

科目名	体育		必履修 学校必履修 選択必履修	使用 教材	現代保健体育（大修館）
学年 学級	1 年男子全クラス	単位数	3	教科 担当	藤原 小林 万田 小澤 井口

期 間	授 業 計 画	到達目標
1 学期	◇オリエンテーション ◇陸上競技（実技・理論） ・短、中距離走、跳躍、ハードル走 ◇器械体操（実技・理論） ・マット運動 ◇球技（実技・理論） ・サッカー ・ハンドボール ・バレーボール ・卓球 ◇水泳（実技・理論） ・自由形、平泳ぎ	◇体づくり運動 運動を行う中で、体と心の状態に気付き、仲間との交流を深め、積極的に運動に取り組む態度を養う。 ◇陸上競技 自己の能力に適した目標設定を行い、記録向上や課題解決を目指す態度を身につける。
2 学期	◇水泳（実技・理論） ・自由形、平泳ぎ ◇陸上競技（実技・理論） ・短、中距離走、跳躍、ハードル走 ◇器械運動（実技・理論） ・マット運動 ◇球技（実技・理論） ・サッカー ・ハンドボール ・バレーボール ・卓球	◇器械体操 自己の能力に適した目標設定を行い技能向上や課題解決を目指す態度を身につける。 ◇水泳 臨海教室において、遠泳の完泳を目指し、平泳ぎを習得する。水泳の特性や学び方を理解し、健康・安全に留意して運動する知識や実践力を身に付ける。
3 学期	◇陸上競技（実技・理論） ・中長距離走 縄跳び	◇球技 種目に応じた基本的な個人的技能及び集団的技能を習得し、仲間と協力し練習・試合を運営する能力を育てる。

学習のポイント（授業中や家庭学習の方法）

体づくり運動・体育理論は、各単元に種目の特性をより深く理解できるよう行う。また準備運動の一環として、3種類の補強運動（腹筋・背筋・腕立て伏せ）を一年間継続的に行う。基礎体力の向上を図るとともに、生徒自身が体力の大切さについて意識できるよう徹底して行う。運動技能だけでなく、欠席・遅刻などの出席状況、準備・後片付け・授業への取り組み姿勢、積極性などを総合的に評価する。

保健体育科 教科名 のルーブリック					
評価の観点			知識・技能	思考力・判断力・表現力	主体的に学習に取り組む態度
立高生として育成したい素養のうち教科で重点的に育成する素養			知識、技能、情報活用力	課題発見・解決力、 判断力、情報発信力	協働力、粘り強く取り組む力
評価規準			活動内容を理解し、効率的、効果的に活動する。基本技術を身に付け、安定した動きや用具の操作から状況に応じた正確な操作で意図的にプレーをする技能を持つ。様々なメンバーと積極的なコミュニケーションからグループ（チーム）のニーズを把握し、自身の行動へ反映する。	学習課題を明確にし、他のメンバーの意見に耳を傾け、意見を聞き入れ、合理的な判断をしたうえで、作戦などの話し合いの場面で、合意形成をするための適切な情報を伝え、解決を図る。活動計画に応じて、役割分担し、活動の人員配置、活動に必要な物品の運搬、準備を行う。	自分自身の意見を持ち、自ら主体的に行動を起こし、また、周囲から求められていることを把握し、行動する。自分の役割を越えて、他のメンバーに配慮し、行動する。基本的なマナーを身につけており、自覚と責任を持った行動をする。
A	立高生として目指すべき目標	レベル4	活動内容を理解し、より効率的、効果的な活動が実現できる。基本技術を身に付け、いつでも、いかなる場面においても、安定した動きや用具の操作から状況に応じた正確な操作で、様々なレベルに応じた柔軟な技能の発揮ができる。いつでも、いかなる場面においても、様々なメンバーと積極的なコミュニケーションからグループ（チーム）のニーズを把握し、自身の行動へ反映している。	学習課題をより明確にし、いつでも、いかなる場面においても、他のメンバーの意見に耳を傾け、意見を聞き入れより良い判断をしたうえで、作戦などの話し合いの場面で、合意形成をするための適切な情報を伝えて解決を図っている。いつでも、いかなる場面においても、活動に必要な物品の運搬、活動計画に応じて、役割分担し、活動の人員配置、準備を行い、事前のリスクマネジメントしている。	いつでも、いかなる場面においても、自分自身の意見を持ち、自ら主体的に行動を起こし、また、周囲から求められていることを把握し、行動している。いつでも、いかなる場面においても、自分の役割を越えて、他のメンバーに配慮し、アクシデントに臨機応変に対処している。基本的なマナーを身につけており、いつでも、いかなる場面においても自覚と責任を持った行動をしている。
B	立高生として求める標準	レベル3	活動内容を理解し、効率的、効果的な活動が見込まれる。基本技術を身に付け、安定した動きや用具の操作から状況に応じた正確な操作で意図的に優位な状況を作り出す方法を獲得している。様々なメンバーと積極的なコミュニケーションからグループ（チーム）のニーズを把握し、自身の行動へ反映することができる。	学習課題を明確にし、他のメンバーの意見に耳を傾け、意見を聞き入れ、合理的な判断をしたうえで、作戦などの話し合いの場面で、合意形成をするための適切な情報を伝え解決を図ることができる。活動に必要な物品の運搬、活動計画に応じて、役割分担し、活動の人員配置、準備を行い、事前のリスクマネジメントができる。	自分自身の意見を持ち、自ら主体的に行動を起こし、また、周囲から求められていることを把握し、行動できる。自分の役割を越えて、他のメンバーに配慮し、アクシデントに臨機応変に対処できる。基本的なマナーを身につけており、いかなる場面においても自覚と責任を持った行動ができる。
		レベル2	活動内容を理解した取り組みで、よりよい活動の追求ができる。基本技術を身に付け、安定した動きや用具の操作から状況に応じた正確な操作ができる。必要なメンバーとコミュニケーションをとり、必要な情報を集めたり、伝えたりすることができる。	学習課題を把握し、自己の判断を持ち、他のメンバーに対して指示を出し、適切な情報を伝え解決を図ることができる。活動に必要な物品の運搬、活動計画に応じて、役割分担し、活動の人員配置、準備を行うことができる。	自分自身の意見を持ち、自ら主体的に行動を起こすことができる。自分の役割を越えて、他のメンバーへ配慮した行動ができる。「時間を守る、期限を守る、挨拶をする、身なりを整える、言葉使い」の基本マナーを身につけている。
C	立高生として初歩的段階	レベル1	おおよその活動内容を把握して行動できる。基本技術を身に付け、安定した動きや用具の操作ができる。メンバーとコミュニケーションをとることができる。	学習課題を発見し、教員または、他のメンバーからの指示を受け、それに応えながら判断し、情報を伝え解決を図ろうとする。どのような準備が必要かについて自ら考えることはできないが、他のメンバーの指示のもと準備のサポートをすることができる。	教員や他のメンバーからの指示の内容については行動をとることができる。自分の役割を滞りなく行うことができ基本的なマナーを意識しているが、指摘を受けながら実行する。
評価方法			スキルテスト、レポート評価、出席、取り組み状況	スキルテスト、レポート評価、出席、取り組み状況	スキルテスト、レポート評価、出席、取り組み状況
観点別評価			レベル1～4の4段階で評価し、最終的にA,B,Cで記載	レベル1～4の4段階で評価し、最終的にA,B,Cで記載	レベル1～4の4段階で評価し、最終的にA,B,Cで記載

