教科・科目のシラバス

教科	科目	単位数	指導学年	教科書名	副教材名等
保健体育	体育	3	1年(男子)	現代保健体育(大修館)	アクティブスポーツ総合版(大修館)

到達目標	・ 規律ある集団行動を通して安全性を重視し、相互協力をしながら技術修得をさせながら、体力の向上を目指す
到達目標に向けての 具体的なとりくみ 【指導上の留意点】	・ 規律を守りながら、運動の大切さを学ばせる

月	単元・教材名	指導内容	評価方法
4月 }	・ オリエンテーション ・ 体づくり運動 ・ 集団行動、ラジオ体操 ・ 柔道 ・ 陸上	・ オリエンテーション (内容、取組み方法、注意点の説明) ・ 体づくり運動 (体ほぐし運動、体力を高める運動) ・ 集団行動、ラジオ体操 (集団行動の様式、準備体操) ・ 柔道 (礼法・道衣の着方、受身、基本姿勢) ・ 陸上 (50m・100m走・走幅跳・障害走)	・ 相互評価 ・ 観察 ・ 実技テスト等
6月 (中旬) }	・ 水泳	・ 1,2学期(クロール)	
6月 (中旬)			
9月 (下旬) }	・ 柔道 ・ サッカー ・ ビーチバレー	・ 柔道 (固め技、立ち技、試合) ・ サッカー (パス、シュート、ゲーム) ・ ビーチバレー (パス、アタック、サーブ、ゲーム)	
9月 (下旬)			
12月			
1月 }	・ 持久走 ・ バasketボール	・ 持久走(ロング) ・ バasketボール (パス、ドリブル、フェイント、シュート、ゲーム)	
1月			
3月			

教科・科目のシラバス

教科	科目	単位数	指導学年	教科書名	副教材名等
保健体育	体育	3	1年(女子)	現代保健体育(大修館)	アクティブスポーツ総合版(大修館)

到達目標	・ 規律ある集団行動を通して安全性を重視し、相互協力をしながら技術修得をさせながら、体力の向上を目指す
到達目標に向けての 具体的なとりくみ 【指導上の留意点】	・ 規律を守りながら、運動の大切さを学ばせる

月	単元・教材名	指導内容	評価方法
4月 }	・ オリエンテーション ・ 体づくり運動、集団行動 ・ ラジオ体操 ・ 陸上競技 ・ ビーチバレー	・ オリエンテーション (内容、取組み方法、注意点の説明) ・ 体づくり運動 (体ほぐし運動、体力を高める運動) ・ 集団行動、ラジオ体操 (集団行動の様式、準備体操) ・ 陸上競技 (短距離走、障害物) ・ ビーチバレー (パス、アタック、サーブ、ゲーム)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 相互評価 ・ 観察 ・ 実技テスト等
6月 (中旬)			
6月 (中旬)	・ 水泳	・ 1,2学期(クロール)	
9月 (上旬)			
9月 (下旬)	・ テニス ・ ダンス ・ ハンドボール	・ ハンドボール (パス、シュート、ゲーム) ・ テニス (ストローク、サーブ、ボレー、 簡易ゲーム) ・ ダンス (ダンスウォームアップ、コン ビネーション、グループ学習、 発表会)	
12月			
1月 }	・ 持久走 ・ バスケットボール ・ バドミントン	・ 持久走(ロング) ・ バスケット (パス、ドリブル、フェイント、シュート、 ゲーム) ・ バドミントン (ラケットの持ち方、シャトル慣れ、基本 的なストローク)	
3月			

教科・科目のシラバス

教科	科目	単位数	指導学年	教科書名	副教材名等
保健体育	体育	3	2年(男子)	現代保健体育(大修館)	アクティブスポーツ総合版(大修館)

到達目標	・ 体力のさらなる向上を目指し、主体的に運動する態度と能力を養う
到達目標に向けての 具体的なとりくみ 【指導上の留意点】	・ 体育を通して自主性、協調性を身につけさせる

