

高等学校 令和5年度（2学年用） 教科

保健体育 科目 保健

教科： 保健体育

科目： 保健

単位数： 1 単位

対象学年組： 第 2 学年 A 組～ H 組

使用教科書： （ 大修館書店「現代高等保健体育」 ）

教科 保健体育 の目標： 生涯にわたって心身の健康を保持増進する。また、生徒間でのコミュニケーションを図り目標に向けて工夫する。

【知識及び技能】 保健に関する様々な分野において必要な知識を正確に習得する。

【思考力、判断力、表現力等】 授業で得た知識や技能を実生活に活かせるようにする。

【学びに向かう力、人間性等】 自己の心身の健康や環境衛生等に興味・関心を持って主体的に取り組むようにする。

科目 保健 の目標：

【知識及び技能】	【思考力、判断力、表現力等】	【主体的に学習に取り組む態度】
個人及び社会生活における健康・安全について総合的に理解しているとともに、技能を身に付けている。	個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して総合的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。	健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりについての学習に主体的に取り組もうとしている。

	単元の具体的な指導目標	指導項目・内容	評価機会			評価規準	知	思	態	配当 時数
			知	思	態					
1 学 期	0. オリエンテーション ○3 単元 生涯を通じる健康 1. ライフステージと健康 2. 思春期と健康 3. 性意識と性行動の選択 4. 妊娠・出産と健康 5. 避妊法と人工中絶 6. 結婚生活と健康 【知識及び技能】 思春期における心身の発達や性的成熟に伴う変化に関わり、健康課題が生じることがあることを理解できる。 【思考力、判断力、表現力等】 生涯を通じる健康に関わる事象や情報から課題を発見し、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。 【学びに向かう力、人間性等】 問題解決にむけて主体的に活動できる。	・指導事項 ・教材 発展的な共通プリント ・一人1台端末の活用 等							11	

													1	
	定期考査													
2 学 期	<p>○3単元 生涯を通じる健康 7.中高年期と健康 8.働くことと健康 9.労働災害と健康 10.健康的な職業生活 ○4単元 健康を支える環境づくり 1.大気汚染と健康 2.水質汚濁、土壌汚染と健康 3.環境と健康にかかわる対策 4.ごみの処理と上下水道の整備 5.食品の安全性 6.食品衛生にかかわる活動</p> <p>【知識及び技能】 健康を支える環境づくりに関わること 社会参加などについて、理解を深めることができる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 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、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>【学びに向かう力、人間性等】 問題解決に向けて主体的に活動できる。</p>	<p>・指導事項</p> <p>・教材 発展的な共通プリント</p> <p>・一人1台端末の活用 等</p>				○	○	○					16	
	定期考査											○	○	1
3 学 期	<p>○4単元 健康を支える環境づくり 7.保健サービスとその活用 8.医療サービスとその活用 9.医療品の制度とその活用 10.さまざまな保健活動や社会的対策 11.健康に関する環境づくりと社会参加</p> <p>【知識及び技能】 健康を支える環境づくりに関わること 社会参加などについて、理解を深めることができる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 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、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>・指導事項</p> <p>・教材 発展的な共通プリント</p> <p>・一人1台端末の活用 等</p>				○	○	○			○	○	○	5

	<p>【学びに向かう力、人間性等】 問題解決に向けて主体的に活動できる。</p>												
定期考査							○	○	○	1	<table border="1"> <tr> <td>合計</td> </tr> <tr> <td>35</td> </tr> </table>	合計	35
合計													
35													

高等学校 令和5年度（1学年用） 教科

保健体育 科目 保健

教科： 保健体育

科目： 保健

単位数： 1 単位

対象学年組： 第 1 学年 A 組～ H 組

使用教科書： （ 大修館書店「現代高等保健体育」 ）

教科 保健体育 の目標： 生涯にわたって心身の健康を保持増進する。また、生徒間でのコミュニケーションを図り目標に向けて工夫する。

【知識及び技能】 保健に関する様々な分野において必要な知識を正確に習得する。

【思考力、判断力、表現力等】 授業で得た知識や技能を実生活に活かせるようにする。

【学びに向かう力、人間性等】 自己の心身の健康や環境衛生等に興味・関心を持って主体的に取り組むようにする。

科目 保健 の目標：

【知識及び技能】	【思考力、判断力、表現力等】	【主体的に学習に取り組む態度】
個人及び社会生活における健康・安全について総合的に理解しているとともに、技能を身に付けている。	個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して総合的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。	健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりについての学習に主体的に取り組もうとしている。

