

教科・科目	保健体育・体育 必修	単位	対象学年・組	1学年1・2・3・4・5・6組
教科書	最新保健体育 大修館書店	教科担任	岡崎 寛	

1 目 標

運動を通じ健康の維持・増進を図るとともに、生涯にわたる豊かなスポーツライフの基礎を培うことを目標とする。

2 学習の到達目標

- ①自ら運動する意欲を養う。
- ②生涯にわたって積極的に運動に親しむ資質や能力を育成する。
- ③基礎的な体力を高める。

3 学習内容と学習上の留意点

		単 元	配当 時間	学 習 内 容	学 習 上 の 留 意 点
一 学 期	前 半	・体力測定 ・陸上競技	18	・体力測定 ・短距離走（50m、100m）	・体力測定を実施することにより、生徒各自の体力と健康状態を把握させる。 ・各種目で記録の向上を目指し努力する。
	後 半	・水泳	21	・クロール、平泳ぎ	・基本技能を重視し、これを習得できるようにする。
二 学 期	前 半	・水泳 ・バスケットボール	21	・長距離泳 ・パス、ドリブル、シュート、ミニゲーム	・無理なく長い距離を泳げるようにする。 ・基本技能を重視し、これを習得できるようにする。 ・バスケットボールは基本技能を修得できるようにする。
	後 半	・サッカー ・持久走	21	・パス、ドリブル、シュート、ゲーム ・ストローク、サブ、ゲーム	・基本技能の習得とゲーム運営を目指す。 ・基本技能の習得を目指す。
三 学 期		・持久走	24	・ペース走、長距離走	・持久走は、正しい走り方を学び、段階的に継続的に取り組む。

4 学習方法と生徒への注意

- ①最初の授業で、年間計画と授業に関する注意事項を提示する。
- ②毎時間の授業に真面目に取り組み、基本技能の習得ができるようにする。
- ③各学期共通課題を設定し、実技試験を実施し取り組み方を確認するとともに、各運動種目の理解度を評価する。

5 評価の観点・方法

- ①毎時間の授業の取り組みについて評価する。（出席状況と授業に取り組む姿勢）
- ②実技試験を行い各運動種目の理解度を評価する。
- ③上記の①②について総合的に評価する。

6 カリキュラムマップ

多文化・異文化	数学的技術	思考力・判断力	課題発見力・解決力	生涯学習力	表現力	技能技術力	読解力	鑑賞する力	資料活用する技能
		○		○	○	○			

教科・科目	保健体育・体育 必修	単位	対象学年・組	1学年1・2・3・4・5・6組
教科書	最新保健体育 大修館書店	教科担任	叶井 浩一・江森 ひろみ	

1 目 標

運動を通じ健康の維持・増進を図るとともに、生涯にわたる豊かなスポーツライフの基礎を培うことを目標とする。

2 学習の到達目標

- ①自ら運動する意欲を養う。
- ②生涯にわたって積極的に運動に親しむ資質や能力を育成する。
- ③基礎的な体力を高める。

3 学習内容と学習上の留意点

		単 元	配当 時間	学 習 内 容	学 習 上 の 留 意 点
一 学 期	前 半	・体力測定 ・陸上競技	18	・体力測定 ・短距離走（50m）、 走り幅跳	・体力測定を実施することにより、生徒各自の 体力と健康状態を把握させる。 ・陸上競技は各種目で記録の向上を目指す。
	後 半	・水泳	21	・クロール、平泳	・水泳は速く泳ぐ技能と続けて長く泳ぐ技能を 高められるようにする。
二 学 期	前 半	・水泳 ・ソフトボール ・テニス	21	・長距離遠泳 ・キャッチボール、トスパッティング、ゲ ーム ・ストローク（フォア・バック） スマッシュ、サーブ	・ソフトボール、テニス共に基本技能を高め、 楽しくゲームができるようにする。
	後 半	・バスケットボール ・バレーボール ・持久走	21	・パス、ドリブル、シュート、ゲーム ・サーブ、レシーブ、パス、トス、スパイ ク、ゲーム	・バスケットボール、バレーボール共に、基本 技能を修得し、楽しくゲームができるようにす る。
三 学 期		・持久走	24	・2000M～3000M 中距離走	・持久走は、正しい走り方を学び、段階的に継 続的に取り組む。

