

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：3 単位

対象学年組：第1学年 1組

教科担当者：（1組：大竹、岡村）

使用教科書：（大修館書店 『新高等 保健体育』）

教科 保健体育 の目標：

- 【知識及び技能】 各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。
- 【思考力、判断力、表現力等】 運動や健康についての自己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、他者に伝える力を養う。
- 【学びに向かう力、人間性等】 生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

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ようにする。	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、公正に取り組み、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。

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
<p>A 体づくり運動</p> <p>【知識及び技能】 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方などを理解するとともに、自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立てることができる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 生涯にわたって運動を豊かに継続するための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>【学びに向かう力、人間性等】 体づくり運動に主体的に取り組みとともに、互いに助け合い高め合おうとすること、一人ひとりの違いに応じた動きなどを大切にしようとし、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保しようとしている。</p>	<p>・指導事項</p> <p>1 体ほぐしの運動</p> <p>2 実生活に生かす運動</p>	<p>【知識・技能】 観察</p> <p>【思考・判断・表現】 観察、学習カード</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 観察、学習カード</p>	○	○	○	10
<p>B 陸上競技</p> <p>【知識及び技能】 記録の向上や競争及び自己や仲間の課題を解決するなどの多様な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、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、各種目の特有の技能を身に付けている。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 生涯にわたって運動を豊かに継続するため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て取り組みを工夫するとともに、自己や仲間の考え方を他者に伝えることができる。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 陸上競技に主体的に取り組むとともに、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し、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保しようとしている。</p>	<p>・指導事項</p> <p>1 短距離走</p>	<p>【知識・技能】 観察、学習カード</p> <p>【思考・判断・表現】 観察、学習カード</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 観察、学習カード</p>	○	○	○	8
<p>C 水泳</p> <p>【知識及び技能】 記録の向上や競争及び自己や仲間の課題を解決するなどの多様な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、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、自己に適した泳法の効率を高めて泳ぐことができる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 生涯にわたって運動を豊かに継続するため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て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>【学びに向かう力、人間性等】 水泳に主体的に取り組むとともに、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し、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保しようとしている。</p>	<p>・指導事項</p> <p>1 クロール</p> <p>2 平泳ぎ</p>	<p>【知識・技能】 観察、学習カード</p> <p>【思考・判断・表現】 観察、学習カード</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 観察、学習カード</p>	○	○	○	12

<p>D 器械運動</p> <p>【知識及び技能】 技がよりよくできたり自己や仲間の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、発表の仕方などを理解するとともに、自己に適した技で演技することができる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 生涯にわたって運動を豊かに継続するため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て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>【学びに向かう力、人間性等】 器械運動に主体的に取り組むとともに、よい演技を讀えようとする、互いに助け合い高め合おうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保しようとしている。</p>	<p>・指導事項 1 マット運動</p>	<p>【知識・技能】 観察、学習カード</p> <p>【思考・判断・表現】 観察、学習カード</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 観察、学習カード</p>				13
<p>E 球技</p> <p>【知識及び技能】 勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、作戦や状況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>【思考力、判断力、表現力等】 生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えることができる。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 球技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、合意形成に貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合おうとするなどや、健康・安全を確保しようとしている。</p>	<p>・指導事項 1 バレーボール</p>	<p>【知識・技能】 観察、学習カード</p> <p>【思考・判断・表現】 観察、学習カード</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 観察、学習カード</p>				16