	単元の具体的な指導目標	指導項目・内容	評価機会			評価規準	知	思	態	配当 時数
			知	思	態					
1 学 期	0. オリエンテーション ○現代社会と健康 1. 健康の考え方と成り立ち 2. 私たちの健康のすがた 3. 生活習慣病の予防と回復 4. がんの原因と予防 5. がんの治療と回復 6. 運動と健康 7. 食事と健康 8. 休養・睡眠と健康 9. 喫煙と健康 【知識及び技能】 現代社会と健康について、正しい理解を身につけている。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会と健康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するとともに表現できる。 【学びに向かう力、人間性等】 現代社会と健康に関する自他や社会の課題を発見し、その解決に向けて主体的に活動できる。	・指導事項 ・教材 発展的な共通プリント ・一人1台端末の活用 等				【知識・技能】 定期考査 【思考・判断・表現】 定期考査、授業中の取り組み 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況、授業態度、提出物				11
			○	○	○		○	○	○	

																	1		
	定期考査																		
2 学 期	<p>○現代社会と健康 10.飲酒と健康 11.薬物乱用と健康 12.精神疾患の特徴 13.精神疾患の予防 14.精神疾患からの回復 15.現代の感染症 16.感染症の予防 17.性感染症・エイズとその予防</p> <p>○安全な社会生活 4.応急手当の意義とその基本 5.日常的な応急手当 6.心肺蘇生法</p> <p>【知識及び技能】 安全な社会生活について、正しい理解を身につけている。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 安全な社会生活に関する原則や概念に着目して危険の予測や回避方法を思考し判断するとともに表現できる。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 安全な社会生活に関する自他や社会の課題を発見し、その解決に向けて主体的に活動できる。</p>	<p>・指導事項</p> <p>・教材 発展的な共通プリント</p> <p>・一人1台端末の活用 等</p>																	16
	定期考査														○	○		1	
3 学 期	<p>○現代社会と健康 18.健康に関する意思決定・行動選択 19.健康に関する環境づくり</p> <p>○安全な社会生活 1.事故の現状と発生要因 2.安全な社会の形成 3.交通における安全</p> <p>【知識及び技能】 健康や安全について、正しい理解を身につけている。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 健康や安全に関する原則や概念に着目して危険の予測や回避方法を思考し判断するとともに表現できる。</p>	<p>・指導事項</p> <p>・教材 発展的な共通プリント</p> <p>・一人1台端末の活用 等</p>													○	○	○		5

<p>【学びに向かう力、人間性等】 健康や安全に関する自他や社会の課題を発見し、その解決に向けて主体的に活動できる。</p>												
定期考査						○	○	○	1	<table border="1"> <tr> <td>合計</td> </tr> <tr> <td>35</td> </tr> </table>	合計	35
合計												
35												

教科名	保健体育	科目名	体育
使用教科書・使用教材		担当教員	
大修館書店「現代高等保健体育」			

学年	授業形態
3年	必修

単位数	授業時数
3	105

学習目標	リーダーを中心に、仲間と協力しながら目標を決め、技術を高め、楽しくゲームが進行できるようにする。
------	--

授業内容	学期	単元名・学習内容	学習方法・留意事項・具体的な学習目標等
	授業	一	1. オリエンテーション 2. 小山台体操 3. スポーツテスト 4. 前期種目(前半) ①卓球 ②バトミントン ③バスケットボール ④バレーボール ⑤テニス ⑥サッカー
容	二	6. 前期種目(後半) ①卓球 ②バトミントン ③バスケットボール ④バレーボール ⑤テニス ⑥サッカー	<ul style="list-style-type: none"> ・個人の適正に合わせた種目を選択し、合理的な実践を通して運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯スポーツの形成に役立たせる。
の	学	7. 後期種目(前半) ①卓球 ②バトミントン ③バスケットボール ④バレーボール	
	期		

概要		⑤アニス ⑥サッカー	
	三学期	8. 後期種目(後半) ①卓球 ②バドミントン ③バスケットボール ④バレーボール ⑤テニス ⑥サッカー	・個人の適正に合わせた種目を選択し、合理的な実践を通して運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯スポーツの形成に役立たせる。
評価の観点と方法	取り組みの姿勢、個人技能・チームプレーの中での技能を評価する。 さらにチームやゲーム運営への貢献度などを総合的に評価する。		