4 学習方法と生徒への注意

- ①最初の授業で、年間計画と授業に関する注意事項を提示する。
- ②毎時間の授業に真面目に取り組み、基本技能の習得ができるようにする。
- ③各学期共通課題を設定し、実技試験を実施し取り組み方を確認するとともに、各運動種目の理解度を評価する。

5 評価の観点・方法

- ①毎時間の授業の取り組みについて評価する。（出席状況と授業に取り組む姿勢）
- ②実技試験を行い各運動種目の理解度を評価する。
- ③上記の①②について総合的に評価する。

6 カリキュラムマップ

多文化・異文化	数学的技 能	思考力・判 断力	課題発見 力・解決力	生涯学習 力	表 現 力	技能技術 力	読 解 力	鑑賞する 力	資料活用 する技能
		○		○	○	○			

教科・科目	保健体育・保健 必修	単位	対象学年・組	1学年1・2・3・4・5・6組
教科書	最新保健体育 大修館書店	教科担任	阿部 雅俊・岡崎 寛	

1 目 標

生徒自身の体験と照らし合わせながら、個人生活や社会生活における心身の健康や安全に関心を持ち、自ら健康で安全な生活を実践できるような意欲を育てる。

2 学習の到達目標

心身の健康や安全に関する課題解決を目指し、適切な意志決定を行い、選択すべき行動を適切に判断できる力を身に付ける。

3 学習内容と学習上の留意点

		単 元	配当 時間	学 習 内 容	学 習 上 の 留 意 点
一 学 期	前 半	現代社会と健康	6	健康のとらえ方／生活習慣病と日常の生活行動／喫煙と健康	・現代社会における健康の成立要因や条件を説明できるようにし、日頃の生活に反映できるようにする。 ・喫煙の自己他者への影響を説明できるようにし、誘惑への対応の仕方も学ぶ。
	後 半	現代社会と健康	7	飲酒と健康、薬物乱用と健康 医薬品と健康	・特に、薬物の社会問題、飲酒の未成年者への影響、医薬品の正しい摂取の仕方を強調し、安易な興味や勧誘で行動することがないように指導する。
二 学 期	前 半	現代社会と健康	7	感染症、エイズの予防	・誰でもかかりうる感染症に対して、正しい知識を持ち、よりよい適切な行動が選択できるようにする。
	後 半	現代社会と健康	7	ストレスへの対処、心身相関	・心の働きと体の働きが相互に影響しあう関係を理解し、ストレスや困難な状況に対して適切に対処できるようにする。
三 学 期		現代社会と健康	8	交通事故、応急手当	・交通事故の要因を理解し、安全な交通社会を考えられるようにする。 ・ケガや事故に遭遇したときに、基礎的な対処法をとれるようにする

4 学習方法と生徒への注意

- ・毎時、教科書の内容で重要な部分を板書し、説明を加える。
- ・板書内容に則ったテストを実施する。
- ・次時にテストを返却し、答え合わせを兼ね、前回授業の復習を行う。
- ・保健に関する新聞記事やインターネット・雑誌などの切り抜きの要点・感じたことをまとめたもの

5 評価の観点・方法

- ・毎時間の授業の取り組みについて評価する（出席状況、授業に取り組む姿勢、ノート記入状況、確認テスト）
 - ・保健に関する身近なニュースに関心を持ち、その内容について正しく理解しているかを、発表から採点する。
- 上記について総合的に評価する。

