

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	理進				
			○	○	○	○			
学習目標	<p>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。</p>								
使用教材	<p>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</p>								
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、計画的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かに継続するための理論について理解しているとともに、目的に応じた技能を身に付けている。					
		b	思考・判断・表現	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、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、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	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。					
<p>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。</p>									
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	C 陸上競技 E 球技	選択授業Ⅰ (短距離走・ハードル・走り幅跳び・走り高跳び) (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
	6	12	C 陸上競技	選択授業Ⅱ (短距離走・ハードル・走り幅跳び・走り高跳び)	筆記テスト	振り返りシート			
	7	3	E 球技	(サッカー・テニス・ソフトボール)					
	7	3	H 体育理論	(2) 運動・スポーツの学び方 (ア) スポーツにおける技能と体力 (イ) スポーツにおける技術と戦術 (ウ) 技能の上達過程と練習					

二 学 期	9	6	H 体育理論	(2) 運動・スポーツの学び方 (エ) 効果的な動きのメカニズム (オ) 体力トレーニング (カ) 運動やスポーツでの安全の確保	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	
	10	12	B 器械運動 F 武道 G ダンス	選択授業Ⅲ (マット・跳び箱・鉄棒) (柔道・剣道・創作ダンス)	筆記テ スト	返 り	振 り
	11	12	B 器械運動 E 球技	選択授業Ⅳ (マット・跳び箱・鉄棒) (卓球・バレーボール・バドミントン)		シ ー ト	返 り
	12	9	F 武道 G ダンス	選択授業Ⅴ (柔道・剣道・創作ダンス・現代的なリズムのダンス)			シ ー ト
三 学 期	1	6	C 陸上競技	選択授業Ⅵ	実技テ スト	発表	ノ ー ト
	2	12	E 球技	(短距離走・リレー・長距離走)		振 り	
	3	3	C 陸上競技 E 球技	(フットサル・バスケットボール・ハンドボール) 選択授業Ⅶ (短距離走・リレー・長距離走) (フットサル・バドミントン・テニス)	筆記テ スト	返 り	振 り
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
			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（大修館） 副教材：現代 高等保健体育ノート（大修館）								
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					
		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、筋道を立ててすることができる					
		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					
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	ライフステージと健康	考査	考査	ノート		
	5	4		思春期と健康					
	6	4		性意識と性行動の選択 妊娠・出産と健康 避妊法と人工妊娠中絶					
	7	3		結婚生活と健康 中高年期と健康					
二学期	9	3	生涯を通じる健康	働くことと健康	考査	考査	ノート		
	10	4		労働災害と健康					
	11	4		健康的な職業生活					
	12	3		環境を支える健康づくり 大気汚染と健康 水質汚濁、土壌汚染と健康 環境と健康にかかわる対策 ごみの処理と上下水道の整備					

三 学 期	1	3	環境を支える健康 づくり	食品の安全性	考査  小 テ ス ト	考査  発表  レ ポ ー ト作成	ノート  振り返 りシー ト
	2	4		食品衛生にかかわる活動 保健サービスとその活用 医療サービスとその活用 医薬品の制度とその活用			
	3	1		さまざま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			
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

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				
						○		
学習目標	体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、主体的、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、健やかな心身の育成に資するとともに、生涯を通してスポーツの推進及び発展に寄与する資質・能力を育成すること							
使用教材	副教材：基礎から学ぶスポーツ概論（大修館書店） ファイル 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）、プリント 振り返りシート						
	評価観点の趣旨	a	知識・技能	スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展・運動やスポーツの効果的な学習の仕方について理解できる。豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解できるようにするとともに、自己の行動計画を作成することができるようにする。				
		b	思考・判断・表現	スポーツの文化的特性や現代スポーツの発展について、「する、みる、支える、知る」などのスポーツの多様な関わり方において、理由を添えて他者に伝えることができる。スポーツを推進及び発展させる視点から課題を発見し、解決に向けて理由を添えて他者に伝えることができる。				
		c	主体的に学習に取り組む態度	スポーツの文化的特性や現代スポーツの発展・運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習についての学習・豊かなスポーツライフの設計の仕方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	2	【1】スポーツの文化的特性や現代におけるスポーツの発展	第1章 スポーツについて考えよう	考査  小テスト	考査  発表・レポート課題	プリント  振り返りシート	
	5	4		1 スポーツの魅力について考える				
	6	4		・競技スポーツ、生涯スポーツの魅力				
	7	4		・スポーツの楽しみ方				
				2 スポーツのこれからとこれまでを考える				
				・スポーツの起源、変容と発展				
				・これからのスポーツ				
				3 現代スポーツの問題点を考える				
				・競技、生涯スポーツの問題点				
				・スポーツの持続的発展と環境問題				
				4 スポーツと社会について考える				
				・グローバル化、推進政策、経済				

