

令和5年度 保健体育科

教科	保健体育科	科目	体育	単位数	3単位	年次	1年次
使用教科書	「現代高等保健体育」 (大修館出版)						

1 担当者からのメッセージ

・集団行動や各種目の実践を通して、基礎・基本的な運動の技能・体力や筋力を向上させよう。  
 ・自他の運動を観察、分析することで興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を味わおう。  
 ・体育の授業を通して、運動をする・見る・支える・知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。

2 学習の到達目標

・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。  
 ・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。  
 ・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や健康・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。

3 評価の観点及びその趣旨

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
観 点 の 趣 旨	体の動かし方や用具の操作方法などの具体的な知識と運動の実践や生涯スポーツにつながる概念や法則などの汎用的な知識を理解するとともに、基本的な技能や動きを身に付け、記録や技に挑戦したり、試合や発表をしたり、運動やスポーツの多様な関わり方を場面に応じて選択し実践したりする技能を身に付けている。	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方を工夫し、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。	健康・安全を確保し、自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとする態度、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態度、互いに助け合い教え合うなど自己の責任を果たそうとする態度である。
上に示す観点に基づいて、学習のまとめりにごとに評価し、学年末に5段階の評定にまとめます。学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。			

※令和4年度以降入学生用

4 学習の活動

学期	単元名	学習内容	単元(題材)の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
1学期・2学期	体づくり運動	オリエンテーション 集団行動 ラジオ体操 体ほぐしの運動	a: 集団行動、およびラジオ体操の方法を理解し実践することができる。 b: 仲間との関わり合いの中で、互いの課題を指摘し合い、ねらいに応じて運動の取り組み方を工夫することができる。	実技テスト レポート	レポート	
	球技	男子:ラグビー テニス バレーボール  女子:バスケットボール ハンドボール	a: 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができる。 b: 自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し考えたことを他者に伝えることができる。 c: 自主的に取り組むとともにフェアプレイを大切にしようとしている。	実技テスト レポート	レポート	授業態度
	水泳	平泳ぎ	a: 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、効率的に泳ぐことができる。 b: 自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し考えたことを他者に伝えることができる。 c: 勝敗などを冷静に受けとめ、ルールやマナーを大切にし、事故防止に関する心得を遵守しようとしている。	実技テスト	レポート	授業態度

※令和4年度以降入学生用

陸上競技(女子)	ハードル走 走り幅跳び やり投げ	<p>a: 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、各種目特有の技能を身に付けることができる。</p> <p>b: 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方を工夫し考えたことを他者に伝えることができる。</p> <p>c: 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ができる。</p>	実技テスト レポート	レポート	授業態度
武道(男子)	柔道	<p>a: 技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、伝統的な考え方や、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開することができる。</p> <p>b: 攻防などの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方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができる。</p> <p>c: 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする事、健康・安全を確保することができる。</p>	実技テスト レポート	レポート	授業態度
ダンス(女子)	フォークダンス 現代的なリズムのダンス	<p>a: ダンスの名称や用語、踊りの特徴と表現の仕方、交流や発表の仕方などを理解するとともに、表現や踊りを通じた交流や発表をすることができる。</p> <p>b: 表現などの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。</p> <p>c: 自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、作品や発表などの話合いに貢献しようとする事ができる。</p>	実技テスト	レポート	授業態度

※令和4年度以降入学生用

3学期	陸上競技	長距離走	<p>a: 体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、自己に適したペースを維持して、一定の距離を走り通し、タイムを短縮することができる。</p> <p>b: 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。</p> <p>c: 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することができる。</p>	実技テスト ポートフォリオ	レポート	授業態度
	球技	男子: サッカー 女子: 卓球	<p>a: 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができる。</p> <p>b: 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方を工夫し考えたことを他者に伝えることができる。</p> <p>c: 自主的に取り組むとともにフェアプレイを大切にしようとしている。</p>	実技テスト	レポート	授業態度
	武道(男子)	柔道	<p>a: 技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開することができる。</p> <p>b: 攻防などの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方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができる。</p> <p>c: 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする事、健康・安全を確保することができる。</p>	実技テスト	レポート	授業態度

※令和4年度以降入学生用

ダンス (女子)	現代的なリズムのダンス 創作ダンス	<p>a: ダンスの名称や用語、踊りの特徴と表現の仕方、交流や発表の仕方などを理解するとともに、表現や踊りを通じた交流や発表をすることができる。</p> <p>b: 表現などの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。</p> <p>c: 自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、作品や発表などの話合いに貢献しようとすることができる。</p>	実技テスト	レポート	授業態度
-------------	----------------------	---	-------	------	------

※ 表中の観点について 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

令和5年度 保健体育科

教科	保健体育	科目	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」 (大修館書店)						

1 担当者からのメッセージ (学習方法等)

