

都立昭和 高等学校 令和6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

教科担当者：（ 加藤 ） （ 大原 ） （ 遠藤 ） （ 三好 ）

使用教科書：（ ステップアップ高校スポーツ ）

教科 保健体育 の目標：

【知 識 及 び 技 能】・運動の意義と行い方，体の動きを高める方法について理解し，心と体との関係や心身の状態に気付き，仲間と積極的に関わり合うこと。

【思考力、判断力、表現力等】・自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し，他者に伝えることができる。

【学びに向かう力、人間性等】・積極的に取り組む，仲間と学習を作り上げ，グループで活動する。健康・安全に配慮している。

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】
・運動の意義と行い方，体の動きを高める方法などについて理解している。運動を行い，心と体との関係や心身の状態に気付き，仲間と積極的に関わり合うこと。 ・ねらいに応じて，能力を高めるための運動を行うとともに，それらを組み合わせること。	・自己の課題を発見し，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，自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	・積極的に取り組むとともに，仲間の学習を援助しようとする事、一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとする事，話し合いに参加しようとする事などをしたり，健康・安全に気を配ったりしている。

	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
1 学 期	A 単元 男女共習 体力テスト・体づくり運動 【知識及び技能】 運動の意義と行い方，体の動きを高める方法などについて理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動に取り組む。 【学びに向かう力、人間性等】 積極的に取り組むとともに，仲間とともに学習に取り組む。	・指導事項 安全に配慮して活動すること 仲間と協力して実施すること ・教材 ステップアップニューススポーツ ・PC 記録の入力	【知識・技能】 ・運動を継続する意義，体の構造，運動の原則などについて理解している。 ・種目に応じた基本的な動きを実践できる。 【思考・判断・表現】 ・自己や仲間の課題を発見し，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，自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・運動に自主的に取り組むとともに，互いに助け合い教え合おうとすること，一人一人の違いに応じた動きを大切にし，話し合いに貢献し，健康・安全を確保している。	○	○	○	10
	B 単元 ソフトボール・バレーボール 【知識及び技能】 運動の意義と行い方，体の動きを高める方法などについて理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動に取り組む。 【学びに向かう力、人間性等】 積極的に取り組むとともに，仲間とともに学習に取り組む。	・指導事項 安全に配慮して活動すること 仲間と協力して実施すること ・教材 ステップアップニューススポーツ ・PC 記録の入力	【知識・技能】 ・運動を継続する意義，体の構造，運動の原則などについて理解している。 ・種目に応じた基本的な動きを実践できる。 【思考・判断・表現】 ・自己や仲間の課題を発見し，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，自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・運動に自主的に取り組むとともに，互いに助け合い教え合おうとすること，一人一人の違いに応じた動きを大切にし，話し合いに貢献し，健康・安全を確保している。	○	○	○	12
	C 単元 水泳 【知識及び技能】 運動の意義と行い方，体の動きを高める方法などについて理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動に取り組む。 【学びに向かう力、人間性等】 積極的に取り組むとともに，仲間とともに学習に取り組む。	・指導事項 安全に配慮して活動すること 仲間と協力して実施すること ・教材 ステップアップニューススポーツ ・PC 記録の入力	【知識・技能】 ・運動を継続する意義，体の構造，運動の原則などについて理解している。 ・種目に応じた基本的な動きを実践できる。 【思考・判断・表現】 ・自己や仲間の課題を発見し，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，自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・運動に自主的に取り組むとともに，互いに助け合い教え合おうとすること，一人一人の違いに応じた動きを大切にし，話し合いに貢献し，健康・安全を確保している。	○	○	○	6
2 学 期	B 単元 ソフトボール・バレーボール 【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】 1学期と同じ	・指導事項 安全に配慮して活動すること 仲間と協力して実施すること ・教材 ステップアップニューススポーツ ・PC 記録の入力	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】 1学期と同じ	○	○	○	14
	D 単元 男女共習 フライングディスク・テニス・パドミントン 【知識及び技能】 運動の意義と行い方，体の動きを高める方法などについて理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動に取り組む。 【学びに向かう力、人間性等】 積極的に取り組むとともに，仲間とともに学習に取り組む。	・指導事項 安全に配慮して活動すること 仲間と協力して実施すること ・教材 ステップアップニューススポーツ ・PC 記録の入力	【知識・技能】 ・運動を継続する意義，体の構造，運動の原則などについて理解している。 ・種目に応じた基本的な動きを実践できる。 【思考・判断・表現】 ・自己や仲間の課題を発見し，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，自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・運動に自主的に取り組むとともに，互いに助け合い教え合おうとすること，一人一人の違いに応じた動きを大切にし，話し合いに貢献し，健康・安全を確保している。	○	○	○	14
3 学 期	E 単元 持久走 【知識及び技能】 運動の意義と行い方，体の動きを高める方法などについて理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動に取り組む。 【学びに向かう力、人間性等】 積極的に取り組むとともに，仲間とともに学習に取り組む。	・指導事項 安全に配慮して活動すること 仲間と協力して実施すること ・教材 ステップアップニューススポーツ ・PC 記録の入力	【知識・技能】 ・運動を継続する意義，体の構造，運動の原則などについて理解している。 ・種目に応じた基本的な動きを実践できる。 【思考・判断・表現】 ・自己や仲間の課題を発見し，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，自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・運動に自主的に取り組むとともに，互いに助け合い教え合おうとすること，一人一人の違いに応じた動きを大切にし，話し合いに貢献し，健康・安全を確保している。	○	○	○	14