				5 オリンピックとパラリンピックを知る ・オリンピック, パラリンピックについて			
二 学 期	9 10 11 12	3 4 4 3	【2】スポーツの効果的な学習の仕方	第2章 スポーツの競技力を向上させよう 1 競技力向上に必要な基礎知識を知る ・競技力を構成する諸要素の関係 ・技能, 戦術の上達過程や方法 ・合理的なトレーニング計画 2 競技力を向上させる練習方法を知る ・各競技について学ぶ	考查  小テスト	考查  発表・レポート 課題	プリント  振り返りシート
三 学 期	1 2 3	3 4 2	【3】豊かなスポーツライフの設計の仕方	第4章 スポーツライフのマネジメントを考えよう 1 自分の体をマネジメントしよう ・体調チェックとウォーミングアップとクーリングダウン ・スポーツ現場での応急処置 ・スポーツによる四肢の外傷, 障害	考查  小テスト	考查  発表・レポート 課題	プリント  振り返りシート
担当者からのメッセージ (学習方法など)							
副教材を中心に知識を深め、自分の専門種目にいかしていきます。							

令和 7 年度 保健体育 科



二 学 期	9	6	専門種目	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 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</li> <li>・ 目標を設定し、それぞれに応じた課題を発見し、課題解決に向けた練習計画を考える</li> <li>・ 各週でノートを作成し、目標や課題設定を理解する</li> <li>・ オフシーズンでのトレーニング計画を立て、来年に向けての体づくりを実践する</li> </ul>	実技  レポート課題	プレゼンテーション  スピーチ  ノート	観察  提出物
	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 バスケットボール バレーボール				
三 学 期	1	6	専門種目	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ チームの中心的役割を理解し、チームの目標を設定する</li> <li>・ 新チームでの目標達成に向けて自己の課題やチームの課題を発見し共有して解決に向け競技に取り組む</li> </ul>	実技  レポート課題	プレゼンテーション  スピーチ  ノート	観察  提出物
	2	8	サッカー				
	3	4	陸上				
			アーチェリー ソフトボール 野球 バドミントン バスケットボール バレーボール				
担当者からのメッセージ（学習方法など）							
多角的に専門種目をとらえ、学びを深めていきます。							

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	<p>体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、主体的、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、健やかな心身の育成に資するとともに、生涯を通してスポーツの推進及び発展に寄与する資質・能力を養うことを目指す。</p>								
使用教材	<p>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</p>								
評価	評価法	実技テスト・小テスト・レポート課題・振り返りシート							
	評価観点の趣旨	a	知識・技能	スポーツへの「する、みる、支える、知る」などの多様な関わり方を踏まえて、体づくり運動の推進及び発展に向けた多様な関わり方を理解することができる。					
		b	思考・判断・表現	「する、みる、支える、知る」など、自己や仲間が多様に生涯スポーツに関わる上で文化的、社会的、経済的側面など多角的な視点での課題を発見し、主体的に思考し判断したことを、筋道を立てて論理的に伝えたりすることができる。					
		c	主体的に学習に取り組む態度	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ことに意欲を高めたり、自己や仲間の体力の程度等に配慮したり事故の危険性を未然に回避したりするなど、健康・安全を確保しようとしている。					
	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	・体力測定	・学校で設定した種目にて基礎体力の測定を行う ・結果をもとに分析する	実技テスト 筆記テスト	レポート 課題・発表 振り返りシート	ノート 振り返りシート		
	5	4	・トレーニング実践演習	・各部活動にて行っているトレーニングの共有 ・自己の課題に応じたトレーニングの実践指導					
	6 7	4 4	選択種目 I	バレー・バドミントン・卓球 (3種目のうち1種目を選択)					

二 学 期	9	4	選択種目Ⅱ	アルティメット・フットサル・卓球 (3種目のうち1種目を選択)	実技テ スト	レポ ート 課題・	ノー ト
	10	10	ソフトバ レー	・基礎的な技術からより専門的な技術・戦術を身に付 ける ・チームでの戦略的なゲーム展開ができるように他 社と話し合い試合を進めていく	筆記テ スト	発表	振り 返り シ ー ト
	11						
	12						
三 学 期	1	4	ボッチャ	・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 ・インクルーシブ社会をスポーツを通じて学習する	実技テ スト	レポ ート 課題	振り 返り シ ー ト
	2	4					
担当者からのメッセージ (学習方法など)							
様々な生涯スポーツに触れていきます。							

令和 7 年度 保健体育 科