

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 1 組～ 8 組

教科担当者： 1～8組：梶田・長坂・堀田・成田・桂島・和田

使用教科書：（新高等保健体育 ）

教科 保健体育 の目標：
【知識及び技能】球技及び武道におけるルールや練習方法を知識として身につけ、学んだ技能を体現できるようになる。
【思考力、判断力、表現力等】対人における駆け引きを楽しみながら、習得したスキルをどの局面で表現すべきか判断できる。
【学びに向かう力、人間性等】集団の中における自分の存在価値を見だし、礼儀を重んじ共に協力し切磋琢磨しながら積極的に臨む。

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】
柔道：日常生活でも遭遇する転倒事故にも対処できるよう、様々な方向への受け身ができるようにする。基本的な固め技・投げ技を理解し体現できるようにする。 バレーボール・テニス・サッカー：基本的なボール操作と攻守の戦術、ルールを理解し、仲間と協力して攻防を展開できるようにする。 持久走：距離を伸ばす、タイムを縮めるためのランニングスキルを身につける。	柔道：学んだ技、身につけた技をどの場面で体現するのか、相手の出方を見て状況判断しながら返し技・連続技等の駆け引きを楽しめるようにする。 バレーボール・テニス・サッカー：学んだ技、身につけた技をどの場面で体現するのか、相手の出方を見て状況判断しながら試合を楽しむ。 持久走：効果的・効率的な走り方を思考したり、パートナーにフォーム等助言したりする。	柔道：「自他共栄」「精力善用」の教えの元、入場のあいさつ、靴の脱ぎ方、立礼及び座礼の正しい作法等、武道に相応しい礼儀やあいさつ、けじめを理解させ、人間力を向上させる。 バレーボール・テニス・サッカー：競技経験者と苦手な生徒が共に、教え学びあう関係を築く。 持久走：克己心を養うと共にパートナーシップを高める。

	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
1 学 期	柔道 【知識及び技能】 礼儀作法、受け身、寝技、連続技、返し技、試合運営等を指導する。 【思考力、判断力、表現力等】 体の崩しを表現し、相手の重心移動を見て次々に技をかけていく判断できるよう指導する。また、相手の技の出方を見て、返し技ができるための判断ができるよう指導する。 【学びに向かう力、人間性等】 道場の入退場時のあいさつ、黙想、相手への礼儀、試合に勝ってもガッツポーズをしない、他者の稽古を看取り稽古する等、武道家の精神を指導する。	道着・帯の着方 礼儀作法 受け身 固め技各種 返し技	【知識・技能】①「精力善用」「自他共栄」の精神を理解し、授業に臨んでいる。 ②日常生活でも遭遇する転倒事故にも対処できるよう、様々な方向への受け身ができている。 ③基本的な固め技を理解し体現できている。 【思考・判断・表現】 ①技をかけた際、相手が交わして来た時に次の連続技を体現できている。 ②先に相手に技をかけられた際、重心移動や返し技で防御できている。 【主体的に学習に取り組む態度】①道場に入退場する際のお辞儀や上履きの脱ぎ方、授業前後の座礼等、適当にならず真心を込めて体現できている。 ②相手と組んだ際、真剣なまなざしで取り組んでいる。 ③習った技を積極的に体現しようとしている。	○	○	○	7
	バレーボール 【知識及び技能】・ネット型のゲームの特性やバレーボールのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識をもつことができる。更に審判ができる。・レシーブ・トス・スパイク・ブロックなどの基本を着実に身につけ、多彩な連携プレーを組み立てられるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】・攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 【学びに向かう力、人間性等】・バレーボールに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようとする、互いに助け合い教えあおうとすることなどや、健康・安全を確保する。	ネットの張り方 アンダーハンド・オーバーハンド パス サーブ スパイク ブロック 審判法	【知識・技能】ネット型のゲームの特性やバレーボールのルールを理解している。レシーブ・トス・スパイク・ブロックなどの基本を着実に身につけ、多彩な連携プレーが組み立てられている。 【思考・判断・表現】攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたこと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】自主的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしている。戦術や作戦などについての話し合いに貢献している、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしている。、互いに助け合い教えあおうとすることなどや、健康・安全に留意して取り組んでいる。	○	○	○	8
	定期考査						
	テニス 【知識及び技能】・手を使った基本的なボール操作やパスやラン、ボールを持たないときの動きによってラグビーのゲームを行うことができ	グランドストローク（フォア・バック／クロス・ストレート） ボレー（フォア・バック／クロス・ストレート） サーブ	【知識・技能】勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、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している。 安定したボール操作とラケット操作により、攻防をすることができるようになる。また作				

