

教科(科目)	体育①	単位数	3単位	学年(コース)	1年次
使用教科書	最新高等保健体育【改訂版】 (大修館書店)				
副教材等	なし				

1 学習目標

- ・社会生活における健康・安全についての理解と、各単元での基礎技能の習得を身に付ける。
- ・運動や健康について、自他の課題を発見し、解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- ・生涯にわたって運動に親しむとともに、自己の体力を把握し、無理の無い体力向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

2 指導の重点

- ・各単元で運動特性に応じた基礎技能を習得させ、健康・安全について考えさせる指導を目指します。
- ・運動する中で、自他の課題について考えさせ、解決に向けて他者とコミュニケーションをとることができるよう指導を目指します。
- ・生徒自身の体力の現状を把握し、生涯にわたって運動に親しむとともに基礎的な体力を向上させる指導を目指します。

3 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、計画的な実践に関する基本的な事項や、生涯にわたって運動を継続するための理論について理解しているとともに、目的に応じた技術を身に付けている。また、個人及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術を身に付けている。	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。 また、個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指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	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、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。また、健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復及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

4 評価規準と評価方法

	評価は次の観点から行います。		
	知識・技能 a	思考・判断・表現 b	主体的に学習に取り組む態度 c
評価の観点	運動技能および知識について A 十分できている。理解している B ある程度はできている。理解している C 今後の努力が望まれる。	自ら考え、判断、表現することを A 十分行うことができる。 B ある程度は行うことができる。 C 今後の努力が望まれる。	学びに関心を持ち積極的取り組みを A 十分行うことができる。 B ある程度は行うことができる。 C 今後の努力が望まれる。
評価方法	以上の観点を踏まえ、 ・授業への参加意欲の観察 ・授業参加の状況の観察 ・技能テストや記録結果 などから、総合的に評価します。		

5 学習計画

月	単元名	授業時数 と領域	教材名	学習活動(指導内容)	評価の観 点	評価方法
前 期	体作り運動	10		体ほぐし運動や体力を高める運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、健康の保持増進や体力の向上を図り、目的に適した運動の計画や自己の体力や生活に応じた運動の計画を立て、実生活に役立てることができるようになる。	a b c	・授業への参加 意欲の観察 ・授業中参加の 状況の観察 ・技能テストや 記録結果
	体育理論	6	運動・スポーツの文化的特徴	スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特性を理解できるようにする。	a c	
	選択① バレーボール	25		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出すなどの攻防を展開できるようになる。	a b c	
	選択① サッカー			状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの連携した動きによって空間への侵入などから攻防を展開できるようになる。		
	選択① 陸上競技			記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、「短距離走」の技能を高め、中間走へのつなぎを滑らかにするなどして速く走れるようになる。		
	陸上競技	14		記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、「長距離走」の技能を高め、自己に適したペースを維持して走れるようになる。		
	選択② 柔道	25		技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、得意技を用いた攻防を展開できるようになる。	a b c	
	選択② ソフトボール			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などによって攻撃を展開できるようになる。		
	選択② テニス			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出すなどの攻防を展開できるようになる。		
	選択③ 卓球	25		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出すなどの攻防を展開できるようになる。	a b c	
選択③ バドミントン			状況に応じたシャト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出すなどの攻防を展開できるようになる。			
選択③ バスケットボール			状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの連携した動きによって空間への侵入などから攻防を展開できるようになる。			

計105時間(50分授業)

6 課題・提出物等

- ・持久走はすべての生徒が同じ回数を走ります。欠席や見学した場合、後日補習をおこないます。

7 担当者からの一言

体ほぐし運動や基礎体力を高めるためのいろいろな運動を行います。
 新体力テストを実施し、自己の体力の現状を理解します。
 陸上競技、球技、武道などいろいろな分野の運動の基礎技術や知識を学びます。
 自身の健康のため、しっかりした基礎体力をつけ、運動を楽しんでください。

(担当：山田 和人)

教科(科目)	保健①	単位数	1単位	学年(コース)	1年次
使用教科書	最新高等保健体育【改訂版】 (大修館書店)				
副教材等	最新高等保健体育ノート (大修館書店)				

1 学習目標

- ・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技能を身に付ける。
- ・健康についての自他や社会の課題を発見し、解決に向けて思考、判断するとともに他者に伝える力をや
しなう。
- ・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つける。社会生活における健
康・安全についての理解と、各単元での基礎技能の習得を身に付ける。

2 指導の重点

- ・健康の考え方、生活行動と健康、精神の健康等、保健を身近な問題としてとらえ、自分自身が健康に生活するた
めに必要なことについて考える態度と技能を育てます。
- ・各単元で運動特性に応じた基礎技能を習得させ、健康・安全
について考えさせる指導を目指します。

3 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・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。

4 評価規準と評価方法

評価は次の観点から行います。			
	知識・技能 a	思考・判断・表現 b	主体的に学習に取り組む態度 c
評価の観点	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・安全について、理解及び技能が A 十分で理解している。できている。 B ある程度は理解できている。 C 今後の努力が望まれる。	健康について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・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。 自ら考え、判断、表現することを A 十分行うことができる。 B ある程度は行うことができる。 C 今後の努力が望まれる。	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。 学習に関心を持ち積極的取り組みを A 十分行うことができる。 B ある程度は行うことができる。 C 今後の努力が望まれる。
評価方法	以上の観点を踏まえ、 ・授業への参加意欲の観察 ・授業中参加の状況観察 ・定期考査、課題テスト ・ノートの記入状況などから、総合的に評価します。		

5 学習計画

月	単元名	授業時数 と領域	教材名	学習活動(指導内容)	評価の観 点	評価方法
前 期	現代社会と 健康	35	最新高等 保健体育 【改訂版】	<ul style="list-style-type: none"> 我が国の疾病構造や社会の変化に対応して、現代における健康課題とその予防及び対策について理解できるようにする 生活習慣病、がん、精神疾患などの予防と回復などについて、様々な健康への対策、健康増進のあり方について理解を深めるとともに、技能を身につけるようにする。 	a b c	<ul style="list-style-type: none"> 授業への参加意欲の観察 授業中参加の状況観察 定期考査、プリント課題 ノートの記入状況
後 期				安全な 社会生活		

計35時間 (50分授業)

6 課題・提出物等

- ① プリント課題 ② 保健ノート

7 担当者からの一言

生活習慣病や薬物、感染症や心の問題など、現代のさまざまな健康問題や、新しい時代における健康のあり方などについて学びます。
自分自身の健康を自分で意識し、健康に毎日を過ごすことを身に付けましょう

(担当：山田 和人)

