

(保健体育 1 年生)

令和 7 年度シラバス

新潟市立高志中等教育学校

学年	1 年	使用教材等	中学体育実技 (学研) 教科書 (大修館), ノート (正進社)
----	-----	-------	----------------------------------

1 学習目標

- ・各種運動の合理的実践を通して、体力を向上させ、運動技能を高め運動の楽しさや喜びがわかる。
- ・各種運動を通して、公正・協力・責任等を考え、実践できる。
- ・健康保持増進のために、生涯を通じて継続して運動ができる。

2 指導の重点

- ・運動の得意、不得意にかかわらず運動の楽しさたできる実感が味わえる個人課題を設定する。
- ・生徒同士で安全に留意して体力、技能を高め合いながら課題解決できるようにする。
- ・健康への知識・理解を深め、自らの生活に生かせる力を育てる。

3 評価について

評価は次の 3 観点で行う。

① 知識及び技能 a		② 思考力・判断力・	③ 主体的に学びに 取り組む態度 c
知識	技能		
技術の名称や行い方を理解し、また健康への知識・理解を深めたか	基本的な技能を身につけ、身につけた動きをより高めているか	学習したことを活用して、自己の課題を発見し合理的な解決につなげているか	主体的に取り組み、公正で協力的な態度であったか
〔評価方法〕 学習課題への取り組みの様子、課題の解決に向けてどのように考え練習し技能を身につけ向上を図ることができたか、また健康への知識・理解を総合的に評価する。			

4 指導計画

月	単元名	時数	学習活動 (指導内容)	保健の学習活動	評価の 観点	評価 方法
4	体づくり運動 体ほぐしの運動	7	体を動かす心地よさを味わい、目的に適した運動を理解し、身につける。 仲間と積極的に関わり体をほぐす。		b c	・見取り ・振り返
5	体育理論 陸上競技 短距離・リレー 長距離 跳躍種目	3 16	短距離はスタート技術を身に付け加速した走りができるようになる。 リレーはバトンの受け渡しでタイミングを合わせる。 長距離は自分に合ったペースを守って走る。 跳躍はリズムカルな助走から力強く踏み切って大きな動作で跳ぶ。	体育理論編 3 運動やスポーツの多様性 について理解を深める。	a b c	・見取り ・振り返 りシート
6	水泳	1	水泳の事故防止に関して知識・理解を深める。 よりよい安全確保の方法を考える。		a	・見取り ・振り返 りシート
7	球技 ベースボール型 ソフトボール	10	ボールの投げ方、グローブでの捕球を身につける。 タイミングを合わせてボールを打つ。 身につけた技術で攻防を楽しむ。		a b c	・見取り ・振り返 りシート
9	器械運動 保健 2月中旬まで	12	基本的な技の出来映えを高める。 技の課題を解決するための合理的な動き方を理解して練習に取り組む。 安全に練習を行い、お互いに補助ができる。	保健 16 調和のとれた生活、心身の発達と心の健康 について学習し、健康 で充実した学校生活を 送れるようにする。	a b c	・見取り ・振り返 りシート
10	ダンス	9	リズムダンスと創作ダンスを行い、感じを込めて踊ったりイメージを捉えた表現や踊りを通じた交流ができる。 リズムに乗って全身で踊る。		a b c	・見取り ・振り返 りシート
11	球技 ネット型 バレーボール	12	オーバーハンドパス・アンダーハンドパスの基本的なボール操作を身につける。 少人数チームで身につけたボール操作で攻防を楽しむことができる。		a b c	・見取り ・振り返 りシート
1	球技 ゴール型	10	ドリブルやパス、シュートなど基本的なボール操作の技能を高める。		a b c	・見取り

2	フットサル		少人数チームで身につけたボール操作で攻防を楽しむことができる。			・振り返りシート
3	柔道	9	礼法や安全に対する心得を理解し、基本動作を正しく身につける。特に、受け身の動作が正確にできる。相手を尊重し、約束練習ができる。		a b c	・見取り ・振り返り

計105時間（50分授業）

5 課題・提出物等

- ・定期テスト後に学習ノートの提出があります。
- ・単元毎に振り返りシートを記入して提出してもらいます。

6 担当者からの一言

- ・運動の得意、不得意にかかわらず、運動の楽しさを味わえるように積極的に取り組みましょう。

(保健体育 2 年生)

