

教科・学科	保健体育	科目	体育	単位数	2	学年	1
使用教科書	現代高等保健体育		発行者の番号・略称	50 大修館		教科書の番号	保体 701
指導者名			副教材等	現代高等保健体育ノート			

1 学習の到達目標

- ・運動の実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、生涯にわたり運動を継続するための体力や技能を身につける。
- ・生涯にわたって運動を継続していくための課題を発見し、その解決に向けて思考・判断するとともに他者に伝える力を身につける。
- ・運動を通して、公正、協力、責任などの社会性を育てるとともに、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 学習の計画(どのような内容を、どの時期に学ぶのかを含む)

月	単元名	項目	学習のねらいと学習活動(指導内容)	評価の対象		
				知・技	思・判・表	主体的
4	体づくり運動	体ほぐしの運動 体力を高める運動	○運動を継続する意義や運動の原則について理解している。 ○自己や仲間の課題を発見し、解決に向けて工夫した運動に取り組むことができる。 ○互いに助け合い、高めようと運動に取り組むことができる。		学習態度	学習態度
5	陸上競技 器械運動 (選択)	競走(長距離走)	○自分の技能・体力に適したペースを維持して走ることができる。 ○自己や仲間の課題を発見し、解決に向けて工夫して運動に取り組むことができる。 ○健康・安全を確保し、自己の能力を十分に発揮して運動に取り組むことができる。	記録会	学習シート	学習態度
6		マット運動	○回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定させて行うことができる。 ○自己や仲間の課題を発見し、解決に向けて工夫して運動に取り組むことができる。 ○健康・安全を確保し、課題に挑戦することができる。	発表会		学習態度
7	体育理論	スポーツの発祥と発展 ①スポーツの始まりと変遷 ②文化としてのスポーツ	○スポーツの意義や歴史、文化的特徴や、現代スポーツを取り巻くさまざまな問題について理解している。	テスト	学習態度	
8						
9	球技 武道 (選択)	サッカー	○安定したボール操作と空間を作り出す動きを交えて攻防することができる。 ○チームや個人の課題を発見し、解決に向けて工夫した運動に取り組むことができる。 ○健康・安全を確保し、ゲームを楽しむことができる。	テスト	学習態度	学習態度
10		ソフトボール	○安定したバット操作・ボール操作を用いて攻防をすることができる。 ○チームや個人の課題を発見し、解決に向けて工夫した運動に取り組むことができる。 ○健康・安全を確保し、ゲームを楽しむことができる。	テスト	学習態度	学習態度
11		柔道	○相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技、得意技や連絡技を用いて、相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防ができる。 ○自己や仲間の課題を発見し、解決に向けて工夫した運動に取り組むことができる。 ○健康・安全を確保し、武道に自主的に取り組むとともに、相手を尊重し伝統的な行動の仕方を大切にすることができる。			学習態度
12	体育理論	スポーツの発祥と発展 ③オリンピックとパラリンピックの意義 ④スポーツが経済に及ぼす効果	○スポーツの意義や歴史、文化的特徴や、現代スポーツを取り巻くさまざまな問題について理解できる。	テスト	学習態度	
1	球技 武道 (選択)	柔道	○相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技、得意技や連絡技を用いて、相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防ができる。 ○自己や仲間の課題を発見し、解決に向けて工夫した運動に取り組むことができる。 ○健康・安全を確保し、武道に自主的に取り組むとともに、相手を尊重し伝統的な行動の仕方を大切にすることができる。			学習態度
2		バスケットボール	○安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きを交えて攻防することができる。 ○チームや個人の課題を発見し、解決に向けて工夫した運動に取り組むことができる。 ○健康・安全を確保し、ゲームを楽しむことができる。	テスト	学習態度	学習態度
3		バドミントン	○役割に応じたシャトル操作や安定したラケット操作で空いた場所をめぐる攻防ができる。 ○自己や仲間の課題を発見し、解決に向けて工夫した運動に取り組むことができる。 ○健康・安全を確保し、ゲームを楽しむことができる。	テスト	学習態度	学習態度
	体育理論	スポーツの発祥と発展 ⑤スポーツの高潔さとドーピング ⑥スポーツと環境	○スポーツの意義や歴史、文化的特徴や、現代スポーツを取り巻くさまざまな問題について理解できる。	テスト	学習態度	