6 カリキュラムマップ

多文化・異文化	数学的技術	思考力・判断力	課題発見力・解決力	生涯学習力	表現力	技能技術力	読解力	鑑賞する力	資料活用する技能
		○		○	○	○			

教科・科目	保健体育・体育 必修	単位	対象学年・組	2学年1・2・3・4・5・6組
教科書	最新保健体育 大修館書店	教科担任	阿部 雅俊	

1 目 標

運動を通じ健康の維持・増進を図るとともに、生涯にわたる豊かなスポーツライフの基礎を培うことを目標とする。

2 学習の到達目標

- ①自ら運動する意欲を養う。
- ②生涯にわたって積極的に運動に親しむ資質や能力を育成する。
- ③基礎的な体力を高める。

3 学習内容と学習上の留意点

		単 元	配当 時間	学 習 内 容	学 習 上 の 留 意 点
一 学 期	前 半	・体力測定 ・陸上競技	18	・体力測定 ・短距離走（50m）、 ハードル走、走り幅跳	・体力測定を実施することにより、生徒各自の 体力と健康状態を把握させる。 ・陸上競技は各種目で記録の向上を目指し努力 する。
	後 半	・バレーボール ・バスケットボール ・水泳	21	・基本技能・ゲーム ・基本技能、ゲーム ・長距離遠泳	・バレーボール・バスケットボールは基本技能 を高め、楽しくゲームができるようにする。
二 学 期	前 半	・水泳 ・バスケットボール ・バレーボール	21	・クロール、平泳ぎ ・基本技能、ゲーム ・基本技能、ゲーム	・無理なく長い距離を泳げるようにする。 ・バレーボール・バスケットボールは基本技能 を高め、楽しくゲームができるようにする。
	後 半	・ソフトボール ・持久走	21	・基本技能、ゲーム ・基本技能、ゲーム	・ゲームの運営や審判などを各自が協力しなが ら進められるようにする。
三 学 期		・持久走	24	・3000M～4500M中距離 走	・持久走は、正しい走り方を学び、段階的に継 続的に取り組ませる。

4 学習方法と生徒への注意

- ①最初の授業で、年間計画と授業に関する注意事項を提示する。
- ②毎時間の授業に真面目に取り組み、基本技能の習得ができるようにする。
- ③各学期共通課題を設定し、実技試験を実施し取り組み方を確認するとともに、各運動種目の理解度を評価する。

5 評価の観点・方法

- ①毎時間の授業の取り組みについて評価する。（出席状況と授業に取り組む姿勢）
- ②実技試験を行い各運動種目の理解度を評価する。
- ③上記の①②について総合的に評価する。

6 カリキュラムマップ

多文化・異文化	数学的技 能	思考力・判 断力	課題発見 力・解決力	生涯学習 力	表 現 力	技能技術 力	読 解 力	鑑賞する 力	資料活用 する技能
		○		○	○	○			

教科・科目	保健体育・体育 必修	単位	対象学年・組	2学年1・2・3・4・5・6組
教科書	最新保健体育 大修館書店	教科担任	叶井 浩一・江森 ひろみ	

1 目 標

運動を通じ健康の維持・増進を図るとともに、生涯にわたる豊かなスポーツライフの基礎を培うことを目標とする。

2 学習の到達目標

- ①自ら運動する意欲を養う。
- ②生涯にわたって積極的に運動に親しむ資質や能力を育成する。
- ③基礎的な体力を高める。

3 学習内容と学習上の留意点

	単 元	配当 時間	学 習 内 容	学 習 上 の 留 意 点
一 学 期	前半	18	・体力測定 ・短距離走（50m）、 走り幅跳	・体力測定を実施することにより、生徒各自の 体力と健康状態を把握させる。 ・陸上競技は各種目で記録の向上を目指す。
	後半	21	・クロール、平泳 ・長距離遠泳	・水泳は速く泳ぐ技能と続けて長く泳ぐ技能を 高められるようにする。
二 学 期	前半	21	・キャッチボール、トスバッティング、ゲ ーム ・ストローク（フォア・バック） スマッシュ、サーブ ・創作ダンス	・ソフトボール、テニス共に基本技能を高め、 楽しくゲームができるようにする。 ・ダンスは他者を理解しながら自己を表現でき るようにする。
	後半	21	・パス、ドリブル、シュート、ゲーム ・サーブ、レシーブ、パス、トス、スパイ ク、ゲーム	・バスケットボール、バレーボール共に、基本 技能を修得し、楽しくゲームができるようにす る。
三 学 期	・持久走	24	・2000M～3000M 中距離走	・持久走は、正しい走り方を学び、段階的に継 続的に取り組む。

4 学習方法と生徒への注意

- ①最初の授業で、年間計画と授業に関する注意事項を提示する。
- ②毎時間の授業に真面目に取り組み、基本技能の習得ができるようにする。
- ③各学期共通課題を設定し、実技試験を実施し取り組み方を確認するとともに、各運動種目の理解度を評価する。

5 評価の観点・方法

- ①毎時間の授業の取り組みについて評価する。（出席状況と授業に取り組む姿勢）
- ②実技試験を行い各運動種目の理解度を評価する。
- ③上記の①②について総合的に評価する。

6 カリキュラムマップ

多文化・異文化	数学的技 能	思考力・判 断力	課題発見 力・解決力	生涯学習 力	表 現 力	技能技術 力	読 解 力	鑑賞する 力	資料活用 する技能
		○		○	○	○			