令和 7 年度シラバス

新潟市立高志中等教育学校

学年	2 年	使用教材等	中学体育実技 (学研) 教科書 (大修館), ノート (正進社)
----	-----	-------	----------------------------------

1 学習目標

- ・各種運動の合理的実践を通して、体力を向上させ、運動技能を高め運動の楽しさや喜びがわかる。
- ・各種運動を通して、公正・協力・責任等を考え、実践できる。
- ・健康保持増進のために、生涯を通じて継続して運動ができる。

2 指導の重点

- ・運動の得意、不得意にかかわらず運動の楽しさでできる実感が味わえる個人課題を設定する。
- ・生徒同士で安全に留意して体力、技能を高め合いながら課題解決できるようにする。
- ・健康への知識・理解を深め、自らの生活に生かせる力を育てる。

3 評価について

評価は次の 3 観点で行う。

④ 知識及び技能 a		⑤ 思考力・判断力・	⑥ 主体的に学びに 取り組む態度 c
知識	技能	力・	
技術の名称や行い方を理解し、また健康への知識・理解を深めたか	基本的な技能を身につけ、身につけた動きをより高められているか	学習したことを活用して、自己の課題を発見し合理的な解決につなげているか	主体的に取り組み、公正で協力的な態度であったか

[評価方法]

学習課題への取り組みの様子、課題の解決に向けてどのように考え練習し技能を身につけ向上を図ることができたか、また健康への知識・理解を総合的に評価する。

4 指導計画

月	単元名	時数	学習活動 (指導内容)	保健の学習活動	評価 の 観 点	評価 方 法
4	体づくり運動 体ほぐしの運動	7	体を動かす心地よさを味わい、目的に適した運動を理解し、身につける。 仲間と積極的に関わり体をほぐす。		b c	・見取り ・振り返り シート
5	体育理論 陸上競技 短距離・リレー ハードル走 長距離	3 15	短距離は身に付けたスタート技術を活かし加速した走りができるようになる。 リレーはバトンの受け渡しでタイミングを合わせる。 ハードリング技術を身に付け、スピードを維持した走りからリズムカルにハードルを走り越すことができる。 長距離は自分に合ったペースを見つけ、守って走る。	体育理論 3 効果・学び方・安全	a b c	・見取り ・振り返り シート
6	水泳	1	水泳の事故防止に関して知識・理解を深める。 よりよい安全確保の方法を考え提案できる。		a	・振り返り シート
7	球技 ゴール型	10	ボールの投げ方を身につける。 タイミングを合わせてシュートを打つ。 身につけた技術で攻防を考え楽しむ。		a b c	・見取り ・振り返り シート
8	ハンドボール					
9	器械運動 保健 2月中旬まで	12	基本的な技の出来映えを高め、自己の力に応じた技に挑戦する。 技の課題を解決するための合理的な動き方を理解し、安全に練習に取り組み、必要に応じてお互いに補助ができる。 身につけた技で、発表会で技の出来映えを共有する。	保健 1 6 生活習慣病などの予防、喫煙・飲酒・薬物乱用と健康、傷害の防止について学習し、健康で充実した学校生活を送れるようにする。	a b c	・見取り ・振り返り シート
10	ダンス	8	リズムダンスと創作ダンスを行い、感じを込めて踊ったりイメージを捉えた表現や踊りを通じた交流ができる。 リズムに乗って全身で踊り、表したいテーマを伝える。	けがの防止と応急手当	a b c	・見取り ・振り返り シート
11						
12	球技 ネット型 バドミントン	12	基本的なラケット操作を身につけ、各種のフライトが打てる。 身につけたラケット操作で攻防を楽しむことができる。		a b c	・見取り ・振り返り シート
1	球技 ゴール型	12	ドリブルやパス、シュートなど基本的なボール操作の技能を高める。		a b	・見取り ・振り返り

2	バスケットボール		少人数チームで身につけたボール操作で攻防を楽しむことができる。		c	
3	柔道	8	礼法や安全に対する心得を理解し、基本動作を正しく身につける。基本となる技（固め技、膝車、支え釣り込み足）を習得する。相手を尊重し、約束練習ができる。		a b c	・見取り ・振り返り シート