月	単元・教材名	指導内容	評価方法
4月 }	・ オリエンテーション ・ 体づくり運動 ・ 柔道 ・ 陸上競技 ・ テニス	・ オリエンテーション (内容、取組み方法、注意点の説明) ・ 体づくり運動 (体ほぐし運動、体力を高める運動) ・ 柔道 (礼法・道衣の着方、受け身、基本姿勢) ・ 陸上競技 (短距離走、障害) ・ テニス (ストローク、サーブ、ボレー、簡易ゲーム)	・ 相互評価 ・ 観察 ・ 実技テスト等
6月 (中旬)			
6月 (中旬)	・ 水泳	・ 1、2学期(バタフライ)	
9月 (上旬)			
9月 (下旬)	・ 柔道 ・ サッカー ・ ビーチバレー	・ 柔道 (固め技、立ち技、試合) ・ サッカー (パス、シュート、ゲーム) ・ ビーチバレー (パス、アタック、サーブ、ゲーム)	
12月			
1月 }	・ 持久走 ・ バスケットボール	・ 持久走(ロング) ・ バスケット (パス、ドリブル、フェイント、シュート、ゲーム)	
3月			

教科・科目のシラバス

教科	科目	単位数	指導学年	教科書名	副教材名等
保健体育	体育	3	2年(女子)	現代保健体育(大修館)	アクティブスポーツ総合版(大修館)

到達目標	・ 体力のさらなる向上を目指し、主体的に運動する態度と能力を養う
到達目標に向けての 具体的なとりくみ 【指導上の留意点】	・ 体育を通して自主性、協調性を身につけさせる

月	単元・教材名	指導内容	評価方法
4月	・オリエンテーション ・体づくり運動 ・ハンドボール ・マット運動 ・平均台 ・ビーチバレー	・オリエンテーション (内容、取組み方法、注意点の説明) ・体づくり運動 (体ほぐし運動、体力を高める運動) ・ハンドボール (パス、ドリブル、シュート、ゲーム) ・マット運動 (前転、後転、倒立回転系) ・平均台 (歩行、バランス、ターン、跳躍) ・ビーチバレー (パス、サーブ、アタック、ゲーム)	・相互評価 ・観察 ・実技テスト等
6月 (中旬)			
6月 (中旬)	・水泳	・1,2学期(背泳ぎ)	
9月 (下旬)	・テニス ・陸上 ・ダンス	・テニス (ラケットの持ち方、ボール慣れ、ストローク、ボレー、サービス) ・陸上 (短距離、跳躍、投てき競技) ・ダンス (ダンスウォームアップ、コンビネーション、グループ学習、発表会)	
12月			
1月	・持久走 ・バスケットボール ・バドミントン	・持久走(ロング) ・バスケットボール (パス、ドリブル、フェイント、シュート、ゲーム) ・バドミントン (サービス・レシーブ、簡易ゲーム)	
3月			

教科・科目のシラバス

教科	科目	単位数	指導学年	教科書名	副教材名等
保健体育	体育	2	3年(男子)	現代保健体育(大修館)	アクティブスポーツ総合版(大修館)

到達目標	・ゲーム等を通して協力することや、スポーツの楽しさを経験させる
到達目標に向けての 具体的などりくみ [指導上の留意点]	・3年間の総決算としてスポーツをする喜びを体験できるように支援する

月	単元・教材名	指導内容	評価方法
4月 }	・サッカー ・ソフトボール	・サッカー (キック、ドリブル、フェイント、シュート、ゲーム) ・ソフトボール (キャッチボール、ピッチング、ゲーム)	<ul style="list-style-type: none"> ・相互評価 ・観察 ・実技テスト等
6月 (中旬)			
6月 (中旬)	・水泳 (個人メドレー)	・1学期(個人メドレー)	
8月 (下旬)			
9月 (上旬)	・水泳(距離泳) ・選択体育	・1学期(距離泳) ・選択体育 (ソフトボール、バレーボール、硬式テニス、卓球、ターゲットバードゴルフ) 試合中心授業	
12月			
1月 }	・選択体育	・選択体育 (サッカー、バドミントン、卓球、硬式テニス、グラウンドホッケー) 試合中心授業	
3月			

