

平成30年度 保健体育科：体育

コース・単位数	1年：全コース（3単位） 2年：特進理系コース・特進文系コース・アスリート特進コース・理系コース（2単位） 文系Ⅰコース・文系Ⅱコース（3単位） 3年：特進理系コース・特進文系コース・アスリート特進コース（2単位） 理系コース・文系Ⅰコース（2単位） 文系Ⅱコース（3単位）			
学習の到達目標	運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を身につける。			
教科書	Active Sports（大修館） 現代高等保健体育（大修館）	副教材		
評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能・表現	知識・理解
	公正、協力、責任、参画などに対して意欲を持ち、健康・安全を確保して主体的に学習に取り組んでいるか。	生涯にわたる運動実践を目指して自己や仲間の状況に応じて運動を継続するための計画や取り組みをしているか。	運動の特性に応じて競ったり、攻防の展開、表現するなど運動を合理的に実践しているか。	運動の効果的な学習の仕方やスポーツライフの設計の仕方などを理解しているか。
評価方法	授業中の発言・態度	実技テスト 課題やレポート 授業中の態度	実技テスト ゲームでの活動	課題やレポート

学年	学習単元	学習方法	評価のポイント
1年	＊体づくり運動 ＊集団行動 ＊体育理論 1. 人間にとって「動く」とは何か ＊スポーツテスト ＊体育理論 2. スポーツの始まりと変遷 ＊選択種目 器械運動 ダンス 陸上競技 （投てき・走幅跳） ＊体育理論 3. 文化としてのスポーツ ＊選択種目 ソフトボール	<ul style="list-style-type: none"> ・体を動かす楽しさや心地よさを味わい、健康の保持増進・体力の向上を図るための動きを考える。 ・各種集団行動の動きを学習してリズムに合わせて行動できるように学ぶ。 ・運動は人間にとってどのような意味を持っているかを調べる。 ・走・跳・投などの基本的な運動を測定することにより記録向上のための動きを学ぶ。 ・スポーツはどのように始まり、どのように発展したのかを調べる。 ・自己の技を表現するために、必要な基本的な動きを調べる。 ・瞬発力やスピードの養成を計り、巧み性を習得し自己の目標を実現するためのフォームを調べて身につける。 ・なぜ人間だけがスポーツという文化としてとらえることができるかを考える。 ・ベースボール型では、状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に 	<ul style="list-style-type: none"> ・効果を考えて動くことができているか。 ・動きとリズムが正しいか。 ・記録計測 ・大きく滑らかな動き。 ・記録計測 ・フォームやコントロール、ゲームでの動き

2 年	<p>ハンドボール バスケットボール サッカー バレーボール テニス 卓球</p> <p>* 体育理論 4. オリンピックと国際理解 5. スポーツと経済 6. ドーピングとスポーツ倫理</p> <p>* 剣道</p> <p>* 柔道</p> <p>* 弓道</p> <p>* 体づくり運動</p> <p>* 集団行動</p> <p>* スポーツテスト</p> <p>* 体育理論 1. スポーツの技術と戦術 2. 技能の上達過程と練習 3. 効果的な動きのメカニズム</p> <p>* 選択種目 陸上競技 (ハードル)</p> <p>ダンス</p> <p>ソフトボール</p> <p>バスケットボール サッカー</p>	<p>応じた守備の動きを学ぶ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ゴール型では、状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防を展開する能力を学ぶ。 ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作りだすことを学ぶ。 ゲームに必要な知識・技術を身に付けるとともに公正な審判法を学ぶ。 試合を通してチームワークの必要性を理解し、各自がチームのために努力することの重要性を学ぶ。 <ul style="list-style-type: none"> 世界の人々が集うオリンピックの意味は何か調べる。 スポーツは経済に大きな影響を及ぼし、基幹産業の1つになっていることを調べる。 健全なスポーツを育んでいくためには何が必要か調べなさい。 <ul style="list-style-type: none"> 素早く仕掛け、相手の構えを崩して得意技を出したり、技を応じるなどの攻防を学ぶ。 得意技や連絡技、変化技を用いて、素早く相手を崩して投げたり、抑えたり、返したりするなどの攻防を学ぶ。 心を落ち着かせて取り組むことにより、礼儀作法を学ぶ。 <ul style="list-style-type: none"> 主体的に取り組むとともに体力の違いに配慮すること、役割を積極的に引き受け、自己の責任を果たそうとすることを学ぶ。 各種集団行動の動きを学習してリズムに合わせて行動できるように学ぶ。 各種のスポーツテストを通して各自の基本的能力を理解するとともに、測定方法を習得する。 <ul style="list-style-type: none"> スポーツに関わる戦術、戦略にはどのような違いがあるか調べる。 学習の効果をあげるためには何に注意すればよいか調べる。 体の動きはどのようなしくみで開始され、持続していくのか調べる。 <ul style="list-style-type: none"> ハードルでは、スピードを維持した走りからハードルを低くリズムカルに超すにはどうしたらよいか調べる。 ダンスでは、感じを込めて踊ったり、仲間と自由に踊ったりする楽しさや喜びを味わうことを学ぶ。 ベースボール型では、状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備の動きを学ぶ。 ゴール型では、状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防を展開する能力を学ぶ。 	<ul style="list-style-type: none"> フォームやコントロール、ゲームでの動き フォームやコントロール、ゲームでの動き <ul style="list-style-type: none"> 気剣体一致の打突の正確さ、試合での動き フォームや正確さ、ゲームでの動き フォームや正確さ <ul style="list-style-type: none"> 効果を考えて動くことができているか。 動きとリズムが正しいか。 記録計測 <ul style="list-style-type: none"> 記録計測 創造性とチームのまとまり フォームやコントロール、ゲームでの動き フォームやコントロール、ゲームでの動き
--------	--	---	--