※年間指導計画は予定であり、変更する場合があります。

3 評価の観点と配点

知識・技能	・運動の実践に関する具体的な事項や、生涯にわたって運動を継続するための理論について理解している。 ・目的に応じた運動を実施するための技能を身に付けている。	
思考・判断・表現	・自己や仲間の課題を発見し、解決に向けて工夫して運動に取り組むことができる。また、それらを他者に伝えることができる。	
主体的に学習に取り組む態度	・運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動に自主的に取り組もうとしている。	

教科・学科	保健体育	科目	体育	単位数	2	学年	2
使用教科書	現代高等保健体育	発行者の番号・略称	50 大修館	教科書の番号		保体 701	
指導者名		副教材等		現代高等保健体育ノート			

1 学習の到達目標

- ・運動の実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、生涯にわたり運動を継続するための体力や技能を身につける。
- ・生涯にわたって運動を継続していくための課題を発見し、その解決に向けて思考・判断するとともに他者に伝える力を身につける。
- ・運動を通して、公正、協力、責任などの社会性を育てるとともに、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 学習の計画(どのような内容を、どの時期に学ぶのかを含む)

月	単元名	項目	学習のねらいと学習活動(指導内容)	評価の対象		
				知・技	思・判・表	主体的
4	体づくり運動	体ほぐしの運動	○体づくり運動の行い方や実生活への取り入れ方などについて理解している。 ○自己や仲間の課題を発見し、解決に向けて工夫した運動に取り組むことができる。 ○互いに助け合い、高めようと運動に取り組むことができる。		学習態度	学習態度
		体力を高める運動				
5	陸上競技 器械運動 球技 (選択)	競走(長距離走)	○ペースの変化に対応して走ることができる。 ○自己や仲間の課題を発見し、解決に向けて工夫して運動に取り組むことができる。 ○健康・安全を確保し、自己の能力を十分に発揮して運動に取り組むことができる。	記録会	学習シート	学習態度
		マット運動	○技の名称や行い方、課題解決の方法などを理解している。 ○自己や仲間の課題を発見し、解決に向けて工夫して運動に取り組むことができる。 ○健康・安全を確保し、課題に挑戦したり、良い演技を講義することができる。	発表会		学習態度
		サッカー	○状況に応じたボール操作と空間を埋める動きを交えて攻防できる。 ○チームや個人の課題を発見し、解決に向けて工夫した運動に取り組むことができる。 ○健康・安全を確保し、ゲームを楽しむことができる。	テスト	学習態度	学習態度
6		ソフトボール	○状況に応じたバット操作・ボール操作を用いて攻防できる。 ○チームや個人の課題を発見し、解決に向けて工夫した運動に取り組むことができる。 ○健康・安全を確保し、ゲームを楽しむことができる。	テスト	学習態度	学習態度
7	体育理論	運動・スポーツの学び方 ①スポーツにおける技能と体力 ②スポーツにおける技術と戦術	○心身の健康に影響を及ぼす運動・スポーツの効果的な学び方が理解できる。	テスト	学習態度	
8						
9		サッカー	○状況に応じたボール操作と空間を埋める動きを交えて攻防できる。 ○チームや個人の課題を発見し、解決に向けて工夫した運動に取り組むことができる。 ○健康・安全を確保し、ゲームを楽しむことができる。	テスト	学習態度	学習態度
		ソフトボール	○状況に応じたバット操作・ボール操作を用いて攻防できる。 ○チームや個人の課題を発見し、解決に向けて工夫した運動に取り組むことができる。 ○健康・安全を確保し、ゲームを楽しむことができる。	テスト	学習態度	学習態度
10	球技 武道 (選択)	バドミントン	○状況に応じたシャトル操作や安定したラケット操作で空間を作り出すなどの攻防ができる。 ○チームや個人の課題を発見し、解決に向けて工夫した運動に取り組むことができる。 ○健康・安全を確保し、ゲームを楽しむことができる。	テスト	学習態度	学習態度
		卓球	○状況に応じたボール操作や安定したラケット操作で空間を津売り出すなどの攻防ができる。 ○チームや個人の課題を発見し、解決に向けて工夫した運動に取り組むことができる。 ○健康・安全を確保し、ゲームを楽しむことができる。	テスト	学習態度	学習態度
11		柔道	○相手の動きの変化に応じた基本動作から、得意技や連絡技を用いて、相手を崩して投げたり、抑えたり、返したりするなどの攻防ができる。 ○自己や仲間の課題を発見し、解決に向けて工夫した運動に取り組むことができる。 ○健康・安全を確保し、武道に自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、礼法などの伝統的な行動の仕方を大切にすることができる。			学習態度
12	体育理論	運動・スポーツの学び方 ③技能の上達過程と練習 ④効果的な動きのメカニズム	○心身の健康に影響を及ぼす運動・スポーツの効果的な学び方が理解できる。	テスト	学習態度	
1	球技 武道 (選択)	柔道	○相手の動きの変化に応じた基本動作から、得意技や連絡技を用いて、相手を崩して投げたり、抑えたり、返したりするなどの攻防ができる。 ○自己や仲間の課題を発見し、解決に向けて工夫した運動に取り組むことができる。 ○健康・安全を確保し、武道に自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、礼法などの伝統的な行動の仕方を大切にすることができる。			学習態度
2		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を交えて攻防できる。 ○チームや個人の課題を発見し、解決に向けて工夫した運動に取り組むことができる。 ○健康・安全を確保し、ゲームを楽しむことができる。	テスト	学習態度	学習態度
		バドミントン	○状況に応じたシャトル操作や安定したラケット操作で空間を作り出すなどの攻防ができる。 ○チームや個人の課題を発見し、解決に向けて工夫した運動に取り組むことができる。 ○健康・安全を確保し、ゲームを楽しむことができる。	テスト	学習態度	学習態度
3	体育理論	運動・スポーツの学び方 ⑤体カトレーニング ⑥運動やスポーツでの安全の確保	○心身の健康に影響を及ぼす運動・スポーツの効果的な学び方が理解できる。	テスト	学習態度	

