

令和5年度 保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	3単位	年次	1年次
使用教科書	使用せず						
副教材等	使用せず						

1 担当者からのメッセージ（学習方法等）

- ・集団行動や各種目の中で、自己の能力に応じて基礎・基本的な運動技能・体力や筋力を高めよう。
- ・仲間とともにスポーツを考えることで、興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。
- ・体育の授業を通して、運動をする・見る・支える・調べるといった関わりを学び、自分にあったスポーツライフを考えてみよう。

2 学習の到達目標

- ・健康の保持増進や体力の向上のために必要となる知識や段階的な技能を身につける。
- ・生涯にわたり、運動を継続する力を養うためにさまざまな場面において計画を立てて、評価し、実践できる。
- ・心と体を一体として捉え、自己あるいは他者の健康や安全に留意して実践できる。

3 評価の観点及びその趣旨

観点	a:知識・技能	b:思考・判断・表現	c:主体的に学習に取り組む態度
観 点 の 趣 旨	記録や技能向上に向けた運動を合理的・計画的に取り組むことで、各領域の運動特性に応じた段階的な技能を身に付けている。 運動の技術名称・実践方法・体力の高め方・課題解決方法など健康・安全を確保した運動の楽しさや喜びを味わえるように継続的に運動に取り組んでいる。	運動の継続や体力・技能の向上のために計画を立て、学習で得た知識を活用できるよう思考し判断するとともに、自己や仲間の課題を発見し、改善するために伝えている。	自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとする、結果や勝敗を受け入れ自他の技能を客観的に判断する、公正・協力・責任・参画などの態度を身につけるなど健康や安全を確保して取り組んでいる。
上に示す観点に基づいて、学習のまとめりにあわせて評価し、学年末に5段階の評定にまとめます。学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。			

※令和4年度以降入学生用

4 学習の活動

学期	単元名	学習内容	単元(題材)の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
1学期	(男女) 集団行動・体づくり運動	<p>オリエンテーション            集団行動            ラジオ体操            体ほぐしの運動            新体力テスト            体力を高める運動</p>	<p>a: 定期的・継続的に運動を続けることで心身の健康や体力の保持増進につながる事、同じ・強度の高い運動をしすぎると関節に負荷がかかりケガにつながる事などを理解している。</p> <p>a: それぞれの運動におけるねらいを理解し、強度・回数・期間など実生活で継続できるように種目を選択し、無理のない範囲で計画を立てて取り組むことができる。</p> <p>b: 健康の保持増進や調和のとれた体力向上を図るための運動の計画を立てている。また、自他の課題を発見し、それぞれの運動能力に応じた取り組み方を工夫しようとしている。</p> <p>c: 体づくり運動の楽しさや心地よさを味わうことができるように健康・安全を確保して学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	・スキル テスト	・レポート ・パフォーマンス課題	・授業参加 ・レポート ・パフォーマンス課題
	体育理論	<p>スポーツの発祥と発展            運動・スポーツの学び方            豊かなスポーツライフの設計</p>	<p>a: 運動の技術名称・実践方法・体力の高め方・課題解決方法など健康・安全を確保した運動の楽しさや喜びを味わえるように理解している。</p> <p>b: 学習で得た知識を活用できるように思考し判断するとともに、運動の継続や体力・技能の向上のために計画を立てて取り組みを工夫しようとしている。</p> <p>c: 公正・協力・責任・参画などの態度を身につけるなど、健康や・安全に留意した学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	・レポート	・レポート ・パフォーマンス課題	・授業参加 ・レポート ・パフォーマンス課題

※令和4年度以降入学生用

	(男女) 陸上競技	<p>陸上競技 短距離走</p>	<p>a: 各種目の技術には記録向上につながる特有の動きのポイントがあること、自己の取り組むべき技術的課題を明確にするためお互いの動きを観察し違いを比較すると学習成果を高められることを理解している。</p> <p>a: 敏捷性や瞬発力などの体力要素が影響していることから、補強運動や部分練習を継続して行い、パフォーマンスの向上につなげられるよう計画を立てて取り組むことができる。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 記録向上に向けた学習に自主的に取り組もうとしている。また、自他の記録向上のために課題を伝え合い協力している。</p>	<p>・スキル テスト</p>	<p>・レポート ・パフォーマンス課題</p>	<p>・授業参加 ・レポート ・パフォーマンス課題</p>
--	--------------	----------------------	---	---------------------	-----------------------------	---------------------------------------

※令和4年度以降入学生用

	(女子) 器械体操	<p>器械体操 側転技 本転技 発展技 演技構成</p>	<p>a: 技の課題解決において合理的な動きのポイントや共通性があること、自己の取り組むべき技術的課題を明確にするために自他の演技の違いを比較すると学習成果を高められることを理解している。</p> <p>a: 筋力・柔軟性などの体力要素を技と関連させた補強運動や部分練習を継続して行い、パフォーマンスの向上につなげられるよう計画を立てて取り組むことができる。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: よい演技を讃えようとするこ と、マナーやルールを大切にしようとするなど、健康や安全を確保して自主的に取り組もうとしている。</p>	<p>・スキル テスト</p>	<p>・レポート ・パフォーマンス課題</p>	<p>・授業参加 ・レポート ・パフォーマンス課題</p>
--	--------------	--	--	---------------------	-----------------------------	---------------------------------------

※令和4年度以降入学生用

(男子) 武道	武道(柔道)	<p>a: 瞬発力・筋持久力などの体力要素が影響していることから、補強運動や部分練習を継続して行い、攻防やパフォーマンスの向上につなげられることを理解している。</p> <p>a: 自己の安全・健康を守るための基本動作や受け身などを正しく行うことができる。また、基本技や連絡技の上達のため段階を踏んだ個人・対人練習、技を限定したかかり稽古からルールを決めた上での簡易的な試合で攻防が展開できる。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 武道の基本であるお互いを尊重し、礼法や伝統的な行動の仕方を大切にすることで自己責任を果たし、健康・安全に配慮しようと自主的に取り組もうとしている。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スキルテスト</li> <li>・ゲーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> <li>・ゲーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業参加</li> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> <li>・ゲーム</li> </ul>

※令和4年度以降入学生用

	球技	<p>ネット型 バドミントン(男子) ホームベース型 ソフトボール(女子)</p>	<p>a: 各種目の技術や作戦、ルールなどからゲーム中に必要となる攻防のポイントがあること、種目に応じてさまざまな体力要素が影響していることから、補強運動や部分練習を継続して行い、攻防やパフォーマンスの向上につながれると理解している。</p> <p>a: ボールや用具などの操作とボールを持たないときの動きを身につけている。また、各種目の特性から相手に応じた作戦を工夫し、攻防を展開できる。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にすること、自己責任を果たそうとすること、作戦などの話し合いに参加して貢献しようとするなど健康や安全を確保した運動を自主的に取り組もうとしている。</p>	<p>・スキル テスト ・ゲーム</p>	<p>・レポート ・パフォーマンス課題 ・ゲーム</p>	<p>・授業参加 ・レポート ・パフォーマンス課題 ・ゲーム</p>
--	----	---	---	------------------------------	--------------------------------------	--

※令和4年度以降入学生用

	(男女) 水泳	<p>水泳 クロール 平泳ぎ</p>	<p>a: 各種目には、抵抗を減らし効率的に泳ぐために特有の技術的なポイントがあること、自己の取り組むべき技術的課題を明確にするためお互いの動きを観察し違いを比較すると学習成果を高められることを理解している。</p> <p>a: 瞬発力などの体力要素が影響していることから、補強運動や部分練習を継続して行い、パフォーマンスの向上につなげられるよう計画を立てて取り組むことができる。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 記録向上に向けた学習に自主的に取り組もうとしている。また、自他の記録向上のために課題を伝え合い協力して自己責任を果たそうとすること、事故防止に関する心得を大切にしている。</p>	<p>・スキル テスト</p>	<p>・レポート ・パフォーマンス課題</p>	<p>・授業参加 ・レポート ・パフォーマンス課題</p>
--	------------	----------------------------	---	---------------------	-----------------------------	---------------------------------------