教科・科目	保健体育・保健 必修	単位	対象学年・組	2学年1・2・3・4・5・6組
教科書	最新保健体育 大修館書店	教科担任	叶井 浩一・井原 啓太・江森 ひろみ	

1 目 標

生徒自身の体験と照らし合わせながら、個人生活や社会生活における心身の健康や安全に関心を持ち、自ら健康で安全な生活を実践できるような意欲を育てる。

2 学習の到達目標

心身の健康や安全に関する課題解決を目指し、適切な意志決定を行い、選択すべき行動を適切に判断できる力を身に付ける。

3 学習内容と学習上の留意点

		単 元	配当 時間	学 習 内 容	学 習 上 の 留 意 点
一 学 期	前 半	現代社会と健康	6	欲求と適応機制、 心と体の関わり 心の健康のために	・ストレスの原因には様々なものがあることを理解する。 ・自分なりのストレスの対処法を身に付けることが、精神の健康のために重要であることを理解する。
	後 半	現代社会と健康	7	交通安全 応急手当	・我が国の交通事故の状況を知り、事故には、当事者の行動や規範意識、周囲の環境などが関連していることを理解する。特に、自転車のマナーを身に付ける。
二 学 期	前 半	生涯を通じる健康	7	性への関心・欲求、性機能、 妊娠出産と健康 避妊法と人工妊娠中絶 結婚生活と健康	・思春期の心と身体を理解し、適切に行動できるようにする。また妊娠・出産についての正しい知識を身につけ、生涯における健康について自身の問題として捉えることができるようにする。
	後 半	生涯を通じる健康	7	加齢と健康 保健サービス 医療サービス	・中高年期における健康問題について理解する。また保健や医療のサービスについて理解し、健康の維持増進に役立てられるようにする。
三 学 期		社会生活と健康	7	大気汚染、水質汚濁、土壌汚染 環境と健康の対策	・大気汚染、水質汚濁、土壌汚染は、どのように起こり、どのように健康へ影響するかを理解し、環境汚染の防止・改善への対策を身に付ける。

4 学習方法と生徒への注意

- ・毎時、教科書の内容で重要な部分を板書し、説明を加える。
- ・板書内容に則ったテストを実施する。
- ・次時にテストを返却し、答え合わせを兼ね、前回授業の復習を行う。
- ・保健に関する新聞記事やインターネット・雑誌などの切り抜きの要点・感じたことをまとめたもの

5 評価の観点・方法

- ・毎時間の授業の取り組みについて評価する（出席状況、授業に取り組む姿勢、ノート記入状況、確認テスト）
 - ・保健に関する身近なニュースに関心を持ち、その内容について正しく理解しているかを、発表から採点する。
- 上記について総合的に評価する。

6 カリキュラムマップ

多文化・異文化	数学的技術	思考力・判断力	課題発見力・解決力	生涯学習力	表現力	技能技術力	読解力	鑑賞する力	資料活用する技能
		○		○	○	○			

教科・科目	保健体育・体育 必修	単位	対象学年・組	3学年1・2・3・4・5・6組
教科書	最新保健体育 大修館書店	教科担任	井原 啓太・阿部 雅俊・岡崎 寛	