科目名	体育		必履修 学校必履修 選択必履修	使用 教材	現代保健体育（大修館）
学年 学級	1 年女子全クラス	単位数	3	教科 担当	藤原 川人 小澤 加々見

期 間	授 業 計 画	到達目標
1 学期	◇オリエンテーション ◇器械体操（実技・理論） ・マット運動 ◇球技（実技・理論） ・ハンドボール ・バドミントン ・卓球 ◇水泳（実技・理論） ・自由形、平泳ぎ	◇体づくり運動 運動を行う中で、体と心の状態に気付き、仲間との交流を深め、積極的に運動に取り組む態度を養う ◇陸上競技 自己の能力に適した目標設定を行い、記録向上や課題解決を目指す態度を身につける
2 学期	◇水泳（実技・理論） ・自由形、平泳ぎ ◇陸上競技（実技・理論） ・短、中距離走、跳躍、ハードル走 ◇器械運動（実技・理論） ・マット運動 ◇球技（実技・理論） ・サッカー ・ハンドボール ・バレーボール ・卓球	◇器械体操 自己の能力に適した目標設定を行い技能向上や課題解決を目指す態度を身につける ◇水泳 臨海教室において、遠泳の完泳を目指し、平泳ぎを習得する。水泳の特性や学び方を理解し、健康・安全に留意して運動する知識や実践力を身に付ける
3 学期	◇陸上競技（実技・理論） ・中長距離走 縄跳び	◇球技 種目に応じた基本的な個人的技能及び集団的技能を習得し、仲間と協力し練習・試合を運営する能力を育てる。

学習のポイント（授業中や家庭学習の方法）

体づくり運動・体育理論は、各単元に種目の特性をより深く理解できるように行う。また準備運動の一環として、3種類の補強運動（腹筋・背筋・腕立て伏せ）を一年間継続的に行う。基礎体力の向上を図るとともに、生徒自身が体力の大切さについて意識できるよう徹底して行う。運動技能だけでなく、欠席・遅刻などの出席状況、準備・後片付け・授業への取り組み姿勢、積極性などを総合的に評価する。

