

教科名	保健体育	科目名	保健	単位数	1
教科書等	現代高等保健体育（大修館）		教材等	現代最新保健ノート	
目標	個人及び社会生活の健康・安全について理解を深める。また、人体の構造と科学について学習し、生涯を通じて自らの健康を管理し、生活行動を改善していくための能力を育成する。				
評価の観点	関心・意欲・態度		思考・判断	技能	知識・理解
観点の趣旨	個人生活や社会生活における健康・安全に関心を持ち、意欲的に学習に取り組もうとする。		個人生活や社会生活における健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断している。	/	個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身につけている。
評価方法	授業への取り組み	○			○
	ノート・レポートの記載内容	○	○		○
	観察・実技等	○	○		
	教科書等の内容の理解		○		○
	実技テスト		○		○
学期	月	単元内容（単元名）		具体的な学習内容	
前期	4	・オリエンテーション ・私たちの健康のすがた		・授業の進めかたなどを説明する。 ・日本の健康水準が、科学技術や経済の発展に伴って向上してきたこと、病気の傾向が変化してきていることを理解する。	
	5	・健康のとらえ方 ・健康と意思決定・行動選択 ・健康に関する環境づくり		・健康を保持・増進するためには適切な意思決定と行動選択が必要であること。健康増進には「ヘルスプロモーション」が重要になってきていることを理解させる。	
	6	・応急手当の意義のその基本 ・心肺蘇生法 ・日常的な応急手当		・応急手当の重要性を知り、傷病者の観察や応急手当の正しい手順について理解する。 ・心肺蘇生方法についての理解と熱中症への対策を理解させる。	
	7	・生活習慣病とその予防 ・食事と健康		・現代の死因の大部分を占める生活習慣病について、原因とその予防に対する対策について理解する。 ・「食事」の意義や役割について理解する。	
	9	・運動と健康 ・休養・睡眠と健康		・基本的な生活習慣としての「運動」を重視し、その役割や実践方法について理解する。 ・生活習慣としての「休養・睡眠」の、単に肉体の疲労回復にとどまらない今日的な捉えかたや、睡眠のリズムについて理解する。	
後期	10	・喫煙と健康 ・飲酒と健康 ・薬物乱用と健康		・喫煙に関する健康被害について理解する。 ・アルコールの作用や、それに伴う健康障害についての理解を深め、飲酒に関する適切な意志決定や行動選択をできるようにする。 ・薬物乱用は、心身の健康に対して深刻な影響を与えることを理解し、絶対に薬物に手を出さない強い意志を身につける。	
	11	・感染症と予防 ・性感染症・エイズとその予防		・感染症の種類を知り、感染症の予防には適切な対策が必要であることについて理解する。 ・性感染症について正しい知識をもち、感染経路やその予防法について理解する。	

	12	<ul style="list-style-type: none"> ・欲求と適応機制 ・心身相関とストレス 	<ul style="list-style-type: none"> ・欲求不満に対する耐性を身につけることの重要性について理解する。 ・心とからだの関わりを知り，心とからだの相互作用の一種としての精神的ストレスなどが引き起こす，心身症について理解する。
	1	<ul style="list-style-type: none"> ・ストレスへの対処 ・心の健康と自己実現 	<ul style="list-style-type: none"> ・過度なストレスから自分を守るために，自分にあったストレス解消法を見つけることの重要性について理解する。 ・自分自身を確立するためには，どのような努力が必要なのかについて理解する。
	2	<ul style="list-style-type: none"> ・交通安全の現状と要因 ・交通者会における運転者の資質と責任 	<ul style="list-style-type: none"> ・交通事故を防止するためには，車両の特性の理解，安全な運転や，歩行などの適切な行動が重要であることについて理解する。 ・安全対策が必要なことを知り，交通事故には責任や補償問題が生じることについて理解する。
	3	<ul style="list-style-type: none"> ・安全な交通社会づくり 	<ul style="list-style-type: none"> ・交通事故の防止のために行われている対策について知り，安全に暮らすための意識や行動について理解する。