2  
学  
期

<p>F 武道</p> <p>【知識及び技能】 勝敗を競ったり自己や仲間の課題を解決したりするなどの多様な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、課題解決の方法、試合の仕方などを理解するとともに、得意技などを用いた攻防を展開することができる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 生涯にわたって運動を豊かに継続するため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て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>【学びに向かう力、人間性等】 武道に主体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しようとするなどや、健康・安全を確保しようとしている。</p>	<p>・指導事項 1 柔道</p>	<p>【知識・技能】 観察、学習カード 【思考・判断・表現】 観察、学習カード 【主体的に学習に取り組む態度】 観察、学習カード</p>	○	○	○	10
<p>G 陸上競技</p> <p>【知識及び技能】 記録の向上や競争及び自己や仲間の課題を解決するなどの多様な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、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、各種目の特有の技能を身に付けている。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 生涯にわたって運動を豊かに継続するため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て取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考え方を他者に伝えることができる。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 陸上競技に主体的に取り組むとともに、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など、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保しようとしている。</p>	<p>・指導事項 1 長距離走</p>	<p>【知識・技能】 観察、学習カード 【思考・判断・表現】 観察、学習カード 【主体的に学習に取り組む態度】 観察、学習カード</p>	○	○	○	13
<p>H 球技</p> <p>【知識及び技能】 勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、作戦や状況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>【思考力、判断力、表現力等】 生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えることができる。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 球技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など、合意形成に貢献しようとするなど、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとするなど、互いに助け合おうとするなどや、健康・安全を確保しようとしている。</p>	<p>・指導事項 1 バドミントン</p>	<p>【知識・技能】 観察、学習カード 【思考・判断・表現】 観察、学習カード 【主体的に学習に取り組む態度】 観察、学習カード</p>	○	○	○	15
<p>3 学期</p> <p>H 体育理論</p> <p>【知識及び技能】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解することができる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えることができる。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展についての学習に主体的に取り組むことができる。</p>	<p>・指導事項 1 スポーツの文化的特性や現代スポーツの発展</p>	<p>【知識】 観察、ワークシート 【思考・判断・表現】 観察、ワークシート 【主体的に学習に取り組む態度】 観察、ワークシート</p>	○	○	○	8
合計						105

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

教科担当者：（1組：大竹）

使用教科書：（大修館書店 『新高等保健体育』）

教科 保健体育

の目標：

- 【知識及び技能】 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、技能を身に付けるようにする。
- 【思考力、判断力、表現力等】 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。
- 【学びに向かう力、人間性等】 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態度を養う。

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】
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ているとともに、技能を身に付けている。	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。	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。

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
<p>A 現代社会と健康</p> <p>【知識及び技能】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・国民の健康課題や健康の考え方は、国民の健康水準の向上や疾病構造の変化に伴って変わってきていること。また、健康は、様々な要因の影響を受けながら、主体と環境の相互作用の下に成り立っていること。健康の保持増進には、ヘルスプロモーションの考え方を踏まえた個人の適切な意思決定や行動選択及び環境づくりが関わることを理解している。</li> <li>・感染症の発生や流行には、時代や地域によって違いがみられること。その予防には、個人の取組及び社会的な対策を行う必要があることを理解している。</li> <li>・健康の保持増進と生活習慣病などの予防と回復には、運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活の実践や疾病の早期発見、及び社会的な対策が必要であることを理解している。</li> <li>・喫煙と飲酒は、生活習慣病などの要因になること。また、薬物乱用は、心身の健康や社会に深刻な影響を与えることから行ってはならないこと。それらの対策には、個人や社会環境への対策が必要であることを理解している。</li> </ul> <p>【思考力、判断力、表現力等】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・現代社会と健康について、課題を発見し、健康や安全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しているとともに、それらを表現している。</li> </ul> <p>【学びに向かう力、人間性等】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・現代社会と健康についての学習に主体的に取り組もうとしている。</li> </ul>	<p>・指導事項</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1日本における健康課題の変遷</li> <li>2健康の考え方と成り立ち</li> <li>3ヘルスプロモーションと健康に関わる環境づくり</li> <li>4健康に関する意思決定・行動選択</li> <li>5現代における感染症の問題</li> <li>6感染症の予防</li> <li>7感染症・エイズとその予防</li> <li>8生活習慣病の予防と回復</li> <li>9身体活動・運動と健康</li> <li>10食事と健康</li> <li>11休養・睡眠と健康</li> <li>12がんの予防と回復</li> <li>13喫煙と健康</li> <li>14飲酒と健康</li> <li>15薬物乱用と健康</li> <li>16精神疾患の特徴</li> <li>17精神疾患への対応</li> </ol> <p>・教材 教科書、授業プリント</p>	<p>【知識・技能】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシート</li> <li>・観察</li> </ul> <p>【思考・判断・表現】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシート</li> </ul> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシート</li> <li>・観察</li> <li>・発表</li> </ul>	○	○	○	14
定期考査			○	○		1



高等学校 令和5年度（2 学年用） 教科

科目 体育

教科：体育

科目：体育

2 単位

対象学年組：第 2 学年 1 組

教科担当者：（1 組：大竹 岡村）

使用教科書：（大修館書店 『新高等 保健体育』）

教科 #REF!