・我が国の疾病構造や社会の変化に対応して、健康課題や健康の考え方が変化することを理解しよう。

・日常生活で起こる傷害や熱中症などに対する応急手当の方法や心肺蘇生法等について理解し、それらの方法を身に付けよう。

・生涯にわたって健康を保持増進していくためには、生涯の各段階の健康課題に応じた自己の健康管理と環境づくりが重要であることを理解しよう。

2 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るとともに、技能を身に付ける。

・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。

・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めざし、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う

3 評価の観点及びその趣旨

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
観 点 の 趣 旨	<p>・健康を保持増進するためには、一人一人が健康に関して深い認識をもち、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ことが重要であることを理解している。</p> <p>また、応急手当等の技能を身に付けている。</p> <p>・安全な社会を形成するために、事故等の防止に加え、発生に伴う傷害などを軽減することが重要であること、事故等の発生には人的要因及び環境要因が関わるため、個人の取組に加えて社会的な取組が求められることを理解している。</p>	<p>・現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法に関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>・安全な社会生活に関わる事象や情報から課題を発見し、自他や社会の危険の予測を基に、危険を回避したり、傷害の悪化を防止したりする方法を選択し、安全な社会の実現に向けてそれらを説明することができる。</p>	<p>・保健の見方や考え方を働かせ、自他の健康やそれを支える環境づくりに関心をもち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとする態度である。</p> <p>・現在及び将来の生活を健康で活力に満ちた明るく豊かなものにしようとする態度である。</p>

上に示す観点に基づいて、学習のまとめりにごとに評価し、学年末に5段階の評定にまとめます。学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

※令和4年度以降入学生用

4 学習の活動

学期	単元名	学習内容	単元(題材)の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
1学期	現代社会と健康	健康の考え方と成り立ち	<p>a: 健康水準の向上、疾病構造の変化に伴い、個人や集団の健康についての考え方も変化してきていることについて理解している。</p> <p>b: 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度
		私たちの健康のすがた	<p>a: 国民の健康課題について、我が国の死亡率、受療率、平均寿命、健康寿命など各種の指標や疾病構造の変化を通して理解している。</p> <p>b: 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度
		生活習慣病の予防と回復	<p>a: 生活習慣病などのリスクを軽減し予防するには、適切な運動、食、休養及び睡眠など、調和のとれた健康的な生活を続けることが必要であること、定期的な健康診断やがん検診などを受診することが必要であることを理解している。</p> <p>b: 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度

※令和4年度以降入学生用

		<p>がんの原因と予防</p> <p>がんの治療と回復</p>	<p>a: がんは肺がんや大腸がん、胃がんなど様々な種類があり、生活習慣のみならず細菌やウイルスの感染などの原因もあることについて理解している。また、がんの回復においては手術療法、化学療法（抗がん剤など）、放射線療法などの治療法があること、患者や周囲の人々の生活の質を保つことや緩和ケアが重要であることについて理解している。</p> <p>b: 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	<p>定期考査 プリント</p>	<p>定期考査 プリント 授業態度</p>	<p>授業態度</p>
		<p>運動と健康</p> <p>食事と健康</p> <p>休養・睡眠と健康</p>	<p>a: 生活習慣病などのリスクを軽減し予防するには、適切な運動、食、休養及び睡眠など、調和のとれた健康的な生活を続けることが必要であることを理解している。</p> <p>b: 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	<p>定期考査 プリント</p>	<p>定期考査 プリント 授業態度</p>	<p>授業態度</p>

※令和4年度以降入学生用

		<p>喫煙と健康</p> <p>飲酒と健康</p>	<p>a: 喫煙及び飲酒は、生活習慣病などの要因となり心身の健康を損ねることを理解している。また、喫煙による健康課題を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観の育成などの個人への働きかけ、及び法的な整備も含めた社会環境への適切な対策が必要であることを理解している。</p> <p>b: 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	<p>定期考査 プリント</p>	<p>定期考査 プリント 授業態度</p>	<p>授業態度</p>
		<p>薬物乱用と健康</p>	<p>a: 薬物の乱用は、心身の健康、社会の安全などに対して深刻な影響を及ぼすことから、決して行ってはならないことを理解している。また、薬物乱用を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観や規範意識の育成などの個人への働きかけ、及び法的な規制や行政的な対応など社会環境への対策が必要であることを理解している。</p> <p>b: 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	<p>定期考査 プリント</p>	<p>定期考査 プリント 授業態度</p>	<p>授業態度</p>

※令和4年度以降入学生用

2 学期	精神疾患の特徴	<p>a: 心身の不調時には、不安や抑うつ、焦燥、不眠などの精神活動の変化が通常時より強く、持続的に生じること、心身の不調の早期発見と治療や支援の早期の開始によって回復可能性が高まることを理解している。</p> <p>b: 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度
	精神疾患の予防  精神疾患からの回復	<p>a: 精神疾患の予防には、身体の健康と同じく、適切な運動や食事、休養及び睡眠など、調和のとれた生活を実践すること、早期に心身の不調に気付くこと、心身に起こった反応については体ほぐしの運動などのリラクセーションの方法でストレスを緩和することなどが重要であることを理解している。</p> <p>b: 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度
	現代の感染症	<p>a: 感染症は、時代や地域によって自然環境や社会環境の影響を受け、発生や流行に違いが見られること、交通網の発達により短時間で広がりやすくなっていることを理解している。</p> <p>b: 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度