教科名	保健体育	科目名	保健		単位数	1
教科書等	現代高等保健体育（大修館）		教材等	現代最新保健ノート		
目標	個人及び社会生活の健康・安全について理解を深める。また、人体の構造と科学について学習し、生涯を通じて自らの健康を管理し、生活行動を改善していくための能力を育成する。					
評価の観点	関心・意欲・態度		思考・判断		技能	知識・理解
観点の趣旨	個人生活や社会生活における健康・安全に関心を持ち、意欲的に学習に取り組もうとする。		個人生活や社会生活における健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断している。		/	
評価方法	授業への取り組み		○		○	
	ノート・レポートの記載内容		○		○	
	観察・実技等		○		○	
	教科書等の内容の理解		○		○	
	実技テスト		○		○	
学期	月	単元内容（単元名）		具体的な学習内容		
前期	4	・オリエンテーション ・思春期と健康		・授業の進め方などの説明。 ・思春期における、男女それぞれの生殖器官の発達や、それにとともなう責任ある行動の重要性などについて理解する。		
	5	・性意識と性行動の選択 ・結婚生活と健康		・心身ともに大人への過渡期である思春期に起こる心の成長について、男女の意識の違いなども含め理解する。 ・結婚に関する制度を知るとともに、家族の健康を保つために、どのような対策が必要であるかについて理解する。		
	6	・妊娠・出産と健康 ・家族計画と人工妊娠中絶		・受精のメカニズムを知り、妊娠から出産までの過程と、胎児と母体の変化について理解する。 ・家族計画の意義や避妊法の特徴などを知り、人工妊娠中絶が心身に及ぼす影響および、人工授精・体外受精などの問題点についても理解する。		
	7	・加齢と健康 ・高齢者のための社会的取り組み		・加齢に伴う心身の変化について知り、壮年期以降の健康課題について理解する。 ・わが国の高齢化の現状を知り、高齢化が進む社会で行われている施策や生活環境の整備について理解する。		
	9	・保健制度とその活用 ・医療制度とその活用		・わが国で行われている、保健行政について具体的な施策を知るとともに、医療制度の仕組みやサービスについても理解する。 ・私たちの身の回りにある保健機関・医療機関について、それぞれの機関がもつ役割について理解を深め、活用する。		
後期	10	・医薬品と健康 ・さまざまな保健活動や対策		・わが国や世界で行われている、健康の保持・増進をはかるための保健活動や対策について知り、民間機関、国際機関の活動について理解する。 ・医薬品の有効性と危険性の両面について知り、医薬品は正しく使用する必要があることについて理解する。		

	11	<ul style="list-style-type: none"> ・大気汚染と健康 ・水質汚濁と健康 	<ul style="list-style-type: none"> ・私たち生物にとっての水の重要性を知るとともに、水汚染の現状・対策について理解する。 ・大気汚染の原因を知るとともに、大気汚染によって引き起こされる健康被害について考え、大気汚染防止のための対策について理解する。
	12	<ul style="list-style-type: none"> ・健康被害の防止と環境対策 ・環境生成活動のしくみと働き 	<ul style="list-style-type: none"> ・現在、地球規模で抱えている温暖化やオゾン層の破壊などの環境問題の現状を知り、解決に向けた対策について理解する。 ・わが国における上下水道の整備状況やゴミ処理方法について理解を深めるとともに、ゴミを少なくするための方策について理解する。
	1	<ul style="list-style-type: none"> ・食品衛生活動のしくみと働き ・食品と環境の保健と私たち 	<ul style="list-style-type: none"> ・食品による健康被害の種類を知り、このような被害を防止するために行われている施策について理解する。
	2	<ul style="list-style-type: none"> ・働くことの意義 ・労働災害と健康 	<ul style="list-style-type: none"> ・労働と健康のかかわりについて理解を深める。また、職業の選択に当たって考慮すべきことについて考える。 ・職業病とはどのようなものかを知り、職業病の原因や予防のための対策について理解する。
	3	<ul style="list-style-type: none"> ・健康的な職業生活 	<ul style="list-style-type: none"> ・労働者の健康・安全をまもるために、わが国で行われている施策について知るとともに、自らがとるべき対策についても理解する。