保健体育科 教科名 のルーブリック					
評価の観点			知識・技能	思考力・判断力・表現力	主体的に学習に取り組む態度
立高生として育成したい素養のうち教科で重点的に育成する素養			知識、技能、情報活用力	課題発見・解決力、 判断力、情報発信力	協働力、粘り強く取り組む力
評価規準			活動内容を理解し、効率的、効果的に活動する。基本技術を身に付け、安定した動きや用具の操作から状況に応じた正確な操作で意図的にプレーをする技能を持つ。様々なメンバーと積極的なコミュニケーションからグループ（チーム）のニーズを把握し、自身の行動へ反映する。	学習課題を明確にし、他のメンバーの意見に耳を傾け、意見を聞き入れ、合理的な判断をしたうえで、作戦などの話し合いの場面で、合意形成をするための適切な情報を伝え、解決を図る。活動計画に応じて、役割分担し、活動の人員配置、活動に必要な物品の運搬、準備を行う。	自分自身の意見を持ち、自ら主体的に行動を起こし、また、周囲から求められていることを把握し、行動する。自分の役割を越えて、他のメンバーに配慮し、行動する。基本的なマナーを身につけており、自覚と責任を持った行動をする。
A	立高生として目指すべき目標	レベル 4	活動内容を理解し、より効率的、効果的な活動が実現できる。基本技術を身に付け、いつでも、いかなる場面においても、安定した動きや用具の操作から状況に応じた正確な操作で、様々なレベルに応じた柔軟な技能の発揮ができる。いつでも、いかなる場面においても、様々なメンバーと積極的なコミュニケーションからグループ（チーム）のニーズを把握し、自身の行動へ反映している。	学習課題をより明確にし、いつでも、いかなる場面においても、他のメンバーの意見に耳を傾け、意見を聞き入れより良い判断をしたうえで、作戦などの話し合いの場面で、合意形成をするための適切な情報を伝えて解決を図っている。いつでも、いかなる場面においても、活動に必要な物品の運搬、活動計画に応じて、役割分担し、活動の人員配置、準備を行い、事前のリスクマネジメントしている。	いつでも、いかなる場面においても、自分自身の意見を持ち、自ら主体的に行動を起こし、また、周囲から求められていることを把握し、行動している。いつでも、いかなる場面においても、自分の役割を越えて、他のメンバーに配慮し、アクシデントに臨機応変に対処している。基本的なマナーを身につけており、いつでも、いかなる場面においても自覚と責任を持った行動をしている。
B	立高生として求める標準	レベル 3	活動内容を理解し、効率的、効果的な活動が見込まれる。基本技術を身に付け、安定した動きや用具の操作から状況に応じた正確な操作で意図的に優れた状況を作り出す方法を獲得している。様々なメンバーと積極的なコミュニケーションからグループ（チーム）のニーズを把握し、自身の行動へ反映することができる。	学習課題を明確にし、他のメンバーの意見に耳を傾け、意見を聞き入れ、合理的な判断をしたうえで、作戦などの話し合いの場面で、合意形成をするための適切な情報を伝え、解決を図ることができる。活動に必要な物品の運搬、活動計画に応じて、役割分担し、活動の人員配置、準備を行い、事前のリスクマネジメントができる。	自分自身の意見を持ち、自ら主体的に行動を起こし、また、周囲から求められていることを把握し、行動できる。自分の役割を越えて、他のメンバーに配慮し、アクシデントに臨機応変に対処できる。基本的なマナーを身につけており、いかなる場面においても自覚と責任を持った行動ができる。
		レベル 2	活動内容を理解した取り組みで、よりよい活動の追求ができる。基本技術を身に付け、安定した動きや用具の操作から状況に応じた正確な操作ができる。必要なメンバーとコミュニケーションをとり、必要な情報を集めたり、伝えたりすることができる。	学習課題を把握し、自己の判断を持ち、他のメンバーに対して指示を出し、適切な情報を伝え解決を図ることができる。活動に必要な物品の運搬、活動計画に応じて、役割分担し、活動の人員配置、準備を行うことができる。	自分自身の意見を持ち、自ら主体的に行動を起こすことができる。自分の役割を越えて、他のメンバーへ配慮した行動ができる。「時間を守る、期限を守る、挨拶をする、身なりを整える、言葉使い」の基本マナーを身につけている。
C	立高生として初歩的段階	レベル 1	おおよその活動内容を把握して行動できる。基本技術を身に付け、安定した動きや用具の操作ができる。メンバーとコミュニケーションをとることができる。	学習課題を発見し、教員または、他のメンバーからの指示を受け、それに応えながら判断し、情報を伝え解決を図ろうとする。どのような準備が必要かについて自ら考えることはできないが、他のメンバーの指示のもと準備のサポートをすることができる。	教員や他のメンバーからの指示の内容については行動をとることができる。自分の役割を滞りなく行うことができ基本的なマナーを意識しているが、指摘を受けながら実行する。
評価方法			スキルテスト、レポート評価、出席、取り組み状況	スキルテスト、レポート評価、出席、取り組み状況	スキルテスト、レポート評価、出席、取り組み状況
観点別評価			レベル 1～4 の 4 段階で評価し、最終的に A,B,C で記載	レベル 1～4 の 4 段階で評価し、最終的に A,B,C で記載	レベル 1～4 の 4 段階で評価し、最終的に A,B,C で記載

科目名	保健		必履修	使用教材	現代保健体育（大修館）
学年 学級	1 年全クラス	単位数	1	教科担当	藤原 小林 万田 井桁

期 間		授 業 計 画	到達目標
1 学 期	期末考査まで	私たちの健康のすがた 健康のとらえ方 健康と意思決定・行動選択 健康に関する健康づくり 生活習慣病とその予防 運動と健康 応急手当の意義とその基本心配蘇生法 日常的な応急手当、災害の発生と安全・健康	日常生活や社会との関連を図りながら、健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に理解に管理する資質や能力を身につけている。
2 学 期	期末考査まで	食事と健康 休養・睡眠と健康 喫煙と健康 飲酒と健康 薬物乱用と健康、医薬品と健康 感染症とその予防、 エイズとその予防	課題レポートや話し合いを行う中で、課題の発見する力を養うとともに、自分の考えを適切に伝える資質や能力を身につけている。
3 学 期	学年末考査まで	欲求と適応機制 心身の相関とストレス、 ストレスへの対処、心の健康と自己実現 交通事故の現状と要因、 安全な交通社会づくり まとめ	日常生活や社会に主体的に関わりながら、健康・安全を保持増進する態度を養い、生涯を通じて社会の健康に貢献する資質能力を身につけている。

学習のポイント

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ようにし、生涯を通して自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を高める。また防災・安全に対する意識を高め、災害時にあわてず行動できる資質を身につける。