教科・科目のシラバス

教科	科目	単位数	指導学年	教科書名	副教材名等
保健体育	体育	2	3年(女子)	現代保健体育(大修館)	アクティブスポーツ総合版(大修館)

到達目標	・ ゲーム等を通して協力することや、スポーツの楽しさを経験させる
到達目標に向けての 具体的なとりくみ 【指導上の留意点】	・ 3年間の総決算としてスポーツをする喜びを体験できるように支援する

月	単元・教材名	指導内容	評価方法
4月 }	・ ビーチバレー ・ バドミントン	・ ビーチバレー (パス、スパイク、サーブ、ゲーム) ・ バドミントン (シングルス、ダブルスのルール説明、試合)	・ 相互評価 ・ 観察 ・ 実技テスト等
6月 (中旬)			
6月 (中旬)	・ 水泳 (個人メドレー)	・ 1学期(個人メドレー)	
8月 (下旬)			
9月 (上旬)	・ 水泳(距離泳) ・ 選択体育	・ 1学期(距離泳) ・ 選択体育 (ソフトボール、バレーボール、硬式テニス、卓球、ターゲットバードゴルフ) 基本ルールの確認、試合中心授業	
12月			
1月 }	・ 選択体育	・ 選択体育 (サッカー、バドミントン、卓球、硬式テニス、グラウンドホッケー) 基本ルールの確認、試合中心授業	
3月			

教科・科目のシラバス

教科	科目	単位数	指導学年	教科書名	副教材名等
保健体育	保健	1	1学年	現代保健体育	現代保健ノート

到達目標	・健康・安全に関する基礎的・基本的事項を確実に理解させ、総合的な認識を高める。
到達目標に向けての 具体的なとりくみ 〔指導上の留意点〕	・生徒自ら健康問題に気づき、思考・判断できる能力の育成を支援する。

月	単元・教材名	指導内容	評価方法	評価のポイント
1学期	1 私たちの健康の姿 2 健康のとらえ方	1 わが国における健康水準の向上 2 わが国における健康問題の変化 3 健康についてのさまざまな考え 4 健康の成り立ちと健康を保持増進する方法	・総合評価 ・課題点 ・考查点 ・その他提出物等	・授業への関心 ・授業への意欲 ・授業態度 ・質問に対するの思考と判断等
	3 さまざまな保健活動や対策 4 生活習慣病と日常生活行動 5 喫煙と健康	1 わが国や世界における健康のための活動 2 ヘルスプロモーションにもとづく活動 3 生活習慣と関係の深い病気－生活習慣病－ 4 健康の基本－食事・運動・休養および睡眠－ 5 喫煙の影響 6 非喫煙者が受ける健康影響 7 喫煙者にたいする対策	同上	同上
	6 飲酒と健康	1 アルコールの作用 2 長期飲酒の健康影響 3 飲酒にたいする対策	同上	同上
	7 薬物乱用と健康 8 医薬品と健康	1 薬物乱用の健康影響 2 薬物乱用がひきおこす社会問題 3 薬物乱用にたいする対策 4 医薬品の役割 5 医薬品の使い方 6 医薬品の安全性のための対策	同上	同上
	9 感染症とその予防 10 エイズとその予防	1 こんにち注意すべき感染症 2 新たな感染症問題とその予防 3 全人類の課題－エイズ－ 4 エイズへの対策	同上	同上
2学期	11 健康にかかわる意思決定・行動選択 12 意思決定・行動選択に必要なもの	1 適切な意思決定・行動選択の重要性 2 意思決定・行動選択に影響をおよぼす要因 3 適切な意思決定・行動選択のために必要なこと 4 適切な意思決定・行動選択をしやすい社会	同上	同上
	13 欲求と適応機制 14 心身の相関とストレス	1 心と脳の働き 2 さまざまな欲求 3 欲求不満と適応機制 4 心と体のかかわり 5 ストレスと心身の健康	同上	同上
	15 ストレスへの対処	1 原因への対処 2 とらえ方を変えることによる対処 3 気分転換やリラクゼーション 4 信頼できる人や専門家への相談	同上	同上
	16 自己実現 17 交通事故の現状と要因	1 自己実現と心の健康 2 自己実現の達成 3 交通事故の現状 4 交通事故の要因	同上	同上
3学期	18 交通社会における運転者の資質と責任 19 安全な交通社会づくり (安全な交通社会をめざしてプランをつくろう)	1 安全な運転のための資質 2 交通事故の責任と補償 3 法的な整備と施設・設備の充実 4 車の安全性の向上	同上	同上
	20 応急手当の意識とその基本 21 心配蘇生法	1 応急手当の意義 2 応急手当の手順 3 心配蘇生法の意義と原理 4 呼吸がとまっているとき 5 心臓がとまっているとき	同上	同上
	22 日常的な応急手当	1 けがの応急手当 2 熱中症の応急手当 (心配蘇生法を実習しよう)	同上	同上