※令和4年度以降入学生用

2学期	(男女) 水泳	<p>水泳 クロール 平泳ぎ</p>	<p>a: 各種目には、抵抗を減らし効率的に泳ぐために特有の技術的なポイントがあること、自己の取り組むべき技術的課題を明確にするためお互いの動きを観察し違いを比較すると学習成果を高められることを理解している。</p> <p>a: 瞬発力などの体力要素が影響していることから、補強運動や部分練習を継続して行い、パフォーマンスの向上につなげられるよう計画を立てて取り組むことができる。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 記録向上に向けた学習に自主的に取り組もうとしている。また、自他の記録向上のために課題を伝え合い協力して自己責任を果たそうとすること、事故防止に関する心得を大切にしている。</p>	<p>・スキル テスト</p>	<p>・レポート ・パフォーマンス課題</p>	<p>・授業参加 ・レポート ・パフォーマンス課題</p>
-----	---------	----------------------------	---	---------------------	-----------------------------	---------------------------------------

※令和4年度以降入学生用

	(男子) 武道	<p>武道(柔道)</p>	<p>a: 瞬発力・筋持久力などの体力要素が影響していることから、補強運動や部分練習を継続して行い、攻防やパフォーマンスの向上につなげられることを理解している。</p> <p>a: 自己の安全・健康を守るための基本動作や受け身などを正しく行うことができる。また、基本技や連絡技の上達のため段階を踏んだ個人・対人練習、技を限定したかかり稽古からルールを決めた上での簡易的な試合で攻防が展開できる。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 武道の基本であるお互いを尊重し、礼法や伝統的な行動の仕方を大切にすることで自己責任を果たし、健康・安全に配慮しようと自主的に取り組もうとしている。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スキル</li> <li>・テスト</li> <li>・ゲーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> <li>・ゲーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業参加</li> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> <li>・ゲーム</li> </ul>
--	------------	---------------	--	--	---	--

※令和4年度以降入学生用

	球技	<p>ゴール型 ラグビー(男女)</p>	<p>a: 各種目の技術や作戦、ルールなどからゲーム中に必要となる攻防のポイントがあること、種目に応じてさまざまな体力要素が影響していることから、補強運動や部分練習を継続して行い、攻防やパフォーマンスの向上につなげられると理解している。</p> <p>a: ボールや用具などの操作とボールを持たないときの動きを身につけている。また、各種目の特性から相手に応じた作戦を工夫し、攻防を展開できる。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にすること、自己責任を果たそうとすること、作戦などの話し合いに参加して貢献しようとするなど健康や安全を確保した運動を自主的に取り組もうとしている。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スキル</li> <li>・テスト</li> <li>・ゲーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> <li>・ゲーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業参加</li> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> <li>・ゲーム</li> </ul>
--	----	--------------------------	--	--	---	--

※令和4年度以降入学生用

	球技	<p>ネット型 バレーボール(女子) ゴール型 バスケットボール(男子)</p>	<p>a: 各種目の技術や作戦、ルールなどからゲーム中に必要となる攻防のポイントがあること、種目に応じてさまざまな体力要素が影響していることから、補強運動や部分練習を継続して行い、攻防やパフォーマンスの向上につなげられると理解している。</p> <p>a: ボールや用具などの操作とボールを持たないときの動きを身につけている。また、各種目の特性から相手に応じた作戦を工夫し、攻防を展開できる。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にすること、自己責任を果たそうとすること、作戦などの話し合いに参加して貢献しようとするなど健康や安全を確保した運動を自主的に取り組もうとしている。</p>	<p>・スキル テスト ・ゲーム</p>	<p>・レポート ・パフォーマンス課題 ・ゲーム</p>	<p>・授業参加 ・レポート ・パフォーマンス課題 ・ゲーム</p>
--	----	--	--	------------------------------	--------------------------------------	--

※令和4年度以降入学生用

	球技	<p>ゴール型 サッカー(女子)</p>	<p>a: 各種目の技術や作戦、ルールなどからゲーム中に必要となる攻防のポイントがあること、種目に応じてさまざまな体力要素が影響していることから、補強運動や部分練習を継続して行い、攻防やパフォーマンスの向上につなげられると理解している。</p> <p>a: ボールや用具などの操作とボールを持たないときの動きを身につけている。また、各種目の特性から相手に応じた作戦を工夫し、攻防を展開できる。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にすること、自己責任を果たそうとすること、作戦などの話し合いに参加して貢献しようとするなど健康や安全を確保した運動を自主的に取り組もうとしている。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スキルテスト</li> <li>・ゲーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> <li>・ゲーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業参加</li> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> <li>・ゲーム</li> </ul>
--	----	--------------------------	--	---	---	--

※令和4年度以降入学生用

3 学期	球 技	<p>ネット型 バドミントン(女子) ゴール型 バスケットボール(男子)</p>	<p>a: 各種目の技術や作戦、ルールなどからゲーム中に必要となる攻防のポイントがあること、種目に応じてさまざまな体力要素が影響していることから、補強運動や部分練習を継続して行い、攻防やパフォーマンスの向上につなげられると理解している。</p> <p>a: ボールや用具などの操作とボールを持たないときの動きを身につけている。また、各種目の特性から相手に応じた作戦を工夫し、攻防を展開できる。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にすること、自己責任を果たそうとすること、作戦などの話し合いに参加して貢献しようとするなど健康や安全を確保した運動を自主的に取り組もうとしている。</p>	<p>・スキル テスト ・ゲーム</p>	<p>・レポ ート ・パフ ォー マン ス課 題 ・ゲ ーム</p>	<p>・授業 参 加 ・レ ポ ー ト ・パ フ ォ ー マ ン ス 課 題 ・ゲ ーム</p>
---------	--------	--	--	------------------------------	--	--

※令和4年度以降入学生用

	(男女) 陸上競技	<p>陸上競技 長距離走</p> <p>なわとび</p>	<p>a:記録向上につなげるうえで特有の動きのポイントがあること、自己の取り組むべき技術的課題を明確にするためお互いの動きを観察し違いを比較すると学習成果を高められることを理解している。</p> <p>a:全身持久力などの体力要素が影響していることからタイムや距離をを設けた運動を継続して行い、パフォーマンスの向上につなげられるよう計画を立てて取り組むことができる。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 記録向上に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。また、自他の記録向上のために課題を伝え合い協力している。</p>	<p>・スキル テスト</p>	<p>・レポート ・パフォーマンス課題</p>	<p>・授業参加 ・レポート ・パフォーマンス課題</p>
--	--------------	----------------------------------	---	---------------------	-----------------------------	---------------------------------------

※ 表中の観点について a:知識・技能 b:思考・判断・表現 c:主体的に学習に取り組む態度

令和5年度 保健体育科

教科	保健体育	科目	保健	単位数	1単位	年次	1年次
使用教科書	現代高等保健体育 (大修館書店 出版)						
副教材等	図説現代高等保健 (大修館書店 出版)						

1 担当者からのメッセージ (学習方法等)

- ・健康・安全について理解しよう。
- ・健康的な生活行動について学ぶ。
- ・日常生活で直面する健康課題を知り、その解決方法を考える。
- ・健康や安全についての社会的な取組や個人での対応について知る。
- ・身近な健康問題に興味をもってもらう。

2 学習の到達目標

- ・健康の保持増進のために必要な知識を理解し、さまざまな生活場面において実践できる技能を身につける。
- ・健康や安全に対する社会での取り組みから、個人的な対応と関連づけて実践できる。
- ・身近な健康問題に興味や関心をもち、その解決方法について考えることができる。