教科名	体育	科目名	体育	単位数	2
教科書等	現代高等保健体育（大修館）		教材等		
目標	運動の実践を通して、運動技能を高め、運動の楽しさを味わうとともに、体力の向上を図り、生涯にわたるスポーツライフの実現を目指す。				
評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解	
観点の趣旨	運動の楽しさを体得している。課題解決のために努力している。互いに協力して運動している。公正な態度で競技している。安全に配慮して運動している。	適切な課題を設定している。運動の合理的な行い方や、計画的な活動の仕方を工夫している。	個人的、集団的技能を身につけている。	運動の特性、練習法、審判法を理解している。試合の運営方法を身につけている。	
評価方法	授業への取り組み	○			○
	ノート・レポートの記載内容		○		○
	観察・実技等	○	○	○	
	教科書等の内容の理解		○		○
	実技テスト		○	○	
学期	月	単元内容（単元名）	具体的な学習内容		
前期	4 5 6	オリエンテーション 体づくり運動 新体力テスト	全体オリエンテーション。グループ作り。準備体操。整列		
		球技Ⅰ バレーボール ソフトボール	全体オリエンテーション。グループ作り。オーバーハンドパス。アンダーハンドパス。サービス。トス。スパイク。レシーブ。ローテーション。簡易ゲーム。ゲーム。全体オリエンテーション。チーム作り。キャッチボール。トスバッティング。ノック。簡易ゲーム。ゲーム		
		水泳	クロール及び平泳ぎを中心に実施。 自己の能力に応じた課題解決を目指して計画的な練習の仕方 や競技の仕方を工夫できるようにする。		
後期	9	球技Ⅰ バレーボール ソフトボール			
		球技Ⅱ バスケットボール	全体オリエンテーション。グループ作り。パス。ドリブル。シュート。ルールと審判方法。簡易ゲーム。ゲーム。		
	10 11 12	サッカー	全体オリエンテーション。グループ作り。パス。ドリブル。シュート。リフティング。簡易ゲーム。ゲーム。		
		1 2 3	体づくり運動 （縄跳び中心） 体育理論	本校独自の縄跳び課題を実施。 運動・スポーツの文化的特徴。運動・スポーツの学び方。 豊かなスポーツライフの設計。	

教科名	体育	科目名	体育	単位数	2
教科書等	現代高等保健体育（大修館）		教材等		
目標	運動の実践を通して、運動技能を高め、運動の楽しさを味わうとともに、体力の向上を図り、生涯にわたるスポーツライフの実現を目指す。				
評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解	
観点の趣旨	運動の楽しさを体得している。課題解決のために努力している。互いに協力して運動している。公正な態度で競技している。安全に配慮して運動している。	適切な課題を設定している。運動の合理的な行い方や、計画的な活動の仕方を工夫している。	個人的、集団的技能を身につけている。	運動の特性、練習法、審判法を理解している。試合の運営方法を身につけている。	
評価方法	授業への取り組み	○			○
	ノート・レポートの記載内容		○		○
	観察・実技等	○	○	○	
	教科書等の内容の理解		○		○
	実技テスト		○	○	
学期	月	単元内容（単元名）	具体的な学習内容		
前期	4	オリエンテーション 体づくり運動 新体力テスト	全体オリエンテーション。グループ作り。準備体操。整列。		
		5 6	球技Ⅰ バレーボール ソフトボール	全体オリエンテーション。グループ作り。オーバーハンドパス。アンダーハンドパス。サービス。トス。スパイク。レシーブ。ローテーション。簡易ゲーム。ゲーム。全体オリエンテーション。チーム作り。キャッチボール。トスバッティング。ノック。簡易ゲーム。ゲーム。	
	7	水泳	クロール及び平泳ぎを中心に実施。 自己の能力に応じた課題解決を目指して計画的な練習の仕方 や競技の仕方を工夫できるようにする。		
	9	球技Ⅰ バレーボール ソフトボール			
後期	10 11 12	球技Ⅱ バスケットボール サッカー	全体オリエンテーション。グループ作り。パス。ドリブル。シュート。ルールと審判方法。簡易ゲーム。ゲーム。 全体オリエンテーション。グループ作り。パス。ドリブル。シュート。リフティング。簡易ゲーム。ゲーム。		
	1 2 3	体づくり運動 （縄跳び中心） 体育理論	本校独自の縄跳び課題を実施。 運動・スポーツの文化的特徴。運動・スポーツの学び方。 豊かなスポーツライフの設計。		