1 目 標

運動を通じ健康の維持・増進を図るとともに、生涯にわたる豊かなスポーツライフの基礎を培うことを目標とする。

2 学習の到達目標

- ①自ら運動する意欲を養う。
- ②生涯にわたって積極的に運動に親しむ資質や能力を育成する。
- ③基礎的な体力を高める。

3 学習内容と学習上の留意点

		単 元	配当 時間	学 習 内 容	学 習 上 の 留 意 点
一 学 期	前 半	・体力測定 ・陸上競技	1 2	・体力測定 ・短距離走（50m）、 ハードル走、走り幅跳	・体力測定を実施することにより、生徒各自の 体力と健康状態を把握させる。 ・陸上競技は各種目で記録の向上を目指す。
	後 半	・ソフトボール・サッカー ・バレーボール ・バスケットボール ・卓球・テニス・水泳	1 4	・基本技能、ゲーム ・基本技能、ゲーム ・基本技能、ゲーム ・基本技能、ゲーム	・基本技能を高め、協力してゲームを運営できる ようにする。 ・技能と体力を高める。
二 学 期	前 半	・ソフトボール・サッカー ・バレーボール ・バスケットボール ・卓球・テニス・水泳	1 4	・基本技能、ゲーム ・基本技能、ゲーム ・基本技能、ゲーム ・基本技能、ゲーム	・基本技能を習得しゲームを運営できるようにす る。
	後 半	・テニス ・バドミントン ・バスケ/バレー	1 4	・ゲーム運営 ・ゲーム運営 ・ゲーム運営	・各自が協力してゲーム運営ができるようにす る。
三 学 期		・テニス ・バドミントン ・バスケ/バレー	1 4	・ゲーム運営 ・ゲーム運営 ・ゲーム運営	・各自が協力してゲーム運営ができるようにす る。

4 学習方法と生徒への注意

- ①最初の授業で、年間計画と授業に関する注意事項を提示する。
- ②毎時間の授業に真面目に取り組み、基本技能の習得ができるようにする。
- ③各学期共通課題を設定し、実技試験を実施し取り組み方を確認するとともに、各運動種目の理解度を評価する。

5 評価の観点・方法

- ①毎時間の授業の取り組みについて評価する。（出席状況と授業に取り組む姿勢）
- ②実技試験を行い各運動種目の理解度を評価する。
- ③上記の①②について総合的に評価する。

6 カリキュラムマップ

多文化・異文化	数学的技 能	思考力・判 断力	課題発見 力・解決力	生涯学習 力	表 現 力	技能技術 力	読 解 力	鑑賞する 力	資料活用 する技能
		○		○	○	○			

教科・科目	保健体育・体育 必修選択	単位	対象学年・組	3学年1・2・3・4・5・6組
教科書	最新保健体育 大修館書店	教科担任	阿部 雅俊	

1 目 標

運動を通じ健康の維持・増進を図るとともに、生涯にわたる豊かなスポーツライフの基礎を培うことを目標とする。

2 学習の到達目標

- ①自ら運動する意欲を養う。
- ②生涯にわたって積極的に運動に親しむ資質や能力を育成する。
- ③基礎的な体力を高める。

3 学習内容と学習上の留意点

		単 元	配当 時間	学 習 内 容	学 習 上 の 留 意 点
一 学 期	前 半	・体力測定 ・陸上競技	6	・体力測定 ・短距離走（50m）、 ハードル走、走り幅跳	・体力測定を実施することにより、生徒各自の 体力と健康状態を把握させる。 ・陸上競技は各種目で記録の向上を目指す。
	後 半	・ソフトボール・サッカー ・バレーボール ・バスケットボール ・卓球・テニス・水泳	7	・基本技能、ゲーム ・基本技能、ゲーム ・基本技能、ゲーム ・基本技能、ゲーム	・基本技能を高め、協力してゲームを運営できる ようにする。 ・技能と体力を高める。
二 学 期	前 半	・ソフトボール・サッカー ・バレーボール ・バスケットボール ・卓球・テニス・水泳	7	・基本技能、ゲーム ・基本技能、ゲーム ・基本技能、ゲーム ・基本技能、ゲーム	・基本技能を習得しゲームを運営できるようにす る。
	後 半	・テニス ・バドミントン ・バスケ/バレー	7	・ゲーム運営 ・ゲーム運営 ・ゲーム運営	・各自が協力してゲーム運営ができるようにす る。
三 学 期		・テニス ・バドミントン ・バスケ/バレー	7	・ゲーム運営 ・ゲーム運営 ・ゲーム運営	・各自が協力してゲーム運営ができるようにす る。

4 学習方法と生徒への注意

- ①最初の授業で、年間計画と授業に関する注意事項を提示する。
- ②毎時間の授業に真面目に取り組み、基本技能の習得ができるようにする。
- ③各学期共通課題を設定し、実技試験を実施し取り組み方を確認するとともに、各運動種目の理解度を評価する。

5 評価の観点・方法

- ①毎時間の授業の取り組みについて評価する。（出席状況と授業に取り組む姿勢）
- ②実技試験を行い各運動種目の理解度を評価する。
- ③上記の①②について総合的に評価する。

6 カリキュラムマップ

多文化・異文化	数学的技 能	思考力・判 断力	課題発見 力・解決力	生涯学習 力	表 現 力	技能技術 力	読 解 力	鑑賞する 力	資料活用 する技能
		○		○	○	○			