合計105時間（50分授業）

5 課題・提出物等

- ・定期テスト後に学習ノートの提出があります。
- ・単元毎に振り返りシートを記入して提出してもらいます。

6 担当者からの一言

- ・運動の得意、不得意にかかわらず、運動の楽しさを味わえるように積極的に取り組みましょう。

(保健体育3年生)

令和7年度シラバス

新潟市立高志中等教育学校

学年	3年	使用教材等	中学体育実技(学研) 教科書(大修館), ノート(正進社)
----	----	-------	-------------------------------

1 学習目標

- ・各種運動の合理的実践を通して、体力を向上させ、運動技能を高め運動の楽しさや喜びがわかる。
- ・各種運動を通して、公正・協力・責任等を考え、実践できる。
- ・保健の知識を深め、身につけた知識を活用し生涯を通じて継続して運動ができる。

2 指導の重点

- ・選択した種目が将来も継続して行っている運動としてふさわしいものとなるよう、種目特有の楽しさを理解した上で、上達のためのポイントや知識を深めていく。
- ・健康への知識・理解を深め、自らの生活に生かせる力を育てる。

3 評価について

評価は次の3観点で行う。

① 知識及び技能 a		② 思考・判断・表現力等 b	③ 主体的学びに 取り組む態度 c
知識	技能		
技術の名称や行い方を理解し、また健康への知識理解を深めたか	身につけた動きをより高めているか	学習したことを活用して、自己の課題を見つけ解決に なげているか	主体的に取り組む、公正で協力的な態度であったか
〔評価方法〕 学習課題への取り組みの様子、課題の解決に向けてどのように考え練習し技能を身につけ向上を図ることができたか、また健康への知識・理解を総合的に評価する。			

4 指導計画

月	単元名	時数	主要学習領域	学習活動(指導内容)	保健の学習活動	評価の 観点	評価 方法																
4	体づくり運動	6		体づくり運動をより理解し、グループでプログラムを組んで実践する。		b c	・見取り ・振り返りシート																
5	陸上競技	6	長距離	自分に適したペースで目標を設定し、設定スピードを維持して女子は1000m男子は1500mを走れるようにする。			・見取り ・振り返りシート																
6	選択Ⅰ 体育理論 保健 2月まで	15	陸上競技 ・ハードル ・走り高跳び 器械運動 ダンス	いずれかを選択する。 陸上競技ではハードルや高跳びを行い、課題を設定し、練習しながら記録の向上を図る。 器械運動ではマット運動、跳び箱を行い、個人の力に適した技の習得を図る。 ダンスではリズムダンスと創作ダンスを行い、技能向上を図る。	体育編 3 文化としてのスポーツの意義について理解を深める。	a b c	・見取り ・振り返りシート																
7								15	サッカー ソフトボール 卓球・柔道 バスケットボール・バレーボール	いずれかを選択する。 練習とゲームまたは試合を繰り返しながら技能の向上を図る。 ゲームまたは試合では、作戦・戦術を考え、達成するための練習を考え、仲間と協力して学習を進めることができる。	保健 16 感染症を予防するにはどうしたよいか理解する。 環境の健康への影響について考える。	a b c	・見取り ・振り返りシート										
8														15	バスケットボール・フットサル バレーボール バドミントン・卓球・柔道	II期と異なる領域の1種目を選択し、練習とゲームまたは試合を繰り返しながら技能の向上を図る。 ゲームまたは試合では、作戦・戦術を考え、達成するための練習を考え、仲間と協力して学習を進めることができる。 柔道では練習と簡単な試合を繰り返しながら技能向上を図る。	a b c	・見取り ・振り返りシート					
9																			15	バスケットボール・フットサル バレーボール バドミントン・卓球・柔道	III期と異なる領域の1種目を選択し、練習とゲームまたは試合を繰り返しながら技能の向上を図る。 ゲームまたは試合では、作戦・戦術を考え、達成するための練習を考え、仲間と協力して学習を進めることができる。 柔道では練習と簡単な試合を繰り返しながら技能向上を図る。	a b c	・見取り ・振り返りシート
10																							
11	10	体づくり	a b c	・見取り ・振り返りシート																			
12	4																						

合計105時間(50分授業)