3 評価の観点及びその趣旨

観点	a:知識・技能	b:思考・判断・表現	c:主体的に学習に取り組む態度
観 点 の 趣 旨	健康の保持増進のための課題や個人及び社会生活における健康・安全課題について理解している。また、自らの健康を適切に管理し、社会生活における健康への環境づくりを総合的に理解し、それらの内容に関わる技能を身に付けている。	健康の保持増進のために個人及び社会生活の課題を発見し解決するために、知識を活用して総合的に考え、判断し、目的や状況に応じて他者に伝えている。	生涯を通じて健康の保持増進やそれらを支える環境づくりが重要であることに関心を持ち、個人生活及び社会生活における健康・安全課題について、意欲的に学習に取り組もうとしている。
評 価 方 法	定期テスト ワークシート ディスカッション等の事例を用いた活動 実習 ブレインストーミング その他成果物	定期テスト ワークシート ディスカッション等の事例を用いた活動 実習 ブレインストーミング その他成果物	ワークシート ディスカッション等の事例を用いた活動 実習 ブレインストーミング

上に示す観点に基づいて、学習のまとまりごとに評価し、学年末に5段階の評定にまとめます。学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

4 学習の活動

学期	単元名	学習内容	単元(題材)の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
1学期	現代社会と健康	健康の考え方と成り立ち 1.健康についての多様な考え方 2.健康の成り立ちとその要因	a: 疾病や症状の有無を重視する、生活の質や生きがいを重視するなど健康に対するさまざまな考え方があること。また、主体要因と環境要因がお互いに影響しあうことで健康の成立につながることを理解している。 b: 健康に関わる原則や概念を個人及び社会生活と結び付け、自他や社会の課題について考え、それらを表現している。 c: さまざまな視点からの考え方や健康に関わる要因についての学習に主体的に取り組もうとしている。	・定期考査 ・プリント ・小テスト	・定期考査 ・小テスト ・ブレインストーミング	・ワークシート ・ブレインストーミング
		私たちの健康のすがた 1.わが国における健康水準の向上 2.わが国における健康問題の変化	a: さまざまな指標や疾病構造の変化から国民の健康課題が見えてくること。また、健康水準などの変化には、科学技術の発達や社会状況が関わっていることを理解している。 b: 日本の健康水準の向上や疾病構造の変化などから、現在及び今後の健康課題について考え、それらを表現している。 c: 健康指標を調べたり、資料を見たり読んだりして健康水準の向上についての学習に主体的に取り組もうとしている。	・定期考査 ・プリント ・小テスト	・定期考査 ・小テスト	・ワークシート ・ブレインストーミング

※令和4年度以降入学生用

1学期	現代社会と健康	生活習慣病の予防と回復 1.生活習慣病とその種類 2.予防から回復まで	<p>a:生活習慣病のリスクの軽減や予防のために、調和のとれた健康的な生活を続けることが必要である。また、定期的な健康診断を受けることで予防や早期発見につながっていくことを理解している。</p> <p>b:習得した知識から自他の生活習慣を分析し、リスクの軽減や早期発見・治療・回復に必要なことを考え、それらを表現している。</p> <p>c:日常の生活行動と生活習慣病の関わりから予防あるいは回復についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・定期考査</li> <li>・プリント</li> <li>・小テスト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・定期考査</li> <li>・小テスト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシート</li> <li>・ブレインストーミング</li> </ul>
		がんの原因と予防 1.がんとその種類 2.がんの予防	<p>a:肺・大腸・胃など様々な臓器で見つかる可能性があること。また、生活習慣だけでなく細菌・ウイルス感染なども原因であることを理解している。</p> <p>b:がんの発生原因に着目してリスクの軽減や早期発見につなげる方法を考え、それらを表現している。</p> <p>c:がんの特徴から発生原因および現時点からできる予防についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・定期考査</li> <li>・プリント</li> <li>・小テスト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・定期考査</li> <li>・小テスト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシート</li> <li>・ブレインストーミング</li> </ul>
		がんの治療と回復 1.がんの治療と緩和ケア 2.がんとともに生きる社会づくり	<p>a:手術・化学・放射線治療といった様々な治療法があること。また、治療後の患者や周囲の人々への対応も求められることを理解している。</p> <p>b:がんの治療法や緩和ケアから患者の生活の質の向上及び維持に必要なことについて考え、それらを表現している。</p> <p>c:がん治療での回復に向けて求められる対策や社会づくりについての学習に主体的に取り組もうとしている</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・定期考査</li> <li>・プリント</li> <li>・小テスト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・定期考査</li> <li>・小テスト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシート</li> <li>・ブレインストーミング</li> </ul>

※令和4年度以降入学生用

1 学期	現代 社会と 健康	<p>運動と健康</p> <p>1.健康から見た運動の意義 2.健康によい運動のしかた</p>	<p>a: 若年層の運動不足による健康課題が深刻化していること。また、日々に必要な運動量を知るだけでなく、自らの健康課題に応じた適切な運動方法を理解している。</p> <p>b: 習得した知識から自他の運動習慣を分析し、不足している場合の健康課題及び改善方法を考え、それらを表現している。</p> <p>c: 健康な生活を送るために必要となる多様な運動の種類やその効果についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査 ・プリント ・小テスト</p>	<p>・定期考査 ・小テスト</p>	<p>・ワークシート ・ブレインストーミング ・実習</p>
		<p>食事と健康</p> <p>1.健康的な食生活の意義 2.健康によい食事のとり方</p>	<p>a: 不適切な食生活が心身の健康にさまざまな影響を及ぼすこと。また、自身の食生活を見直し改善方法を知る、及び生活習慣病などの予防につながることを理解している。</p> <p>b: 習得した知識から自他の食習慣で不足している栄養素や課題に着目して、バランスのとれた実現可能な食事方法について考え、それらを表現している。</p> <p>c: 健康な生活を送る上で必要となる食事の意味についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査 ・プリント ・小テスト</p>	<p>・定期考査 ・小テスト</p>	<p>・ワークシート ・ブレインストーミング</p>

※令和4年度以降入学生用

2 学期	現代 社会と 健康	<p>休養・睡眠と健康</p> <p>1.健康からみた休養の意義 2.健康からみた睡眠の意義</p>	<p>a: 休養や睡眠が健康と大きく関わっていること。特に、自らの生活にあった正しい方法から健康の保持増進に繋がることを理解している。</p> <p>b: 健康状態の向上や維持に必要な正しい休養及び睡眠の方法について考え、それらを表現している。</p> <p>c: 健康によい休養・睡眠の取り方から健康づくりのための休養の必要性についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査 ・プリント ・小テスト</p>	<p>・定期考査 ・小テスト</p>	<p>・ワークシート ・ブレインストーミング</p>
		<p>喫煙と健康</p> <p>1.喫煙の影響 2.喫煙への対策</p>	<p>a: 生活習慣病の要因となり心身の健康を損ねること。また、健康課題の防止のために個人への働きかけ、及び社会環境への対策が必要であることを理解している。</p>	<p>・定期考査 ・プリント ・小テスト</p>	<p>・定期考査 ・小テスト</p>	<p>・ワークシート ・ブレインストーミング</p>
		<p>飲酒と健康</p> <p>1.飲酒の影響 2.飲酒への対策</p>	<p>b: 短期・長期的な健康影響に着目して、個人及び社会環境における対策から現在の健康課題の解決に向けた方法を考え、それらを表現している。</p> <p>c: 「喫煙および飲酒」による脳や体への健康被害や有害物質から取り組むべき対策についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査 ・プリント ・小テスト</p>	<p>・定期考査 ・小テスト</p>	<p>・ワークシート ・ブレインストーミング ・実習</p>