の目標：

【知識及び技能】

各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】

運動や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、他者に伝える力を養う。

【学びに向かう力、人間性等】

生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

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ようにする。	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。

	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	A 体づくり運動 【知識及び技能】 体ほぐしの運動では、手ごろな運動を行い、心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気付き、仲間と主体的に関わり合うことができる。 実生活に生かす運動の計画では、自己のねらいに応じて、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継続的な運動の計画を立て取り組むことができる。 【思考力、判断力、表現力等】 生涯にわたって運動を豊かに継続するため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て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。 【学びに向かう力、人間性等】 体づくり運動に主体的に取り組むとともに、互いに助け合い高め合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとし、合意形成に貢献しようとするこ	・指導事項 1 体ほぐしの運動 2 実生活に生かす運動	【知識・技能】 観察、テスト 【思考・判断・表現】 観察、学習カード 【主体的に学習に取り組む態度】 観察、学習カード		○	○	○	5
	C 陸上競技 【知識及び技能】 短距離走では中間走の高いスピードを維持して速く走ることやバトンの受け渡して次走者と前走者の距離を長くすることができる。 ハードル走では、スピードを維持した走りからハードルを低くリズムカルに越すことができる。 【思考力、判断力、表現力等】 生涯にわたって運動を豊かに継続するため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て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。 【学びに向かう力、人間性等】 陸上競技に主体的に取り組むとともに、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し、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとし、健康・安全を確保することができる。	・指導事項 1 短距離走、リレー 2 ハードル走	【知識・技能】 観察、テスト 【思考・判断・表現】 観察、学習カード 【主体的に学習に取り組む態度】 観察、学習カード		○	○	○	10
	D 水泳 【知識及び技能】 平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、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することができる。 背泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができる。 複数の泳法で長く泳ぐこと又はリレーすることができる。 【思考力、判断力、表現力等】 生涯にわたって運動を豊かに継続するため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て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。 【学びに向かう力、人間性等】 水泳に主体的に取り組むとともに、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し、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとし、健康・安全を確保することができる。	・指導事項 1 平泳ぎ 2 背泳ぎ 3 複数の泳法で長く泳ぐ又はリレー	【知識・技能】 観察、テスト 【思考・判断・表現】 観察、学習カード 【主体的に学習に取り組む態度】 観察、学習カード		○	○	○	10

2 学 期	<p>E 球技</p> <p>【知識及び技能】 ゴール型では、状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防をすることができる。ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をすることができる。</p> <p>【思考力、判断力、人間性】 生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えることができる。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 球技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、合意形成に貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い高め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。</p>	<p>・指導事項</p> <p>1 ゴール型</p> <p>2 ネット型</p>	<p>【知識・技能】 観察、テスト</p> <p>【思考・判断・表現】 観察、学習カード</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 観察、学習カード</p>	○	○	○	20
	<p>F 武道</p> <p>【知識及び技能】 柔道では、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・変化技を用いて、素早く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をすることができる。</p> <p>【思考力、判断力、人間性】 生涯にわたって運動を豊かに継続するため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て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>【学びに向かう力、人間性等】 武道に主体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しようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保することができる。</p>	<p>指導事項</p> <p>1 柔道</p>	<p>【知識・技能】 観察、テスト</p> <p>【思考・判断・表現】 観察、学習カード</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 観察、学習カード</p>	○	○	○	8
3 学 期	<p>C 陸上競技</p> <p>【知識及び技能】 長距離走では、ペースの変化に対応して走ることができる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 生涯にわたって運動を豊かに継続するため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て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>【学びに向かう力、人間性等】 陸上競技に主体的に取り組むとともに、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、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保することができる。</p>	<p>指導事項</p> <p>1 長距離走</p>	<p>【知識・技能】 観察、テスト</p> <p>【思考・判断・表現】 観察、学習カード</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 観察、学習カード</p>	○	○	○	10
	<p>H 体育理論</p> <p>【知識及び技能】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について理解することができる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えることができる。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に主体的に取り組むことができる。</p>	<p>指導事項</p> <p>1 運動やスポーツの効果的な学習の仕方</p>	<p>【知識・技能】 観察、テスト</p> <p>【思考・判断・表現】 観察、学習カード</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 観察、学習カード</p>	○	○	○	7
合計							70

高等学校 令和5年度（2 学年用） 教科

科目 保健

教科：保健

科目：保健

1 単位

対象学年組：第 2 学年 1 組

教科担当者：（1 組：大竹）

使用教科書：（大修館書店 『新高等 保健体育』）

教科 #REF!