る。 【思考力、判断力、表現力等】・人やチームに応じた課題をみつけ、解決を目指した作戦を立てたりすることができる。 【学びに向かう力、人間性等】・ラグビーにおける守備と攻撃のフォーメーションとサインプレー、審判法を理解することができる。	審判法	戦に応じた技能でダブルスの仲間と連携しゲームを展開することができる。 【思考・判断・表現】攻防などの自己の課題やパートナーの課題を発見し、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、自己の思考をパートナーに伝えることができるようにする。 【主体的に学習に取り組む態度】テニスに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようとし、作戦などの話し合いに貢献しようとし、ボールアップの際の協力、コート内にボールを転がしておかない等の危機管理能力、互いに助け合おうとすることなどや健康、安全を確保することができるようにする。	○	○	○	8
サッカー 【知識及び技能】・ゴール型のゲームの特性やサッカーのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識をもつことができる。更に審判ができる。・足を使ったパス・ドリブル・シュートなどの基礎的な技能を身につけ、オフフェンス・ディフェンス・ゴールキーパーとの連携など、ゲーム中の具体的な攻防の場面を想定し、互いに協力して、有効な動きを身につけることができる。 【思考力、判断力、表現力等】・攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 【学びに向かう力、人間性等】・サッカーに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようとし、作戦などについての話し合いに貢献しようとし、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようとし、互いに助け合い教えあおうとすることなどや、健康・安全を確保する。	リフティング 各種パススキル(インサイド、インステップ、インフロント、アウトサイド等) 各種ドリブルスキル シュート チーム戦術 審判法	【知識・技能】サッカーの攻防に必要な基礎的スキルが習得できている。ゲーム中の具体的な攻防の場面を想定し、互いに協力して、有効な動きを身につけることができる。 【思考・判断・表現】攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたこと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】自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしている。作戦などについての話し合いに積極的に貢献できている。一人一人の違いに応じたプレーなどを大切に、互いに助け合い教えあおうとしている。健康・安全に留意して取り組んでいる。	○	○	○	7
定期考査						
柔道 【知識及び技能】 礼儀作法、受け身、投げ技、連続技、返し技、試合運営等を指導する。 【思考力、判断力、表現力等】 体の崩しを表現し、相手の重心移動を見て次々に技をかけていく判断できるよう指導する。また、相手の技の出方を見て、返し技ができるための判断ができるよう指導する。 【学びに向かう力、人間性等】 道場の入退場時のあいさつ、黙想、相手への礼儀、試合に勝ってもガッツポーズをしない、他者の稽古を看取り稽古する等、武道家の精神を指導する。	体の崩し 受け身 投げ技各種 連続技 返し技 団体戦のやり方 チームシートの書き方 審判法	【知識・技能】①「精力善用」「自他共栄」の精神を理解し、授業に臨んでいる。 ②日常生活でも遭遇する転倒事故にも対処できるよう、様々な方向への受け身ができている。 ③基本的な投げ技を理解し体現できている。 【思考・判断・表現】①技をかけた際、相手が交わして来た時に次の連続技を体現できている。 ②先に相手に技をかけられた際、重心移動や返し技で防御できている。 ③投げ技において、体の崩しを理解し相手の重心の移動が判断できている。 【主体的に学習に取り組む態度】①道場に入退場する際のお辞儀や上履きの脱ぎ方、授業前後の座礼等、適当にならず真心を込めて体現できている。 ②相手と組んだ際、真剣なまなざしで取り組んでいる。 ③習った技を積極的に体現しようとしている。	○	○	○	12
テニス 【知識及び技能】・手を使った基本的なボール操作やパスやラン、ボールを持たないときの動きによってラグビーのゲームを行うことができる。	グランドストローク（フォア・バック／クロス・ストレート） ボレー（フォア・バック／クロス・ストレート） サーブ 審判法	【知識・技能】勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、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している。 安定したボール操作とラケット操作により、攻防をすることができるようになる。また作戦に応じた技能でダブルスの仲間と連携しゲームを展開することができる。				