評価については、考査の得点、提出物、授業態度などを総合的に評価する。

保健体育科 教科名 のルーブリック					
評価の観点			知識・技能	思考力・判断力・表現力	主体的に学習に取り組む態度
立高生として育成したい素養のうち教科で重点的に育成する素養			知識、技能、情報活用力	課題発見・解決力、 判断力、情報発信力	協働力、粘り強く取り組む力
評価規準			日常生活や社会との関連を図りながら、健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に理解に管理する資質や能力を身につけている。	課題レポートや話し合いを行う中で、課題の発見する力を養うとともに、自分の考えを適切に伝える資質や能力を身につけている。	日常生活や社会に主体的に関わりながら、健康・安全を保持増進する態度を養い、生涯を通じて社会の健康に貢献する資質能力を身につけている。
A	立高生として目指すべき目標	レベル4	基日常生活や社会との関連を図りながら、健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に理解に管理する資質や能力を身につけ、応用できる。	課題レポートや話し合いを行う中で、課題の発見する力を養うとともに、自分の考えを適切に伝える資質や能力を身につけ、習熟し、様々な場面で応用できる。	日常生活や社会に主体的に関わりながら、健康・安全を保持増進する態度を養い、生涯を通じて社会の健康に貢献する資質能力を身につけ、いつも行動することができる。
B	立高生として求める標準	レベル3	基日常生活や社会との関連を図りながら、健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に理解に管理する資質や能力を身につけ、活用できる。	課題レポートや話し合いを行う中で、課題の発見する力を養うとともに、自分の考えを適切に伝える資質や能力を身につけ、習熟している。	日常生活や社会に主体的に関わりながら、健康・安全を保持増進する態度を養い、生涯を通じて社会の健康に貢献する資質能力を身につけ、しばしば行動することができる。
		レベル2	基日常生活や社会との関連を図りながら、健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に理解に管理する資質や能力をある程度身につけている。	課題レポートや話し合いを行う中で、課題の発見する力を養うとともに、自分の考えを適切に伝える資質や能力を概ね身につけている。	日常生活や社会に主体的に関わりながら、健康・安全を保持増進する態度を養い、生涯を通じて社会の健康に貢献する資質能力を概ね身につけている。
C	立高生として初歩的段階	レベル1	基日常生活や社会との関連を図りながら、健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に理解に管理する資質や能力を理解している。	課題レポートや話し合いを行う中で、課題の発見する力を養うとともに、自分の考えを適切に伝える資質や能力を少し身につけている。	日常生活や社会に主体的に関わりながら、健康・安全を保持増進する態度を養い、生涯を通じて社会の健康に貢献する資質能力を少し身につけている。
評価方法			定期考査 課題レポート 出席・取り組み態度	定期考査 課題レポート 出席・取り組み態度	定期考査 課題レポート 出席・取り組み態度
観点別評価			レベル1～4の4段階で評価し、最終的にA,B,Cで記載	レベル1～4の4段階で評価し、最終的にA,B,Cで記載	レベル1～4の4段階で評価し、最終的にA,B,Cで記載

科目名	体育		必履修	使用教材	現代保健体育改訂版（大修館）
学年 学級	2年男子全クラス	単位数	2	教科担当	万田・川人 小林・井桁

期 間		授 業 計 画		到達目標
1 学 期	中間考査まで	◇オリエンテーション ◇球技（実技・理論） ・ バドミントン/卓球 ・ ソフトボール/テニス ◇水泳（実技・理論） ・ 背泳ぎ、バタフライ	体 つ く り 運 動 ・ 補 強 運 動 （ 腹 筋 ・ 背 筋 ・ 腕 立 て 伏 せ ）	◇体づくり運動 運動を行う中で、体と心の状態に気付 き、運動に対する関心や意欲をもって 互いに協力して運動ができるように する
	期末考査まで			◇球技 種目に応じた基本的な個人的技能及 び集団的技能を習得し、作戦を生かし た攻防や、練習やゲームに工夫して取 り組む能力を育てる
2 学 期	中間考査まで			◇水泳 水泳の泳法や技能を身につけるとと もに、水泳の事故防止の心得を実践的 行動に結びつけて理解し、知識を身に 付ける
	期末考査まで	◇球技（実技・理論） ・ バドミントン/卓球 ・ ソフトボール/テニス ◇陸上競技（実技・理論） ・ 中長距離走/縄跳び ・ バスケットボール		◇陸上競技 自己の能力に適した課題の解決を目 指して、練習の仕方や競技のルールを 理解し、学習に取り組む資質を育てる
3 学 期	学年末考査まで			

学習のポイント（授業中や家庭学習の方法）

体づくり運動・体育理論は、各单元ごとに種目の特性をより深く理解できるよう行う。また準備運動の一環として、3種類の補強運動（腹筋・背筋・腕立て伏せ）を一年間継続的に行う。基礎体力の向上を図るとともに、生徒自身が体力の大切さについて意識できるよう徹底して行う。運動技能だけでなく、欠席・遅刻などの出席状況、準備・後片付け・授業への取り組み姿勢、積極性などを総合的に評価する。