の目標：

【知識及び技能】

各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】

運動や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、他者に伝える力を養う。

【学びに向かう力、人間性等】

生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

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】
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、技能を身に付けるようにする。	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目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

	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	A 生涯を通じる健康 【知識及び技能】 生涯を通じる健康について理解を深めることができる。 【思考力、判断力、表現力等】 生涯を通じる健康に関する情報から課題を発見し、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、それらを表現することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 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もうとしている。	・指導事項 1 思春期と健康 2 性意識の変化と性行動の選択 3 結婚生活と健康 4 妊娠・出産と健康 5 家族計画 6 加齢と健康 7 高齢社会に対応した取り組み 8 働くことと健康 9 労働災害の防止 10 働く人の健康づくり	【知識・技能】 ・ワークシート ・観察 【思考・判断・表現】 ・ワークシート 【主体的に学習に取り組む態度】 ・ワークシート ・観察 ・発表	○	○	○	15
	定期考査			○	○		1
2 学期	B 健康を支える環境づくり 【知識及び技能】 健康を支える環境づくりについて理解を深めることができる。 【思考力、判断力、表現力等】 健康を支える環境づくりに関する情報から課題を発見し、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、それらを表現することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 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もうとしている。	・指導事項 1 大気汚染と健康 2 水質汚濁・土壌汚染と健康 3 健康被害を防ぐための環境対策 4 環境衛生に関わる活動 5 食品の安全性と健康 6 食品の安全性を確保する取り組み 7 保健制度とその活用 8 医療制度とその活用 9 医薬品の制度とその活用 10 様々な保健活動や対策 11 誰もが健康に過ごせる社会に向けた環境づくり	【知識・技能】 ・ワークシート ・観察 【思考・判断・表現】 ・ワークシート 【主体的に学習に取り組む態度】 ・ワークシート ・観察 ・発表	○	○	○	10
	定期考査			○	○		1
3 学期	B 健康を支える環境づくり 【知識及び技能】 健康を支える環境づくりについて理解を深めることができる。 【思考力、判断力、表現力等】 健康を支える環境づくりに関する情報から課題を発見し、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、それらを表現することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 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もうとしている。	・指導事項 1 大気汚染と健康 2 水質汚濁・土壌汚染と健康 3 健康被害を防ぐための環境対策 4 環境衛生に関わる活動 5 食品の安全性と健康 6 食品の安全性を確保する取り組み 7 保健制度とその活用 8 医療制度とその活用 9 医薬品の制度とその活用 10 様々な保健活動や対策 11 誰もが健康に過ごせる社会に向けた環境づくり	【知識・技能】 ・ワークシート ・観察 【思考・判断・表現】 ・ワークシート 【主体的に学習に取り組む態度】 ・ワークシート ・観察 ・発表	○	○	○	8
合計							35



# 新島高校 令和5年度 体育 年間授業計画

教科:(保健体育)科目:(体育) 対象:(第3学年1組) 単位数:(2)

教科担当者:(1組: 大竹 岡村 )

使用教科書:最新高等保健体育(大修館)

使用教材:各種目の用具

指導内容 【年間授業計画】	科目「体育必修」の具体的な指導目標 【年間授業計画】	評価の観点 方法	予定 時数
体づくり運動	柔軟運動、腕立て伏せ・腹筋などの筋力トレーニング	出席状況 取り組み	7
種目選択（1,2年生で履修した種目から選択する）バレーボール、バスケット、テニス、サッカー、バドミントンから選択	体育委員を中心に種目選択を行い委員が中心となって授業を運営する。安全に配慮しグループやチーム編成、練習メニューもリーダーを中心に考える。	出席状況 グループ学習態度	1
4 月			

指導内容 【年間授業計画】	科目「体育必修」の具体的な指導目標 【年間授業計画】	評価の観点 方法	予定 時数
陸上	短距離走（50m、100m走、ハードル走）効率的な走り方の習得 自らの課題を設定し、練習計画を立てることができる。	出席状況 取り組み	8