2 学 期	【思考力、判断力、表現力等】・人やチームに応じた課題をみつけ、解決を目指した作戦を立てたりすることができる。 【学びに向かう力、人間性等】・ラグビーにおける守備と攻撃のフォーメーションとサインプレー、審判法を理解することができる。		【思考・判断・表現】攻防などの自己の課題やパートナーの課題を発見し、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、自己の思考をパートナーに伝えることができるようにする。 【主体的に学習に取り組む態度】テニスに主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、作戦などの話し合いに貢献しようとする、ボールアップの際の協力、コート内にボールを転がしておかない等の危機管理能力、互いに助け合おうとすることなどや健康、安全を確保することができるようにする。	○	○	○	10
	サッカー 【知識及び技能】・ゴール型のゲームの特性やサッカーのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識をもつことができる。更に審判ができる。・足を使ったパス・ドリブル・シュートなどの基礎的な技能を身につけ、オフェンス・ディフェンス・ゴールキーパーとの連携など、ゲーム中の具体的な攻防の場面を想定し、互いに協力して、有効な動きを身につけることができる。 【思考力、判断力、表現力等】・攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 【学びに向かう力、人間性等】・サッカーに主体的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようとする、互いに助け合い教えあおうとすることなどや、健康・安全を確保する。	リフティング 各種パススキル(インサイド、インステップ、インフロント、アウトサイド等) 各種ドリブルスキル シュート チーム戦術 審判法	【知識・技能】サッカーの攻防に必要な基礎基本的スキルが習得できている。ゲーム中の具体的な攻防の場面を想定し、互いに協力して、有効な動きを身につけることができる。 【思考・判断・表現】攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたこと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】主体的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしている。作戦などについての話し合いに積極的に貢献できている。一人一人の違いに応じたプレーなどを大切に、互いに助け合い教えあおうとしている。健康・安全に留意して取り組んでいる。	○	○	○	11
3 学 期	長距離走 【知識及び技能】・長く走るために必要な走法やウォーミングアップについて、更には運動と心拍数の関係について正しい知識をもつことができる。・自分にあったペースを維持して一定の時間を走り通し走る距離を伸ばしたり、一定の距離を走り通し、タイムを短縮したり競走したりすることができる。 【思考力、判断力、表現力等】・速く走るための動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 【学びに向かう力、人間性等】・長距離走に主体的に取り組むとともに一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする、互いに励まし合いながら自己の能力を最大限に発揮しようとする。健康・安全を確保する。	教室にてオリエンテーション 持久走の授業に対する心得 時間走について、距離走について、防寒、心拍数との因果関係、パートナーの役割等を指導する。	【知識・技能】長く走るために必要な走法やウォーミングアップについて、更には運動と心拍数の関係について正しい知識をもつことができる。・自分にあったペースを維持して一定の時間を走り通し走る距離を伸ばしたり、一定の距離を走り通し、タイムを短縮したり競走したりすることができる。 【思考・判断・表現】速く走るための動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたこと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】主体的に取り組むとともに一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする、互いに励まし合いながら自己の能力を最大限に発揮できている。健康・安全に留意して取り組んでいる。	○	○	○	7
							合計
							70

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 1組～8組

教科担当者：（3組・5組・8組：成田）（1組・6組：桂島）（2組・4組：川野）（7組：樋口）

使用教科書：（新高等保健体育（大修館）、図説新高等保健体育（大修館））

教科 保健体育 の目標：

【知識及び技能】第1章の現代社会と健康で扱う単元についての知識を身につけさせる。

【思考力、判断力、表現力等】知識を与えた上で必要となる、自分事として捉えたり、実生活で活かすための思考を促すことを目標とする。

【学びに向かう力、人間性等】周囲の大切な人の健康や命を守るためには何をどのように意志決定・行動選択していくかを指導する。

科目 保健 の目標：

【知識及び技能】	【思考力、判断力、表現力等】	【学びに向かう力、人間性等】
第1章 現代社会と健康で扱う単元についての知識を理解させ、実生活に還元させる。	健康被害をもたらす様々な生活習慣や有害物質、疾患名について得た知識を実生活の場面で遭遇した際の回避の仕方、断り方等を考えさせる。	自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を守るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせる。慮る姿勢を植え付けることを目標にする。

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
日本における健康課題の変遷 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかる・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を守るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	1
健康の考え方と成り立ち 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかる・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を守るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	1
ヘルスプロモーションと健康に関わる環境づくり 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかる・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を守るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	1
健康に関する意志決定・行動選択 【知識及び技能】本単元における健	・教科書 ・図説	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価す				