5 課題・提出物等

- ・定期テスト後に学習ノートの提出があります。
- ・毎時間授業ごとに振り返りシートを記入して提出してもらいます。

6 担当者からの一言

- ・運動の得意、不得意にかかわらず、運動の楽しさを味わえるように積極的に取り組みましょう。

教科（科目）	体育	単位数	2単位	学年（コース）	4学年（共通）
使用教科書	大修館書店「新高等保健体育」				
副教材等	大修館書店 ステップアップ高校スポーツ（デジタル版）、「新高等保健体育ノート」				

1 学習目標

各種運動の合理的実践を通して、運動技能を高め運動の楽しさや喜びを味わうことで、体力の向上を図り、公正・協力・責任等の態度を育て、生涯にわたって運動を継続するための課題を発見し、「する、みる、支える、知る」の視点から自己や仲間の課題を発見し学びを深める頃ができる資質や能力を育てる。

2 指導の重点

選択した種目が将来も継続して行っていける運動としてふさわしいものとなるよう、種目の知識・技能を身につけ、運動の特性に触れながら身につけた知識・技能で楽しむ、また自己の力に適した課題をもち、主体的に学習し、課題を解決するために思考しながら仲間とアドバイスを交換し、技術を高めることをねらいとする。

3 評価基準

	評価は次の観点から行います。		
	知識・技能 a	思考・判断・表現 b	主体的に学習に取り組む態度 c
評価の観点	①技術の名称や行い方、ルールを理解している ②身につけた動きをより高めている	学習したことを活用して、自己の課題を見つけ解決につなげている	主体的かつ、公正で協力的な態度で取り組んでいる
評価方法	①知識理解テスト ②記録、スキルテスト、ゲームの内容・レベルや勝敗、発表の内容	課題解決への過程 ・アドバイス交換 ・学習カード	課題や練習への取り組みの様子 (行動観察・学習カードなど)

4 学習計画

月	単元名	授業時数	主要学習領域	学習活動	評価の観点	評価の方法
4	体づくり運動	8	体づくり運動	体づくり運動をよく理解し、マイプログラムを考え、個人やグループで実践する。	a① b c	<ul style="list-style-type: none"> ・知識テスト ・学習カード ・課題への取り組み
5	陸上競技		陸上競技 長距離	個人の目標を決め、自分に適したペースで女子は1000m男子は1500mを走れるようにする。		
6	選択Ⅰ	選択Ⅰ 14	陸上競技 器械運動 ダンス	いずれかを選択し、陸上競技では走高跳、短距離・ハードルを行い、練習をしながら記録の向上を図る。器械運動ではマット運動、跳び箱運動を行い、個人のレベルに適した技の習得を図る。ダンスではリズムダンスと創作ダンスを行い、技能の向上を図り、表現で交流する。体育理論では、「スポーツの発祥と発展」について学習する。	a①	<ul style="list-style-type: none"> ・知識理解テスト ・記録、スキルテスト、ゲームの内容・レベルや勝敗、発表の内容
7	体育理論		体育理論			
8	体育理論		体育理論 6			
9	選択Ⅱ (球技 or武道)	12	サッカー・バスケットボール・卓球、柔道	いずれかを選択し、練習とゲームまたは試合を繰り返しながら自己の課題解決をしながら技能の向上を図る。柔道では練習と簡易な試合を繰り返しながら技能の向上を図る。	a②	<ul style="list-style-type: none"> ・アドバイス交換 ・学習カード
10	選択Ⅲ (球技 or武道)		バスケットボール・バドミントン・バレーボール、柔道			
11	選択Ⅳ (球技 or武道)	12	フットサル・卓球・バドミントン、柔道	いずれかを選択し、練習とゲームまたは試合を繰り返しながら自己の課題解決をしながら技能の向上を図る。柔道では練習と簡易な試合を繰り返しながら技能の向上を図る。(Ⅱ期、Ⅲ期で球技を選択した場合は、Ⅳ期は柔道を選択する。球技はゴール型、ネット型どちらも学習できるように選択する。)	c	<ul style="list-style-type: none"> (行動観察・学習カードなど)
12	選択Ⅳ (球技 or武道)					
1	選択Ⅳ (球技 or武道)					
2	選択Ⅳ (球技 or武道)	12	フットサル・卓球・バドミントン、柔道	いずれかを選択し、練習とゲームまたは試合を繰り返しながら自己の課題解決をしながら技能の向上を図る。柔道では練習と簡易な試合を繰り返しながら技能の向上を図る。(Ⅱ期、Ⅲ期で球技を選択した場合は、Ⅳ期は柔道を選択する。球技はゴール型、ネット型どちらも学習できるように選択する。)		
3	選択Ⅳ (球技 or武道)					

