------------------|---|-----|--------|
| 使用教科書 | 現代高等保健体育 (大修館) | | | 副教材等 | ステップアップ高校スポーツ (大修館) | | 履修 | 必履修・選択 |
| 授業の概要 | | | 学習の到達目標 | | | 履修の条件・進路 | | |
| <p>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ます。併せて、体力の向上を図り、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てます。</p> | | | <p>・運動の楽しさや喜びを深く味わい、自主的に取り組むことができる。 ・自己や仲間の課題に応じた合理的、計画的な運動に取り組むことができる。 ・自ら健康・安全を確保できる。 ・公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高める。</p> | | | <p>・1年次生全員が履修します。</p> | | |
| 学 習 の 年 間 計 画 | 月 | 単元名 | 項 目 | 学 習 内 容 | | | | |
| | 4月 | ・集団行動・体 づくり運動 | ・集団走、隊形、体づくり運動 各種トレーニング | ・集団走、各種の体ほぐし、新体力テストトレーニング | | | | |
| | 5月 | ・体育理論 | ・スポーツの歴史、文化的特性 | ・スポーツの歴史的発展と変容 ・スポーツの技術、戦術、ルールの変化 ・各種目の基礎的技能、応用技能の習得及びゲーム、審判法 | | | | |
| | 6月 | ・選択1 | ・ソフトボール・柔道 ・バレーボール・テニス ・バドミントン | | | | | |
| | 7月 | | | | | | | |
| | 9月 | ・体づくり運動 ・選択2 | ・体づくり運動 ・サッカー・柔道 ・バスケットボール・卓球 ・バドミントン・ダンス | ・各種の体ほぐしと体力を高める運動 ・各種目の基礎的技能、応用技能の習得及びゲーム、審判法 | | | | |
| | 10月 | | | | | | | |
| | 11月 | ・陸上競技 | ・長距離走 | ・持久走記録会に向けての長距離走 | | | | |
| | 12月 | ・選択2 | | | | | | |
| | 1月 | ・選択3 | ・バスケットボール ・サッカー・卓球 ・バドミントン ・現代スポーツの特徴 | ・各種目の基礎的技能、応用技能の習得及びゲーム、審判法 ・オリンピックムーブメントとドーピング ・スポーツの経済的効果とスポーツ産業 | | | | |
| | 2月 | ・体育理論 | | | | | | |
| | 3月 | | | | | | | |
| 学習方法 | <p>【予習】 教科書や副教材を読んで、各種目の特性を理解し、運動法を研究しましょう。 【授業】 説明をよく聞き、積極的に体を動かしましょう。 【復習】 その日の実施内容を反省し、次の授業に生かしましょう。</p> | | | | | | | |
| 評 価 の 観 点 ・ 評 価 規 準 ・ 評 価 方 法 | 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、計画的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かに継続するための理論について理解しているとともに、目的に応じた技能を身に付けている。</p> | | <p>・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、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、それらを他者に伝えている。</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、計画的な実践に自主的に取り組もうとしている。</p> | | |
| | 評価方法 | | 第1・2学期 | | 第3学期 | | 年度末 | |
| <p>※ 上記の観点を基に、規準を設け、日々継続的に数値化し、各学期とも評価する。</p> | | <p>知識・技能：4 思考・判断・表現：3 主体的に学習に取り組む態度：3</p> | | <p>知識・技能：4 思考・判断・表現：3 主体的に学習に取り組む態度：3</p> | | <p>1・2・3学期の平均</p> | | |
| 備 考 | <p>・選択種目は時期・施設を考慮し、3パターンで実施します。 ・技能評価は新体力テストを含めたり、各種目ごとに実施します。</p> | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|--|---|--|--|--|---------------------------------|-----------------|--------|
| 教科 | 保健体育 | 単位数 | 1 単位 | 対象 | 1 年次 | 選択群 | |
| 使用教科書 | 現代高等保健体育 (大修館) | | 副教材等 | 現代高等保健体育ノート (大修館) | | 履修 | 必履修・選択 |
