

科目名	体育		学年	普通科			必/選	単位数
			2	アドバンス	キャリア	スポーツ	必	3
				国文				
			○	○	○	○		
学習目標	体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を育成することを目標とする。							
使用教材	・現代 高等保健体育 ・各種目用具 ・ファイルノート							
評価	評価法	実技テスト、小テスト、グループディスカッション、発表、ノート、振り返りシート						
	評価観点の趣旨	a	知識・技能	技能や体力の高め方、課題解決の方法や、競技会の仕方を理解し、生涯にわたって運動を豊かに継続するための理論を理解しているとともに、また目的に応じた技能を身に付けているか。				
		b	思考・判断・表現	生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、それらを他者に伝えている。				
		c	主体的に学習に取り組む態度	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとしている。				
上に示す観点に基づいて、各観点で評価し、学期末および学年末には観点別学習状況の評価（A、B、Cの3段階）および評定（1～5の5段階）にまとめます。								
期	月	時数	学習項目・単元	学習内容	評価方法			
					a	b	c	
一学期	4	3	体育理論 運動やスポーツの効果的な学習の仕方	(ア) 運動やスポーツの技能と体力及びスポーツによる障害 (イ) スポーツの技術と技能及びその変化	実技テスト	発表 振り返り	ノート 振り返り	
	5	12	体づくり運動	体ほぐしの運動・実生活に生かす運動の計画	筆記テスト	プリント	振り返りシート	
	6	12	選択Ⅰ 陸上競技 器械運動	【短距離走・ハードル】 【マット運動】				
7	12	選択Ⅱ 陸上競技 球技	【走り幅跳び・走り高跳び】 【ゴール型（サッカー）】					

二 学 期	9	12	選択Ⅲ 球技選択 1	【ゴール型(バスケットボール)】	実 技 テ ス ト 筆 記 テ ス ト	発 表 振 り 返 り プ リ ン ト	ノ ー ト 振 り 返 り シ ー ト
	10	12	球技選択 2	【ネット型(卓球)】 【ベースボール型(ソフトボール)】			
	11	12	選択Ⅳ 武道 ダンス	【柔道】 【現代的なリズムのダンス】			
	12	3	体育理論 運動やスポーツの 効果的な学習の仕 方	(ウ) 運動やスポーツの技能の上達過程 (エ) 運動やスポーツの活動時の健康・安全の確 保の仕方			
三 学 期	1	12	選択Ⅳ 球技選択 1	【ゴール型(フットサル)】	実 技 テ ス ト 筆 記 テ ス ト	発 表 振 り 返 り プ リ ン ト	ノ ー ト 振 り 返 り シ ー ト
	2	12	球技選択 2	【ネット型(卓球)】 【ネット型(バドミントン)】			
	3						
担当者からのメッセージ (学習方法など)							
体操服 (半袖、ハーフパンツ、長袖、長ズボン) 体育館シューズ、運動靴が必要							

令和 5 年度 保健体育 科

科目名	保健		学年	普通科				必/選	単位数
			2	アドバンス		キャリア	スポーツ	必	1
				国文	理進				
○	○	○	○						
学習目標	保健の見方・考え方を働かせ、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、生涯を通じて人々が自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を育成する。								
使用教材	教科書：現代 高等保健体育 副教材：現代 高等保健体育ノート								
評価	評価法	定期考査、小テスト、レポート課題、パフォーマンス課題（スピーチ発表、プレゼンテーション、ディベート）、ノート、振り返りシートで評価します。							
	評価観点の趣旨	a	知識・技能	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ているとともに知識を身に付け、理解したことを言ったり書いたりしているか。					
		b	思考・判断・表現	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しているとともに、目的や状況に応じて他者に伝えたり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明しているか。					
		c	主体的に学習に取り組む態度	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ための学習に主体的に取り組もうとしているか。					
上に示す観点に基づいて、各観点で評価し、学期末および学年末には観点別学習状況の評価（A、B、Cの3段階）および評定（1～5の5段階）にまとめます。									
期	月	時数	学習項目・単元	学習内容	評価方法				
					a	b	c		
一学期	4	2	生涯を通じる健康	思春期と健康 結婚生活と健康・加齢と健康 労働災害と健康・働く人の健康の保持増進	考査	考査	ノート		
	5	4			小テスト	発表	振り返り		
	6	4				レポート作成	シート		
	7	4					ト		
二学期	9	3	環境を支える健康づくり	環境の汚染と健康 環境と健康に関わる対策 環境衛生に関わる活動 食品の安全性 食品衛生に関わる活動	考	考査	ノート		
	10	4			小テスト	発表	振り返り		
	11	4				レポート作成	シート		
	12	3					ト		
三学期	1	3	環境を支える健康づくり	我が国の保健・医療制度 地域の保健・医療制度の活用 医薬品の制度とその活用 様々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	考査	考査	ノート		
	2	4			小テスト	発表	振り返り		
	3	1				レポート作成	シート		