5 課題・提出物

単元の学習が終了したら、または毎時間、学習カードで学習課題やアドバイス、課題解決経過を振り返り、記述して提出する。

6 担当者から一言

これまでの学習を活かし、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、「する、みる、支える、知る」の視点から、自己や仲間の課題を発見し主体的に学びを深めよう。WHOは、中強度の身体活動を週150分以上行っていない状態を身体不活動と定義しています。深めた学びが、健康を保持増進する身体活動につながることを強く希求します。

教科（科目）	保健	単位数	1 単位	学年（コース）	4 学年
使用教科書	大修館書店「新高等保健体育」				
副教材等	大修館書店「新高等保健体育ノート」				

1 学習目標

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、生涯を通じ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育てる。

2 指導の重点

健康に関する興味・関心や課題解決への主体性を高めるとともに、学んだ知識や科学的根拠ある情報を活用する学習活動を重視して、思考力・判断力等を育成する。

3 評価基準

	評価は次の観点から行います。		
	知識・技能 a	思考・判断・表現 b	主体的に学習に取り組む態度 c
評価の観点	生涯を通じる健康，社会生活と健康について，課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。	生涯を通じる健康，社会生活と健康について，課題の解決を目指して総合的に考え，判断し，それらを表現している。	生涯を通じる健康，社会生活と健康について関心をもち，主体的に学習に取り組んでいる。
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・ 考査での知識理解度 ・ レポート 	課題解決の過程 <ul style="list-style-type: none"> ・ 的確な情報選択 ・ 学習記録【考えてみよう】 ・ 情報交換での思考 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 授業課題への関心（行動観察・学習記録）

4 学習計画

月	単元名	授業時数	教材名	学習活動	評価の観点	評価の方法
4	現代社会と健康	25	健康について	健康に関する統計資料を分析しながら様々な考え方を理解する。	a	<ul style="list-style-type: none"> 授業課題への関心（行動観察・学習記録） 的確な情報選択 学習記録 情報交換での思考 考査での知識理解度 レポート
5			ヘルスプロモーション	ヘルスプロモーションの考え方、健康を守り、育てる環境について理解する。	b	
6			意志決定	健康に関わる意志決定や行動選択について理解する。	c	
7			感染症	現代における感染症の問題やエイズ問題その予防について理解する。	a	
8			生活習慣病	生活習慣と関連の深い病気を理解する。	b	
9			運動・食事・睡眠と健康	身体活動、食事、休養・睡眠などと健康の関係について理解する。	c	
10			がんの予防と回復	がんの予防と治療、がんに関する社会的な取り組みについて理解する。	a	
11			喫煙・飲酒	飲酒や喫煙が及ぼす害を理解する。	b	
12			薬物乱用防止	薬物が引き起こす害や社会的問題を理解する。	c	
1			精神疾患の特徴 精神疾患への対応	精神疾患とはどのようなものか、主な疾患とその特徴について理解する。 セルフケア、心の健康社会の実現について理解する。	a	
2	安全な社会生活	10	交通事故	安全な交通社会について理解する。	b	
3			応急手当	応急手当の意義や方法を理解し、実習を通して実践力を身につける。	c	

5 課題・提出物等

<ul style="list-style-type: none"> 毎時間、学習後に「考えてみよう」の記入を提出 章の終了後に、追求課題を設定しレポート作成

6 担当者から一言

<p>社会はめまぐるしく変化し、その中で私たちの健康や体力をめぐる状況も変化している。科学技術の発達により、今学んでいることが10年・20年その先に果たして通じるのか分からない。この保健授業の中でさらに健康に関心を持つことが健康寿命を延ばすことにいづれつながっていくことを願っている。</p>
--

教科（科目）	体育	単位数	2単位	学年（コース）	5学年（共通）
使用教科書	大修館書店「新高等保健体育」				
副教材等	大修館書店ステップアップ高校スポーツ（デジタル版）、「図説新高等保健」				