教科・科目のシラバス

教科	科目	単位数	指導学年	教科書名	副教材名等
保健体育	保健	1	2学年	現代保健体育	現代保健ノート

到達目標	・ 生涯を通じて健康で安全な生活を送るための能力を育成する。
到達目標に向けての 具体的なとりくみ 【指導上の留意点】	・ 自分の現在と将来に生かせるように指導する。

月	単元・教材名	指導内容	評価方法	評価のポイント
1学期	1 思春期と健康 2 性意識と性行動の選択	1 思春期の体と健康 2 思春期の心と健康 1 性意識の男女差と性的欲求 2 性にかんする情報と性行動	・ 総合評価 ・ 課題点 ・ 考查点 ・ その他提出物等	・ 授業への関心 ・ 授業への意欲 ・ 授業態度 ・ 質問に対するの思考と判断等
	3 結婚生活と健康 4 妊娠・出産と健康	1 心身の発達と健康な結婚生活 2 結婚生活と家族の健康 1 受精・妊娠・出産 2 妊娠・出産期の健康のために	同上	同上
	5 家族計画と人工妊娠中絶	1 家族計画の意義 2 避妊法とその選択 3 人工妊娠中絶	同上	同上
	6 加齢と健康 7 高齢者のための社会的とりくみ	1 加齢にともなう心身の変化 2 中高年期を健やかに過ごすために 1 高齢者の健康とその支援 2 保健・医療・福祉の連携	同上	同上
	8 保健制度と保健サービスの活用 9 医療制度と医療費 10 医療機関と医療サービスの活用	1 保健行政の役割としくみ 2 保健サービスの活用 1 医療の供給と医療保険 2 医療費 1 医療機関とその役割 2 医療サービスの活用	同上	同上
2学期	1 大気汚染と健康 2 水質汚染と健康	1 大気汚染とその原因 2 大気汚染による健康影響 1 水質汚濁とその原因 2 水質汚濁による健康影響	同上	同上
	3 土壌汚染と健康 4 健康被害の防止と環境対策	1 土壌汚染とその原因 2 土壌汚染による健康影響 3 大気汚染、水質汚濁、土壌汚染のかかわり 1 環境汚染の防止と改善 2 産業廃棄物の処理と健康	同上	同上
	5 環境衛生活動のしくみと働き	1 ごみの処理 2 上下水道の整備とし尿の処理	同上	同上
3学期	6 食品衛生活動のしくみと働き 7 食品と環境の保健と私たち (食品と環境の保健を守るために)	1 食品の安全性と行政の役割 2 食品製造過程における衛生管理 1 食品の安全と私たちの役割 2 環境の保健と私たちの役割	同上	同上
	8 働くことと健康	1 働くことと健康のかかわり 2 働く人の健康問題	同上	同上
	9 労働災害・職業病と健康	1 労働災害とその防止 2 職業病とその予防	同上	同上
	10 健康的な職業生活	1 職場におけるとりくみ 2 日常生活におけるとりくみ	同上	同上