※年間指導計画は予定であり、変更する場合があります。

3 評価の観点と配点

知識・技能	・運動の実践に関する具体的な事項や、生涯にわたって運動を継続するための理論について理解している。 ・目的に応じた運動を実施するための技能を身に付けている。	
思考・判断・表現	・自己や仲間の課題を発見し、解決に向けて工夫して運動に取り組むことができる。また、それらを他者に伝えることができる。	
主体的に学習に取り組む態度	・運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動に自主的に取り組もうとしている。	

教科・学科	保健体育	科目	保健	単位数	1	学年	1
使用教科書	現代高等保健体育	発行者の番号・略称	50 大修館	教科書の番号	保体701		
指導者名	副教材等		現代高等保健体育ノート				

1 学習の到達目標

<ul style="list-style-type: none"> 個人社会や社会生活における健康・安全に関する事柄に興味関心を持ち、科学的に思考・判断し、総合的に捉えることができるようになる。 健康・安全の課題に対して、的確な思考・判断に基づいて適切な意志決定を行い、自らの健康管理や健康的な生活行動の選択および健康的な社会環境づくりが実践できるような資質や能力を身につける。
--

2 学習の計画(どのような内容を、どの時期に学ぶのかを含む)

月	単元名	項目	学習のねらいと学習活動(指導内容)	評価の対象					
				知・技	思・判・表	主体的			
4	現代社会と健康	健康の考え方と成り立ち	<ul style="list-style-type: none"> 様々な健康の考え方について例を挙げて説明できる。 健康を成り立たせている要因について例を挙げて説明できる。 	学習態度 定期考査	発表状況 定期考査	発表状況 提出物			
		私たちの健康のすがた	<ul style="list-style-type: none"> 我が国の健康水準の変化とその背景について説明できる。 我が国の現在の健康問題について例を挙げて説明できる。 						
5	生活習慣病の予防と回復	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病の種類と要因について説明できる。 生活習慣病の一次予防、二次予防について例を挙げて説明できる。 							
	がんの原因と予防	<ul style="list-style-type: none"> がんの種類や原因について説明できる。 がんの一次予防と二次予防について例を挙げて説明できる。 							
	がんの治療と回復	<ul style="list-style-type: none"> がんの主な治療法や緩和ケアについて説明できる。 がん検診の普及や情報サービスの整備などの社会的な対策について説明できる。 							
6	運動と健康	<ul style="list-style-type: none"> 健康と運動の関係について説明できる。 目的に応じた健康的な運動の仕方について例を挙げて説明できる。 							
	食事と健康	<ul style="list-style-type: none"> 食事と健康の関係について説明できる。 健康的な食事のとり方について説明できる。 							
	休養・睡眠と健康	<ul style="list-style-type: none"> 健康と休養の関係及び適切な休養のとり方について説明できる。 健康と睡眠の関係及び健康に良い睡眠のとり方について説明できる。 							
7		喫煙と健康	<ul style="list-style-type: none"> 喫煙者やその周囲の人に起こる害について説明できる。 喫煙対策について、個人と社会に分けて例を挙げて説明できる。 						
8									
9	現代社会と健康	飲酒と健康	<ul style="list-style-type: none"> 飲酒による健康への短期的影響と長期的影響を説明できる。 飲酒による健康問題に対する個人や社会環境への対策について例を挙げて説明できる。 				学習態度 定期考査	発表状況 定期考査	発表状況 提出物
		薬物乱用と健康	<ul style="list-style-type: none"> 薬物乱用が心身の健康や社会に及ぼす影響について説明できる。 薬物乱用防止のための個人や社会環境への対策例を挙げることができる。 						
		精神疾患の特徴	<ul style="list-style-type: none"> 精神疾患の例を挙げ、発病の要因と主な症状について説明できる。 現代社会における精神保健の課題を挙げることができる。 						