<p>3 年</p>	<p>バレーボール テニス 卓球</p> <p>* 体育理論 4. 技能と体力 5. 体力トレーニング 6. 運動やスポーツでの安全の確保</p> <p>* 体づくり運動</p> <p>* 集団行動</p> <p>* スポーツテスト</p> <p>* 体育理論 1. 生涯スポーツの見方・考え方 2. ライフスタイルに応じたスポーツ</p> <p>* 選択種目 器械運動 陸上競技（走幅跳） ソフトボール バスケットボール サッカー ラグビー バレーボール テニス</p> <p>* 体育理論 3. 日本のスポーツ振興 5. スポーツと環境</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作りだすことを学ぶ。 ・ ゲームに必要な知識・技術を身に付けるとともに公正な審判法を学ぶ。 試合を通してチームワークの必要性を理解し、各自がチームのために努力することの重要性を学ぶ。 ・ 体力や技能を高めるための方法を考える。 ・ 自分のおこなおうとする運動やスポーツに適したトレーニング方法は何か調べる。 ・ 運動によるけがや病気が起こらないようにするために注意することを調べる。 ・ 行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方などを理解し、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を考える。 ・ 各種集団行動の動きを学習してリズムに合わせて行動できるように学ぶ。 ・ 各種のスポーツテストを通して各自の基本的能力を理解するとともに、測定方法を習得する。 ・ ライフステージに応じてどのように楽しむことができるかを考える。 ・ スポーツを生活の中に位置づけるためには何が必要かを考える。 ・ 自己の技を表現するために、必要な基本的な動きを調べる。 ・ 瞬発力やスピードの養成を計り、巧み性を習得し自己の目標を実現するためのフォームを調べて身につける。 ・ ベースボール型では、状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備の動きを学ぶ。 ・ ゴール型では、状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防を展開する能力を学ぶ。 ・ ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作りだすことを学ぶ。 ・ ゲームに必要な知識・技術を身に付けるとともに公正な審判法を学ぶ。 試合を通してチームワークの必要性を理解し、各自がチームのために努力することの重要性を学ぶ。 ・ 国や地方自治体がスポーツ振興のために行っているさまざまな活動を調べる。 ・ スポーツは環境とどのように調和すべきかを考える。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ フォームやコントロール、ゲームでの動き ・ 効果を考えて動くことができるか。 ・ 動きとリズムが正しいか。 ・ 記録計測 ・ 記録計測 ・ 創造性とチームのまとまり ・ フォームやコントロール、ゲームでの動き ・ フォームやコントロール、ゲームでの動き ・ フォームやコントロール、ゲームでの動き
----------------	--	---	--

平成30年度 保健体育科：保健

コース・単位数	1年：全コース（1単位） 2年：全コース（1単位）			
学習の到達目標	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身に付ける。			
教科書	現代高等保健体育（大修館）	副教材	図説現代高等保健（大修館）	
評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能・表現	知識・理解
	自らの健康で安全な生活を実践するための意欲的に学習に取り組んでいるか。	課題の解決を目指して総合的に考え、判断し、それらを表しているか。	要点をまとめ、自己の考えを表現できているか。（研究発表）	課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身につけているか。
評価方法	授業中の発言・態度	定期テスト 授業ノート 授業中の発言	研究発表レポート	定期テスト