教科・科目のシラバス

教科	科目	単位数	指導学年	教科書名	副教材名等
保健体育	ライフスポーツ	2単位	3学年		

到達目標	生涯を通し、豊かな生活を支える趣味の一つとして、何らかのスポーツを選択する資質を養うとともに、生涯にわたって計画的に運動に親しむ資質と能力を育てる。また、健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かで活力のある生活を営む態度を育てる。			
到達目標に向けての具体的な取り組み	正課「体育」の時間よりも、個性の表現をおおらかに尊重し、集団との関わりを意識させつつ自分の集団の中での役割を考えさせ、また協力してゆく態度を育てる。 生徒にあたえるのみならず、発生していく要求に対し、いかに答えられるかを、生徒ともに考えつつ、小さな成功経験を大切に授業をする。			
	運動への関心・意欲・態度	技能の習得や試合の競い合いの楽しさを味わおうとしている。用具や服装、練習場などの安全確認ができる。安全に留意して練習や試合を行うことができ、勝敗や結果を受け入れることができる。		
	運動についての思考・判断	各種目に応じた技能を見つけるため、練習や試合に工夫している。仲間の技能を把握しアドバイスできる。試合において正しい判断をもとに審判できる。		
	運動の技能	各種目に必要な基本的技能を身につけることができる。また、ゲームなどにおいて集団の中で、身につけた技能を発揮することが出来る。		
	運動についての知識・理解	各種目の特性やねらいを理解し、ルールの知識を身につけている。個人やグループの能力にあった練習や作戦の計画を立てているが、また試合の運営や審判方法を理解している。		

月	単元・教材名	指導内容	評価方法	評価のポイント
4月	バレーボール	1)オリエンテーション 2)ローボールを使用し、ボールに慣れさせる。 3)チーム分け・ゲームをし、興味を深める	・受講状況観察 ・自己評価 ・相互評価 ・実技テスト	・関心・意欲・態度 ・知識・理解 ・運動の技能、思考、判断
5月		4)役割分担を明確にし、各自が遂行に務め、チームワークを学習する		
6月	バドミントン	1)オリエンテーション 2)軽スポーツを通して体をほぐす 3)ゲーム(シングルス・ダブルス) 4)相手の動きや、フライトに対して、作戦を考えたゲームをできるようにする	・受講状況観察 ・自己評価 ・相互評価 ・実技テスト	・関心・意欲・態度 ・知識・理解 ・運動の技能、思考、判断
7月		5)ダブルスではパートナーとの攻防の連携パターンを工夫する		
8月	卓球	1)オリエンテーション 2)ゲーム(シングルス・ダブルス)	・受講状況観察 ・自己評価 ・相互評価 ・実技テスト	・関心・意欲・態度 ・知識・理解 ・運動の技能、思考、判断
9月	テニス	1)オリエンテーション 2)グランドストロークを中心に、サーブ・レシーブの技能を高める 3)ゲーム(シングルス・ダブルス)	・受講状況観察 ・自己評価 ・相互評価 ・実技テスト	・関心・意欲・態度 ・知識・理解 ・運動の技能、思考、判断
10月	サッカー(女子 フットサル)	1)オリエンテーション 2)パス・ドリブル・シュートの基本技能の修得 3)チーム分け・ゲーム(メンバーのポジションや、特性を生かした攻防の作戦を工夫できるようにする)	・受講状況観察 ・自己評価 ・相互評価 ・実技テスト	・関心・意欲・態度 ・知識・理解 ・運動の技能、思考、判断
11月	ソフトボール	1)オリエンテーション(将来手軽に楽しめるスポーツ・安全な用具の使い方など) 2)キャッチボール・トスバッティング・ランニング(投げる・打つ・守る・走るの基本技能の修得) 3)チーム分け・Tボール	・受講状況観察 ・自己評価 ・相互評価 ・実技テスト	・関心・意欲・態度 ・知識・理解 ・運動の技能、思考、判断
12月		技能を考慮しチーム分けを考えさせ、簡単に楽しめるゲームを行う		
1月	バスケットボール	1)オリエンテーション 2)パス・ドリブル・シュートの基本技能の修得 3)チーム分け・ゲーム(技能を考慮し、チーム分けを考えさせる) 4)役割分担を明確にし、各自が遂行に務め、チームワークを学習する	・受講状況観察 ・自己評価 ・相互評価 ・実技テスト	・関心・意欲・態度 ・知識・理解 ・運動の技能、思考、判断