球技大会練習					合計
					70

都立昭和 高等学校 令和6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
教科担当者：（ 和 嶋 ） （ 遠 藤 ） （ 大 原 ） （ 加 藤 ） （ 高 島 ） （ 三 好 ）
使用教科書：（ ステップアップ高校スポーツ ）
教科 保健体育 の目標：

- 【知 識 及 び 技 能】・運動の意義と行い方、体の動きを高める方法について理解し、心と体との関係や心身の状態に気付き、仲間と積極的に関わり
- 【思考力、判断力、表現力等】・自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し、他者に伝えることができる。
- 【学びに向かう力、人間性等】・積極的に取り組む、仲間と学習を作り上げ、グループで活動する。健康・安全に配慮している。

科目 体育	の目標：
【知識及び技能】	【思考力、判断力、表現力等】
・運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などについて理解している。運動を行い、心と体との関係や心身の状態に気付き、仲間と積極的に関わり合うこと。 ・ねらいに応じて、能力を高めるための運動を行うとともに、それらを組み合わせること。	・自己の課題を発見し、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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。
【学びに向かう力、人間性等】	・積極的に取り組むとともに、仲間の学習を援助しようとする。一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとする。話し合いに参加しようとする。健康・安全に気を配っている。

	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
1 学 期	A 単元 男女共習 体力テスト・体づくり運動 【知識及び技能】 運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などについて理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動に取り組む。 【学びに向かう力、人間性等】 積極的に取り組むとともに、仲間とともに学習に取り組む。	・指導事項 安全に配慮して活動すること 仲間と協力して実施すること ・教材 ステップアップニュースポーツ ・PC 記録の入力	【知識・技能】 ・運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などについて理解している。 ・種目に応じた基本的な動きを実践できる。 【思考・判断・表現】 ・自己や仲間の課題を発見し、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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・運動に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きを大切にし、話し合いに貢献し、健康・安全を確保している。	○	○	○	10
	B 単元 バスケットボール・サッカー（フットサル） 【知識及び技能】 運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などについて理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動に取り組む。 【学びに向かう力、人間性等】 積極的に取り組むとともに、仲間とともに学習に取り組む。	・指導事項 安全に配慮して活動すること 仲間と協力して実施すること ・教材 ステップアップニュースポーツ ・PC 記録の入力	【知識・技能】 ・運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などについて理解している。 ・種目に応じた基本的な動きを実践できる。 【思考・判断・表現】 ・自己や仲間の課題を発見し、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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・運動に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きを大切にし、話し合いに貢献し、健康・安全を確保している。	○	○	○	12
	C 単元 水泳 【知識及び技能】 運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などについて理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動に取り組む。 【学びに向かう力、人間性等】 積極的に取り組むとともに、仲間とともに学習に取り組む。	・指導事項 安全に配慮して活動すること 仲間と協力して実施すること ・教材 ステップアップニュースポーツ ・PC 記録の入力	【知識・技能】 ・運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などについて理解している。 ・種目に応じた基本的な動きを実践できる。 【思考・判断・表現】 ・自己や仲間の課題を発見し、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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・運動に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きを大切にし、話し合いに貢献し、健康・安全を確保している。	○	○	○	6