10	精神疾患の予防	<ul style="list-style-type: none"> 精神疾患を予防する方法について説明できる。 精神疾患の早期発見のために必要なことについて説明できる。 							
	精神疾患からの回復	<ul style="list-style-type: none"> 精神疾患の治療について例を挙げて説明できる。 精神疾患の適切な治療や回復のために必要な社会環境について説明できる。 							
11	現代の感染症	<ul style="list-style-type: none"> 感染症とは何かについて潜伏期間や感染力なども含めて説明できる。 新興感染症と再興感染症が流行する要因をそれぞれ説明できる。 							
	感染症の予防	<ul style="list-style-type: none"> 感染症の予防対策について3原則から例を挙げて説明できる。 感染症への個人と社会の対策について例を挙げて説明できる。 							
12	性感染症・エイズとその予防	<ul style="list-style-type: none"> 性感染症・エイズがほかの感染症と異なる点について説明できる。 性感染症・エイズの予防とその対策について個人と社会に分けて例を挙げることができる。 							
	健康に関する意思決定・行動選択	<ul style="list-style-type: none"> 意思決定・行動選択に影響を与える要因について説明できる。 健康に関する適切な意志決定・行動選択の際の工夫について例を挙げて説明できる。 							
1	安全な社会生活	健康に関する環境づくり	<ul style="list-style-type: none"> 社会環境の健康への影響について例を挙げて説明できる。 ヘルスプロモーションの考え方に基づく環境づくりの特徴について説明できる。 						
		事故の現状と発生要因	<ul style="list-style-type: none"> 事故の実態と被害の実態について説明できる。 事故の発生には人的要因と環境要因が関連していることについて例を挙げて説明できる。 						
		安全な社会の形成	<ul style="list-style-type: none"> 安全のために必要な個人の行動について例を挙げて説明できる。 すべての人たちの安全を確保するために必要な環境整備について例を挙げて説明できる。 						
2	交通における安全	<ul style="list-style-type: none"> 交通事故防止における個人の取り組みと交通環境の整備について例を挙げて説明できる。 交通事故における責任を3つに分けて説明できる。 							
	応急手当の意義とその基本	<ul style="list-style-type: none"> 応急手当の意義について説明できる。 傷病者を発見したときに、確認・観察するポイントを挙げることができる。 							
3	日常的な応急手当	<ul style="list-style-type: none"> 日常的なけがや熱中症の応急手当の手順や方法について説明できる。 実際に、日常的なけがや熱中症の応急手当ができる。 							
	心肺蘇生法	<ul style="list-style-type: none"> 心肺蘇生法の方法と手順について説明できる。 実際に、心肺蘇生法を行うことができる。 							

3 評価の観点

知識・技能	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、技能を身につけている。
思考・判断・表現	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。
主体的に学習に取り組む態度	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。

教科・学科	保健体育	科目	保健	単位数	1	学年	2
使用教科書	現代高等保健体育	発行者の番号・略称	50 大修館	教科書の番号		保体701	
指導者名		副教材等		現代高等保健体育ノート			

1 学習の到達目標

<ul style="list-style-type: none"> 個人社会や社会生活における健康・安全に関する事柄に興味関心を持ち、科学的に思考・判断し、総合的に捉えることができるようになる。 健康・安全の課題に対して、的確な思考・判断に基づいて適切な意志決定を行い、自らの健康管理や健康的な生活行動の選択および健康的な社会環境づくりが実践できるような資質や能力を身につける。
--

