

教科名	科目名	単位数	履修年次	必・選択
保健体育	体育	3単位	1年	必履修
選択条件				
対象者	1年生全員			
取得資格				
学習のアドバイス	体育の授業を通して、実社会に通用する基本的な生活習慣を身に付けましょう。そのためには、ただ身体を動かすだけでなく、仲間と課題を見つけ協力し合い、けじめのついた行動をとらなくてはなりません。楽しくやるときは楽しく、けじめをつけるときはけじめをつける。メリハリのついた授業にしましょう。			
教材 実習費等	なし			

評価の観点 の趣旨	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	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しているとともに、それらの技能を身に付けている。	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。	生涯にわたって継続して運動に親しむために、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とともに、健康・安全を確保している。

月	単元	学習の内容	評価方法		
			知・技	思・判・表	主体的
4	【体づくり運動】	・体ほぐしの意義と体力の高め方・体ほぐし・体づくり運動・集団行動	□	□	観
5	【球技】 ・ソフトボール ・バレーボール	・12時間実施後、男女入れ替えて行う	□	□	観
6	【体育理論】 ・人間にとって「動く」とは何か ・スポーツの始まりと変遷	・人間にとっての運動の意味、動きの工夫と文化について理解する ・スポーツの始まりと変遷について学ぶ	□	□小	観
7	【選択Ⅰ】 器械運動・陸上・ダンスより選択	【選択Ⅰ】の3種目より1種目選んで行う	□	□	観
9	【体育理論】 ・文化としてのスポーツ ・オリンピックと国際理解	・スポーツを文化としてとらえること、変容とメディアについて学ぶ ・オリンピズムとオリンピックムーブメント、変貌するオリンピックについて学ぶ	□	□小	観
10	【選択Ⅱ】 ・ゴール型：サッカー・バスケットボール ・ネット型：バレーボール・テニス ・柔道 上記より選択	【選択Ⅱ】の5種目より1種目選んで行う	□	□	観
11					

12	1	【体育理論】 ・スポーツと経済 ・ドーピングとスポーツ倫理	・スポーツと経済について理解する ・ドーピングについて理解し、スポーツ倫理について学ぶ	ワ	ワ 小	観
		・【体づくり運動】	・二人組やグループ、用具や道具を活用した運動を行う ・グループごとにねらいに則した運動を構成し、練習・発表する	ワ	ワ	観
2	3	【選択Ⅲ】 ゴール型：バスケットボール ネット型：バレーボール、バドミントン、卓球 柔道 上記より選択	【選択Ⅲ】 の5種目より1種目選んで行う	ワ	ワ	観
		【選択Ⅳ】 ゴール型：バスケットボール ネット型：バレーボール、バドミントン、卓球 柔道 上記より選択	【選択Ⅳ】 の5種目より1種目選んで行う	ワ	ワ	観

評価方法

: ワークシート・ノート
 : 提出物
 : 定期考査
 : 小テスト
 : 発表
 : 観察
 など

教科名	科目名	単位数	履修年次	必・選択
保健体育	体育	2単位	2年	必履修
選択条件				
対象者	2年生全員			
取得資格				
学習のアドバイス	「体育の授業が楽しくて仕方ない」と思うくらいの時間にしたいものです。ただ単にからだを動かすだけでなく、科学的理論をもとに運動、からだのしくみを理解し、技能、体力の向上につながる事が実感できるようにしましょう。			
教材 実習費等	なし			

評価の観点 の趣旨	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	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しているとともに、それらの技能を身に付けている。	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。	生涯にわたって継続して運動に親しむために、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とともに、健康・安全を確保している。

月	単元	学習の内容	評価方法		
			知・技	思・判・表	主体的
4	【体づくり運動】	体ほぐしの意義と体力の高め方・体ほぐし・体づくり運動・整列・列の増減・歩行	□	□	観
5	【選択Ⅰ】 器械運動・陸上・ダンスより選択	【選択Ⅰ】の3種目から1種目を選んで行う	□	□	観
6					
7	【体育理論】 ・スポーツの技術と戦略 ・技能の上達課程と練習	・技術に応じた練習、戦術・作戦・戦略について ・技能の上達課程と効果的な練習法について	□	□小	観
9	【選択Ⅱ】 ゴール型：サッカー ベースボール型：ソフトボール ネット型：バレーボール・テニス 柔道 上記より選択	【選択Ⅱ】の5種目から1種目を選んで行う	□	□	観
10	【体育理論】 ・効果的な動きのメカニズム ・技能と体力	・動きの開始と持続、動きのコントロールについて ・運動・スポーツにおける技能と体力の関係、トレーニングの原理と原則について	□	□小	観
11	【体づくり運動】	・二人組やグループ、用具や道具を活用した運動を行う ・グループごとにねらいに即した運動を構成し練習・発表する	□	□	観