2 学 期	B 単元 バスケットボール・サッカー（フットサル） 【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】 1学期と同じ	・指導事項 安全に配慮して活動すること 仲間と協力して実施すること ・教材 ステップアップニュースポーツ ・PC 記録の入力	【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】 1学期と同じ	○	○	○	14
	D 単元 男女共習 バレーボール・フライングディスク・テニス 【知識及び技能】 運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などについて理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動に取り組む。 【学びに向かう力、人間性等】 積極的に取り組むとともに、仲間とともに学習に取り組む。	・指導事項 安全に配慮して活動すること 仲間と協力して実施すること ・教材 ステップアップニュースポーツ ・PC 記録の入力	【知識・技能】 ・運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などについて理解している。 ・種目に応じた基本的な動きを実践できる。 【思考・判断・表現】 ・自己や仲間の課題を発見し、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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・運動に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きを大切にし、話し合いに貢献し、健康・安全を確保している。	○	○	○	14
	E 単元 持久走 【知識及び技能】 運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などについて理解する。 【思考力、判断力、表現力等】	・指導事項 安全に配慮して活動すること 仲間と協力して実施すること ・教材 ステップアップニュースポーツ ・PC 記録の入力	【知識・技能】 ・運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などについて理解している。 ・種目に応じた基本的な動きを実践できる。 【思考・判断・表現】 ・自己や仲間の課題を発見し、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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。				

3 学 期	自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組む。 【学びに向かう力、人間性等】 積極的に取り組むとともに、仲間とともに学習に取り組む。		に、自己や仲間の考えたことを他者に伝えて いる。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・運動に自主的に取り組むとともに、互いに 助け合い教え合おうとすること、一人一人の 違いに応じた動きを大切に、話合いに貢献 し、健康・安全を確保している。	○	○	○	14
	球技大会練習						合計
							70

都立昭和 高等学校 令和6年度（3学年用） 教科 保健体育 科目 体育

教科 科： 保健体育 科目： 体育 単位数： 3 単位

対象学年組：第 3 学年 A 組～ H 組

教科担当者：（ 大原 ） （ 高島 ） （ 和嶋 ） （ 加藤 ） （ 遠藤 ）

使用教科書：（ ステップアップ高校スポーツ ）

教科 保健体育 の目標：

【知識及び技能】・運動の意義と行い方、体の動きを高める方法について理解し、心と体との関係や心身の状態に気付き、仲間と積極的に関わり合うこ

【思考力、判断力、表現力等】・自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し、他者に伝えることができる。

【学びに向かう力、人間性等】・積極的に取り組む、仲間と学習を作り上げ、グループで活動する。健康・安全に配慮している。

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】
・運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などについて理解している。運動を行い、心と体との関係や心身の状態に気付き、仲間と積極的に関わり合うこと。 ・ねらいに応じて、能力を高めるための運動を行うとともに、それらを組み合わせること。	・自己の課題を発見し、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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	・積極的に取り組むとともに、仲間の学習を援助しようとするこ、一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとするこ、話合いに参加しようとするこなどをしたり、健康・安全に気を配ったりしている。