1 学習目標

各種運動の合理的実践を通して、運動技能を高め運動の楽しさや喜びを味わうことで、体力の向上を図り、公正・協力・責任等の態度を育て、生涯にわたって運動を継続するための課題を発見し、「する、みる、支える、知る」の視点から自己や仲間の課題を発見し学びを深める頃ができる資質や能力を育てる。

2 指導の重点

選択した種目が将来も継続して行っていける運動としてふさわしいものとなるよう、種目の知識・技能を身につけ、運動の特性に触れながら身につけた知識・技能で楽しむ、また自己の力に適した課題をもち、主体的に学習し、課題を解決するために思考しながら仲間とアドバイスを交換し、技術を高めることをねらいとする。

3 評価基準

	評価は次の観点から行います。		
	知識・技能 a	思考・判断・表現 b	主体的に学習に取り組む態度 c
評価の観点	①技術の名称や行い方、ルールを理解している ②身につけた動きをより高めている	学習したことを活用して、自己の課題を見つけ解決につなげている	主体的かつ、公正で協力的な態度で取り組んでいる
評価方法	①知識理解テスト ②記録、スキルテスト、ゲームの内容・レベルや勝敗、発表の内容	課題解決への過程 ・アドバイス交換 ・学習カード	課題や練習への取り組みの様子（行動観察・学習カードなど）

4 学習計画

月	単元名	授業時数	主要学習領域	学習活動	評価の観点	評価の方法
4	体づくり運動	8	体づくり運動	体づくり運動をよく理解し、マイプログラムを考え、個人やグループで実践する。	a① b c	<ul style="list-style-type: none"> ・知識テスト ・学習カード ・課題への取り組み
5			陸上競技	個人の目標を決め、自分に適したペースで女子は1000m男子は1500mを走れるようにする。		
6	選択Ⅰ	6	陸上競技	いずれかを選択し、陸上競技では走高跳、短距離・ハードルを行い、練習をしながら記録の向上を図る。器械運動ではマット運動、跳び箱運動を行い、個人のレベルに適した技の習得を図る。ダンスではリズムダンスと創作ダンスを行い、技能の向上を図り、表現で交流する。体育理論では、「運動・スポーツの学び方」について学習する。	a①	<ul style="list-style-type: none"> ・知識理解テスト ・記録、スキルテスト、ゲームの内容・レベルや勝敗、発表の内容 ・アドバイス交換 ・学習カード
7			器械運動			
8	体育理論	6	ダンス	いずれかを選択し、練習とゲームまたは試合を繰り返しながら技能の向上を図る。柔道では練習と簡易な試合を繰り返しながら技能の向上を図る。ダンスではリズムダンスと創作ダンスを行い、技能の向上を図り表現で交流を図る。	a②	<ul style="list-style-type: none"> ・課題や練習への取り組みの様子 (行動観察・学習カードなど)
9			体育理論			
10	選択Ⅱ	12	3領域選択	いずれかを選択し、練習とゲームまたは試合を繰り返しながら技能の向上を図る。柔道では練習と簡易な試合を繰り返しながら技能の向上を図る。ダンスではリズムダンスと創作ダンスを行い、技能の向上を図り表現で交流を図る。	b	
11			サッカー、ソフトボール、卓球・柔道・ダンス、バドミントン			
12	選択Ⅲ	12	3領域選択	いずれかを選択し、練習とゲームまたは試合を繰り返しながら技能の向上を図る。柔道では練習と簡易な試合を繰り返しながら技能の向上を図る。ダンスではリズムダンスと創作ダンスを行い、技能の向上を図り表現で交流を図る。(球技ゴール型を選んだ場合は、それ以外を選択する)	c	
1			フットサル・バスケットボール、バレーボール、卓球・柔道・ダンス、バドミントン			
2	選択Ⅳ	12	3領域選択	いずれかを選択し、練習とゲームまたは試合を繰り返しながら技能の向上を図る。柔道では練習と簡易な試合を繰り返しながら技能の向上を図る。ダンスではリズムダンスと創作ダンスを行い、技能の向上を図り表現で交流を図る。(球技種目はⅡ期、Ⅲ期で重複しない)		
3			フットサル・バスケットボール、バレーボール、卓球・柔道・ダンス、バドミントン			