12	【選択Ⅲ】 ゴール型：サッカー・バスケットボール ネット型：バレーボール・テニス 柔道 上記より選択	【選択Ⅲ】 の5種目から1種目を選んで行う	ワ	ワ	観
	【体育理論】 ・体力トレーニング ・運動やスポーツでの安全の確保	・体力トレーニングを支える基礎理論、進め方、筋力・持久力・調整力・柔軟性のトレーニングについて ・運動やスポーツによるけがの実態やおこなう上での注意することについて	ワ	ワ 小	観
1	【選択Ⅳ】 ゴール型：バスケットボール ネット型：バレーボール・バドミントン・卓球 柔道 上記より選択	【選択Ⅳ】 の5種目から1種目を選んで行う	ワ	ワ	観
2					
3	【選択Ⅴ】 ゴール型：バスケットボール ネット型：バレーボール・バドミントン・卓球 柔道 上記より選択	【選択Ⅴ】 の5種目から1種目を選んで行う	ワ	ワ	観

評価方法

: ワークシート・ノート
 : 提出物
 : 定期考査
 : 小テスト
 : 発表
 : 観察
 など

教科名	科目名	単位数	履修年次	必・選択
保健体育	体育	3単位	3年	必履修
選択条件				
対象者	3年生全員			
取得資格				
学習のアドバイス	「体育の授業が楽しくて仕方ない」と思うくらいの時間にしたいものです。ただ単にからだを動かすだけでなく、科学的理論をもとに運動、からだのしくみを理解し、技能、体力の向上につながる事が実感できるようにしましょう。			
教材 実習費等				

評価の観点 の趣旨	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	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しているとともに、それらの技能を身に付けている。	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。	生涯にわたって継続して運動に親しむために、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とともに、健康・安全を確保している。

月	単元	学習の内容	評価方法		
			知・技	思・判・表	主体的
4	オリエンテーション 【体づくり運動】	・体ほぐしの意義と体力の高め方・体ほぐし・体づくり運動・整列・列の増減・歩行	□	□	観
5	【選択Ⅰ】 器械運動・陸上・ダンスより選択	【選択Ⅰ】の3種目より1種目選んで行う	□	□	観
6 7	【体育理論】 ・スポーツの技術と戦略 ・技能の上達課程と練習	・技術に応じた練習、戦術・作戦・戦略について ・技能の上達課程と効果的な練習法について	□	□ 小	観
9	【選択Ⅱ】 ・ゴール型：サッカー ・ベースボール型：ソフトボール ・ネット型：バレーボール・テニス ・柔道 上記より選択	【選択Ⅱ】の5種目より1種目を選んで行う	□	□	観
10	【体育理論】 ・効果的な動きのメカニズム ・技能と体力	・動きの開始と持続、動きのコントロールについて ・運動・スポーツにおける技能と体力の関係、トレーニングの原理と原則について	□	□ 小	観
11	【体づくり運動】	・二人組やグループ、用具や道具を活用した運動を行う ・グループごとにねらいに即した運動を構成し練習・発表する	□	□	観

12	【選択Ⅲ】 ・ゴール型：サッカー・バスケットボール ・ネット型：バレーボール・テニス ・柔道 上記より選択	【選択Ⅲ】 の5種目から1種目を選んで行う	ワ	ワ	観
	【体育理論】 ・体力トレーニング ・運動やスポーツでの安全の確保	・体力トレーニングを支える基礎理論、進め方、筋力・持久力・調整力・柔軟性のトレーニングについて ・運動やスポーツによるけがの実態やおこなう上での注意することについて	ワ	ワ 小	観
	【選択Ⅳ】 ・ゴール型：バスケットボール ・ネット型：バレーボール・バドミントン・卓球 ・柔道 上記より選択	【選択Ⅳ】 の5種目から1種目を選んで行う	ワ	ワ	観
	【選択Ⅴ】 ・ゴール型：バスケットボール ・ネット型：バレーボール・バドミントン・卓球 ・柔道 上記より選択	【選択Ⅴ】 の5種目から1種目を選択する。	ワ	ワ	観