	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
1 学 期	A 単元 男女共習 体力テスト・体づくり運動 【知識及び技能】 運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などについて理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組む。 【学びに向かう力、人間性等】 積極的に取り組むとともに、仲間とともに学習に取り組む。	・指導事項 安全に配慮して活動すること 仲間と協力して実施すること ・教材 ステップアップニュースポーツ ・PC 記録の入力	【知識・技能】 ・運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などについて理解している。 ・種目に応じた基本的な動きを実践できる。 【思考・判断・表現】 ・自己や仲間の課題を発見し、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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・運動に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きを大切にし、話合いに貢献し、健康・安全を確保している。	○	○	○	10
	B 単元 ソフトボール・バドミントン 【知識及び技能】 運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などについて理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組む。 【学びに向かう力、人間性等】 積極的に取り組むとともに、仲間とともに学習に取り組む。	・指導事項 安全に配慮して活動すること 仲間と協力して実施すること ・教材 ステップアップニュースポーツ ・PC 記録の入力	【知識・技能】 ・運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などについて理解している。 ・種目に応じた基本的な動きを実践できる。 【思考・判断・表現】 ・自己や仲間の課題を発見し、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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・運動に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きを大切にし、話合いに貢献し、健康・安全を確保している。	○	○	○	10
	C 単元 男女共習 バスケットボール、フライングディスク、テニス 【知識及び技能】 運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などについて理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組む。 【学びに向かう力、人間性等】 積極的に取り組むとともに、仲間とともに学習に取り組む。	・指導事項 安全に配慮して活動すること 仲間と協力して実施すること ・教材 ステップアップニュースポーツ ・PC 記録の入力	【知識・技能】 ・運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などについて理解している。 ・種目に応じた基本的な動きを実践できる。 【思考・判断・表現】 ・自己や仲間の課題を発見し、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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・運動に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きを大切にし、話合いに貢献し、健康・安全を確保している。	○	○	○	18
	D 単元 水泳 【知識及び技能】 動の意義と行い方、体の動きを高める方法などについて理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組む。 【学びに向かう力、人間性等】 積極的に取り組むとともに、仲間とともに学習に取り組む。	・指導事項 安全に配慮して活動すること 仲間と協力して実施すること ・教材 ステップアップニュースポーツ ・PC 記録の入力	【知識・技能】 ・運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などについて理解している。 ・種目に応じた基本的な動きを実践できる。 【思考・判断・表現】 ・自己や仲間の課題を発見し、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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・運動に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きを大切にし、話合いに貢献し、健康・安全を確保している。	○	○	○	8

2 学 期	E 単元 男女共習 バレー・ゴルフ・テニス 【知識及び技能】 運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などについて理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組む。 【学びに向かう力、人間性等】 積極的に取り組むとともに、仲間とともに学習に取り組む。	・指導事項 安全に配慮して活動すること 仲間と協力して実施すること ・教材 ステップアップニュースポーツ ・PC 記録の入力	【知識・技能】 ・運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などについて理解している。 ・種目に応じた基本的な動きを実践できる。 【思考・判断・表現】 ・自己や仲間の課題を発見し、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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・運動に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きを大切にし、話合いに貢献し、健康・安全を確保している。	○	○	○	16
	F 単元 男女共習 バスケットボール・フライングディスク・卓球 【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】 上記と同じ	・指導事項 安全に配慮して活動すること 仲間と協力して実施すること ・教材 ステップアップニュースポーツ ・PC 記録の入力	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】 上記と同じ	○	○	○	16
	G 単元 ソフトボール・バドミントン 【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】 1学期と同じ	・指導事項 安全に配慮して活動すること 仲間と協力して実施すること ・教材 ステップアップニュースポーツ ・PC 記録の入力	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】 1学期と同じ	○	○	○	16
3 学 期	選択種目	一人ひとりの進路に応じた個別講習を開講する。受験に向けて準備を整える。	・運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などについて理解している。 ・種目に応じた基本的な動きを実践できる。 ・自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫する。	○	○	○	11
							合計
							105