保健体育科 教科名 のルーブリック					
評価の観点			知識・技能	思考力・判断力・表現力	主体的に学習に取り組む態度
立高生として育成したい素養のうち教科で重点的に育成する素養			知識、技能、情報活用力	課題発見・解決力、 判断力、情報発信力	協働力、粘り強く取り組む力
評価規準			活動内容を理解し、効率的、効果的に活動する。基本技術を身に付け、安定した動きや用具の操作から状況に応じた正確な操作で意図的にプレーをする技能を持つ。様々なメンバーと積極的なコミュニケーションからグループ（チーム）のニーズを把握し、自身の行動へ反映する。	学習課題を明確にし、他のメンバーの意見に耳を傾け、意見を聞き入れ、合理的な判断をしたうえで、作戦などの話し合いの場面で、合意形成をするための適切な情報を伝え、解決を図る。活動計画に応じて、役割分担し、活動の人員配置、活動に必要な物品の運搬、準備を行う。	自分自身の意見を持ち、自ら主体的に行動を起こし、また、周囲から求められていることを把握し、行動する。自分の役割を越えて、他のメンバーに配慮し、行動する。基本的なマナーを身につけており、自覚と責任を持った行動をする。
A	立高生として目指すべき目標	レベル4	活動内容を理解し、より効率的、効果的な活動が実現できる。基本技術を身に付け、いつでも、いかなる場面においても、安定した動きや用具の操作から状況に応じた正確な操作で、様々なレベルに応じた柔軟な技能の発揮ができる。いつでも、いかなる場面においても、様々なメンバーと積極的なコミュニケーションからグループ（チーム）のニーズを把握し、自身の行動へ反映している。	学習課題をより明確にし、いつでも、いかなる場面においても、他のメンバーの意見に耳を傾け、意見を聞き入れより良い判断をしたうえで、作戦などの話し合いの場面で、合意形成をするための適切な情報を伝えて解決を図っている。いつでも、いかなる場面においても、活動に必要な物品の運搬、活動計画に応じて、役割分担し、活動の人員配置、準備を行い、事前のリスクマネジメントしている。	いつでも、いかなる場面においても、自分自身の意見を持ち、自ら主体的に行動を起こし、また、周囲から求められていることを把握し、行動している。いつでも、いかなる場面においても、自分の役割を越えて、他のメンバーに配慮し、アクシデントに臨機応変に対処している。基本的なマナーを身につけており、いつでも、いかなる場面においても自覚と責任を持った行動をしている。
B	立高生として求める標準	レベル3	活動内容を理解し、効率的、効果的な活動が見込まれる。基本技術を身に付け、安定した動きや用具の操作から状況に応じた正確な操作で意図的に優位な状況を作り出す方法を獲得している。様々なメンバーと積極的なコミュニケーションからグループ（チーム）のニーズを把握し、自身の行動へ反映することができる。	学習課題を明確にし、他のメンバーの意見に耳を傾け、意見を聞き入れ、合理的な判断をしたうえで、作戦などの話し合いの場面で、合意形成をするための適切な情報を伝え、解決を図ることができる。活動に必要な物品の運搬、活動計画に応じて、役割分担し、活動の人員配置、準備を行い、事前のリスクマネジメントができる。	自分自身の意見を持ち、自ら主体的に行動を起こし、また、周囲から求められていることを把握し、行動できる。自分の役割を越えて、他のメンバーに配慮し、アクシデントに臨機応変に対処できる。基本的なマナーを身につけており、いかなる場面においても自覚と責任を持った行動ができる。
		レベル2	活動内容を理解した取り組みで、よりよい活動の追求ができる。基本技術を身に付け、安定した動きや用具の操作から状況に応じた正確な操作ができる。必要なメンバーとコミュニケーションをとり、必要な情報を集めたり、伝えたりすることができる。	学習課題を把握し、自己の判断を持ち、他のメンバーに対して指示を出し、適切な情報を伝え解決を図ることができる。活動に必要な物品の運搬、活動計画に応じて、役割分担し、活動の人員配置、準備を行うことができる。	自分自身の意見を持ち、自ら主体的に行動を起こすことができる。自分の役割を越えて、他のメンバーへ配慮した行動ができる。「時間を守る、期限を守る、挨拶をする、身なりを整える、言葉使い」の基本マナーを身につけている。
C	立高生として初歩的段階	レベル1	おおよその活動内容を把握して行動できる。基本技術を身に付け、安定した動きや用具の操作ができる。メンバーとコミュニケーションをとることができる。	学習課題を発見し、教員または、他のメンバーからの指示を受け、それに応えながら判断し、情報を伝え解決を図ろうとする。どのような準備が必要かについて自ら考えることはできないが、他のメンバーの指示のもと準備のサポートをすることができる。	教員や他のメンバーからの指示の内容については行動をとることができる。自分の役割を滞りなく行うことができ基本的なマナーを意識しているが、指摘を受けながら実行する。
評価方法			スキルテスト、レポート評価、出席、取り組み状況	スキルテスト、レポート評価、出席、取り組み状況	スキルテスト、レポート評価、出席、取り組み状況
観点別評価			レベル1～4の4段階で評価し、最終的にA,B,Cで記載	レベル1～4の4段階で評価し、最終的にA,B,Cで記載	レベル1～4の4段階で評価し、最終的にA,B,Cで記載

科目名		体育	必履修	使用教材	現代保健体育改訂版（大修館）
学年 学級	2年女子全クラス	単位数	2	教科担当	小澤・井口

期 間		授 業 計 画		到達目標
1 学 期	中間考査まで	◇オリエンテーション ◇球技（実技・理論） ・ バドミントン ・ ソフトボール	体 つ く り 運 動 ・ 補 強 運 動 （ 腹 筋 ・ 背 筋 ・ 腕 立 て 伏 せ ）	◇体づくり運動 運動を行う中で、体と心の状態に気付 き、運動に対する関心や意欲をもって 互いに協力して運動ができるようにす る ◇球技 種目に応じた基本的な個人的技能及び 集団的技能を習得し、作戦を生かした 攻防や、練習やゲームに工夫して取り 組む能力を育てる
	期末考査まで	◇水泳（実技・理論） ・ 背泳ぎ、バタフライ		◇水泳 水泳の泳法や技能を身につけるととも に、水泳の事故防止の心得を実践的行 動に結びつけて理解し、知識を身に付 ける ◇陸上競技 自己の能力に適した課題の解決を目指 して、練習の仕方や競技のルールを理 解し、学習に取り組む資質を育てる
2 学 期	中間考査まで			
	期末考査まで	◇球技（実技・理論） ・ バスケットボール ・ テニス		
3 学 期	学年末考査まで	◇陸上競技（実技・理論） ・ 中長距離走 ・ 縄跳び		

学習のポイント（授業中や家庭学習の方法）

体づくり運動・体育理論は、各单元ごとに種目の特性をより深く理解できるよう行う。また準備運動の一環として、3種類の補強運動（腹筋・背筋・腕立て伏せ）を一年間継続的に行う。基礎体力の向上を図るとともに、生徒自身が体力の大切さについて意識できるよう徹底して行う。運動技能だけでなく、欠席・遅刻などの出席状況、準備・後片付け・授業への取り組み姿勢、積極性などを総合的に評価する。