評価方法

：ワークシート・ノート
：提出物
：定期考査
：小テスト
：発表
：観察
 など

教科名	科目名	単位数	履修年次	必・選択
保健体育	保健	1単位	1年	必履修
選択条件				
対象者	1年生全員			
取得資格				
学習のアドバイス	健康とは単に体が丈夫だけではなく、心も健全であることです。授業を通して体の各部の名称、病気のこと、環境のことなどを学び、どうしたら健康を増進できるかをしっかりと学習しましょう。			
教材 実習費等	<教材> 大修館書店「現代高等保健体育」 <副教材> 大修館書店「現代高等保健体育ノート」			

評価の観点 の趣旨	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	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、技能を身に付けている。	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ている。	生涯に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。

月	単元	学習の内容	評価方法		
			知・技	思・判・表	主体的
4	(1) 現代社会と健康 (ア) 健康の考え方	・健康の考え方と成り立ち ・私たちの健康のすがた	ワ 定	ワ 定 提	観 発 提
5	(ウ) 生活習慣病などの予防と回復	・生活習慣病の予防と回復 ・がんの原因と予防	ワ 定	ワ 定 提	観 発 提
6		・がんの治療と回復 ・運動と健康			
7		【1学期期末考査】 ・食事と健康			
9	(エ) 喫煙・飲酒・薬物乱用と健康	・休養・睡眠と健康 ・喫煙と健康 ・飲酒と健康 ・薬物乱用と健康	ワ 定	ワ 定 提	観 発 提
10		【2学期中間考査】			
11		(オ) 精神疾患の予防と健康	・精神疾患の特徴 ・精神疾患の予防 ・精神疾患からの回復	ワ 定	ワ 定 提
12	(イ) 現代の感染症とその予防	・現代の感染症 ・感染症の予防 ・性感染症・エイズとその予防	ワ 定	ワ 定 提	観 発 提
		【2学期期末考査】 ・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			

1	(2) 安全な社会生活 (ア) 安全な社会づくり	<ul style="list-style-type: none"> ・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 	ワ 定	ワ 定 提	観 発 提
2	(イ) 応急手当	<ul style="list-style-type: none"> ・応急手当の意義とその基本 ・日常的な応急手当 ・心肺蘇生法 	ワ 定	ワ 定 提	観 発 提
3		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">【学年末考査】</div>			

評価方法

ワ : ワークシート・ノート
 提 : 提出物
 定 : 定期考査
 小 : 小テスト
 発 : 発表
 観 : 観察
 など

教科名	科目名	単位数	履修年次	必・選択
保健体育	保健	1単位	2年	必修
選択条件				
対象者	2年生全員			
取得資格				
学習のアドバイス	1年次で学んだことをもとに、さらに健康について学びます。今年度は、ライフステージを中心として、人生の大きな転機である結婚を中心として知識を深めましょう。			
教材 実習費等	<教材> 大修館書店「現代高等保健体育」 <副教材> 大修館書店「現代高等保健体育ノート」			

評価の観点 の趣旨	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	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、技能を身に付けている。	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ている。	生涯に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。

月	単元	学習の内容	評価方法		
			知・技	思・判・表	主体的
4 5 6	(3) 生涯を通じる健康 (ア) 生涯の各段階における健康	<ul style="list-style-type: none"> ・ライフステージと健康 ・思春期と健康 ・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 ・結婚生活と健康 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;">【1学期期末考査】</div>	ワ 定	ワ 定 提	観 発 提
7 9	(イ) 労働と健康	<ul style="list-style-type: none"> ・働くことと健康 ・労働災害と健康 ・健康的な職業生活 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;">【2学期中間考査】</div>	ワ 定	ワ 定 提	観 発 提
10 11	(4) 健康を支える環境づくり (ア) 環境と健康	<ul style="list-style-type: none"> ・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 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;">【2学期期末考査】</div>	ワ 定	ワ 定 提	観 発 提
12 1 2 3	(イ) 食品と健康 (ウ) 保健・医療制度及び地域の保健・医療機関 (エ) 様々な保健活動や社会的対策 (オ) 健康に関する環境づくりと社会参加	<ul style="list-style-type: none"> ・食品の安全性 ・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 ・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 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;">【学年末考査】</div>	ワ 定	ワ 定 提	観 発 提