担当者からのメッセージ（学習方法など）

科目名	専攻スポーツ	学年	普通科				必/選	単位数
		2	アドバンス		キャリア	スポーツ	必	2
			国文	理進				
						○		
学習目標	<ul style="list-style-type: none"> ・専門とする種目の特性を知り、より高度で専門的な技術を身につけるとともに、練習法や指導法についても考えられるようにする。 ・基礎からより高度な技術、ルール・審判技術を体系的に学習する。 							
使用教材	各種目用具							
評価	評価法	レポート課題、パフォーマンス課題（スピーチ発表、プレゼンテーション）、実技						
	評価観点の趣旨	a	知識・技能	専門種目における、効果的なトレーニングメニューを組み立て、運動を実践することができる。				
		b	思考・判断・表現	運動の効果的な実践方法などを他者に伝えることができる。自己の課題を見つけ解決に向け学習することができる。				
		c	主体的に学習に取り組む態度	運動を安全に行おうとしている。				
上に示す観点に基づいて、各観点で評価し、学期末および学年末には観点別学習状況の評価（A、B、Cの3段階）および評定（1～5の5段階）にまとめます。								
期	月	時数	学習項目・単元	学習内容	評価方法			
					a	b	c	
一学期	4	4	専門種目	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的な技能を習得するために、理論や練習法を学習する。 ・自己、チームの目標や課題を見つけ、目標達成に必要な練習計画を考えられるようにする。 ・個人的、集団的技能を身につけ、自己やチームの課題が解決できるように取り組む。 集団スポーツ・・・守備と攻撃の組織的な練習。 個人スポーツ・・・フォームチェック、イメージ練習	実技 レポート 課題	レポート 課題	観察	
	5	8	サッカー					
	6	8	陸上					
	7	8	アーチェリー ソフトボール 野球 バドミントン					
二学期	9	6	専門種目	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的な技能を習得するために、理論や練習法を学習する。 ・自己、チームの目標や課題を見つけ、目標達成に必要な練習計画を考えられるようにする。 ・個人的、集団的技能を身につけ、自己やチームの課題が解決できるように取り組む。 集団スポーツ・・・守備と攻撃の組織的な練習。 個人スポーツ・・・フォームチェック、イメージ練習	実技 レポート 課題	レポート 課題	観察	
	10	8	サッカー					
	11	8	陸上					
	12	6	アーチェリー ソフトボール 野球 バドミントン					

三 学 期	1	6	専門種目	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的な技能を習得するために、理論や練習法を学習する。 ・自己、チームの目標や課題を見つけ、目標達成に必要な練習計画を考えられるようにする。 ・個人的、集団的技能を身につけ、自己やチームの課題が解決できるように取り組む。 集団スポーツ・・・守備と攻撃の組織的な練習。 個人スポーツ・・・フォームチェック、イメージ練習	実技 レポート 課題	レポ ー ト 課 題	観 察
	2	8	サッカー 陸上				
	3	4	アーチェリー ソフトボール 野球 バドミントン				