| 授業の概要 | | | 学習の到達目標 | | | 履修の条件・進路 | |
| 教科書と副教材を中心に授業を行います。また視聴覚機器の利用、調べ学習やロールプレイング、ディベートなど生徒が主体的に学習できるように実践内容を工夫、理解の定着を目指します。 | | | ・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身に付ける。 | | | ・1 年次生全員が履修します。 | |
| 学年間の計画 | 月 | 単元名 | 項 目 | 学 習 内 容 | | | |
| | 4月 | 1 現代社会と健康 | 1 健康の考え方と成り立ち | ・健康についての考え方、健康の成立要因 | | | |
| | 5月 | | 2 私たちの健康のすがた | ・わが国の健康水準の変化とその背景 | | | |
| | 6月 | | 3 生活習慣病とその予防と回復 | ・生活習慣病の種類と要因、予防方法 | | | |
| | 7月 | | 4 がんの原因と予防 | ・がんの種類と要因、予防方法 | | | |
| | | | 5 がんの治療と回復 | ・がんのおもな治療法や緩和ケア | | | |
| | 9月 | | 6 運動と健康 | ・健康と運動の関係 | | | |
| | | | 7 食事と健康 | ・食事と健康の関係 | | | |
| | | | 8 休養・睡眠と健康 | ・健康と休養の関係・健康と睡眠の関係 | | | |
| | | | 9 喫煙と健康 | ・喫煙の健康影響と対策 | | | |
| | | | 10 飲酒と健康 | ・飲酒の健康影響と対策 | | | |
| | | 11月 | 11 薬物乱用と健康 | ・薬物乱用が及ぼす心身の健康や社会への影響 | | | |
| 10月 | 12 精神疾患の特徴 | ・精神疾患の種類と要因、現代社会における課題 | | | | | |
| | 13 精神疾患の予防 | ・精神疾患の予防 | | | | | |
| 11月 | 14 精神疾患からの回復 | ・精神疾患の治療や回復 | | | | | |
| | 15 現代の感染症 | の種類の種類と要因 | | | | | |
| 12月 | 16 感染症の予防 | ・感染症の予防対策 3 原則 | | | | | |
| | 17 性感染症・エイズとその予防 | ・性感染症・エイズの予防とその対策 | | | | | |
| 18 健康に関する意思決定・行動選択 | ・意思決定・行動選択に影響を与える要因 | | | | | | |
| 画 | 1月 | 2 安全な社会生活 | 1 事故の現状と発生要因 | ・事故の実態と発生要因 | | | |
| | 2月 | | 2 安全な社会の形成 | ・安全のために必要な要因 | | | |
| | 3月 | | 3 交通における安全 | ・交通事故防止、交通事故における 3 つの責任 | | | |
| | | | 4 応急手当の意義とその基本 | ・応急手当の意義とその手順 | | | |
| 学習方法 | 5 日常的な応急手当 | ・日常的な応急手当の手順や方法 | | | | | |
| | 6 心肺蘇生法 | ・心肺蘇生法の方法や手順 | | | | | |
| | 【予習】 教科書の該当ページを読んで内容を把握し、わからないところをチェックしましょう。 | | | | | | |
| | 【授業】 説明をよく聞き理解しましょう。また、疑問点等はその時間中になるべく解決しましょう。 | | | | | | |
| 【復習】 その日の学習内容について、ノートの問題を解きましょう。 | | | | | | | |
| 評価の観点・評価規準・評価方法 | 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に健康に関して深い認識を持ち、自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善することが重要であることを理解し、実践しようとしている。 | | ・現代社会と健康について、課題を発見し、健康や安全に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断しているとともに、それらを表現している。 | | ・現代社会と健康についての学習に主体的に取り組もうとしている。 | | |
| | ・事故の発生には、人的要因及び環境要因が関わることを踏まえ、個人や社会の取組が求められることを理解し、危険回避の方法を実践できる。 | | ・安全な社会生活について、安全に関する原則や概念に着目して危険の予測やその回避の方法を考えているとともに、それらを表現している。 | | ・安全な社会生活についての学習に取り組もうとしている。 | | |
| | 評価方法 | | 第 1・2 学期 | | 第 3 学期 | | 年度末 |
| ※ 上記の観点を基に、規準を設け、日々継続的に数値化し、各学期とも評価する。 | | 知識・技能：6 (A) 思考・判断・表現：2 (A・B) 主体的に学習に取り組む態度：2 (B) | | 知識・技能：6 (A) 思考・判断・表現：2 (A・B) 主体的に学習に取り組む態度：2 (B) | | 1・2・3 学期の平均 | |
| 備考 | | | | | | | |