学年	学習単元	学習方法	評価のポイント
1年	1. 現代社会と健康 1) 私たちの健康のすがた 2) 健康のとらえ方 3) 健康と意思決定・行動選択 4) 健康に関する環境づくり 5) 生活習慣病とその予防 6) 食事と健康 7) 運動と健康 8) 休養・睡眠と健康 9) 喫煙と健康 10) 飲酒と健康 11) 薬物乱用と健康 12) 現代の感染症 13) 感染症の予防 14) 性感染症・エイズとその予防 15) 欲求と適応機制 16) 心身の相関とストレス 17) ストレスへの対処 18) 心の健康と自己実現 19) 交通事故の現状と要因 20) 交通社会における運転者の	<ul style="list-style-type: none"> ・私たちの理想的な健康のすがたとはどのようなものを調べる。 ・「健康とは何か」について考える。 ・自分の生活習慣や行動を適切なものにするためにはどうしたらいいか考える。 ・健康的な社会環境を作るためにはどうしたらいいか考える。 ・生活習慣病の種類と原因、対処法について調べる。 ・健康的な食生活とはどのようなものか調べる。 ・健康的な運動とはどのようなものか調べる。 ・休養や睡眠の必要性和方法について調べる。 ・喫煙が問題視される理由を調べる。 ・飲酒が健康にどのような影響をもたらすかを調べる。 ・薬物乱用の問題点を調べて、個人として社会として何をすればいいか考える。 ・問題となっている感染症はどのようなもので、なぜ起こるのかを調べる。 ・感染症予防原則と対策、性感染症の種類と原因について調べる。 ・私たちがもつ欲求にはどのようなものがあり、欲求が満たされないときどのようにして心の安定を図るか調べる。 ・心と体はどのように関係しているか調べる。 ・ストレスの対処法にはどのようなものがあるか調べる。 ・自分らしく、豊かで健康的に過ごすためには何をすればいいか考える。 ・交通事故の原因にはどのようなものがあるか調べる。 ・運転者に必要な資質とは何かを考える。 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康水準の向上や疾病構造の変化、主体と環境の相互作用の下に成り立っていること。個人の適切な意思決定・行動選択、環境づくりが健康の保持増進に関わっていること。それぞれについて述べることができるか。 ・生活習慣病予防には、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践すること。喫煙と飲酒は、生活習慣病の要因になること。薬物乱用が心身の健康や社会に深刻な影響を与えること。感染症の予防には、個人的及び社会的対策を行う必要があること。それぞれについて述べるができるか。 ・欲求と適応機制には種類があること。心と体は密接にかかわっていること。欲求やストレスへの対処法のそれぞれについて述べるができるか。 ・交通事故を防止するために取り組む出来ことや交通事故には責任や補償問題が生じることについて述べるができるか。