都立昭和 高等学校 令和6年度（1 学年用） 教科 保健体育 科目 保健1年普

教 科： 保健体育 科 目： 保健1年普 単位数： 1 単位

対象学年組：第 1 学年 A 組～ H 組

教科担当者：（ 加藤 ） （ 大原 ） （ 遠藤 ）

使用教科書：（ 現代高等保健体育（大修館書店） ）

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1年普 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	1 単元「現代社会と健康」 【知識及び技能】 ・現代社会と健康について理解を深めること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・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するとともに、それらを表現すること。 【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。	・指導事項 オリエンテーション 「1 健康の考え方と成り立ち」 「2 私たちの健康のすがた」 ・教材「現代高等保健体育」 ・一人1 台端末の活用 等	【知識・技能】 ・現代社会と健康について理解を深めること。 【思考・判断・表現】 ・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するとともに、それらを表現すること。 【主体的に学習に取り組む態度】 授業に取り組む姿勢・態度 授業中の発言など取り組む姿勢 課題の取組、課題提出状況、小テストなど	○	○	○	3
		・指導事項 「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」 ・教材「現代高等保健体育」 ・一人1 台端末の活用 等	同上	○	○	○	3
	1 単元「現代社会と健康」 【知識及び技能】 上記と同じ 【思考力、判断力、表現力等】 上記と同じ 【学びに向かう力、人間性等】 上記と同じ	・指導事項 「6 運動と健康」 「7 食事と健康」 「8 休養・睡眠と健康」 ・教材「現代高等保健体育」 ・一人1 台端末の活用 等	同上	○	○	○	3
		・指導事項 「9 喫煙と健康」 ・教材「現代高等保健体育」 ・一人1 台端末の活用 等	同上	○	○	○	1
	定期考査	1学期期末考査		○	○		1
2 学 期	1 単元「現代社会と健康」 【知識及び技能】 上記と同じ 【思考力、判断力、表現力等】 上記と同じ 【学びに向かう力、人間性等】 上記と同じ	・指導事項 「10 飲酒と健康」 「11 薬物乱用と健康」 ・教材「現代高等保健体育」 ・一人1 台端末の活用 等	【知識・技能】 ・現代社会と健康について理解を深めること。 【思考・判断・表現】 ・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するとともに、それらを表現すること。 【主体的に学習に取り組む態度】 授業に取り組む姿勢・態度 授業中の発言など取り組む姿勢 課題の取組、課題提出状況、小テストなど	○	○	○	3
		・指導事項 「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」 ・教材「現代高等保健体育」 ・一人1 台端末の活用 等	同上	○	○	○	4
		・指導事項 「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」 ・教材「現代高等保健体育」 ・一人1 台端末の活用 等	同上	○	○	○	4
		・指導事項 「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」 ・教材「現代高等保健体育」 ・一人1 台端末の活用 等	同上	○	○	○	2
	定期考査	2学期期末考査		○	○		1
3 学 期	保健課題研究 ・これまでに学習した内容及び生活にかかわる事柄で興味関心のあるものについて調べ、検証する。 ・各項目ごとに他者と協力して課題解決に主体的に取り組み、互いに尊重しながら主体的に取組ことが出来る。	・指導事項 テーマ決め、役割分担、調べ学習、発表資料作成、発表方法 等 ・教材 大修館 現代高等保健体育 ・PC 端末を使って、調べ学習、発表	【知識・技能】 ・自己の興味関心に基づき、様々な視点から物事を考えて説明できる。 【思考・判断・表現】 ・選んだテーマごとに他者と協力して課題解決に主体的に取り組み、互いに尊重しながら主体的に取組ことが出来る。 【主体的に学習に取り組む態度】 課題研究をまとめ、他者に説明をすることが出来る。	○	○	○	10