1 学 期	健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要	・ワークシート ・パワーポイント 等	る。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。	○	○	○	1
	現代における感染症の問題 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかる・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	1
	感染症の予防 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかる・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	2
	性感染症・エイズとその予防 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかる・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	2
	生活習慣病の予防と回復 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかる・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	1
	身体活動・運動と健康 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実	・教科書 ・図説 ・ワークシート	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。				

活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するの か思考・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・パワーポイント 等	【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	1
食事と健康 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するの か思考・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	1
休養・睡眠と健康 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するの か思考・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	1
がんの予防と回復 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するの か思考・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	2
定期考査			○	○		1
答案返却及びオリエンテーション			○	○		1
喫煙と健康 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するの か思考・判断し、実生活で活用する力をつける。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。				

2 学 期	得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するの か思考・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。		さる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	2
	飲酒と健康 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するの か思考・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	2
	薬物乱用と健康 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するの か思考・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	2
	精神疾患の特徴 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するの か思考・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	1
	精神疾患への対応 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するの か思考・判断し、実生活で活用する力をつける。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。				

得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかるか 【学ばなければならない力、人間性】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。		きる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	1
事故の現状と発生要因 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかるか 【学ばなければならない力、人間性】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	1
交通事故防止の取り組み 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかるか 【学ばなければならない力、人間性】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	1
定期考査			○	○		1
答案返却及びオリエンテーション			○	○		1
安全な社会の形成 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかるか 【学ばなければならない力、人間性】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	1
応急手当の意義と救急医療体制 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかるか 【学ばなければならない力、人間性】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。				

3 学 期	得た知識を目分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかるか・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。		【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	2
	心肺蘇生法 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかるか・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	2
	日常的な応急手当 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかるか・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	1
合計							
35							

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 1 組～ 8 組

教科担当者： 1～8組：梶田・長坂・堀田・成田・桂島

使用教科書：（ ）

教科 保健体育 の目標：

【知 識 及 び 技 能】球技におけるルールや練習方法を知識として身につけ、学んだ技能を体現できるようになる。

【思考力、判断力、表現力等】対人における駆け引きを楽しみながら、習得したスキルをどの局面で表現すべきか判断できる。

【学びに向かう力、人間性等】集団の中における自分の存在価値を見だし、礼儀を重んじ共に協力し切磋琢磨しながら積極的に臨む。

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】
テニス・卓球・ソフトボール・バドミントン：基本的なボール操作と攻守の戦術、ルールを理解し、仲間と協力して攻防を展開できるようにする。 持久走：距離を伸ばす、タイムを縮めるためのランニングスキルを身につける。	テニス・卓球・ソフトボール・バドミントン：学んだ技、身につけた技をどの場面で体現するのか、相手の出方を見て状況判断しながら試合を楽しむ。 持久走：効果的・効率的な走り方を思考したり、パートナーにフォーム等助言したりする。	テニス・卓球・ソフトボール・バドミントン：競技経験者と苦手な生徒が共に、教え学びあう関係を築く。 持久走：克己心を養うと共にパートナーシップを高める。

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
卓球 【知識及び技能】・ネット型のゲームの特性やルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識をもつことができる。更に審判ができる。・サーブ・レシーブ・スマッシュ・ツッツキなどの基本を着実に身につけ、フォア・バック両方で多彩なプレーを組み立てられるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】・攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 【学びに向かう力、人間性等】・バレーボールに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようとする、互いに助け合い教えあおうとすることなどや、健康・安全を確保する。	台・ネットのセッティングの仕方 フォアハンド・バックハンド サーブ スマッシュ ツッツキ 審判法	【知識・技能】勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、卓球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している。 安定したボール操作とラケット操作により、攻防をすることができるようになる。また作戦に応じた技能でダブルスの仲間と連携しゲームを展開することができる。 【思考・判断・表現】攻防などの自己の課題やパートナーの課題を発見し、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、自己の思考をパートナーに伝えることができるようにする。 【主体的に学習に取り組む態度】競技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようとし、作戦などの話し合いに貢献しようとし、卓球ボールを転がしておかない等の危機管理能力、互いに助け合おうとすることなどや健康、安全を確保することができるようにする。	○	○	○	8
バドミントン 【知識及び技能】・ネット型のゲームの特性やルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識をもつことができる。更に審判ができる。・サーブ、クリア、ロブ、ドライブ、ドロップ、ヘアピン、スマッシュなどの基本技能を着実に身につけ、相手のいない所に打ち込んだり、ダブルスのコンビプレーを組み立てられるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】・攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 【学びに向かう力、人間性等】・バレーボールに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする	ネットの張り方 各種フライト（クリア、ロブ、ドライブ、ドロップ、ヘアピン、スマッシュ） サーブ 審判法	【知識・技能】ネット型のゲームの特性やルールを理解している。各種フライトの基礎基本を着実に身につけ、シングルスやダブルスでも組み立てられる。 【思考・判断・表現】攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができている。 【主体的に学習に取り組む態度】自主的に取り組むとともに、フェアプレーを大切にしている。戦術や作戦などについての話し合いに貢献している、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしている。互いに助け合い教えあおうとすることなどや、健康・安全に留意して取り組んでいる。	○	○	○	8