※令和4年度以降入学生用

2 学期	現代社会と健康	薬物乱用と健康 1.薬物乱用の影響 2.薬物乱用の要因と対策	a:薬物の乱用は、心身の健康・社会の安全などに深刻な影響を及ぼすため決して行ってはならないこと。また、薬物乱用の防止のために個人への働きかけ、及び社会環境への対策が必要であることを理解している。 b:心身の健康や社会に与える影響に着目して、今の日本の現状を踏まえた取り組むべき課題を考え、それらを表現している。 c:「薬物乱用」による脳や体への健康被害や有害物質から取り組むべき対策についての学習に主体的に取り組もうとしている。	・定期考査 ・プリント ・小テスト	・定期考査 ・小テスト	・ワークシート ・ブレインストーミング
		精神疾患の特徴 1.精神疾患の要因と種類 2.精神保健の今日的課題	a:精神疾患は心理的・生物的・社会的な機能の障害などが原因であること。また、誰もが罹患しうる、若年での発症する疾患が多いことを理解している。 b:精神疾患の発生要因や症状から誰にでも発生するリスクがある点に着目して、現代社会における精神保健の現在の課題を世代間や社会の面から考え、それらを表現している。 c:精神疾患の例から若年層および現代社会での課題についての学習に主体的に取り組もうとしている。	・定期考査 ・プリント ・小テスト	・定期考査 ・小テスト	・ワークシート ・ブレインストーミング
		精神疾患の予防 1.日常生活における精神疾患の予防 2.精神疾患の早期発見・早期治療	a:身体の健康と同じで、調和のとれた生活を実践する、及び早期に心身の不調に気付き、起こった反応についてさまざまな方法でストレスを緩和するこ	・定期考査 ・プリント ・小テスト	・定期考査 ・小テスト	・ワークシート ・ブレインストーミング

※令和4年度以降入学生用

2 学 期	現代社会と健康	<p>精神疾患からの回復</p> <p>1. 専門家による支援と治療 2. 社会環境の整備</p>	<p>とが重要であると理解している。</p> <p>a: 心身の不調時には、精神活動の変化が通常時より強く・持続的に生じること。また、心身の不調の早期発見・治療・支援が回復の可能性を高めることを理解している。</p> <p>b: 習得した知識から、心身の健康を保ち、不調に少しでも早く気づき、回復に向けた支援のために必要な個人の取組及び社会での対策について考え、それら表現している。</p> <p>c: 精神疾患に対する個人および社会全体で求められる環境整備についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査 ・プリント ・小テスト</p>	<p>・定期考査 ・小テスト</p>	<p>・ワークシート ・ブレインストーミング</p>
3 学 期	現代社会と健康	<p>現代の感染症</p> <p>1. 感染症とは 2. さまざまな感染症</p>	<p>a: 時代や地域によって、さまざまな環境影響を受けるために、発生もしくは流行に違いがみられること。また、新たな病原体の出現及び社会意識の変化により新興感染症や再興感染症の発生あるいは流行リスクがあることを理解している。</p> <p>b: 感染症の発生や流行の原因が時代及び地域によって異なることから、現在もしくは今後における課題について考え、それら表現している。</p> <p>c: 現在どのような感染症があるのか、また、流行しているのかについての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査 ・プリント ・小テスト</p>	<p>・定期考査 ・小テスト</p>	<p>・ワークシート ・ブレインストーミング</p>

※令和4年度以降入学生用

3 学期	現代 社会と 健康	<p>感染症の予防</p> <p>1.感染症予防の3原則</p> <p>2.現代の感染症対策</p>	<p>a: リスク予防のために必要な社会的対策、及びそれらの対策への個人の取組が大切であることを理解している。</p> <p>b: 感染予防の原則からリスクの軽減のための個人の取組及び社会的対策を考え、それらを表現している。</p> <p>c: 感染症を予防し流行を防ぐための個人及び社会での対策についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>
		<p>性感染症・エイズとその予防</p> <p>1.性感染症・エイズとは</p> <p>2.性感染症・エイズの予防</p>	<p>a: リスク予防のために必要な社会的対策の個人の取組が大切であること。また、個人の正しい行動選択が予防に繋がることを理解している。</p> <p>b: 他の感染症とは異なる病気であることに着目して、自他の健康を守るために正しい個人の取組を考え、それらを表現している。</p> <p>c: 性感染症・エイズにおける課題の解決および予防に向けた意見交換・話し合いなどの学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p> <p>・実習</p>
		<p>健康に関する 意思決定・行動選択</p> <p>1.意思決定・行動選択と それに影響を与える要因</p> <p>2.適切な意思決定・行動選択 を実現する工夫</p>	<p>a: 自らの健康を適切に管理する及び環境づくりが必要であること。特に、適切な意思決定や行動選択及び健康を保持増進するために、社会環境が大きく関わっていることを理解している。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>
		<p>健康に関する環境づくり</p> <p>1.健康を保持増進する ための環境</p> <p>2.ヘルスプロモーションの 考え方にもとづく環境づくり</p>	<p>b: 個人や社会のさまざまな要因が健康に大きな影響を与えていることから、自他の生活習慣を振り返り、適切な意思決定・行動選択ができているかを考え、それらを表現している。</p> <p>c: 健康を保持増進するうえで関連する意思決定や行動選択についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>

※令和4年度以降入学生用

※ 表中の観点について a:知識・技能 b:思考・判断・表現 c:主体的に学習に取り組む態度

令和5年度 保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	2単位	年次	2年次
使用教科書	使用せず						
副教材等	使用せず						

1 担当者からのメッセージ（学習方法等）

- ・集団行動や各種目の中で、自己の能力に応じて基礎・基本的な運動技能・体力や筋力を高めよう。
- ・仲間とともにスポーツを考えることで、興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。
- ・体育の授業を通して、運動をする・見る・支える・調べるといった関わりを学び、自分にあったスポーツライフを考えてみよう。

2 学習の到達目標

- ・健康の保持増進や体力の向上のために必要となる知識や段階的な技能を身につける。
- ・生涯にわたり、運動を継続する力を養うためにさまざまな場面において計画を立てて、評価し、実践できる。
- ・心と体を一体として捉え、自己あるいは他者の健康や安全に留意して実践できる。

3 評価の観点及びその趣旨

観点	a:知識・技能	b:思考・判断・表現	c:主体的に学習に取り組む態度
観 点 の 趣 旨	記録や技能向上に向けた運動を合理的・計画的に取り組むことで、各領域の運動特性に応じた段階的な技能を身に付けている。 運動の技術名称・実践方法・体力の高め方・課題解決方法など健康・安全を確保した運動の楽しさや喜びを味わえるように継続的に運動に取り組んでいる。	運動の継続や体力・技能の向上のために計画を立て、学習で得た知識を活用できるよう思考し判断するとともに、自己や仲間の課題を発見し、改善するために伝えている。	自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとする、結果や勝敗を受け入れ自他の技能を客観的に判断する、公正・協力・責任・参画などの態度を身につけるなど健康や安全を確保して取り組んでいる。
上に示す観点に基づいて、学習のまとめりにあわせて評価し、学年末に5段階の評定にまとめます。学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。			