保健体育科 教科名 のルーブリック					
評価の観点			知識・技能	思考力・判断力・表現力	主体的に学習に取り組む態度
立高生として育成したい素養のうち教科で重点的に育成する素養			知識、技能、情報活用力	課題発見・解決力、 判断力、情報発信力	協働力、粘り強く取り組む力
評価規準			活動内容を理解し、効率的、効果的に活動する。基本技術を身に付け、安定した動きや用具の操作から状況に応じた正確な操作で意図的にプレーをする技能を持つ。様々なメンバーと積極的なコミュニケーションからグループ（チーム）のニーズを把握し、自身の行動へ反映する。	学習課題を明確にし、他のメンバーの意見に耳を傾け、意見を聞き入れ、合理的な判断をしたうえで、作戦などの話し合いの場面で、合意形成をするための適切な情報を伝え、解決を図る。活動計画に応じて、役割分担し、活動の人員配置、活動に必要な物品の運搬、準備を行う。	自分自身の意見を持ち、自ら主体的に行動を起こし、また、周囲から求められていることを把握し、行動する。自分の役割を越えて、他のメンバーに配慮し、行動する。基本的なマナーを身につけており、自覚と責任を持った行動をする。
A	立高生として目指すべき目標	レベル 4	活動内容を理解し、より効率的、効果的な活動が実現できる。基本技術を身に付け、いつでも、いかなる場面においても、安定した動きや用具の操作から状況に応じた正確な操作で、様々なレベルに応じた柔軟な技能の発揮ができる。いつでも、いかなる場面においても、様々なメンバーと積極的なコミュニケーションからグループ（チーム）のニーズを把握し、自身の行動へ反映している。	学習課題をより明確にし、いつでも、いかなる場面においても、他のメンバーの意見に耳を傾け、意見を聞き入れより良い判断をしたうえで、作戦などの話し合いの場面で、合意形成をするための適切な情報を伝えて解決を図っている。いつでも、いかなる場面においても、活動に必要な物品の運搬、活動計画に応じて、役割分担し、活動の人員配置、準備を行い、事前のリスクマネジメントしている。	いつでも、いかなる場面においても、自分自身の意見を持ち、自ら主体的に行動を起こし、また、周囲から求められていることを把握し、行動している。いつでも、いかなる場面においても、自分の役割を越えて、他のメンバーに配慮し、アクシデントに臨機応変に対処している。基本的なマナーを身につけており、いつでも、いかなる場面においても自覚と責任を持った行動をしている。
B	立高生として求める標準	レベル 3	活動内容を理解し、効率的、効果的な活動が見込まれる。基本技術を身に付け、安定した動きや用具の操作から状況に応じた正確な操作で意図的に優れた状況を作り出す方法を獲得している。様々なメンバーと積極的なコミュニケーションからグループ（チーム）のニーズを把握し、自身の行動へ反映することができる。	学習課題を明確にし、他のメンバーの意見に耳を傾け、意見を聞き入れ、合理的な判断をしたうえで、作戦などの話し合いの場面で、合意形成をするための適切な情報を伝え解決を図ることができる。活動に必要な物品の運搬、活動計画に応じて、役割分担し、活動の人員配置、準備を行い、事前のリスクマネジメントができる。	自分自身の意見を持ち、自ら主体的に行動を起こし、また、周囲から求められていることを把握し、行動できる。自分の役割を越えて、他のメンバーに配慮し、アクシデントに臨機応変に対処できる。基本的なマナーを身につけており、いかなる場面においても自覚と責任を持った行動ができる。
		レベル 2	活動内容を理解した取り組みで、よりよい活動の追求ができる。基本技術を身に付け、安定した動きや用具の操作から状況に応じた正確な操作ができる。必要なメンバーとコミュニケーションをとり、必要な情報を集めたり、伝えたりすることができる。	学習課題を把握し、自己の判断を持ち、他のメンバーに対して指示を出し、適切な情報を伝え解決を図ることができる。活動に必要な物品の運搬、活動計画に応じて、役割分担し、活動の人員配置、準備を行うことができる。	自分自身の意見を持ち、自ら主体的に行動を起こすことができる。自分の役割を越えて、他のメンバーへ配慮した行動ができる。「時間を守る、期限を守る、挨拶をする、身なりを整える、言葉使い」の基本マナーを身につけている。
C	立高生として初歩的段階	レベル 1	おおよその活動内容を把握して行動できる。基本技術を身に付け、安定した動きや用具の操作ができる。メンバーとコミュニケーションをとることができる。	学習課題を発見し、教員または、他のメンバーからの指示を受け、それに応えながら判断し、情報を伝え解決を図ろうとする。どのような準備が必要かについて自ら考えることはできないが、他のメンバーの指示のもと準備のサポートをすることができる。	教員や他のメンバーからの指示の内容については行動をとることができる。自分の役割を滞りなく行うことができ基本的なマナーを意識しているが、指摘を受けながら実行する。
評価方法			スキルテスト、レポート評価、出席、取り組み状況	スキルテスト、レポート評価、出席、取り組み状況	スキルテスト、レポート評価、出席、取り組み状況
観点別評価			レベル 1～4 の 4 段階で評価し、最終的に A,B,C で記載	レベル 1～4 の 4 段階で評価し、最終的に A,B,C で記載	レベル 1～4 の 4 段階で評価し、最終的に A,B,C で記載

科目名		保健		必履修	使用教材	最新保健体育（大修館）
学年 学級	2 年全クラス	単位数	1	教科担当	小澤・井口・川人	

期 間		授 業 計 画	到達目標
1 学 期	期末考査まで	◇オリエンテーション ◇生涯を通じる健康 （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） ・レポート作成 ・知識理解テスト（授業内）	・思春期における心の変化を男女に分けて説明できる。 ・性意識の男女差について、例をあげて説明できる。 ・妊娠・出産における健康課題について説明できる。 ・家族計画の意義と適切な避妊法について説明できる。
2 学 期	期末考査まで	・発表準備（発表原稿・教材） ◇個人の課題 ・課題選び（新聞、書籍、インターネット） ・レポート作成 ・プレゼンテーション ◇グループ課題学習発表 ・発表および他グループの評価	◇個人 ・保健に関する課題意識を持ち、自分自身の考えを人に伝えることができる ◇グループ ・ひとつの保健課題を複数人で検証・討議し、グループとしての考えをまとめることができる ・レポート提出 ・伝えたいことを、明確に伝える力を養う ・伝えるための手段を工夫することができる
3 学 期	学年末考査まで	◇まとめ ・発表まとめ ・講義 ・小テスト	高校保健で学んだことを復習し、実生活で生かせるようにする