1 学 期							
	定期考査						
	テニス 【知識及び技能】・手を使った基本的なボール操作やパスやラン、ボールを持たないときの動きによってラグビーのゲームを行うことができる。 【思考力、判断力、表現力等】・人やチームに応じた課題をみつけ、解決を目指した作戦を立てることができる。 【学びに向かう力、人間性等】・ラグビーにおける守備と攻撃のフォーメーションとサインプレー、審判法を理解することができる。	グラウンドストローク（フォア・バック／クロス・ストレート）ボレー（フォア・バック／クロス・ストレート）サーブ 審判法	【知識・技能】勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、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している。安定したボール操作とラケット操作により、攻防をすることができるようになる。また作戦に応じた技能でダブルスの仲間と連携しゲームを展開することができる。 【思考・判断・表現】攻防などの自己の課題やパートナーの課題を発見し、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、自己の思考をパートナーに伝えることができるようにする。 【主体的に学習に取り組む態度】テニスに自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、作戦などの話し合いに貢献しようとする、ボールアップの際の協力、コート内にボールを転がしておかない等の危機管理能力、互いに助け合おうとすることなどや健康、安全を確保することができるようにする。	○	○	○	8
ソフトボール 【知識及び技能】・野球型のゲームの特性やルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識をもつことができる。更に審判ができる。・グラブを使った様々なキャッチングスキル(ストレート・フライ・バウンド等)、ターゲットへのスローイングスキル、バッティングスキル等の基礎的な技能を身につけ、オフェンス・ディフェンスとの連携など、ゲーム中の具体的な攻防の場面を想定し、互いに協力して、有効な動きを身につけることができる。 【思考力、判断力、表現力等】・攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 【学びに向かう力、人間性等】・競技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようとする、互いに助け合い教えあおうとすることなどや、健康・安全を確保する。	キャッチングスキル(ダイレクト、フライ、ゴロ等)スローイングスキルバッティングスキルチーム戦術 審判法 ルールの理解(ホースアウト・タッチアウト、タッチアップ等、)	【知識・技能】試合の攻防に必要な基礎基本的スキルが習得できている。ゲーム中の具体的な攻防の場面を想定し、互いに協力して、有効な動きを身につけることができる。 【思考・判断・表現】攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたこと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】自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしている。作戦などについての話し合いに積極的に貢献できている。一人一人の違いに応じたプレーなどを大切に、互いに助け合い教えあおうとしている。健康・安全に留意して取り組んでいる。	○	○	○	7	
	定期考査						
	卓球	台・ネットのセッティングの仕方 フォアハンド・バックハンドサーブスマッシュツッツキ 審判法	【知識・技能】勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、卓球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している。安定したボール操作とラケット操作により、攻防をすることができるようになる。また作戦に応じた技能でダブルスの仲間と連携しゲームを展開することができる。 【思考・判断・表現】攻防などの自己の課題やパートナーの課題を発見し、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、自己の思考をパートナーに伝えることができるようにする。 【主体的に学習に取り組む態度】競技に自				