※令和4年度以降入学生用

4 学習の活動

学期	単元名	学習内容	単元(題材)の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
1学期	(男女)体づくり運動	オリエンテーション 体ほぐしの運動 新体力テスト 体力を高める運動	<p>a: 定期的・継続的に運動を続けることで心身の健康や体力の保持増進につながる事、同じ・強度の高い運動をしすぎると関節に負荷がかかりケガにつながる事などを理解している。</p> <p>a: それぞれの運動におけるねらいを理解し、強度・回数・期間など実生活で継続できるために種目を選択し、無理のない範囲で計画を立てて取り組むことができる。</p> <p>b: 健康の保持増進や調和のとれた体力向上を図るための運動の計画を立てている。また、自他の課題を発見し、それぞれの運動能力に応じた取り組み方を工夫しようとしている。</p> <p>c: 体づくり運動の楽しさや心地よさを味わうことができるように健康・安全を確保して学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	・スキル テスト	・レポート ・パフォーマンス課題	・授業参加 ・レポート ・パフォーマンス課題
	体育理論	スポーツの発祥と発展 運動・スポーツの学び方 豊かなスポーツライフの設計	<p>a: 運動の技術名称・実践方法・体力の高め方・課題解決方法など健康・安全を確保した運動の楽しさや喜びを味わえるように理解している。</p> <p>b: 学習で得た知識を活用できるよう思考し判断するとともに、運動の継続や体力・技能の向上のために計画を立てて取り組みを工夫しようとしている。</p> <p>c: 公正・協力・責任・参画などの態度を身につけるなど、健康や・安全に留意した学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	・レポート	・レポート ・パフォーマンス課題	・授業参加 ・レポート ・パフォーマンス課題

※令和4年度以降入学生用

1学期	(男子) 武道	<p>武道(柔道)</p>	<p>a: 瞬発力・筋持久力などの体力要素が影響していることから、補強運動や部分練習を継続して行い、攻防やパフォーマンスの向上につなげられることを理解している。</p> <p>a: 自己の安全・健康を守るための基本動作や受け身などを正しく行うことができる。また、基本技や連絡技の上達のため段階を踏んだ個人・対人練習、技を限定したかかり稽古からルールを決めた上での簡易的な試合で攻防が展開できる。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 武道の基本であるお互いを尊重し、礼法や伝統的な行動の仕方を大切にすることで自己責任を果たし、健康・安全に配慮しようと自主的に取り組もうとしている。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スキル</li> <li>テスト</li> <li>・ゲーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> <li>・ゲーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業参加</li> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> <li>・ゲーム</li> </ul>
-----	---------	---------------	--	---	---	--

※令和4年度以降入学生用

	(女子) ダンス	<p>ダンス</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・創作ダンス</li> <li>・リズムダンス</li> </ul>	<p>a: 演技特有の技能があることから、技術や表現方法などを身につけるための練習を継続して行い、パフォーマンスの向上につなげられることを理解している。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 各種目の楽しさや喜びを味わうことができるよう、互いの良さを認め合うこと、よい演技や振り付けを称えようとするなど健康や安全に配慮しようと自主的に取り組もうとしている。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・発表</li> <li>・スキル</li> <li>テスト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業参加</li> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> </ul>
	(男女) 陸上競技	<p>陸上競技</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ハードル走</li> <li>・走り幅跳び</li> <li>・三段跳び</li> </ul>	<p>a: 各種目の技術には記録向上につながる特有の動きのポイントがあること、自己の取り組むべき技術的課題を明確にするためにお互いの動きを観察し違いを比較すると学習成果を高められることを理解している。</p> <p>a: 敏捷性や瞬発力などの体力要素が影響していることから、補強運動や部分練習を継続して行い、パフォーマンスの向上につなげられるよう計画を立てて取り組むことができる。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 記録向上に向けた学習に自主的に取り組もうとしている。また、自他の記録向上のために課題を伝え合い協力している。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スキル</li> <li>テスト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業参加</li> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> </ul>

※令和4年度以降入学生用

	(男女) 水泳	<p>水泳</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・背泳</li> <li>・平泳ぎ</li> </ul>	<p>a: 各種目には、抵抗を減らし効率的に泳ぐために特有の技術的なポイントがあること、自己の取り組むべき技術的課題を明確にするためお互いの動きを観察し違いを比較すると学習成果を高められることを理解している。</p> <p>a: 瞬発力などの体力要素が影響していることから、補強運動や部分練習を継続して行い、パフォーマンスの向上につなげられるよう計画を立てて取り組むことができる。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 記録向上に向けた学習に自主的に取り組もうとしている。また、自他の記録向上のために課題を伝え合い協力して自己責任を果たそうとすること、事故防止に関する心得を大切にしている。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スキルテスト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業参加</li> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> </ul>
--	------------	---	---	---	---	--

※令和4年度以降入学生用

2学期	(男子) 武道	<p>武道(柔道)</p>	<p>a: 瞬発力・筋持久力などの体力要素が影響していることから、補強運動や部分練習を継続して行い、攻防やパフォーマンスの向上につなげられることを理解している。</p> <p>a: 自己の安全・健康を守るための基本動作や受け身などを正しく行うことができる。また、基本技や連絡技の上達のため段階を踏んだ個人・対人練習、技を限定したかかり稽古からルールを決めた上での簡易的な試合で攻防が展開できる。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 武道の基本であるお互いを尊重し、礼法や伝統的な行動の仕方を大切にすることで自己責任を果たし、健康・安全に配慮しようと自主的に取り組もうとしている。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スキルテスト</li> <li>・ゲーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> <li>・ゲーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業参加</li> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> <li>・ゲーム</li> </ul>
-----	---------	---------------	--	---	---	--

※令和4年度以降入学生用

	(女子)ダンス	<p>ダンス</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・創作ダンス</li> <li>・リズムダンス</li> </ul>	<p>a: 演技特有の技能があることから、技術や表現方法などを身につけるための練習を継続して行い、パフォーマンスの向上につなげられることを理解している。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 各種目の楽しさや喜びを味わうことができるよう、互いの良さを認め合うこと、よい演技や振り付けを称えようとするなど健康や安全に配慮しようと自主的に取り組もうとしている。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・発表</li> <li>・スキル</li> <li>テスト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス</li> <li>課題</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業参加</li> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス</li> <li>課題</li> </ul>
--	---------	--	--	--	---	--

※令和4年度以降入学生用

	(男女) 水泳	<p>水泳</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・背泳</li> <li>・平泳ぎ</li> </ul>	<p>a: 各種目には、抵抗を減らし効率的に泳ぐために特有の技術的なポイントがあること、自己の取り組むべき技術的課題を明確にするためお互いの動きを観察し違いを比較すると学習成果を高められることを理解している。</p> <p>a: 瞬発力などの体力要素が影響していることから、補強運動や部分練習を継続して行い、パフォーマンスの向上につなげられるよう計画を立てて取り組むことができる。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 記録向上に向けた学習に自主的に取り組もうとしている。また、自他の記録向上のために課題を伝え合い協力して自己責任を果たそうとすること、事故防止に関する心得を大切にしている。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スキルテスト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業参加</li> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> </ul>
--	------------	---	---	---	---	--

※令和4年度以降入学生用

	(男女)球技	<p>ゴール型</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・サッカー(男子)</li> <li>・バスケットボール(女子)</li> </ul>	<p>a: 各種目の技術や作戦、ルールなどからゲーム中に必要となる攻防のポイントがあること、種目に応じてさまざまな体力要素が影響していることから、補強運動や部分練習を継続して行い、攻防やパフォーマンスの向上につなげられると理解している。</p> <p>a: ボールや用具などの操作とボールを持たないときの動きを身につけている。また、各種目の特性から相手に応じた作戦を工夫し、攻防を展開できる。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にすること、自己責任を果たそうとすること、作戦などの話し合いに参加して貢献しようとするなど健康や安全を確保した運動を自主的に取り組もうとしている。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スキルテスト</li> <li>・ゲーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> <li>・ゲーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業参加</li> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> <li>・ゲーム</li> </ul>
--	--------	--	--	---	---	--

※令和4年度以降入学生用

3学期	(男女) 陸上競技	陸上競技 長距離走	<p>a:記録向上につなげるうえで特有の動きのポイントがあること、自己の取り組むべき技術的課題を明確にするためお互いの動きを観察し違いを比較すると学習成果を高められることを理解している。</p> <p>a:全身持久力などの体力要素が影響していることからタイムや距離をを設けた運動を継続して行い、パフォーマンスの向上につなげられるよう計画を立てて取り組むことができる。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 記録向上に向けた学習に自主的に取り組もうとしている。また、自他の記録向上のために課題を伝え合い協力している。</p>	・スキル テスト	・レポート ・パフォーマンス課題	・授業参加 ・レポート ・パフォーマンス課題
-----	--------------	--------------	---	-------------	---------------------	------------------------------