2 学習の計画(どのような内容を、どの時期に学ぶのかを含む)

月	単元名	項目	学習のねらいと学習活動(指導内容)	評価の対象		
				知・技	思・判・表	主体的
4 5 6 7 8	生涯を通じる健康	ライフステージと健康	・ライフステージと健康の関連について説明できる。 ・各ライフステージで活用できる社会からの支援について例を挙げることができる。	学習態度 定期考査	発表状況 定期考査	発表状況 提出物
		思春期と健康	・思春期における体の変化を、女性と男性に分けて説明できる。 ・思春期の心の発達にかかわって起こる問題について例を挙げることができる。			
		性意識と性行動の選択	・性意識の男女差について例を挙げて説明できる。 ・性情報が性行動の選択に影響を及ぼす例を挙げることができる。			
		妊娠・出産と健康	・妊娠・出産の過程における健康課題について説明できる。 ・妊娠・出産期に活用できる母子保健サービスの例を挙げることができる。			
		避妊法と人工妊娠中絶	・家族計画の意義と適切な避妊法について説明できる。 ・人工妊娠中絶が心身に及ぼす影響について説明できる。			
		結婚生活と健康	・心身の発達と結婚生活の関係について説明できる。 ・結婚生活を健康的に送るために必要な考え方や行動を挙げることができる。			
		中高年期と健康	・加齢にともなう心身の変化について例をあげて説明できる。 ・高齢社会に必要な社会的な取り組みについて例をあげて説明できる。			
9	生涯を通じる健康	働くことと健康	・働くことの意義と健康のかかわりについて説明できる。 ・働き方や働く人の健康問題の変化について説明できる。	学習態度 定期考査	発表状況 定期考査	発表状況 提出物
		労働災害と健康	・労働災害の種類とその原因について例をあげて説明できる。 ・労働災害を防止するために必要なことを挙げることができる。			
		健康的な職業生活	・職場が行う健康に関する取り組みについて例をあげて説明できる。 ・余暇を積極的にとることの意義について説明できる。			
10 11 12	健康を支える環境づくり	大気汚染と健康	・大気汚染の原因と健康への影響について例をあげて説明できる。 ・大気にかかわる地球規模の健康問題について例をあげて説明できる。	学習態度 定期考査	発表状況 定期考査	発表状況 提出物
		水質汚濁、土壌汚染と健康	・水質汚濁、土壌汚染の原因とその健康影響を説明できる。 ・大気、水、土壌にまたがる複合的な環境汚染の発生の仕組みについて説明できる。			
		環境と健康にかかわる対策	・環境汚染による健康被害を防ぐ方法について説明できる。 ・産業廃棄物の処理について説明できる。			
		ごみの処理と上下水道の整備	・ごみの処理の現状やその課題について説明できる。 ・上下水道の仕組みと健康にかかわる課題を説明できる。			
		食品の安全性	・食品の安全性と健康のかかわりについて説明できる。 ・食品の安全性に関する今日の課題について説明できる。			
1 2 3	健康を支える環境づくり	食品衛生にかかわる活動	・食品の安全性を確保するための行政や製造者の役割について説明できる。 ・食品の安全性を確保するための個人の役割について説明できる。	学習態度 定期考査	発表状況 定期考査	発表状況 提出物
		保健サービスとその活用	・保健行政の役割について例をあげて説明できる。 ・保健サービスの活用の例をあげることができる。			
		医療サービスとその活用	・我が国における医療保険の仕組みについて説明できる。 ・さまざまな医療機関の役割について説明できる。			
2 3	健康を支える環境づくり	医薬品の制度とその活用	・医薬品の正しい使用法について説明できる。 ・医薬品の安全性を守る取り組みについて例をあげて説明できる。	学習態度 定期考査	発表状況 定期考査	発表状況 提出物
		さまざまな保健活動や社会対策	・国際機関・民間機関などの保健活動について例をあげて説明できる。 ・行政機関による社会的対策について例をあげて説明できる。			
3	健康を支える環境づくり	健康に関する環境づくりと社会参加	・健康の保持増進のための環境づくりについて説明できる。 ・環境づくりへの主体的な参加が自他の健康づくりにつながることを説明できる。			

3 評価の観点

知識・技能	・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、技能を身につけている。	
思考・判断・表現	・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。	
主体的に学習に取り組む態度	・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。	