※令和4年度以降入学生用

	感染症の予防	<p>a: 感染症のリスクを軽減し予防するには、衛生的な環境の整備や検疫、正しい情報の発信、予防接種の普及など社会的な対策とともに、それらを前提とした個人の取組が必要であることを理解している。</p> <p>b: 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度
	性感染症・エイズとその予防	<p>a: エイズ及び性感染症について、その原因、及び予防のための個人の行動選択や社会の対策について理解している。</p> <p>b: 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度
	健康に関する意思決定・行動選択  健康に関する環境づくり	<p>a: 健康を保持増進するには、ヘルスプロモーションの考え方にに基づき、適切な意思決定や行動選択により、疾病等のリスクを軽減することを含め、自らの健康を適切に管理することが必要であるとともに、環境づくりが重要であることを理解している。</p> <p>b: 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度

※令和4年度以降入学生用

3学期	安全な社会生活	事故の現状と発生要因	<p>a: 事故は地域や職場、家庭、学校など様々な場面において発生していること、事故の発生には周りの状況の把握及び判断、行動や心理などの人的要因や気象条件、施設・設備、車両、法令、制度、情報体制などの環境要因などが関連していることを理解している。</p> <p>b: 安全な社会生活に関わる事象や情報から課題を発見し、自他や社会の危険の予測を基に、危険を回避したり、傷害の悪化を防止したりする方法を選択し、安全な社会の実現に向けてそれらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度
		安全な社会の形成	<p>a: 事故を防止したり事故の発生に伴う傷害等を軽減したりすることをめざす安全な社会の形成には、交通安全や防災、防犯などを取り上げて、法的な整備などの環境の整備、環境や状況に応じた適切な行動などの個人の取組、及び地域の連携などが必要であることを理解している。</p> <p>b: 安全な社会生活に関わる事象や情報から課題を発見し、自他や社会の危険の予測を基に、危険を回避したり、傷害の悪化を防止したりする方法を選択し、安全な社会の実現に向けてそれらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度
		交通における安全	<p>a: 交通事故を防止するには、自他の生命を尊重するとともに、自分自身の心身の状態や周りの環境、車両の特性などを把握すること、及び個人の適切な行動、交通環境の整備が必要であることを理解している。</p> <p>b: 安全な社会生活に関わる事象や情報から課題を発見し、自他や社会の危険の予測を基に、危険を回避したり、傷害の悪化を防止したりする方法を選択し、安全な社会の実現に向けてそれらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度

※令和4年度以降入学生用

	<p>応急手当の意義とその基本</p>	<p>a: 適切な応急手当は、傷害や疾病の悪化を防いだり、傷病者の苦痛を緩和したりすること、自他の生命や身体を守り不慮の事故災害に対応できる社会をつくるには、一人一人が適切な連絡・通報や運搬も含む応急手当の手順や方法を身に付けるとともに、自ら進んで行う態度が必要であること、さらに、社会の救急体制の整備を進めること、救急体制を適切に利用することが必要であることを理解している。</p> <p>b: 安全な社会生活に関わる事象や情報から課題を発見し、自他や社会の危険の予測を基に、危険を回避したり、傷害の悪化を防止したりする方法を選択し、安全な社会の実現に向けてそれらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	<p>定期考査 プリント  実技</p>	<p>定期考査 プリント 授業態度</p>	<p>授業態度</p>
	<p>日常的な応急手当</p>	<p>a: 日常生活で起こる傷害や、熱中症などの疾病の際には、それに応じた体位の確保・止血・固定などの基本的な応急手当の方法や手順があることを実習を通して理解し、応急手当ができる。</p> <p>b: 安全な社会生活に関わる事象や情報から課題を発見し、自他や社会の危険の予測を基に、危険を回避したり、傷害の悪化を防止したりする方法を選択し、安全な社会の実現に向けてそれらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	<p>定期考査 プリント  実技</p>	<p>定期考査 プリント 授業態度</p>	<p>授業態度</p>

※令和4年度以降入学生用

	心肺蘇生法	<p>a:心肺停止状態においては、急速に回復の可能性が失われつつあり、速やかな気道確保、人工呼吸、胸骨圧迫、AEDの使用などが必要であること、及び方法や手順について、実習を通して理解し、AEDなどを用いて心肺蘇生法ができる。</p> <p>b: 安全な社会生活に関わる事象や情報から課題を発見し、自他や社会の危険の予測を基に、危険を回避したり、傷害の悪化を防止したりする方法を選択し、安全な社会の実現に向けてそれらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	<p>定期考査 プリント  実技</p>	<p>定期考査 プリント 授業態度</p>	<p>授業態度</p>
--	-------	---	----------------------------------	-------------------------------	-------------

※ 表中の観点について 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

令和5年度 保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	2単位	年次	2年次
使用教科書	「現代高等保健体育」 (大修館出版)						