※令和4年度以降入学生用

	(男女)球技	<p>ゴール型</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・サッカー(男子)</li> <li>・バスケットボール(女子)</li> </ul>	<p>a: 各種目の技術や作戦、ルールなどからゲーム中に必要となる攻防のポイントがあること、種目に応じてさまざまな体力要素が影響していることから、補強運動や部分練習を継続して行い、攻防やパフォーマンスの向上につなげられると理解している。</p> <p>a: ボールや用具などの操作とボールを持たないときの動きを身につけている。また、各種目の特性から相手に応じた作戦を工夫し、攻防を展開できる。</p> <p>b: 自己や仲間の課題に応じた解決するための方法を話し合いや実践する中で発見し、運動特性や体力の程度から取り組むべきことを工夫するとともに、生涯にわたって楽しさや喜びを味わえるように伝えている。</p> <p>c: 球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にすること、自己責任を果たそうとすること、作戦などの話し合いに参加して貢献しようとするなど健康や安全を確保した運動を自主的に取り組もうとしている。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スキルテスト</li> <li>・ゲーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> <li>・ゲーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業参加</li> <li>・レポート</li> <li>・パフォーマンス課題</li> <li>・ゲーム</li> </ul>
--	--------	--	--	---	---	--

※ 表中の観点について a:知識・技能 b:思考・判断・表現 c:主体的に学習に取り組む態度

令和5年度 保健体育科

教科	保健体育	科目	保健	単位数	1単位	年次	2年次
使用教科書	現代高等保健体育 (大修館書店 出版)						
副教材等	図説現代高等保健 (大修館書店 出版)						

1 担当者からのメッセージ (学習方法等)

- ・健康・安全について理解しよう。
- ・健康的な生活行動について学ぶ。
- ・日常生活で直面する健康課題を知り、その解決方法を考える。
- ・健康や安全についての社会的な取組や個人での対応について知る。
- ・身近な健康問題に興味をもってもらう。

2 学習の到達目標

- ・健康の保持増進のために必要な知識を理解し、さまざまな生活場面において実践できる技能を身につける。
- ・健康や安全に対する社会での取り組みから、個人的な対応と関連づけて実践できる。
- ・身近な健康問題に興味や関心をもち、その解決方法について考えることができる。

3 評価の観点及びその趣旨

観点	a:知識・技能	b:思考・判断・表現	c:主体的に学習に取り組む態度
観 点 の 趣 旨	健康の保持増進のための課題や個人及び社会生活における健康・安全課題について理解している。また、自らの健康を適切に管理し、社会生活における健康への環境づくりを総合的に理解し、それらの内容に関わる技能を身に付けている。	健康の保持増進のために個人及び社会生活の課題を発見し解決するために、知識を活用して総合的に考え、判断し、目的や状況に応じて他者に伝えている。	生涯を通じて健康の保持増進やそれらを支える環境づくりが重要であることに関心を持ち、個人生活及び社会生活における健康・安全課題について、意欲的に学習に取り組もうとしている。
評 価 方 法	定期テスト ワークシート ディスカッション等の事例を用いた活動 実習 ブレインストーミング その他成果物	定期テスト ワークシート ディスカッション等の事例を用いた活動 実習 ブレインストーミング その他成果物	ワークシート ディスカッション等の事例を用いた活動 実習 ブレインストーミング
上に示す観点に基づいて、学習のまとめりにごとに評価し、学年末に5段階の評定にまとめます。学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。			

※令和4年度以降入学生用

4 学習の活動

学期	単元名	学習内容	単元(題材)の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
1学期	安全な社会生活	事故の現状と発生要因  1.事故とその被害 2.事故の発生に関連する要因	a: 事故が様々な場面において発生すること。また、事故は人的要因や環境要因などが関連して起こることを理解している。 b: さまざまな場面で起こる事故や被害の実態に着目して、発生要因から個人及び社会生活に関連付けて防止方法を考え、それらを表現している。 c: 交通事故の現状から発生時におけるさまざまな要因についての学習に主体的に取り組もうとしている。	・定期考査 ・プリント ・小テスト	・定期考査 ・小テスト	・ワークシート ・ブレインストーミング
		安全な社会の形成  1.自他の安全を確保する行動 2.安全を確保する社会の取り組み	a: 事故の防止や発生に伴う傷害等を軽減することをめざしている。また、法的もしくは環境の整備、周囲の状況に応じた適切な行動など個人の取組及び地域連携が必要であることを理解している。 b: さまざまな事故や災害の事例から習得した知識をもとに、危険を予測及び回避するための自他や社会の取組について考え、それらを表現している。 c: 事故を防止し、安全な社会づくりをするために必要な環境整備の重要性についての学習に主体的に取り組もうとしている。	・定期考査 ・プリント ・小テスト	・定期考査 ・小テスト	・ワークシート ・ブレインストーミング

※令和4年度以降入学生用

1学期	安全な社会生活	<p>交通における安全</p> <p>1.交通事故防止のための取り組み 2.交通事故と運転者の責任</p>	<p>a:交通事故の防止のために、心身の状態や周囲の環境、車両特性などを把握している及び個人の適切な行動や交通環境の整備が必要であること。また、補償などの法的責任や交通社会の一員となる運転者としての責任が生じることを理解している。</p> <p>b:交通事故における運転者にかかる大きな責任に着目して、防止のための個人の取組や交通環境整備の課題などについて考え、それらを表現している。</p> <p>c:交通社会で必要な資質と責任や交通事故などによる傷害がない安全な社会づくりについての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査 ・プリント ・小テスト</p>	<p>・定期考査 ・小テスト</p>	<p>・ワークシート ・ブレインストーミング</p>
		<p>応急手当の意義とその基本</p> <p>1.応急手当の意義 2.応急手当の手順</p>	<p>a:適切な応急手当により傷害や疾病の悪化を防ぎ、傷病者の苦痛を緩和できることを理解している。また、自他の生命や身体を守り、不慮の事故災害に対応するための応急手当の手順や方法などの技能を身に付けている。</p> <p>b:傷病者を発見した際に行う応急手当のポイントをおさえ、それらを表現している。</p> <p>c:応急手当が必要な場面や正しい手順から自らができる行動についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査 ・プリント ・小テスト</p>	<p>・定期考査 ・小テスト</p>	<p>・ワークシート ・ブレインストーミング ・実習</p>

※令和4年度以降入学生用

1学期	安全な社会生活	<p>日常的な応急手当</p> <p>1.けがに応じた応急手当</p> <p>2.熱中症の応急手当</p>	<p>a:日常生活で起こる傷害及び熱中症などの疾病において、それぞれに応じた体位の確保・止血・固定など基本的な手当や手順であることを理解している。</p> <p>b:習得した知識や技能をもとに、悪化防止のためにさまざまな傷害や疾病での処置を分けて考え、それらを表現している。</p> <p>c:日常生活で起こりうる場面に応じた手当や熱中症における対応についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p> <p>・実習</p>
		<p>心肺蘇生法</p> <p>1.心肺蘇生法の意義と方法</p>	<p>a:心肺停止状態における速やかな気道確保・人工呼吸・胸骨圧迫・AEDの使用などが必要であることを理解している。また、実習を通して方法や手順を理解し、AED等を用いた心肺蘇生法の技能を身に付けている。</p> <p>b:心肺蘇生法の正しい手順をもとに、複数人での対応及び処置におけるそれぞれの役割について考え、それらを表現している。</p> <p>c:意識のない傷病者を発見した時に正しく行うための心肺蘇生の方法についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p> <p>・実習</p>
	生涯を通じる健康	<p>ライフステージと健康</p> <p>1.ライフステージと死亡や病気</p> <p>2.各ライフステージにおける健康課題とその支援</p>	<p>a:各ライフステージで健康課題はそれぞれ異なること。また、社会において法律が整備されたことでさまざまな支援を受けられる体制が整ってきていることを理解している。</p> <p>b:自らの変化や健康課題だけでなく、各ライフステージにおいて出会う他者への理解に目を向けて考え、それらを表現している。</p> <p>c:各ライフステージにおける健康課題の知識だけでなく、それらを改善するための方法や支援についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>