学習のポイント

さまざまな保健課題について学習し、自分自身の考えを持てるようにする。またその考えを人に伝えたり、人と議論することで、保健課題についての理解をより深める。保健課題に対する興味関心を深めることで、生涯を通して自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を高める。

評価については、授業毎のレポート、課題レポート、発表、小テスト、授業への参加態度などを総合的に評価する。

保健体育科 教科名 のルーブリック					
評価の観点			知識・技能	思考力・判断力・表現力	主体的に学習に取り組む態度
立高生として育成したい素養のうち教科で重点的に育成する素養			知識、技能、情報活用力	課題発見・解決力、 判断力、情報発信力	協働力、粘り強く取り組む力
評価規準			日常生活や社会との関連を図りながら、健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に理解に管理する資質や能力を身につけている。	課題レポートや話し合いを行う中で、課題の発見する力を養うとともに、自分の考えを適切に伝える資質や能力を身につけている。	日常生活や社会に主体的に関わりながら、健康・安全を保持増進する態度を養い、生涯を通じて社会の健康に貢献する資質能力を身につけている。
A	立高生として目指すべき目標	レベル4	基日常生活や社会との関連を図りながら、健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に理解に管理する資質や能力を身につけ、応用できる。	課題レポートや話し合いを行う中で、課題の発見する力を養うとともに、自分の考えを適切に伝える資質や能力を身につけ、習熟し、様々な場面で応用できる。	日常生活や社会に主体的に関わりながら、健康・安全を保持増進する態度を養い、生涯を通じて社会の健康に貢献する資質能力を身につけ、いつも行動することができる。
B	立高生として求める標準	レベル3	基日常生活や社会との関連を図りながら、健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に理解に管理する資質や能力を身につけ、活用できる。	課題レポートや話し合いを行う中で、課題の発見する力を養うとともに、自分の考えを適切に伝える資質や能力を身につけ、習熟している。	日常生活や社会に主体的に関わりながら、健康・安全を保持増進する態度を養い、生涯を通じて社会の健康に貢献する資質能力を身につけ、しばしば行動することができる。
		レベル2	基日常生活や社会との関連を図りながら、健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に理解に管理する資質や能力をある程度身につけている。	課題レポートや話し合いを行う中で、課題の発見する力を養うとともに、自分の考えを適切に伝える資質や能力を概ね身につけている。	日常生活や社会に主体的に関わりながら、健康・安全を保持増進する態度を養い、生涯を通じて社会の健康に貢献する資質能力を概ね身につけている。
C	立高生として初歩的段階	レベル1	基日常生活や社会との関連を図りながら、健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に理解に管理する資質や能力を理解している。	課題レポートや話し合いを行う中で、課題の発見する力を養うとともに、自分の考えを適切に伝える資質や能力を少し身につけている。	日常生活や社会に主体的に関わりながら、健康・安全を保持増進する態度を養い、生涯を通じて社会の健康に貢献する資質能力を少し身につけている。
評価方法			定期考査 課題レポート 出席・取り組み態度	定期考査 課題レポート 出席・取り組み態度	定期考査 課題レポート 出席・取り組み態度
観点別評価			レベル1～4の4段階で評価し、最終的に A,B,C で記載	レベル1～4の4段階で評価し、最終的に A,B,C で記載	レベル1～4の4段階で評価し、最終的に A,B,C で記載

科目名	体育		必履修 学校必履修 選択必履修	使用教材	現代保健体育改訂版（大修館）
学年 学級	3 年全クラス	単位数	2	教科担当	川人、小澤、藤原、小林、万田

期 間		授 業 計 画		到達目標
1 学 期	中間考査まで	◇選択制種目別グループ学習 ＜Ⅰ期＞ ●サッカー、ハンドボール、ソフトボール、陸上競技、テニス、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球のうちから1種目を選択（2単位） ◇一斉学習 ＜水泳期＞ 着衣泳、時間泳、水球（2単位）	※Ⅱ期では、Ⅰ期で選択した種目は選択できない	◇各種目 ・計画・実践・反省をグループで主体的に行うことができる ・安全に留意し、生涯にわたってスポーツに親しめる態度を身につける ◇各種目 ・計画・実践・反省をグループで主体的に行うことができる ・安全に留意し、生涯にわたってスポーツに親しめる態度を身につける ◇水泳 ・個人メドレーで100mを完泳できる ・安全に留意し、生涯にわたってスポーツに親しめる態度を身につける
	期末考査まで	◇選択制種目別グループ学習 ＜Ⅱ期＞ ●サッカー、ハンドボール、ソフトボール、陸上競技、テニス、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球、水泳のうちから1種目を選択（2単位）		
2 学 期	中間考査まで	◇選択制種目別グループ学習 ＜Ⅲ期＞ ●サッカー、ハンドボール、ソフトボール、陸上競技、テニス、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球他ニュースポーツのうちから一種目を選択（2単位）	※Ⅲ期では、Ⅰ・Ⅱ期で選択した種目は選択できない。ニュースポーツなど新たな種目を取り入れても良い。	◇各種目 ・計画・実践・反省をグループで主体的に行うことができる ・安全に留意し、生涯にわたってスポーツに親しめる態度を身につける
	期末考査まで			