担当者からのメッセージ（学習方法など）

--

科目名	生涯スポーツ	学年	普通科				必/選	単位数	
		2	アドバンス		キャリア	スポーツ	必	1	
			国文	理進					
						○			
学習目標	ニュースポーツ（アルティメット・ソフトバレー・グランドゴルフ）と生涯スポーツとして代表的なソフトボール、卓球、フットサルを中心に基礎的な技術やルール、試合の進め方を学習する。また、生涯にわたってスポーツに親しむための資質を身に付ける。								
使用教材	各種目用具								
評価	評価法	実技、レポート課題、パフォーマンス課題（スピーチ発表、プレゼンテーション、ディベート）、ノート振り返りシートで評価します。							
	評価観点の趣旨	a	知識・技能	ライフステージ及びライフスタイルに応じた運動の計画を立てることができる。試合の運営を行うことができる。					
		b	思考・判断・表現	健康や安全に留意した運動の計画や方法を他者に伝えることができる。仲間とともにスポーツを楽しむ方法を見つけることができる。					
		c	主体的に学習に取り組む態度	安全に注意して活動を行おうとしている。					
上に示す観点に基づいて、各観点で評価し、学期末および学年末には観点別学習状況の評価（A、B、Cの3段階）および評定（1～5の5段階）にまとめます。									
期	月	時数	学習項目・単元	学習内容	評価方法				
					a	b	c		
一学期	4	2	生涯スポーツⅠ （アルティメット・ソフトボール・ソフトバレーボール）	*希望調査の実施（3種目のうち1種目を選択。）・基礎的な技術からより専門的な技術・戦術を身に付ける。 ・ルールや試合の進め方についての理解を深め、自分たちで競技運営が行えるようにする。 ・技術の指導法や練習計画を考えられるようにする。	実技 レポート 課題	パフ ォ ー マン ス 課 題	観察		
	5	4							
	6	4	生涯スポーツⅡ （アルティメット・フットサル・卓球）					7	4
二学期	9	3	生涯スポーツⅢ （アルティメット・グランドゴルフ・バレーボール）	*希望調査の実施（3種目のうち1種目を選択。ただし生涯スポーツⅠ、Ⅱで受講した種目は除く。）・基礎的な技術からより専門的な技術・戦術を身に付ける。 ・ルールや試合の進め方についての理解を深め、自分たちで競技運営が行えるようにする。 ・技術の指導法や練習計画を考えられるようにする。	実技 レポート 課題	パフ ォ ー マン ス 課 題	観察		
	10	4							
	11	4	生涯スポーツⅣ （バドミントン・フットサル・テニス）					12	3
	12	3							

三 学 期	1	3	生涯スポーツⅤ (ゴルフ・ボッチャ・グランドゴルフ)	<p>*希望調査の実施（3種目のうち1種目を選択。ただし生涯スポーツⅠ、Ⅱで受講した種目は除く。）・基礎的な技術からより専門的な技術・戦術を身に付ける。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ルールや試合の進め方についての理解を深め、自分たちで競技運営が行えるようにする。 ・技術の指導法や練習計画を考えられるようにする。 	実技	パフォー	観察
	2	4			レポート	ーマン	
	3	2			課題	ス課題	

担当者からのメッセージ（学習方法など）

--

科目名	スポーツ基礎		学年	普通科			必/選	単位数	
			2	アドバンス		キャリア	スポーツ	必	1
				国文	理進				
						○			
学習目標	スポーツの多様な意義やスポーツの推進及び発展の仕方について理解するとともに、スポーツの推進及び発展について必要な技能、知識を身につける。								
使用教材	副教材：基礎から学ぶスポーツ概論（大修館書店）								
評価	評価法	定期考査、小テスト、レポート課題、パフォーマンス課題（スピーチ発表、プレゼンテーション、ディベート）、ノート振り返りシートで評価します。							
	評価観点の趣旨	a	知識・技能	スポーツの文化的特徴や現代のスポーツの発展について理解できているか。自己に応じたトレーニングメニューがたてられ、実践できているか。					
		b	思考・判断・表現	健康・安全について留意し、自己の課題に応じた運動の取り組み方や、よりよい課題解決に向けて思考し判断するとともに、理由を添えて他者に伝えることができるか。					
		c	主体的に学習に取り組む態度	自己の課題解決に向けて、学習に主体的に取り組もうとしているか。					
	上に示す観点に基づいて、各観点で評価し、学期末および学年末には観点別学習状況の評価（A、B、Cの3段階）および評定（1～5の5段階）にまとめます。								
期	月	時数	学習項目・単元	学習内容	評価方法				
					a	b	c		
一学期	4	2	スポーツの文化的特性や現代におけるスポーツの発展	1、スポーツの魅力について考える 2、スポーツのこれからとこれまで 3、現代スポーツの問題点 4、オリンピックとパラリンピック	考査	考査	ノート		
	5	4			小テスト	発表	振り返りシート		
	6	4			レポート作成	レポート作成	振り返りシート		
	7	4							
二学期	9	3	スポーツの効果的な学習の仕方	1、競技力向上に必要な基礎知識 2、自己の目標と課題について考えよう 3、競技力を向上させる練習方法 4、多種目に目を向けて競技力向上を考える	考	考査	ノート		
	10	4			小テスト	発表	振り返りシート		
	11	4				レポート作成	振り返りシート		
	12	3							
三学期	1	3	豊かなスポーツライフの設計の仕方	1、スポーツとライフマネジメント 2、自分の体をマネジメントしよう 3、栄養がパフォーマンスを高める	考査	考査	ノート		
	2	4			小テスト	発表	振り返りシート		
	3	2				レポート作成	振り返りシート		

担当者からのメッセージ（学習方法など）