5月

指導内容 【年間授業計画】	科目「体育必修」の具体的な指導目標 【年間授業計画】	評価の観点 方法	予定 時数
スポーツテスト	東京都体力テストの基準に沿ってスポーツテストを実施	出席状況 取り組み	4
水泳	近代4泳法の習得。各近代4泳法ともゆっくり長く泳ぐことを目標とする。3年次での最終目標は個人メドレー100mを全員が完泳できることを目指す。 すべての種目において①キック&プルの基本動作②呼吸とキック&プルのタイミングをバランスよく行うことができるようにする。	出席状況 グループ学習態度	4

6  
月

指導内容 【年間授業計画】	科目「体育必修」の具体的な指導目標 【年間授業計画】	評価の観点 方法	予定 時数
水泳	近代4泳法の習得。各近代4泳法ともゆっくり長く泳ぐことを目標とする。3年次での最終目標は個人メドレー100mを全員が完泳できることを目指す。 すべての種目において①キック&プルの基本動作②呼吸とキック&プルのタイミングをバランスよく行うことができるようにする。	出席状況 グループ学習態度	6

7  
月

指導内容 【年間授業計画】	科目「体育必修」の具体的な指導目標 【年間授業計画】	評価の観点 方法	予定 時数
水 泳	近代4泳法の習得。各近代4泳法ともゆっくり長く泳ぐことを目標とする。3年次での最終目標は個人メドレー100mを全員が完泳できることを目指す。すべての種目において①キック&プルの基本動作②呼吸とキック&プルのタイミングをバランスよく行うことができるようにする。	出席状況 グループ学習態度	6
種目選択（1,2年生で履修した種目から選択する）バレーボール、バスケット、テニス、サッカー、バドミントンから選択	体育委員を中心に種目選択を行い委員が中心となって授業を運営する。安全に配慮しグループやチーム編成、練習メニューもリーダーを中心に考える。	出席状況 グループ学習態度	2
9月			

指導内容 【年間授業計画】	科目「体育必修」の具体的な指導目標 【年間授業計画】	評価の観点 方法	予定 時数
種目選択（1,2年生で履修した種目から 選択する）バレーボール、バスケット、 テニス、サッカー、バドミントンから選 択	体育委員を中心に種目選択を行い委員が中心となって授業を運営する。安全に配慮し グループやチーム編成、練習メニューもリーダーを中心に考える。	出席状況 グループ学習態度	10

10  
月

指導内容 【年間授業計画】	科目「体育必修」の具体的な指導目標 【年間授業計画】	評価の観点 方法	予定 時数
種目選択（1,2年生で履修した種目から 選択する）バレーボール、バスケット、 テニス、サッカー、バドミントンから選 択	体育委員を中心に種目選択を行い委員が中心となって授業を運営する。安全に配慮し グループやチーム編成、練習メニューもリーダーを中心に考える。	出席状況 グループ学習態度	6
スポーツテスト	東京都体力テストの基準に沿ってスポーツテストを実施	出席状況 取り組み	2

11  
月

	指導内容 【年間授業計画】	科目「体育必修」の具体的な指導目標 【年間授業計画】	評価の観点 方法	予定 時数
12 月	種目選択（1,2年生で履修した種目から 選択する）バレーボール、バスケット、 テニス、サッカー、バドミントンから選 択	体育委員を中心に種目選択を行い委員が中心となって授業を運営する。安全に配慮し グループやチーム編成、練習メニューもリーダーを中心に考える。	出席状況 グループ学習態度	6
	スポーツテスト	東京都体力テストの基準に沿ってスポーツテストを実施	出席状況 取り組み	2



指導内容 【年間授業計画】	科目「体育必修」の具体的な指導目標 【年間授業計画】	評価の観点 方法	予定 時数
種目選択（1,2年生で履修した種目から 選択する）バレーボール、バスケット、 テニス、サッカー、バドミントンから選 択	体育委員を中心に種目選択を行い委員が中心となって授業を運営する。安全に配慮し グループやチーム編成、練習メニューもリーダーを中心に考える。	出席状況 グループ学習態度	2
体育理論	豊かなスポーツライフの設計の仕方を学ぶ。	出席状況 取り組み	6

1  
月

	指導内容 【年間授業計画】	科目「体育必修」の具体的な指導目標 【年間授業計画】	評価の観点 方法	予定 時数
2 月				

	指導内容 【年間授業計画】	科目「体育必修」の具体的な指導目標 【年間授業計画】	評価の観点 方法	予定 時数
3 月				