高等学校 令和5年度（2学年用）教科

保健体育 科目 体育

教科： 保健体育

科目： 体育

単位数： 2 単位

対象学年組：第 2 学年 A 組～ H 組

使用教科書：（ 大修館書店「現代高等保健体育」 ）

教科 保健体育

の目標： 仲間との交流を深めながら、個人やグループの課題に対して考え、修正させる。
また、生徒同士でも教えあい、目標にむかって工夫させる。

【知識及び技能】

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。また、個人及び社会生活における健康・安全について総合的に理解しているとともに、技能を身に付けている。

【思考力、判断力、表現力等】

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。また、個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して総合的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。

【学びに向かう力、人間性等】

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、計画的な実践に主体的に取り組もうとしている。また、健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりについての学習に主体的に取り組もうとしている。

科目 体育

の目標：

【知識及び技能】	【思考力、判断力、表現力等】	【学びに向かう力、人間性等】
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。	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。	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、計画的な実践に主体的に取り組もうとしている。

単元の具体的な指導目標	指導項目・内容	評価規準	知	思	態	配当 時数
A 体づくり運動 【知識及び技能】 小山台高校に受け継がれてきた体操を習得させる。 【思考力、判断力、表現力等】 他者との調和を通して、個々の体力向上を図り、学校行事や班活動などの様々な教育活動に活かせるようになる。 【学びに向かう力、人間性等】 生徒に授業の指導目標や内容を理解させ、よりよい授業を相互に目指す意識づくりを行う。	・指導事項 小山台体操 ・動画視聴	【知識・技能】 正しい運動を理解し、実践しているか。 【思考・判断・表現】 他者との調和を大切にしているか。 【学びに向かう力、人間性等】 授業に積極的に取り組んでいるか。	○	○	○	2
D 球技 【知識及び技能】 競技の特性を理解し、課題解決の方法を学、自己や仲間の課題に応じて取り組ませる。 【思考力、判断力、表現力等】 作戦や状況に応	・指導事項 バドミントン、テニス ソフトボール、バレーボール サッカー ラグビー、卓球や学習カード等の活	【知識・技能】 各種目の技能を理解し、身につけているか。個人技能・チームプレーの中での技能を評価する。チームやゲーム運営への貢献度などを総合的に評価する。 【思考・判断・表現】 個人の能力に応じた運動課				

高等学校 令和5年度（1学年用） 教科

保健体育 科目 体育

教科： 保健体育

科目： 体育

単位数： 2 単位

対象学年組：第 1 学年 A 組～ H 組

使用教科書：（ 大修館書店「現代高等保健体育」 ）

教科 保健体育

の目標： 仲間との交流を深めながら、個人やグループの課題に対して考え、修正させる。
また、生徒同士でも教えあい、目標にむかって工夫させる。

【知識及び技能】

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。また、個人及び社会生活における健康・安全について総合的に理解しているとともに、技能を身に付けている。

【思考力、判断力、表現力等】

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。また、個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して総合的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。

【学びに向かう力、人間性等】

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、計画的な実践に主体的に取り組もうとしている。また、健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりについての学習に主体的に取り組もうとしている。

科目 体育

の目標：

【知識及び技能】	【思考力、判断力、表現力等】	【学びに向かう力、人間性等】
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。	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。	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、計画的な実践に主体的に取り組もうとしている。

単元の具体的な指導目標	指導項目・内容	評価規準	知	思	態	配当 時数
A 体づくり運動 【知識及び技能】 小山台高校に受け継がれてきた体操を習得させる。 【思考力、判断力、表現力等】 他者との調和を通して、個々の体力向上を図り、学校行事や班活動などの様々な教育活動に活かせるようになる。 【学びに向かう力、人間性等】 生徒に授業の指導目標や内容を理解させ、よりよい授業を相互に目指す意識づくりを行う。	・指導事項 小山台体操 ・動画視聴	【知識・技能】 正しい運動を理解し、実践しているか。 【思考・判断・表現】 他者との調和を大切にしているか。 【学びに向かう力、人間性等】 授業に積極的に取り組んでいるか。	○	○	○	2
B 器械体操 【知識及び技能】 新たに挑戦する技の名称や行い方を学ばせ、自己や仲間の課題に応じて取り組ませる。 【思考力、判断力、表現力等】 課題解決の方法	・指導事項 マット運動 ・動画視聴 ・タブレット端末や学習カード等の活用による活動のフロンティア	【知識・技能】 各技の行い方を理解し、身につけているか。個人・対人での技能を評価する。 【思考・判断・表現】 個人の能力に応じた運動課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考判断しているか。				