	【知識及び技能】・バレーボールに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようとする、互いに助け合い教えあおうとすることなどや、健康・安全を確保する。		【知識・技能】ネット型のゲームの特性やルールを理解している。各種フライングの基礎基本を着実に身につけ、シングルスやダブルスでも組み立てられる。 【思考・判断・表現】攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたこと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】自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしている。戦術や作戦などについての話し合いに貢献している、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしている。互いに助け合い教えあおうとすることなどや、健康・安全に留意して取り組んでいる。	○	○	○	9
	バドミントン 【知識及び技能】・ネット型のゲームの特性やルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識をもつことができる。更に審判ができる。・サーブ、クリア、ロブ、ドライブ、ドロップ、ヘアピン、スマッシュなどの基本技能を着実に身につけ、相手のいない所に打ち込んだり、ダブルスのコンビプレーを組み立てられるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】・攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 【学びに向かう力、人間性等】・バレーボールに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようとする、互いに助け合い教えあおうとすることなどや、健康・安全を確保する。	ネットの張り方 各種フライング（クリア、ロブ、ドライブ、ドロップ、ヘアピン、スマッシュ） サーブ 審判法	【知識・技能】ネット型のゲームの特性やルールを理解している。各種フライングの基礎基本を着実に身につけ、シングルスやダブルスでも組み立てられる。 【思考・判断・表現】攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたこと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】自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしている。戦術や作戦などについての話し合いに貢献している、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしている。互いに助け合い教えあおうとすることなどや、健康・安全に留意して取り組んでいる。	○	○	○	8
定期考査							
	テニス 【知識及び技能】・手を使った基本的なボール操作やパスやラン、ボールを持たないときの動きによってラグビーのゲームを行うことができる。 【思考力、判断力、表現力等】・人やチームに応じた課題をみつ、解決を目指した作戦を立てることができる。 【学びに向かう力、人間性等】・ラグビーにおける守備と攻撃のフォーメーションとサインプレー、審判法を理解することができる。	グラウンドストローク（フォア・バック／クロス・ストレート） ボレー（フォア・バック／クロス・ストレート） サーブ 審判法	【知識・技能】勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、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している。安定したボール操作とラケット操作により、攻防をすることができる。また作戦に応じた技能でダブルスの仲間と連携しゲームを展開することができる。 【思考・判断・表現】攻防などの自己の課題やパートナーの課題を発見し、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、自己の思考をパートナーに伝えることができるようにする。 【主体的に学習に取り組む態度】テニスに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようとする、作戦などの話し合いに貢献しようとする、ボールアップの際の協力、コート内にボールを転がしておかない等の危機管理能力、互いに助けあおうとすることなどや健康、安全を確保することができるようにする。	○	○	○	8
	ソフトボール 【知識及び技能】・野球型のゲームの特性やルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識をもつことができる。更に審判ができる。・グラブを使った様々なキャッチングスキル（ストレート・フライ・バウンド等）、ターゲットへのスローイングスキル、バッティングスキル等の基礎的な技能を身につけ、オフェンス・ディフェンスとの連携など、ゲーム中の具体的な攻防の場面を想定し、役割分担を行い、安全に	キャッチングスキル（ダイレクト、フライ、ゴロ等） スローイングスキル バッティングスキル チーム戦術 審判法 ルールの理解（ホースアウト・タッチアウト、タッチアップ等、）	【知識・技能】試合の攻防に必要な基礎基本的スキルが習得できている。ゲーム中の具体的な攻防の場面を想定し、互いに協力して、有効な動きを身につけることができる。 【思考・判断・表現】攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたこと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】自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切に				

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1学年 1組～ 8組

教科担当者：（3組・7組・8組：梶田）（5組・6組：長坂）（1組・4組：堀田）（2組：和田）

使用教科書：梶 新高等保健体育（大修館）、図説新高等保健体育（大修館）

教科 保健体育 の目標：

【知識及び技能】第3～4章の「生涯を通じる健康」「健康を支える環境づくり」で扱う単元についての知識を身につけさせ

【思考力、判断力、表現力等】知識を与えた上で必要となる、自分事として捉えたり、実生活で活かすための思考を促すことを目標とする

【学びに向かう力、人間性等】周囲の大切な人の健康や命を守るためには何をどのように意思決定・行動選択していくかを指導する。

科目 保健 の目標：

【知識及び技能】	【思考力、判断力、表現力等】	【学びに向かう力、人間性等】
第3～4章の「生涯を通じる健康」「健康を支える環境づくり」で扱う単元についての知識を理解させ、実生活に活かす。	近未来に訪れる性との関わり、結婚や出産、加齢と共に訪れる病や仕事との向き合い方等を思考し、自己や周囲の大切な人のためにどう向き合うかを思考・判断する機会を増やす。	自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を守るためには、どのように意思決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせる。慮る姿勢を植え付けることを目標にする。