1 担当者からのメッセージ (学習方法等)

・ 集団行動や各種目の実践を通して、基礎・基本的な運動の技能・体力を向上させよう。  
 ・ 自他の運動を観察、分析することで興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を味わおう。  
 ・ 体育の授業を通して、運動をする・見る・支える・知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。

2 学習の到達目標

・ 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。  
 ・ 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。  
 ・ 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や健康・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。

3 評価の観点及びその趣旨

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
観 点 の 趣 旨	体の動かし方や用具の操作方法などの具体的な知識と運動の実践や生涯スポーツにつながる概念や法則などの汎用的な知識を理解するとともに、基本的な技能や動きを身に付け、記録や技に挑戦したり、試合や発表をしたり、運動やスポーツの多様な関わり方を場面に応じて選択し実践したりする技能を身に付けている。	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方を工夫し、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。	健康・安全を確保し、自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとする態度、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態度、互いに助け合い教え合うなど自己の責任を果たそうとする態度である。
上に示す観点に基づいて、学習のまとめりにあわせて評価し、学年末に5段階の評定にまとめます。学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。			

※令和4年度以降入学生用

4 学習の活動

学期	単元名	学習内容	単元(題材)の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
1 学 期 ・ 2 学 期	体 つ く り 運 動 ・ 体 育 理 論	体育理論 体ほぐしの運動	a: 体ほぐしの運動、スポーツの文化的特性を理解し、実践することができる。 b: 仲間との関わり合いの中で、互いの課題を指摘し合い、ねらいに応じて運動の取り組み方を工夫することができる。現代スポーツの発展について考え、問題を発見し、解決をめざすことができる。	実技テスト レポート	レポート	
	球 技	男子:アルティメット バスケットボール 女子:ソフトボール バスケットボール	a: 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができる。 b: 自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し考えたことを他者に伝えることができる。 c: 自主的に取り組むとともにフェアプレイを大切にしようとしている。	実技テスト レポート	レポート	授業態度
	柔 道 (男 子)	柔道	a: 技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開することができる。 b: 攻防などの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方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c: 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする事、健康・安全を確保することができる。	実技テスト レポート	レポート	授業態度

※令和4年度以降入学生用

ダンス (女子)	フォークダンス 現代的なリズムのダンス	<p>a: ダンスの名称や用語、踊りの特徴と表現の仕方、交流や発表の仕方などを理解するとともに、表現や踊りを通じた交流や発表をすることができる。</p> <p>b: 表現などの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。</p> <p>c: 自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、作品や発表などの話合いに貢献しようとすることができる。</p>	実技テスト	レポート	授業態度
器械体操 (女子)	マット運動	<p>a: 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、各種目特有の技能を身に付けることができる。</p> <p>b: 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方を工夫し考えたことを他者に伝えることができる。</p> <p>c: 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することができる。</p>	実技テスト	レポート	授業態度
水泳	平泳ぎ	<p>a: 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、効率的に泳ぐことができる。</p> <p>b: 自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し考えたことを他者に伝えることができる。</p> <p>c: 勝敗などを冷静に受けとめ、ルールやマナーを大切に、事故防止に関する心得を遵守しようとしている。</p>	実技テスト	レポート	授業態度

※令和4年度以降入学生用

	陸上競技(男子)	ハードル走 走り幅跳び やり投げ	<p>a: 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、各種目特有の技能を身に付けることができる。</p> <p>b: 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方を工夫し考えたことを他者に伝えることができる。</p> <p>c: 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ができる。</p>	実技テスト レポート	レポート	授業態度
3学期	陸上競技	長距離走	<p>a: 体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、自己に適したペースを維持して、一定の距離を走り通し、タイムを短縮することができる。</p> <p>b: 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。</p> <p>c: 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ができる。</p>	実技テスト ポートフォリオ	レポート	授業態度

※ 表中の観点について 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

令和5年度 保健体育科

教科	保健体育	科目	保健	単位数	1単位	年次	2年次
使用教科書	「現代高等保健体育」 (大修館書店)						

1 担当者からのメッセージ (学習方法等)

- ・思春期による心や体の変化について理解し、妊娠・出産や避妊・中絶、結婚生活や加齢について理解しよう。
- ・働くことと健康についての関わりを考え、労働災害と職業生活について理解しよう。
- ・環境問題について理解し、私たちの生活と関連付けて考えるようになろう。
- ・食品の安全性について考え、医薬品や医療制度について理解し、健康に留意した生活を送れるようにしよう。

2 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るとともに、技能を身に付ける。
- ・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。
- ・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めざし、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う

3 評価の観点及びその趣旨

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
観 点 の 趣 旨	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康を保持増進するためには、一人一人が健康に関して深い認識をもち、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ことが重要であることを理解している。</li> <li>また、応急手当等の技能を身に付けている。</li> <li>・安全な社会を形成するため、事故等の防止に加え、発生に伴う傷害などを軽減することが重要であること、事故等の発生には人的要因及び環境要因が関わるため、個人の取組に加えて社会的な取組が求められることを理解している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</li> <li>・安全な社会生活に関わる事象や情報から課題を発見し、自他や社会の危険の予測を基に、危険を回避したり、傷害の悪化を防止したりする方法を選択し、安全な社会の実現に向けてそれらを説明することができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保健の見方や考え方を働かせ、自他の健康やそれを支える環境づくりに関心をもち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとする態度である。</li> <li>・現在及び将来の生活を健康で活力に満ちた明るく豊かなものにしようとする態度である。</li> </ul>