5 課題・提出物

単元の学習が終了したら、または毎時間、学習カードで学習課題やアドバイス、課題解決経過を振り返り、記述して提出する。

6 担当者から一言

これまでの学習を活かし、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、「する、みる、支える、知る」の視点から、自己や仲間の課題を発見し主体的に学びを深めよう。WHOは、中強度の身体活動を週150分以上行っていない状態を身体不活動と定義しています。深めた学びが、健康を保持増進する身体活動につながることを強く希求します。

教科（科目）	保健	単位数	1 単位	学年（コース）	5 学年（共通）
使用教科書	大修館書店「新高等保健体育」				
副教材等	大修館書店「図説新高等保健」				

1 学習目標

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、生涯を通じ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育てる。

2 指導の重点

健康に関する興味・関心や課題解決への主体性を高めるとともに、学んだ知識や科学的根拠ある情報を活用する学習活動を重視して、思考力・判断力等を育成する。

3 評価基準

	評価は次の観点から行います。		
	知識・技能 a	思考・判断・表現 b	主体的に学習に取り組む態度 c
評価の観点	生涯を通じる健康，社会生活と健康について，課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。	生涯を通じる健康，社会生活と健康について，課題の解決を目指して総合的に考え，判断し，それらを表現している。	生涯を通じる健康，社会生活と健康について関心をもち，主体的に学習に取り組んでいる。
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・ 考査での知識理解度 ・ レポート 	課題解決の過程 <ul style="list-style-type: none"> ・ 的確な情報選択 ・ 学習記録 ・ 情報交換での思考 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 授業課題への関心（行動観察・学習記録）

4 学習計画

月	单元名	授業 時数	教材名	学習活動	評価の 観点	評価の方法
4	生涯を通じる 健康	1 4	思春期と健康 性意識の変化と性行動の選 択	思春期における体の発達や行動面・ 心理面の特徴 性意識の男女差, 性に関する情報が 行動に及ぼす影響	a	・ 授業課題 への関心 (行動観 察・学習記 録)
5			結婚生活と健康 妊娠と出産と健康	結婚・婚姻状況と健康, 夫婦関係, 親子関係と健康 受精から出産までの過程		
6			家族計画 加齢と健康	家族計画の意義, 避妊法の選択と人 工妊娠中絶 加齢にともなう心身の変化、中高年 期を健やかに過ごすための留意点		
7			高齢社会に適した取り組み	高齢者を取り巻く状況, 高齢社会に 対応した取り組み	b	
8			働くことと環境 労働災害の防止	働くこと(労働)の意義と働き方 の変化, 健康問題の現状 日本における労働災害の推移, 労働 災害を防止するための仕組み		
9			働く人の健康づくり	職場における健康の保持・増進活動 日常生活における健康の保持・増進 活動		
10	健康を支える 環境づくり	2 1	大気汚染と健康 水質汚濁・土壌汚染と健康	大気汚染はどのようにおこり, どの ように健康へ影響するか 水質汚濁・土壌汚染の起こり方と健 康影響 大気汚染・水質汚濁・土壌汚染のか かわり	a	・ 考査での 知識理解度 ・ レポート
11			健康被害の防止と環境対策 環境衛生に関わる活動	環境汚染の防止とその対策, 産業廃 棄物の処理と健康 安全な飲み水の供給と汚水の処理, 生活環境を守るゴミ処理		
12			食品の安全性と健康 食品の安全性を確保する取 り組み	食品の安全性と課題, 食品の安全性 の確保 食品の安全性を確保する行政, 生産・ 製造者の役割 食品の安全性の確保と私たちの役割		
1			保険制度とその利用	生涯を通じて病気から人々の健康を 守る保健行政 健康の保持・増進のためにできる保 健サービス	b	
2			医療制度とその活用 医薬品の制度とその活用	医薬品制度と医療保険, 医療機関の 役割と適切な活用 医薬品の種類と承認制度, 医薬品の 使い方		
3			様々な保健活動や対策 誰もが健康に過ごせる 社会に向けた環境づくり	地球規模の健康問題を解決する取 組み, 様々な機関・組織の活動 すべての政策や取り組みの「健康」 の視点を 様々な人や組織が参加して進める環 境づくり		

5 課題・提出物等

- ・ 毎時間、学習後に「考えてみよう」の記入を提出
- ・ 章の終了後に、追求課題を設定しレポート作成

6 担当者から一言

社会はめまぐるしく変化し、その中で私たちの健康や体力をめぐる状況も変化している。科学技術の発達により、今学んでいることが10年・20年その先に果たして通じるのか分からない。この保健授業の中でさらに健康に関心を持つことが健康寿命を延ばすことにいづれつながっていくことを願っている。

