

科目名	体育		学年	普通科		必/選	単位数
			1	国文	普通	必	3
				○	○		
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指す。						
使用教材	教科書：現代高等保健体育（大修館書店） 副教材：現代高等保健体育ノート（大修館書店） 各種目用具 ファイル タブレット						
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	運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付けている。			
		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課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。			
		c	主体的に学習に取り組む態度	運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しもうとしている。			
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	9	A 体づくり運動	ア、体ほぐしの運動	実技テスト	発表	ノート
	5	12		イ、実生活に生かす運動の計画			
	6	12	E 球技	選択授業Ⅰ (サッカー・テニス・ソフトボール)	筆記テスト	振り返りシート	振り返りシート
	7	9	B 機械運動 C 陸上競技	選択授業Ⅱ (マット、跳び箱・短距離走、ハードル走)			

二 学 期	9	6	H 体育理論	(1) スポーツの発祥と発展 (ア) スポーツの始まりと変遷 (イ) 文化としてのスポーツ (ウ) オリンピックとパラリンピックの意義	実技 テスト	発表	ノ ー ト
	9	6	A 体づくり運動	イ, 実生活に生かす運動の計画		振 り 返 り シ ー ト	振 り 返 り シ ー ト
	10	9	E 球技	選択授業Ⅲ (卓球・バスケットボール・バドミントン)			
	11	12	E 球技	選択授業Ⅳ (卓球・バレーボール・サッカー)			
	12	6	F 武道	選択授業Ⅴ (柔道・剣道)			
三 学 期	1	9	C 陸上競技	選択Ⅵ (短距離走, リレー・長距離走)	実技 テスト	発表	ノ ー ト
	2	9	G ダンス	選択Ⅶ (創作ダンス・現代的なリズムのダンス)		振 り 返 り シ ー ト	振 り 返 り シ ー ト
	3	6	H 体育理論	(1) スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展 (エ) スポーツが経済に及ぼす効果 (オ) スポーツの高潔さとドーピング (カ) スポーツと環境	筆 記 テ ス ト		
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 7 年度 保健体育 科

科目名	保健		学年	普通科		必/選	単位数
			1	国文	普通	必	1
				○	○		
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（大修館書店） 副教材：現代高等保健体育ノート（大修館書店） タブレット						
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	個人および社会生活における健康・安全について総合的に理解しているとともに、技能を身に付けている。			
		b	思考・判断・表現	個人および社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決をめざして総合的に思考し判断しているとともに、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	健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復および健康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。			
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	1	安全な社会生活	応急手当の意義とその基本	考査 小テスト	考査 発表 振り返りシート	ノ ー ト 振 り 返 り シ ー ト
		2		日常的な応急手当			
	5	3	心肺蘇生法				
	6	4	現代社会と健康	喫煙と健康			
	7	3	飲酒と健康 薬物乱用と健康				
二学期	9	1	現代社会と健康	健康の考え方と成り立ち	考査 小テスト	考査 レポート作成 振り返りシート	ノ ー ト 振 り 返 り シ ー ト
		1		私たちの健康のすがた			
	2	生活習慣病の予防と回復					
	10	2	がんの原因と予防				
	2	がんの治療と回復					
	11	4	運動と健康 食事と健康 休養・睡眠と健康				
	12	2	安全な社会生活	事故の現状と発生要因 安全な社会の形成 交通における安全			

三 学 期	1	1	現代社会と健康	精神疾患の特徴	考査	考査	ノ ー ト			
		1		精神疾患の予防						
		1		精神疾患からの回復				小テ	振り返り	
	2	1		現代の感染症				スト	シート	振 り
		2		感染症の予防						返 り
	3	1		性感染症・エイズとその予防						シ ー
	1	健康に関する意思決定・行動選択	健康に関する環境づくり			ト				
担当者からのメッセージ（学習方法など）										
教科書・ノートを中心に授業を進めます。タブレットでの調べ学習などもします。										

令和 7 年度 保健体育 科