上に示す観点に基づいて、学習のまとめりにごとに評価し、学年末に5段階の評定にまとめます。学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

※令和4年度以降入学生用

4 学習の活動

学期	単元名	学習内容	単元(題材)の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
1学期	生涯を通じる健康	ライフステージと健康	<p>a: 思春期における心身の発達や性的成熟に伴う身体面、心理面、行動面などの変化に関わり、健康課題が生じることがあることを理解できる。</p> <p>b: 生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度
		思春期と健康	<p>a: 結婚生活において、心身の発達や健康の保持増進の観点から理解できるようにする。その際、受精、妊娠、出産とそれに伴う健康課題について理解できる。</p> <p>b: 生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度
		性意識と性行動の選択	<p>a: 自分の行動への責任感や異性を理解したり尊重したりする態度が必要であること、及び性に関する情報等への適切な対処が必要であることを理解できる。</p> <p>b: 生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度

※令和4年度以降入学生用

	妊娠・出産と健康	<p>a: 受精, 妊娠, 出産とそれに伴う健康課題について理解できるよう にするとともに, 健康課題には年齢や生活習慣などが関わる ことについて理解できる。</p> <p>b: 生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度
	避妊法と人工妊娠中絶	<p>a: 家族計画の意義や人工妊娠中絶の心身への影響などについても理解できる。</p> <p>b: 生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度
	結婚生活と健康	<p>a: 結婚生活を健康に過ごすには、自他の健康 に対する責任感, 良好な人間関係や家族や周りの人からの支援, 及び母子の健康 診査の利用や保健相談などの様々な保健・医療サービスの活用が必要であることを理解できる。</p> <p>b: 生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度

※令和4年度以降入学生用

		中高年期と健康	<p>a: 中高年期を健やかに過ごすためには、若いときから、健康診断の定期的な受診などの自己管理を行うこと、生きがいをもつこと、運動やスポーツに取り組むこと、家族や友人などとの良好な関係を保つこと、地域における交流をもつことなどが関係することを理解できる。</p> <p>b: 生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度
一学期		働くことと健康	<p>a: 労働による傷害や職業病などの労働災害は、作業形態や作業環境の変化に伴い質や量に変化してきたことを理解できる。</p> <p>b: 生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度
		労働災害と健康	<p>a: 労働災害を防止するには、作業形態や作業環境の改善、長時間労働をはじめとする過重労働の防止を2 各科目の目標及び内容 209 含む健康管理と安全管理が必要であることを理解できる。</p> <p>b: 生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度

※令和4年度以降入学生用

	健康的な職業生活	<p>a:働く人の健康の保持増進は、職場の健康管理や安全管理とともに、心身両面にわたる総合的、積極的な対策の推進が図られることで成り立つことを理解できる。</p> <p>b: 生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度
健康を支える環境づくり	大気汚染と健康	<p>a: 人間の生活や産業活動は、大気汚染、水質汚濁、土壌汚染などの自然環境汚染を引き起こし、健康に影響を及ぼしたり被害をもたらしたりすることがあるということについて理解できる。</p> <p>b: 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な整備や活用方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度
	水質汚濁、土壌汚染と健康	<p>a:健康への影響や被害を防止するためには、汚染物質の排出をできるだけ抑制したり、排出された汚染物質を適切に処理したりすることなどが必要であることについて理解できる。</p> <p>b: 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な整備や活用方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度

※令和4年度以降入学生用

3 学期	環境と健康にかかわる対策	<p>a: 環境基本法などの法律等が制定されており、環境基準の設定、排出物の規制、監視体制の整備などの総合的・計画的対策が講じられていることについて理解できる。</p> <p>b: 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な整備や活用方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度
	ごみの処理と上下水道の整備	<p>a: 上下水道の整備、ごみやし尿などの廃棄物を適切に処理する等の環境衛生活動は、自然環境や学校・地域などの社会生活における環境、及び人々の健康を守るために行われていることについて理解できる。</p> <p>b: 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な整備や活用方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度
	食品の安全性	<p>a: 人々の健康を支えるためには、食品の安全性を確保することが重要であり、食品の安全性が損なわれると、健康に深刻な被害をもたらすことがあり、食品の安全性を確保することは健康の保持増進にとって重要であることについて理解できる。</p> <p>b: 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な整備や活用方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度