教科（科目）	体育	単位数	3単位	学年（コース）	6学年（共通）
使用教科書	大修館書店「新高等保健体育」				
副教材等	大修館書店ステップアップ高校スポーツ（デジタル版）、「図説新高等保健」				

1 学習目標

各種運動の合理的実践を通して、運動技能を高め運動の楽しさや喜びを味わうことで、体力の向上を図り、公正・協力・責任等の態度を育て、生涯にわたって運動を継続するための課題を発見し、「する、みる、支える、知る」の視点から自己や仲間の課題を発見し学びを深める頃ができる資質や能力を育てる。

2 指導の重点

選択した種目が将来も継続して行っていける運動としてふさわしいものとなるよう、種目の知識・技能を身につけ、運動の特性に触れながら身につけた知識・技能で楽しむ、また自己の力に適した課題をもち、主体的に学習し、課題を解決するために思考しながら仲間とアドバイスを交換し、技術を高めることをねらいとする。

3 評価基準

	評価は次の観点から行います。		
	知識・技能 a	思考・判断・表現 b	主体的に学習に取り組む態度 c
評価の観点	①技術の名称や行い方、ルールを理解している ②身につけた動きをより高めている	学習したことを活用して、自己の課題を見つけ解決につなげている	主体的かつ、公正で協力的な態度で取り組んでいる
評価方法	①知識理解テスト ②記録、スキルテスト、ゲームの内容・レベルや勝敗、発表の内容	課題解決への過程 ・アドバイス交換 ・学習カード	課題や練習への取り組みの様子（行動観察・学習カードなど）

4 学習計画

月	単元名	授業時数	主要学習領域	学習活動（指導内容）	評価の観点	評価の方法
4	体づくり運動	8	体づくり運動	体づくり運動をよく理解し、マイプログラムを考え、個人やグループで実践する。	a① b c	<ul style="list-style-type: none"> ・知識テスト ・学習カード ・課題への取り組み
5	陸上競技 長距離	6	陸上競技	個人の目標を決め、自分に適したペースで女子は1000m男子は1500mを走れるようにする。	a① a② b c	<ul style="list-style-type: none"> ・知識理解テスト ・記録, スキルテスト, ゲームの内容・レベルや勝敗, 発表の内容 ・アドバイス交換 ・学習カード
6	選択 I	16	3領域選択 陸上競技 器械運動 ダンス	いずれかを選択し、陸上競技では走高跳, ハードルを行い、練習をしながら記録の向上を図る。器械運動ではマット運動, 跳び箱運動を行い、個人のレベルに適した技の習得を図る。ダンスではリズムダンスと創作ダンスを行い、技能の向上を図り表現で交流する。		
7						
8	選択 II	12	全領域選択 器械運動 陸上競技 球技（サッカー・バスケットボール・バレーボール・卓球・バドミントン）, 柔道, ダンス	いずれかを選択し、練習とゲームを繰り返しながら技能の向上を図る。柔道では練習と簡易な試合を繰り返しながら技能の向上を図る。ダンスではリズムダンスと創作ダンスを行い、技能の向上を図り表現で交流する。体育理論では、主に「豊かなスポーツライフの設計」を学習する。		
9	体育理論 選択 III					
10	選択 IV					
11						
12						
1		12	3領域選択 球技（フットサル, バスケットボール, バレーボール, バドミントン, 卓球） 柔道, ダンス	II期と異なるいずれかの種目を選択し、練習とゲームを繰り返しながら技能の向上を図る。柔道では練習と簡易な試合を繰り返しながら技能の向上を図る。ダンスではリズムダンスと創作ダンスを行い、技能の向上を図り表現で交流する。		
2						
3						

5 課題・提出物

単元の学習が終了したら、または毎時間、学習カードで学習課題やアドバイス、課題解決経過を振り返り、記述して提出する。

6 担当者から一言

これまでの学習を活かし、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、「する、みる、支える、知る」の視点から、自己や仲間の課題を発見し主体的に学びを深めよう。WHOは、中強度の身体活動を週150分以上行っていない状態を身体不活動と定義しています。深めた学びが、健康を保持増進する身体活動につながることを強く希求します。