<p>2年</p>	<p>資質と責任</p> <p>2 1) 安全な交通社会づくり</p> <p>2 2) 応急手当の意義とその基本</p> <p>2 3) 心肺蘇生法</p> <p>2 4) 日常的な応急手当</p> <p>*まとめ発表</p> <p>2. 生涯を通じる健康</p> <p>1) 思春期と健康</p> <p>2) 性意識と性行動の選択</p> <p>3) 結婚生活と健康</p> <p>4) 妊娠・出産と健康</p> <p>5) 家族計画と人工妊娠中絶</p> <p>6) 加齢と健康</p> <p>7) 高齢者のための社会的とりくみ</p> <p>8) 保健制度とその活用</p> <p>9) 医療制度とその活用</p> <p>1 0) 医薬品と健康</p> <p>1 1) さまざまな保健活動や対策</p> <p>3. 社会生活と健康</p> <p>1) 大気汚染と健康</p> <p>2) 水質汚濁・土壌汚染と健康</p> <p>3) 健康被害の防止と環境対策</p> <p>4) 環境衛生活動のしくみと働き</p> <p>5) 食品衛生活動のしくみと働き</p> <p>6) 食品と環境の保健と私たち</p> <p>7) 働くことと健康</p> <p>8) 労働災害と健康</p> <p>9) 健康的な職業生活</p> <p>*まとめ発表</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・環境要因や車両要因への対策はどのようなことがおこなわれているか調べる。 ・けがで苦しんでいる人や意識を失った人に対してどのような行動をとればいいか調べる。 ・心肺蘇生法や応急手当の正しい方法や手順を調べる。 ・テーマを1つ設定して研究発表を行うための準備を行う。(レポート提出準備) ・思春期に起こる心と体の変化と健康問題を調べる。 ・異性との人間関係や性情報に対してどのようなことを配慮すべきか調べる。 ・結婚生活を健康的なものにするためには何が必要か考える。 ・妊娠・出産期を健康に過ごすために、本人や周囲の人が配慮すべきことは何か考える。 ・妊娠を望まないときに、私たちがとるべき行動は何か考える。 ・中高年期を健やかに過ごすために、どのような工夫が必要か調べる。 ・誰にとっても健康で安心して暮らすためにどのような取組をしているか調べる。 ・病気の予防や健康の保持増進のための活動や保健サービスを調べる。 ・わが国の医療制度の特徴を調べる。 ・医薬品を正しく使用するとはどういうことか調べる。 ・健康の保持増進をはかるためにどのような活動や対策がおこなわれているか調べる。 ・大気汚染が起きる原因と健康への影響、地球規模の環境問題について調べる。 ・水質汚濁や土壌汚染が起きる原因と健康被害について調べる。 ・環境汚染による健康被害を防ぐため、社会でとられている対策や私たちができることは何か考える。 ・環境衛生活動のしくみや働きはどのようなになっているか調べる。 ・食品に関する安全性の確保がどのようにおこなわれているか調べる。 ・安全な食品を確保したり、環境を汚染しない取組に対して私たちが求められる役割は何か調べる。 ・働くことにより健康を損なう原因や対処法を調べる。 ・労働災害を防ぐためには、どのような対策が必要か調べる。 ・余暇の活用の仕方について考える。 ・テーマを1つ設定して研究発表を行うための準備を行う。(レポート提出準備) 	<p>るか。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・応急手当や心肺蘇生法の手順や方法、生命やけがの悪化を軽減できることを述べることができるか。 ・教科書以外の内容が含まれているか。 ・生涯の健康問題に応じた自己の健康管理及び環境づくりについて述べるができるか。 ・保健・医療制度や地域の保健所、保健センター、医療機関などを適切に活用する重要性について述べるができるか。 ・健康問題に対応してさまざまな保健活動や対策が行われていることを述べるができるか。 ・人間の生活や産業活動は、自然環境を汚染し健康に影響を及ぼすことがあること。それらを防ぐためには、汚染の防止及び改善の対策をとる必要があること。それぞれについて述べるができるか。 ・環境衛生活動は、学校や地域の環境を健康に適したものにしよう設定され、実践されていることを述べるができるか。 ・労働災害の防止にはさまざまな要因を踏まえた適切な健康管理及び安全管理をする必要があることを述べるができるか。 ・教科書以外の内容が含まれているか。
-----------	--	---	--

平成30年度 保健体育科：総合的な学習の時間（SG 武道）

コース・単位数	1年：全コース（1単位）[男子：剣道・柔道（選択）・女子：弓道]			
学習の到達目標	<p>共通：武道の基本を日常生活に結びつけ、礼節の大切さを学ぶ。</p> <p>剣道：剣道を学ぶことの意義と剣道の特性を基本にして、礼に始まり礼に終わるという武道の基本を日常生活に結びつけ、礼節の大切さを学ぶ。</p> <p>柔道：望ましい人間形成を目指すことに重点をおき、相手を尊重する心や礼節を身に付ける。講義により柔道に対する興味・関心を抱き、自ら柔道を学ぶ姿勢を確立する。現代社会における柔道修行の果たすべき役割を認識し、自己の在り方・生き方を考える。</p> <p>弓道：他の武道と異なる特性があることを理解し、自己の意志力・忍耐力・集中力を養い人間形成の養成に努める。講義により弓道に対する興味・関心を抱き、自ら弓道を学ぶ姿勢を確立する。現代社会における弓道修行の果たすべき役割を認識し、自己の在り方・生き方を考える。</p>			
教科書		副教材		
評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能・表現	知識・理解
	公正、協力、責任、参画などに対して意欲を持ち、健康・安全を確保して主体的に学習に取り組んでいるか。	相手を尊重する態度や礼法について調べ、学び、実践することに対して取り組むことができているか。	学校生活や日常生活に役立てる技術等を表すことができているか。	授業を通じた知識と理解を試合で技能として発揮することができるか。
評価方法	授業中の発言・態度・取組	授業中の発言・態度・取組	試合における態度・取組レポート	試合における態度・取組