※令和4年度以降入学生用

		<p>食品衛生にかかわる活動</p>	<p>a: 食品の安全性を確保するために、食品衛生法などの法律等が制定されており、様々な基準に基づいて食品衛生活動が行われていることや、食品の製造・加工・保存・流通など、各段階での適切な管理が重要であることについて理解できる。</p> <p>b: 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な整備や活用方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	<p>定期考査 プリント</p>	<p>定期考査 プリント 授業態度</p>	<p>授業態度</p>
		<p>保健サービスとその活用</p>	<p>a: 我が国には、人々の健康を支えるための保健・医療制度が存在し、行政及びその他の機関などから健康に関する情報、医療の供給、医療費の保障も含めた保健・医療サービスなどが提供されていることについて理解できる。</p> <p>b: 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な整備や活用方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	<p>定期考査 プリント</p>	<p>定期考査 プリント 授業態度</p>	<p>授業態度</p>
		<p>医療サービスとその活用</p>	<p>a: 健康を保持増進するためには、検診などを通して自己の健康上の課題を的確に把握し、地域の保健所や保健センターなどの保健機関、病院や診療所などの医療機関、及び保健・医療サービスなどを適切に活用していくことなどが必要であることについて理解できる。</p> <p>b: 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な整備や活用方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	<p>定期考査 プリント</p>	<p>定期考査 プリント 授業態度</p>	<p>授業態度</p>

※令和4年度以降入学生用

	医薬品の制度とその活用	<p>a: 医薬品は、医療用医薬品、要指導医薬品、一般用医薬品の三つに大別され、承認制度によってその有効性や安全性が審査されており、販売に規制が設けられていることについて理解できるようにする。また、疾病からの回復や悪化の防止には、個々の医薬品の特性を理解した上で、使用法に関する注意を守り、正しく使うことが必要であることについて理解できる。</p> <p>b: 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な整備や活用方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度
	さまざまな保健活動や社会的対策	<p>a: 我が国や世界では、健康を支えるために、健康課題に対応して各種の保健活動や社会的対策が行われていることについて理解できるようにする。</p> <p>b: 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な整備や活用方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけようとしている。</p>	定期考査 プリント	定期考査 プリント 授業態度	授業態度

※令和4年度以降入学生用

		<p>健康に関する健康づくりと社会参加</p>	<p>a: 自他の健康を保持増進するには、ヘルスプロモーションの考え方に基づいた、健康に関する環境づくりが重要であることについて理解できるようにする。また、一人一人が健康に関心をもち、健康を支える適切な環境づくりに積極的に参加していくことが必要であり、そのことが自分を含めた世界の人々の健康の保持増進につながることに理解できる。</p> <p>b: 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な整備や活用方法を選択し、それらを説明することができる。</p> <p>c: 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心をもち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復をめざす実践力を身につけている。</p>	<p>定期考査 プリント</p>	<p>定期考査 プリント 授業態度</p>	<p>授業態度</p>
--	--	-------------------------	--	----------------------	-------------------------------	-------------

※ 表中の観点について 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

令和5年度 保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	2単位	年次	3年次
使用教科書	「現代高等保健体育」(大修館書店)						

1. 担当者からのメッセージ(学習方法等)

<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
---

2. 学習の到達目標

<ul style="list-style-type: none"> <li>・心と体を一体として捉え、健康・安全に留意して運動する態度を育て、運動の合理的、計画的な実践を通して運動を習慣化する。</li> <li>・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運動場面だけでなく日常生活で生かせるよう、ライフステージと健康について知識や理解を深めるとともに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適切に判断する能力を養う。</li> </ul>
---

3. 学習評価(評価規準と評価方法)

観点	a: 関心・意欲・態度	b: 思考・判断	c: 運動の技能	d: 知識・理解
観 点 の 趣 旨	自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとする。 健康や安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。 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る。	知識を活用し、技能向上につなげる。 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。 運動を継続したり、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、実生活に生かせる。	記録や技能向上に挑戦する。 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る。 仲間と連携・協力して各種目を楽しむ。	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。 スポーツの歴史、文化的特性、スポーツとの関わり方について理解している。
評 価 方 法	受講態度の観察 ノート レポート 等	受講態度の観察 ノート レポート 等	技能観察 受講態度の観察 ノート 等	受講態度の観察 ノート レポート 等

上に示す観点に基づいて、学習のまとめりにあわせて評価し、学年末に5段階の評定にまとめます。  
学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

## 2単位中の1単位(A)

学期	単元名	学習内容	主な評価の観点				単元(題材)の評価規準	評価方法
			a	b	c	d		
1・2 学期	球技	男子:テニス 女子:ソフトバレーボール					<p>a: 球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にしようとする こと、自己責任を果たそうと すること、作戦などについて の話し合いに貢献しようとする ことなどや、健康や安全を確 保して、自主的に取り組もう としている。</p> <p>b: 生涯にわたって球技を豊 かに実践するための自己の 課題に応じた運動の取り組 み方を工夫している。</p> <p>c: 球技の特性に応じてゲー ムを展開するための作戦に 応じた技能や仲間との連携 した動きを身につけている。</p> <p>d: 技術や技の名称や行い 方、体力の高め方、運動観 察の方法を理解している。</p>	受講態度の 観察 ノート レポート
	水泳	水泳 背泳					<p>a: 水泳の楽しさや喜びを味 わうことができるように勝敗 を冷静に受け止め、マナー やルールを大切にしようとする ことや自己責任を果たそう とすることなどや、水泳の事 故防止に関する心得など、 健康や安全を確保して、自 主的に取り組もうとしてい る。</p> <p>b: 生涯にわたって水泳を豊 かに実践するための自己の 課題に応じた運動の取り組 み方を工夫している。</p> <p>c: 水泳の特性に応じた、効 率的な泳法を身に付けてい る。</p> <p>d: 技術の名称や行い方、体 力の高め方、運動観察の方 法を理解している。</p>	受講態度の 観察 ノート レポート 技能観察