※令和4年度以降入学生用

	<p>思春期と健康</p> <p>1.思春期の体と健康</p> <p>2.思春期の心と健康</p>	<p>a: 思春期における心と体の発達や健康課題があること。また、性的成熟に伴う心理面および行動面に違いがあることを理解している。</p> <p>b: 思春期に起こる体と心の変化について学んだことをもとに、自分自身を客観的に分析して、それらを表現している。</p> <p>c: 性周期のメカニズムをはじめとする生殖器のはたらき、心の発達による健康課題について調べる学習を主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>
	<p>性意識と性行動の選択</p> <p>1.性意識とその尊重</p> <p>2.性に関する情報と性行動</p>	<p>a: 思春期における変化に対応して自分の行動への責任感や異性を尊重する態度が必要であること。また、性に関する情報等へ適切な対処をする必要であることを理解している。</p> <p>b: 性に関する悩みや不安は個人差や男女差があることを理解し、性に関わる行動選択はどのようにすれば望ましいものになるかを考え、それらを表現している。</p> <p>c: 性意識の男女差、性に関する情報が性行動の選択に影響を及ぼすことについての話し合いや意見交換などの学習を主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>
	<p>妊娠・出産と健康</p> <p>1.受精・妊娠・出産</p> <p>2.母子保健サービスの活用</p>	<p>a: 受精・妊娠・出産とそれらに伴う健康課題について理解している。また、家族計画を立てる意義や人工妊娠中絶の心身への影響があることも理解している。</p> <p>b: 妊娠・出産の過程における健康課題、家族計画の意義と適切な避</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>

※令和4年度以降入学生用

		<p>避妊法と人工妊娠中絶</p> <p>1.家族計画の意義と避妊法</p> <p>2.人工妊娠中絶</p>	<p>妊法、人工妊娠中絶が女性の心身に及ぼす影響について学習したことを、個人および社会生活や事例などと比較・分析をして考え、それらを表現している。</p> <p>c:妊娠・出産の過程における健康課題、妊娠・出産期に活用できる母子保健サービスについて関心を持っていること。また、家族計画の意義と適切な避妊法、人工妊娠中絶が女性の心身に及ぼす影響についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>
		<p>結婚生活と健康</p> <p>1.結婚生活の基盤となる心身の発達</p> <p>2.結婚生活と家族の健康</p>	<p>a:自分およびパートナーの健康に対する責任感や良好な人間関係を築く必要性があること。また、保健・医療サービスを活用して周囲からの支援や健康診査などが必要であることを理解している。</p> <p>b:心身の発達と結婚生活の関係、結婚生活を健康的に送るために必要な考え方や行動について総合的に考え、判断し、それらを表している。</p> <p>c:結婚生活を健康的に送るために必要な考え方や行動について心身の発達やお互いの健康状態の把握といったさまざまな視点から関心を持ち、学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>

※令和4年度以降入学生用

	<p>中高年期と健康</p> <p>1.加齢による変化と健康</p> <p>2.高齢者の健康を支える取り組み</p>	<p>a:加齢に伴う変化について、形態面や機能面を理解し、高校生から適切な健康習慣を見つける必要があること。また、高齢社会が訪れた時に対応できるように、保健・医療・福祉の連携や取り組みがあることを理解している。</p> <p>b:中高年期を健やかに過ごすために、加齢に伴う心身の変化を理解し、個人でできる取り組みについて、課題を見つけ、整理するなど、それらを表現している。</p> <p>c:加齢に伴う心身の変化から健康に過ごすために現在の生活習慣が関連していること。また、社会の高齢化が進む日本における取り組みについての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>
	<p>働くことと健康</p> <p>1.働くことと健康のかかわり</p> <p>2.働き方と健康問題の変化</p>	<p>a:働くことで起こる健康課題がライフステージや働き方の多様化に原因があること。また、労働災害の防止のために、職場の健康管理や安全管理だけでなく、心と体の両面から総合的に対策する必要があることを理解している。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>
	<p>労働災害と健康</p> <p>1.労働災害とその要因</p> <p>2.労働災害の防止</p>	<p>b:働くことによる健康課題には環境の改善や変化が必要であるため、個人や職場の役割とは何かを考え、それらを表現している。</p> <p>c:正しい労働環境とは何かを考えるだけでなく、労働以外の時間の使い方にも考えを持ち、心身ともに健康の保持増進を図るための学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>
	<p>健康的な職業生活</p> <p>1.職場における取り組み</p> <p>2.仕事と生活の調和</p>	<p>b:働くことによる健康課題には環境の改善や変化が必要であるため、個人や職場の役割とは何かを考え、それらを表現している。</p> <p>c:正しい労働環境とは何かを考えるだけでなく、労働以外の時間の使い方にも考えを持ち、心身ともに健康の保持増進を図るための学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>

※令和4年度以降入学生用

健康を支える環境づくり	<p>大気汚染と健康</p> <p>1.大気汚染の原因と健康影響</p> <p>2.大気にかかわる地球規模の問題</p>	<p>a:生活や産業活動に伴うさまざまな汚染は、人々の健康に影響や被害を及ぼしていること。また、その防止のための取組や法律から総合的・計画的に対策が講じられていることを理解している。</p> <p>b:これまでの環境汚染による公害を学び、現在に至るまでの対策を参考に、今後、個人や社会全体で問題となることを考え、それらを表現している。</p> <p>c:それぞれの環境汚染が日常生活において悪影響を及ぼし、その度にどのような対策がなされてきたかを知り、自らの生活から改善できる取り組みを発見・行動することについての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>
	<p>水質汚濁, 土壌汚染と健康</p> <p>1.水質汚濁とその健康影響</p> <p>2.土壌汚染とその健康影響</p> <p>3.大気汚染, 水質汚濁, 土壌汚染のかかわり</p>	<p>a:環境衛生活動が、自然や学校など社会生活における環境と健康を守るために行われていることを理解している。</p> <p>B: ごみの処理と水の確保が関連しているか、これまでの背景や対策など総合的に考え、それらを表現している。</p> <p>c:対策をすることで得られる安全で良質な水の確保には、日常生活の小さな配慮や取り組みが大きく関わってきていることについての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>
	<p>環境と健康にかかわる対策</p> <p>1.環境汚染の防止とその対策</p> <p>2.産業廃棄物の処理と健康</p>	<p>a:食品衛生法などに基づき、製造・加工・保存・流通といった各段階での適切な管理が重要であること。また、健康被害の防止および健康の保持増進においては、行政・生産者・製造者・消費者がそれぞれの役割を果たすべきで</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>
	<p>ごみの処理と上下水道の整備</p> <p>1.ごみの処理の現状</p> <p>2.安全で良質な水の確保</p>	<p>a:食品衛生法などに基づき、製造・加工・保存・流通といった各段階での適切な管理が重要であること。また、健康被害の防止および健康の保持増進においては、行政・生産者・製造者・消費者がそれぞれの役割を果たすべきで</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>
	<p>食品の安全性</p> <p>1.食品の安全性と健康</p> <p>2.食品の安全性に関する今日的課題</p>	<p>a:食品衛生法などに基づき、製造・加工・保存・流通といった各段階での適切な管理が重要であること。また、健康被害の防止および健康の保持増進においては、行政・生産者・製造者・消費者がそれぞれの役割を果たすべきで</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>