	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
1 学 期	思春期と健康 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかる・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を守るためには、どのように意思決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意思決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意思決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	2
	性意識の変化と性行動の選択 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかる・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を守るためには、どのように意思決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意思決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意思決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	2
	結婚生活と健康 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかる・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を守るためには、どのように意思決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意思決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意思決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	2
	妊娠・出産と健康【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを	・教科書 ・図説 ・ワークシート 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。				

2	教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかり、判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・パワーポイント 等	【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	2
	家族計画 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかり、判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	2
	定期考査			○	○		1
	答案返却及びオリエンテーション			○	○		1
	加齢と健康 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかり、判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	2
2	高齢社会に対応した取り組み 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかり、判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	2
	働くことと健康 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するのかわかり、判断し、実生活で活用する力をつける。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことや意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。				

学 期	考・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。		【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	2
	労働災害の防止 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するの か思考・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことを意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	2
	働く人の健康づくり 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するの か思考・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことを意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	2
	定期考査			○	○		1
	答案返却及びオリエンテーション			○	○		1
	大気汚染と健康 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するの か思考・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことを意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	2
	水質汚濁・土壌汚染と健康 【知識及び技能】本単元における健康課題としての知識を理解し、実生活の中ではそれを教養として活かせるよう指導する。 【思考力、判断力、表現力等】学び得た知識を自分事として捉え、必要に応じてどの場面で活用するの か思考・判断し、実生活で活用する力をつける。 【学びに向かう力、人間性等】自分自身と周囲の大切な人の健康・生命を護るためには、どのように意志決定・行動選択をしていくことが望ましいのかを考えさせ、慮る人間性を身につけさせる。	・教科書 ・図説 ・ワークシート ・パワーポイント 等	【知識・技能】本単元の内容を理解して得た知識をワークシートやミニテストで評価する。 【思考・判断・表現】本単元で得た知識を自分事として捉えることができる、自分の思考したことを意志決定したことを文字に表現できる。かせ確認する。 【主体的に学習に取り組む態度】思考判断、意志決定したことを発言したり、ワークシートに適切にまとめることができるか。	○	○	○	2

[illegible]

令和5年度 年間授業計画

都立国立高等学校

教科・科目	保健体育科 体育	単位数	3	対象学年・組	3年 1～8 組
使用教科書 教材	教科書:現代高等保健体育 教 材:Active Sports 2023	教科担当者		梶田・堀田・成田・桂島・川野・和田・樋口・長坂	
教科・科目のねらい(目標)					
① 生徒が主体的に活動内容を計画・立案し、時間管理・危機管理をしながらチームメイトと協力して、知識・技能を習得し高次元の試合を表現できるようになる。②マナーやルールを守り、安全に注意して公正な態度で学習できるようにする。					
月	指 導 内 容	指 導 目 標		評価の観点方法	予定 時数
4	オリエンテーション	種目選択・班決め・係分担・ノート作成		授業リーダーが企画・立案・実践・評価を通して、時間管理、	6
5	バレーボール	生徒の種目選択を尊重する。毎時間各班による授業計画を立案、担当教諭のノート点検、グループ学習、評価を通して良い授業展開が出来るように学習活動する。		危機管理をしながらチームをまとめられたか。	12
6	テニス			グループワークをする中でスキルアップを目指し、社会性、協調性などを身につけられたか等で評価する。	12
7	バドミントン				10
8	ソフトボール (男女)				0
9	各種目の基本技能、応用技能の習得及びゲーム				9
10	オリエンテーション	種目選択・班決め・係分担・ノート作成 (1学期選択種目と異なる種目を選択する)		授業リーダーが企画・立案・実践・評価を通して、時間管理、	10
11	卓球	生徒の種目選択を尊重する。毎時間各班による授業計画を立案、担当教諭のノート点検、グループ学習、評価を通して良い授業展開が出来るように学習活動する。		危機管理をしながらチームをまとめられたか。	12
12	テニス			グループワークをする中でスキルアップを目指し、社会性、協調性などを身につけられたか等で評価する。	8
1	バドミントン(男女)				12
2	サッカー(男女)				11
3	各種目の基本技能、応用技能の習得及びゲーム				3
合計					105