<p>選択</p>	<p>男子:バスケットボール 女子:テニス</p>	<p>○</p>	<p>○</p>	<p>○</p>	<p>a男子:各種目の楽しさや喜びを味わうことができるように互いの違いや良さを認めあうこと、よい演技を讃えようとする、マナーやルールを大切にしようとする、自己責任を果たそうとするなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。</p> <p>a女子:球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にしようとする、自己責任を果たそうとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとするなどや、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。</p> <p>b男子:生涯にわたって各種目を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。</p> <p>b女子:生涯にわたって球技を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。</p> <p>c男子:各種目の特性に応じた、各種目、演技特有の技能やイメージを深めた表現が身につけている。</p> <p>c女子:球技の特性に応じてゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身につけている。</p> <p>d男子:技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。</p> <p>d女子:技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。</p>	<p>受講態度の観察 ノート レポート</p>
-----------	-------------------------------	----------	----------	----------	---	---------------------------------

3 学期	選択	男子:サッカー 女子:バスケットボール	○	○		<p>a男子:各種目の楽しさや喜びを味わうことができるように互いの違いや良さを認めあうこと、よい演技を讃えようとする、マナーやルールを大切にしようとする、自己責任を果たそうとするなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。</p> <p>a女子:球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にしようとする、自己責任を果たそうとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとするなどや、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。</p> <p>b男子:生涯にわたって各種目を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。</p> <p>b女子:生涯にわたって球技を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。</p> <p>c男子:各種目の特性に応じた、各種目、演技特有の技能やイメージを深めた表現が身につけている。</p> <p>c女子:球技の特性に応じてゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身につけている。</p> <p>d男子:技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。</p> <p>d女子:技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。</p>	受講態度の 観察 ノート レポート
---------	----	------------------------	---	---	--	---	----------------------------

## 2単位中の1単位(B)

学期	単元名	学習内容	主な評価の観点				単元(題材)の評価規準	評価方法
			a	b	c	d		
1・2学期	球技	男子:ソフトボール 女子:アルティメット					<p>a: 球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にしようとする事、自己責任を果たそうとする事、作戦などについての話し合いに貢献しようとする事などや、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。</p> <p>b: 生涯にわたって球技を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。</p> <p>c: 球技の特性に応じてゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身につけている。</p> <p>d: 技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。</p>	受講態度の観察 ノート レポート
	水泳	水泳 背泳					<p>a: 水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止め、マナーやルールを大切にしようとする事や自己責任を果たそうとする事などや、水泳の事故防止に関する心得など、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。</p> <p>b: 生涯にわたって水泳を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。</p> <p>c: 水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身につけている。</p> <p>d: 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。</p>	受講態度の観察 ノート レポート 技能観察

3 学期	選択	男子:バスケットボール 女子:卓球					<p>a: 球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にしようとする事、自己責任を果たそうとする事、作戦などについての話し合いに貢献しようとする事などや、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。</p> <p>b: 生涯にわたって球技を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。</p> <p>c: 球技の特性に応じてゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身につけている。</p> <p>d: 技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。</p>	受講態度の 観察 ノート レポート
---------	----	----------------------	--	--	--	--	---	----------------------------

※ 表中の観点について

a: 関心・意欲・態度

b: 思考・判断

c: 運動の技能

d: 知識・理解

※ 年間指導計画(例)作成上の留意点

- ・原則として一つの単元(題材)で全ての観点について評価することとなるが、学習内容(小単元)の各項目において特に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○を付けている。

「学校設定科目」届 (指導と評価の年間計画)

※令和3年度以前入学生用

教科	保健体育	科目	(学)スポーツ実践	単位数	2単位	年次	3年次
使用教科書	「現代高等保健体育」(大修館書店)						

1. 担当者からのメッセージ(学習方法等)

体育系進学および教員を目指す人、生涯にわたってスポーツと関わっていきたくて考えている人、人に物事を教える技術を習得したい人を対象とした授業です。  
 水泳の授業もあり、場合によっては課外活動や授業の用具等を購入してもらう可能性があります。  
 成績は、実技科目のため、出席点・平常点を中心につけます。  
 休まず真面目に授業に参加できる生徒のみを募集します。