学年	学習単元	学習方法	評価のポイント
1年	<p>[剣道]</p> <p>礼儀作法 基本動作</p> <p>基本打突</p> <p>防具装着 講義① 講義②</p> <p>講義③ 基本打突 打ち込み 互角稽古 試合稽古 講義④ 講義⑤ 講義⑥</p> <p>試合 講義⑦ 講義⑧</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・相手を尊重する態度・礼法を調べる。 ・心身の健全な発達と平和の貢献のために学ぶことを理解する。 ・基本的な動作や専門用語を調べる。 ・正しい素振りを学ぶ。 ・剣道修行の目的を調べる。 ・剣道の起源から竹刀剣道の誕生までの歴史とその背景について調べる。 ・剣道の特性や専門用語について調べる。 ・相手を尊重し立派な態度で試合をすること。また、個人戦における試合の駆け引き、試合の勝敗に精神面が重要であることを学ぶ。 ・歴史上の人物について調べる。 ・ルールについて調べる。 ・試合の駆け引きや、精神面の大切さについて学ぶ。 ・剣道修行の果たすべき役割をもとに、グローバルな現代社会における自己の在り方・生き方を考える。 ・1年間学んだことを今後の学校生活や日常生活に、どのように役立てるかについてのレポートを作成する。 	<p>相手を尊重する態度・礼法が実践できているかどうか。</p> <p>基本的な動きや専門用語が理解できているかどうか。</p> <p>剣道の歴史等について理解しているかどうか。</p> <p>ルールが理解できているかどうか。</p> <p>レポートの内容が充実しているかどうか。</p>

	<p>[柔道]</p> <p>歴史・理念</p> <p>基本動作 対人的技能・固め技 投げ技</p> <p>講義① 講義② 講義③ 講義④ 講義⑤ 講義⑥</p> <p>対人的技能・ 自由練習</p> <p>試合</p> <p>講義⑦ 講義⑧</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・公正さ・相手を尊重する態度・礼法を身に付ける。 ・基本動作のポイントや専門用語を調べる。 ・基本形だけではなく、変化した形を学ぶ。 ・正しい崩し・手技・足技・腰技を学ぶ。 ・柔道の起源と発展について調べる。 ・講道館柔道の創始と発展について調べる。 ・柔道修行の目的について調べる。 ・柔道の技術について学ぶ。 ・歴史上の人物について調べる。 <ul style="list-style-type: none"> ・現代社会における柔道修行の果たすべき役割を基にして、自己の在り方・生き方を考える。 ・審判方法・ルールについて調べる。 <ul style="list-style-type: none"> ・1年間学んだことを今後の学校生活や日常生活に、どのように役立てるかについてのレポートを作成する。 	<p>相手を尊重する態度・礼法が実践できているかどうか。 基本的な動きや専門用語が理解できているかどうか。</p> <p>柔道の歴史等について理解しているかどうか。</p> <p>ルールが理解できているかどうか。 レポートの内容が充実しているかどうか。</p>
	<p>[弓道]</p> <p>礼儀作法 基本動作 基本姿勢 射法の解説 索引練習 講義① 講義② 講義③ 巻藁練習 的前練習</p> <p>講義④ 講義⑤ 講義⑥</p> <p>試合 講義⑦ 講義⑧</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・理念や目的、学ぶ意義について学ぶ。 ・他の武道種目と異なる特性について調べる。 ・基本的な動作や体配を正しく学ぶ。 <ul style="list-style-type: none"> ・弓道修行の目的について調べる。 ・専門用語や弓道の歴史、弓具の歴史について調べる。 ・安全に行う意識を持つことを学ぶ。 ・弓道の規則を調べる。 ・歴史上の人物について調べる。 ・競技の方法やルールについて調べる。 ・現代社会における弓道修行の果たすべき役割を基にして、自己の在り方・生き方を考える。 <ul style="list-style-type: none"> ・1年間学んだことを今後の学校生活や日常生活に、どのように役立てるかについてのレポートを作成する。 	<p>弓道の特性が理解できているかどうか。</p> <p>基本的な動きや専門用語が理解できているかどうか。</p> <p>弓道の歴史等について理解しているかどうか。</p> <p>ルールが理解できているかどうか。</p> <p>レポートの内容が充実しているかどうか。</p>