教科名	体育	科目名	体育	単位数	文理・理3 文4
教科書等	現代高等保健体育（大修館）		教材等		
目標	運動の実践を通して、運動技能を高め、運動の楽しさを味わうとともに、体力の向上を図り、生涯にわたるスポーツライフの実現を目指す。				
評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解	
観点の趣旨	運動の楽しさを体得している。課題解決のために努力している。互いに協力して運動している。公正な態度で競技している。安全に配慮して運動している。	適切な課題を設定している。運動の合理的な行い方や、計画的な活動の仕方を工夫している。	個人的、集団的技能を身につけている。	運動の特性、練習法、審判法を理解している。試合の運営方法を身につけている。	
評価方法	授業への取り組み	○			○
	ノート・レポートの記載内容		○		○
	観察・実技等	○	○	○	
	教科書等の内容の理解		○		○
	実技テスト		○	○	
学期	月	単元内容（単元名）	具体的な学習内容		
前期	4 5 6	オリエンテーション 体づくり運動 新体力テスト	全体オリエンテーション。グループ作り。準備体操。整列。		
		球技Ⅰ バレーボール	全体オリエンテーション。グループ作り。オーバーハンドパス。アンダーハンドパス。サービス。トス。スパイク。レシーブ。ローテーション。簡易ゲーム。ゲーム。		
		ソフトボール	全体オリエンテーション。チーム作り。キャッチボール。トスバッティング。ノック。簡易ゲーム。ゲーム。		
		卓球	全体オリエンテーション。グループ作り。スマッシュ。サーブ。ラリー。簡易ゲーム。ゲーム。		
	バドミントン	全体オリエンテーション。グループ作り。スマッシュ。サーブ。簡易ゲーム。ゲーム。			
	7	水泳	クロール及び平泳ぎを中心に実施。 自己の能力に応じた課題解決を目指して計画的な練習の仕方 や競技の仕方を工夫できるようにする。		
後期	9 10	球技Ⅰ テニス	全体オリエンテーション。グループ作り。サーブ。スマッシュ。ボレー。ラリー。簡易ゲーム。ゲーム。		
		バドミントン	全体オリエンテーション。グループ作り。スマッシュ。サーブ。簡易ゲーム。ゲーム。		
		卓球	全体オリエンテーション。グループ作り。スマッシュ。サーブ。簡易ゲーム。ゲーム。		

	10 11	球技Ⅲ サッカー バスケットボール 卓球 バドミントン	全体オリエンテーション。グループ作り。パス。ドリブル。シュート。リフティング。簡易ゲーム。ゲーム。 全体オリエンテーション。グループ作り。パス。ドリブル。シュート。ルールと審判方法。簡易ゲーム。ゲーム。 全体オリエンテーション。グループ作り。スマッシュ。サーブ。簡易ゲーム。ゲーム。 全体オリエンテーション。グループ作り。スマッシュ。サーブ。簡易ゲーム。ゲーム。
	12 1 2 3	体づくり運動 (縄跳び中心) 球技Ⅲ サッカー バスケットボール 卓球 バドミントン 体育理論	本校独自の縄跳び課題を実施。 運動・スポーツの文化的特徴。運動・スポーツの学び方。豊かなスポーツライフの設計。