1 学 期	<p>を理解し、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組みを工夫できるようになる。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】ルールやマナーを大切にすることや、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。</p>	<p>中による活動のフィードバック</p>	<p>判断しているか。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】公正・協力、自己の責任を果たし参画できているか。健康安全を確保して運動しているか。</p>	○	○	○	14
	<p>C 水泳</p> <p>【知識及び技能】自己の体力を知り、効率よく泳ぐ方法を習得させる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】自己の手と足、呼吸のバランスを理解し、伸びのある動作と安定したペースで長く泳いだり、速く泳いだりできるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】健康・安全に留意して、自己の記録を伸ばせるように努力できる。</p>	<p>・指導事項 クロール、平泳ぎ</p> <p>・タブレット端末や学習カード等の活用による活動のフィードバック</p>	<p>【知識・技能】各泳法の技能を理解し、身につけているか。記録を測定し評価する。</p> <p>【思考・判断・表現】個人の能力に応じた運動課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考判断しているか。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】公正・協力、自己の責任を果たし参画できているか。健康安全を確保して運動しているか。</p>	○	○	○	10
2 学 期	<p>D 球技</p> <p>【知識及び技能】競技の特性を理解し、課題解決の方法を学、自己や仲間の課題に応じて取り組ませる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めてゲームが展開できるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】ルールやマナーを大切にすることや、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。</p>	<p>・指導事項 サッカー、ラグビー</p> <p>・タブレット端末や学習カード等の活用による活動のフィードバック</p>	<p>【知識・技能】各種目の技能を理解し、身につけているか。個人技能・チームプレーの中での技能を評価する。チームやゲーム運営への貢献度などを総合的に評価する。</p> <p>【思考・判断・表現】個人の能力に応じた運動課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考判断しているか。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】公正・協力、自己の責任を果たし参画できているか。健康安全を確保して運動しているか。</p>	○	○	○	14
	<p>E 陸上競技</p> <p>【知識及び技能】走・跳躍運動（短距離走・跳躍）としての特性を理解する。自己の体力を知り、走力・跳躍力の向上につながる技能を身に付けさせる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】課題解決の方法を理解し、運動を継続するための取り組みを工夫できるようになる。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】健康・安全に留意して、自己の記録を伸ばせるように努力できる。</p>	<p>・指導事項 ハードル走、走高跳</p> <p>・タブレット端末や学習カード等の活用による活動のフィードバック</p>	<p>【知識・技能】走・跳躍運動の技能を理解し、身につけているか。記録を測定し評価する。</p> <p>【思考・判断・表現】個人の能力に応じた運動課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考判断しているか。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】公正・協力、自己の責任を果たし参画できているか。健康安全を確保して運動しているか。</p>	○	○	○	14
3 学 期	<p>D 球技</p> <p>【知識及び技能】競技の特性を理解し、課題解決の方法を学、自己や仲間の課題に応じて取り組ませる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めてゲームが展開できるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】ルールやマナーを大切にすることや、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。</p>	<p>・指導事項 バドミントン</p> <p>・学習カード等の活用による活動のフィードバック</p>	<p>【知識・技能】各種目の技能を理解し、身につけているか。個人技能・チームプレーの中での技能を評価する。チームやゲーム運営への貢献度などを総合的に評価する。</p> <p>【思考・判断・表現】個人の能力に応じた運動課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考判断しているか。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】公正・協力、自己の責任を果たし参画できているか。健康安全を確保して運動しているか。</p>	○	○	○	10

子 期	<p>F 体づくり運動</p> <p>【知識及び技能】 小山台高校独自の縄跳びを習得させる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 他者との協力や教え合いの中から技の習得を目指させる。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 各種の検定に主体的に取り組み、挑戦する姿勢を育む。</p>	<p>・指導事項</p> <p>縄跳び</p> <p>・動画視聴</p> <p>・タブレット端末や学習カード等の活用による活動のフィードバック</p>	<p>【知識・技能】 縄跳び運動の技能を理解し、身につけているか。検定を行い評価する。</p> <p>【思考・判断・表現】 個人の能力に応じた運動課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考判断しているか。他者との調和を大切にしているか。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 公正・協力、自己の責任を果たし参画できているか。健康安全を確保して運動しているか。</p>	○	○	○	6
							合計
							70