						合計
						35

都立昭和 高等学校 令和6年度（2学年用）教科 保健体育 科目 保健2年普

教科：保健体育 科目：保健2年普 単位数：1 単位

対象学年組：第2学年 A組～ H組

教科担当者：（加藤） （大原） （遠藤）

使用教科書：（現代高等保健体育（大修館書店））

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2年普 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	2単元「安全な社会生活」 【知識及び技能】 ・安全な社会生活について理解を深めるとともに、応急手を適切にすること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・安全な社会生活について、安全に関する原則や概念に着目して危険の予測やその回避の方法を考え、それらを表現すること。 【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。	・指導事項 オリエンテーション 「1事故の現状と発生要因」 「2安全な社会の形成」 「3交通安全」 ・教材「現代高等保健体育」 ・一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 ・安全な社会生活について理解を深めるとともに、応急手を適切にすること。 【思考・判断・表現】 ・安全な社会生活について、安全に関する原則や概念に着目して危険の予測やその回避の方法を考え、それらを表現すること。 【主体的に学習に取り組む態度】 授業に取り組む姿勢・態度 授業中の発言など取り組む姿勢 課題の取組、課題提出状況、小テストなど	○	○	○	3
		・指導事項 「4応急手当の意義」 「5日常的な応急手当」 ・教材「現代高等保健体育」 ・一人1台端末の活用 等	同上	○	○	○	4
	1単元「現代社会と健康」 【知識及び技能】 上記と同じ 【思考力、判断力、表現力等】 上記と同じ 【学びに向かう力、人間性等】 上記と同じ	・指導事項 「6心肺蘇生法」 AED実習 ・教材「現代高等保健体育」 ・一人1台端末の活用 等	同上	○	○	○	3
	定期考査	1学期期末考査		○	○		1
2 学 期	第3単元 「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。 【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。 【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。	・指導事項 「ライフステージと健康」 「思春期と健康」 「性意識と性行動の選択」 「妊娠出産と健康」 「避妊法と人工妊娠中絶」 ・教材「現代高等保健体育」 ・一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 ・生涯を通じる健康について理解を深めること。 【思考・判断・表現】 ・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。 【主体的に学習に取り組む態度】 授業に取り組む姿勢・態度 授業中の発言など取り組む姿勢 課題の取組、課題提出状況、小テストなど	○	○	○	5
		・指導事項 「結婚生活と健康」 「中高年期と健康」 「働くことと健康」 「労働災害と健康」 「健康的な職業生活」 ・教材「現代高等保健体育」 ・一人1台端末の活用 等	同上	○	○	○	5
	第4単元「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。 【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。 【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。	・指導事項 「大気汚染と健康」 「水質汚濁、土壌汚染と健康」 「環境と健康にかかわる対策」 「ごみの処理と上下水道の整備」 「食品の安全性」 「食品衛生にかかわる活動」 「保健サービスとその活用」 「医療サービスとその活用」 「医薬品の制度とその活用」 「さまざまな保健活動や社会的対策」 「健康に関する環境づくりと社会参加」 ・教材「現代高等保健体育」 ・一人1台端末の活用 等	【知識・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。 【思考・判断・表現】 ・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。 【主体的に学習に取り組む態度】 授業に取り組む姿勢・態度 授業中の発言など取り組む姿勢 課題の取組、課題提出状況、小テストなど	○	○	○	7
	定期考査	2学期期末考査		○	○		1
3	ディベート学習 ・これまで学んだ項目からテーマを決め役割分担、調べ、質問作成等を行い、項目ごとに様々な考え方について例を挙げて説明できる。	・指導事項 テーマ決め、役割分担、調べ学習、質問・回答・反論・主張等の構築、司会進行方法、投票 等 ・教材 大修館 現代高等保健体育 ・PC	【知識及び技能】 ・各項目ごとに健康に関する課題について理解し、発言することが出来る。 【思考力、判断力、表現力等】 ・各項目ごとに健康にかかわる原則や概念を個人、社会と関連付けて課題発見に取り組んでいる。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・積極的に取り組む姿勢・態度 ・仲間と協力して学習する				6

学期	・各項目ごとに他者と協力して課題解決に主体的に取り組み、互いに尊重しながら主体的に取り組むことが出来る。	端末を使って、調べ学習、発表	・積極的に取り組むとともに、仲間とともに主体的に取り組む。	○	○	○	
							合計 35