2. 学習の到達目標

- ・色々な分野のスポーツに慣れ親しみ、その実践を通じて健康や体力についての理解を深める。
- ・安全面に留意し、自立、自発的な態度を養い、協調性、社会性を身につける。
- ・高校卒業後も生涯を通して継続してスポーツができる能力を育成する。

3. 学習評価(評価規準と評価方法)

観点	a: 関心・意欲・態度	b: 思考・判断	c: 運動の技能	d: 知識・理解
観 点 の 趣 旨	<ul style="list-style-type: none"> <li>・技能の段階に応じて、作戦を立てて勝敗を競い合う球技の楽しさや喜びを味わおうとする。</li> <li>・練習やゲームで、チームにおける自分の役割を果たし、協力して教えあったり、励ましあったりしようとする。</li> <li>・練習やゲームで、審判の判定や指示に従い、ルールを守り、勝敗や結果を受け入れようとする。</li> <li>・練習やゲームの場所の安全を確かめ、安全な練習方法で行おうとし、危険なプレーをしないなど、健康・安全に留意しようとする。</li> <li>・速く泳いだり、続けて長く泳いだり、競泳をしたりする水泳の楽しさや喜びを味わおうとする。</li> <li>・練習や競泳で、仲間と互いに協力して補助し合ったり、励ましあったりしようとする。</li> <li>・水泳の事故防止の心得を守り、練習や競泳をする上でのルールを守るなど、互いの健康・安全に留意しようとする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・チームや自分の能力に応じた適切な課題を設定している。</li> <li>・チームや自分の課題を解決するための適切な練習方法を選んだり、見つけたりしている。</li> <li>・技能の段階に応じて相手との攻防にあった作戦を立てている。</li> <li>・チームや自分の課題の達成状況をとらえ、練習やゲームの仕方を見直したり、新しい課題を選んだりしている。</li> <li>・泳法ごとに、自分の能力に応じた目標記録や課題を定めている。</li> <li>・課題解決に必要な、練習や競泳の方法を選んだり、見つけたりしている。</li> <li>・課題の達成状況をとらえ、練習や競泳の仕方を見直したり、新しい課題を選んだりしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・チームの課題や自分の能力に応じて、選択した種目の特性に応じた技能を身につけ、ゲームをすることができる。</li> <li>・身につけた個人的技能や集団的スキルを高めたり、新たに身につけた技能で攻防を展開したりしてゲームをすることができる。</li> <li>・技能の段階に応じて、相手との攻防にあった作戦で練習やゲームをすることができる。</li> <li>・選択した泳法について特徴的な動きを身に付けて泳ぐことができる。</li> <li>・速く泳いだり、続けて長く泳いだりするために必要なターンや加速などができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・選択した球技種目の特性に応じた集団的スキルや個人的技能の構造について、言ったり、書き出したりしている。</li> <li>・技能を高めるための合理的な練習の仕方、練習計画の立て方について、具体例を挙げている。</li> <li>・選択した球技種目のルール、審判法について、言ったり、書き出したりしている。</li> <li>・競技会の企画や運営の仕方について、具体例を挙げている。</li> <li>・水泳の特性や技術の構造、競泳の学習の進め方、各泳法の動き方、合理的な練習の方法や練習計画の立て方について、具体例を挙げている。</li> <li>・水泳の事故防止の心得や練習場のルール、事故が起きたときの対処について、言ったり、書き出したりしている。</li> </ul>
評 価 方 法	出席状況 受講態度の観察等	プリント 受講態度の観察等	スキルテスト 技能観察等	プリント等

上に示す観点に基づいて、学習のまとめりにあわせて評価し、学年末に5段階の評定にまとめます。  
 学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

4. 学習の活動

学期	単元名	学習内容	主な評価の観点				単元(題材)の評価規準	評価方法
			a	b	c	d		
1学期	集団行動 体づくり 運動	オリエンテーション 集団行動 体ほぐしの運動 体力を高める運動	○	○		○	<p>a: 体づくり運動の楽しさや心地よさを味わうことができるよう、体力の違いに配慮しようとする事、自己の責任を果たそうとすることなど、健康・安全を確保して学習に自主的に取り組もうとしている。</p> <p>b: ねらいに応じて健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画を立てるとともに、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。</p> <p>c:</p> <p>d: 運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解している。</p>	受講態度の観察 プリント レポート
	水泳	バタフライ ドルフィンキック ストローク コンビネーション	○	○	○	○	<p>a: 積極的に技能習得のために取り組んでいる。</p> <p>b: 生涯わたって水泳を豊かに実践するための自分に応じた運動の取り組み方を工夫している。</p> <p>c: 水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身につけている。</p> <p>d: 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。</p>	出席状況 受講態度の観察 スキルテスト
	水泳	泳法の確認 バタフライ、背泳ぎ 平泳ぎ、クロール  個人メドレー	○	○	○	○	<p>a: 積極的に技能習得のために取り組んでいる。</p> <p>b: 生涯わたって水泳を豊かに実践するための自分に応じた運動の取り組み方を工夫している。</p> <p>c: 水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身につけている。</p> <p>d: 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。</p>	出席状況 受講態度の観察 スキルテスト