学習のポイント（授業中や家庭学習の方法）

準備運動の一環として、3種類の補強運動（腹筋・背筋・腕立て伏せ）を一年間継続的に行う。基礎体力の向上を図るとともに、生徒自身が体力の大切さについて意識できるよう徹底的に行う。様々な種目を経験することを目的としている。また、種目により構成メンバーが替わっても積極的にスポーツに取り組み楽しむことが重要である。高校卒業後に生涯にわたりスポーツに関わる態度を養う。

保健体育科 教科名 のルーブリック					
評価の観点			知識・技能	思考力・判断力・表現力	主体的に学習に取り組む態度
立高生として育成したい素養のうち教科で重点的に育成する素養			知識、技能、情報活用力	課題発見・解決力、 判断力、情報発信力	協働力、粘り強く取り組む力
評価規準			活動内容を理解し、効率的、効果的に活動する。基本技術を身に付け、安定した動きや用具の操作から状況に応じた正確な操作で意図的にプレーをする技能を持つ。様々なメンバーと積極的なコミュニケーションからグループ（チーム）のニーズを把握し、自身の行動へ反映する。	学習課題を明確にし、他のメンバーの意見に耳を傾け、意見を聞き入れ、合理的な判断をしたうえで、作戦などの話し合いの場面で、合意形成をするための適切な情報を伝え、解決を図る。活動計画に応じて、役割分担し、活動の人員配置、活動に必要な物品の運搬、準備を行う。	自分自身の意見を持ち、自ら主体的に行動を起こし、また、周囲から求められていることを把握し、行動する。自分の役割を越えて、他のメンバーに配慮し、行動する。基本的なマナーを身につけており、自覚と責任を持った行動をする。
A	立高生として目指すべき目標	レベル4	活動内容を理解し、より効率的、効果的な活動が実現できる。基本技術を身に付け、いつでも、いかなる場面においても、安定した動きや用具の操作から状況に応じた正確な操作で、様々なレベルに応じた柔軟な技能の発揮ができる。いつでも、いかなる場面においても、様々なメンバーと積極的なコミュニケーションからグループ（チーム）のニーズを把握し、自身の行動へ反映している。	学習課題をより明確にし、いつでも、いかなる場面においても、他のメンバーの意見に耳を傾け、意見を聞き入れより良い判断をしたうえで、作戦などの話し合いの場面で、合意形成をするための適切な情報を伝えて解決を図っている。いつでも、いかなる場面においても、活動に必要な物品の運搬、活動計画に応じて、役割分担し、活動の人員配置、準備を行い、事前のリスクマネジメントしている。	いつでも、いかなる場面においても、自分自身の意見を持ち、自ら主体的に行動を起こし、また、周囲から求められていることを把握し、行動している。いつでも、いかなる場面においても、自分の役割を越えて、他のメンバーに配慮し、アクシデントに臨機応変に対処している。基本的なマナーを身につけており、いつでも、いかなる場面においても自覚と責任を持った行動をしている。
B	立高生として求める標準	レベル3	活動内容を理解し、効率的、効果的な活動が見込まれる。基本技術を身に付け、安定した動きや用具の操作から状況に応じた正確な操作で意図的に優位な状況を作り出す方法を獲得している。様々なメンバーと積極的なコミュニケーションからグループ（チーム）のニーズを把握し、自身の行動へ反映することができる。	学習課題を明確にし、他のメンバーの意見に耳を傾け、意見を聞き入れ、合理的な判断をしたうえで、作戦などの話し合いの場面で、合意形成をするための適切な情報を伝え、解決を図ることができる。活動に必要な物品の運搬、活動計画に応じて、役割分担し、活動の人員配置、準備を行い、事前のリスクマネジメントができる。	自分自身の意見を持ち、自ら主体的に行動を起こし、また、周囲から求められていることを把握し、行動できる。自分の役割を越えて、他のメンバーに配慮し、アクシデントに臨機応変に対処できる。基本的なマナーを身につけており、いかなる場面においても自覚と責任を持った行動ができる。
		レベル2	活動内容を理解した取り組みで、よりよい活動の追求ができる。基本技術を身に付け、安定した動きや用具の操作から状況に応じた正確な操作ができる。必要なメンバーとコミュニケーションをとり、必要な情報を集めたり、伝えたりすることができる。	学習課題を把握し、自己の判断を持ち、他のメンバーに対して指示を出し、適切な情報を伝え解決を図ることができる。活動に必要な物品の運搬、活動計画に応じて、役割分担し、活動の人員配置、準備を行うことができる。	自分自身の意見を持ち、自ら主体的に行動を起こすことができる。自分の役割を越えて、他のメンバーへ配慮した行動ができる。「時間を守る、期限を守る、挨拶をする、身なりを整える、言葉使い」の基本マナーを身につけている。
C	立高生としての初歩的段階	レベル1	おおよその活動内容を把握して行動できる。基本技術を身に付け、安定した動きや用具の操作ができる。メンバーとコミュニケーションをとることができる。	学習課題を発見し、教員または、他のメンバーからの指示を受け、それに応えながら判断し、情報を伝え解決を図ろうとする。どのような準備が必要かについて自ら考えることはできないが、他のメンバーの指示のもと準備のサポートをすることができる。	教員や他のメンバーからの指示の内容については行動をとることができる。自分の役割を滞りなく行うことができ基本的なマナーを意識しているが、指摘を受けながら実行する。
評価方法			スキルテスト、レポート評価（個人ノート・グループノート）、出席、取り組み状況	スキルテスト、レポート評価（個人ノート・グループノート）、出席、取り組み状況	スキルテスト、レポート評価（個人ノート・グループノート）、出席、取り組み状況
観点別評価			レベル1～4の4段階で評価し、最終的にA,B,Cで記載	レベル1～4の4段階で評価し、最終的にA,B,Cで記載	レベル1～4の4段階で評価し、最終的にA,B,Cで記載