※令和4年度以降入学生用

	<p>食品衛生にかかわる活動</p> <p>1.食品の安全性の確保</p> <p>2.食品の安全と私たちの役割</p>	<p>あることを理解している。</p> <p>b:安全な食品を口にするためには、自らの健康課題を理解したうえで、さまざまな情報を適切に捉え、活用することが大切であると考え、それらを表現している。</p> <p>c:安全な食品を口にするために自ら取り組めることを学ぶだけでなく、さまざまな専門機関が役割を担い、情報を提供していることについての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>
	<p>保健サービスとその活用</p> <p>1.保健行政の役割</p> <p>2.保健サービスの活用</p>	<p>A生涯を通じた健康の保持増進のために、自己の健康課題を把握し、地域の医療機関及び保健・医療サービスを適切な活用が必要であることを理解している。</p> <p>b:自らの健康の保持増進のために連携すべき専門機関や支援体制について考え、それらを表現している。</p> <p>c:それぞれの専門機関や専門家の役割から、自分や家族などの健康課題・生活習慣から今後必要となることについての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>
	<p>医療サービスとその活用</p> <p>1.医療の供給と医療保険</p> <p>2.医療機関と医療サービスの活用</p>	<p>a:日本に存在する保健・医療制度があること。また、情報や医療の供給、医療費の保障も含めた保健・医療サービスが提供されていることを理解している。</p> <p>b:自らの健康の保持増進のために連携すべき専門機関や支援体制について考え、それらを表現している。</p> <p>c:正しい医療サービスを受けるために必要となる自らの情報や各専門機関などの役割についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>

※令和4年度以降入学生用

		<p>医薬品の制度とその活用</p> <p>1.医薬品の種類と使用法</p> <p>2.医薬品の副作用と安全性を守る取り組み</p>	<p>a:主に、2種類に分かれる医薬品が承認制度により安全性などが審査され、販売規制があること。また、使用する際の注意を守り、副作用など使用法を誤ると健康被害が及ぶ可能性があることを理解している。</p> <p>b:疾病からの回復をめざす上で必要となる医薬品のメリット、デメリットを明確にし、正しく使用することが健康の保持増進になることを考え、それらを表現している。</p> <p>c:正しく医薬品を使用するとは何かを、自らの体験や知識から他社と共有して答えを見つけていくことについての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>
		<p>さまざまな保健活動や社会的対策</p> <p>1.健康を支える保健活動と社会的対策</p> <p>2.保健活動や社会的対策への住民の理解</p>	<p>a:日本だけでなく世界で健康課題に対応した保健活動や対策が行われていることを理解している。</p> <p>b:民間機関や国際機関などの諸活動がより充実するためには、一人一人が生涯の各段周囲と支えあう必要があることを考え、それらを表現している。</p> <p>c:さまざまな取り組みが行われていることを学び、今後自らがかわることができるものについての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>
		<p>健康に関する環境づくりと社会参加</p> <p>1.健康と環境づくり</p> <p>2.環境づくりへの社会参加と情報の活用</p>	<p>a:日本だけでなく世界で健康課題に対応した保健活動や対策が行われていることを理解している。</p> <p>b:民間機関や国際機関などの諸活動がより充実するためには、一人一人が生涯の各段周囲と支えあう必要があることを考え、それらを表現している。</p> <p>c:さまざまな取り組みが行われていることを学び、今後自らがかわることができるものについての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・定期考査</p> <p>・プリント</p> <p>・小テスト</p>	<p>・定期考査</p> <p>・小テスト</p> <p>・ブレインストーミング</p>	<p>・ワークシート</p> <p>・ブレインストーミング</p>

※ 表中の観点について a:知識・技能 b:思考・判断・表現 c:主体的に学習に取り組む態度

## 令和5年度 保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	2単位	年次	3年次
使用教科書	使用せず						
副教材等	使用せず						

## 1 担当者からのメッセージ (学習方法等)

- ・ 集団行動や各種目の中で、自己の能力に応じて基礎・基本的な運動技能・体力や筋力を高めよう。
- ・ 仲間とともにスポーツを考えることで、興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。
- ・ 体育の授業を通して、運動をする・見る・支える・調べるといった関わりを学び、自分にあったスポーツライフを考えてみよう。

## 2 学習の到達目標

- ・ 生涯体育という観点から種目選択を行い、好きな種目の技術の向上を目指す。さらに指導者の立場を経験することにより、安全性をふまえ自己及びチームの課題の解決ができる能力を身につける。

## 3 学習評価(評価規準と評価方法)

観点	a: 関心・意欲・態度	b: 思考・判断	c: 運動の技能	d: 知識・理解
観 点 の 趣 旨	自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとする。 健康や安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。 結果や勝敗を受け入れ、自他の技能を客観的に判断できる。 公正・協力・責任・参画などの態度を身に付ける。	知識を活用し、技能向上につなげる。 自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取組を工夫できる。 運動を継続したり、体力や技能向上をするための計画を考えることができる。 学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に生かせる。	記録や技能向上に挑戦する。 運動の合理的な実践を通して、種目特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現するための各領域の運動特性に応じた段階的な技能を身に付ける。 仲間と連携・協力して各種目を楽しむ。	運動の技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法を理解している。 スポーツの歴史、文化的特性、スポーツとの関わり方について理解している。
評 価 方 法	受講態度の観察 授業ノート 等	授業ノート レポート 等	技能観察 技能テスト 等	授業ノート 等
上に示す観点に基づいて、学習のまとめりにごとに評価し、学年末に5段階の評定にまとめます。学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。				

4 学習の活動

学期	単元名	学習内容	主な評価の観点				単元(題材)の評価規準	評価方法
			a	b	c	d		
一学期・二学期	体づくり運動	オリエンテーション 集団行動 ラジオ体操 体ほぐしの運動 新体力テスト 体力を高める運動	○	○		○	a:体づくり運動の楽しさや心地よさを味わうことができるよう、体力の違いに配慮しようとする事、自己の責任を果たそうとする事など、健康・安全を確保して学習に自主的に取り組もうとしている。 b: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運動の計画を立てるとともに、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。 d:運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解している。	受講態度の観察 ノート レポート
	水泳	水泳	○	○	○	○	a:水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止め、マナーやルールを大切にしようとする事や自己責任を果たそうとする事などや、水泳の事故防止に関する心得など、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。 b:生涯にわたって水泳を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。 c:水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。 d:技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	受講態度の観察 レポート 技能観察 技能テスト

	選択体育(4月～10月)	バスケットボール バドミントン バレーボール 卓球 ソフトボール サッカー テニス	○	○	○	○	<p>a:球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にしようとする、自己責任を果たそうとすること、作戦などについての話し合いに貢献しようとするなどや、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。</p> <p>b:生涯にわたって球技を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している</p> <p>c: 球技の特性に応じてゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身につけている。</p> <p>d: 技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している</p>	<p>受講態度の観察 ノート レポート 技能観察 技能テスト</p>
--	--------------	---	---	---	---	---	--	--

	単元名	学習内容	主な評価の観点				単元(題材)の評価規準	評価方法
			a	b	c	d		
二学期・三学期	体づくり運動	<p>集団行動 ラジオ体操 体ほぐしの運動 体力を高める運動</p>	○	○		○	<p>a:体づくり運動の楽しさや心地よさを味わうことができるよう、体力の違いに配慮しようとする、自己の責任を果たそうとすることなど、健康・安全を確保して学習に自主的に取り組もうとしている。</p> <p>b: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運動の計画を立てるとともに、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。</p> <p>d:運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解している。</p>	<p>受講態度の観察 ノート レポート</p>