評価方法

: ワークシート・ノート
 : 提出物
 : 定期考査
 : 小テスト
 : 発表
 : 観察
 など

教科名	科目名	単位数	履修年次	必・選択
体育	スポーツⅡ	4単位	3年	選択
選択条件				
対象者	3年生 ビジネス系列			
取得資格				
学習のアドバイス	「球技の授業が待ち遠しい。」くらい楽しみな時間になりたいものです。そのためには、ただ体を動かすのではなく、仲間と課題を見つけ出し、科学的な理解のもとに運動する習慣を身につけることが大切です。			
教材 実習費等	なし			

評価の観点 の趣旨	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	球技の推進及び発展に向けた多様なかわり方を理解しているとともに、技能を身に付けている。	球技における自他や社会の課題を発見し、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。	球技の学習に主体的に取り組もうとしているとともに、協力、責任、参画、共生などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯を通じてスポーツを継続するとともにスポーツの推進及び発展に寄与しようとしている。

月	単元	学習の内容	評価方法		
			知・技	思・判・表	主体的
4	ゴルフ	ゴルフの基本技能練習 (ビデオ学習も含む)	ワ 小	ワ 小	観
5		ミニターゲットゲーム			
6					
7					
9	ソフトボール	各種目の基本技能練習 (ビデオ学習も含む)	ワ 小	ワ 小	観
10		ゲーム (作戦を考える)			
11	バレーボール ソフトテニス	各種目の基本技能練習 (ビデオ学習も含む)	ワ 小	ワ 小	観
12		ゲーム (作戦を考える)			
1	バスケットボール バドミントン	各種目の基本技能練習	ワ 小	ワ 小	観
2		ゲーム (作戦を考える)			

評価方法

: ワークシート・ノート
 : 提出物
 : 定期考査
 : 小テスト
 : 発表
 : 観察
 など

教科名	科目名	単位数	履修年次	必・選択
体育	スポーツVI	2単位	2年	選択
選択条件				
対象者	2年生 ビジネス系列			
取得資格				
学習のアドバイス	「スポーツVI」で取り上げる体づくり運動は、運動する心地よさや仲間とかかわって運動する楽しさを味わい、健康を維持するための運動や様々なスポーツを行う上で必要となる体力を高めることを目指します。			
教材 実習費等	なし			

評価の観点 の趣旨	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	体づくり運動の推進及び発展に向け多様なかわり方を理解しているとともに、技能を身に付けている。	体づくり運動における自他や社会の課題を発見し、思考し判断するとともに、それらを他者に伝えている。	体づくり運動の学習に主体的に取り組もうとしているとともに、協力、責任、参画、共生などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯を通じてスポーツを継続するとともにスポーツの推進及び発展に寄与しようとしている。

月	単元	学習の内容	評価方法		
			知・技	思・判・表	主体的
4	体づくり運動①	・自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立てて、実践してみよう	提	ワ	観
5			提	ワ	観
6			提	ワ	観
7	体づくり運動②	・それぞれのライフステージ・ライフスタイルに応じた体操や運動の計画を立ててみよう	提	ワ	観
9			提	ワ	観
10			提	ワ	観
11	体づくり運動③	・目的に応じた心身の気づきや交流を深めるための運動の仕方を考え、自らの実践を深めたり、他者と実践してみよう	提	ワ	観
12			提	ワ	観
1			提	ワ	観
2	体づくり運動④	・今までの学習内容を生かして、具体的なモデルを想定して、運動の仕方や計画を考えてみよう	提	ワ	観
3			提	ワ	観
3			提	ワ	観
	体づくり運動⑤	・卒業後、スポーツとどうかかわっていくか 年齢や環境の変化 地域への参画や仲間づくり	提	ワ	観
			提	ワ	観
			提	ワ	観

評価方法

ワ：ワークシート・ノート 提：提出物 定：定期考査 小：小テスト 発：発表 観：観察 など