

# 平成31年度 学習の手引き(シラバス)

科目名	体育①	単位数	2単位
-----	-----	-----	-----

## 1 教科書・副教材

なし
----

## 2 科目の目標

<ul style="list-style-type: none"> <li>・多くの種目の特性を学び、基礎的な技能の習得を目指す。</li> <li>・基礎体力をつける。</li> <li>・仲間と協力して、活動できるようにする。</li> </ul>
---

## 3 学習の計画

		学 習 の 内 容	考査範囲	時数(予定)	
前 期	4月	A体づくり運動・新体力テスト	各種スポーツのルール など	16	
		C陸上競技			ア) 競走 長距離走
	5月	E球技			イ) ネット型 バレーボール
					ウ) ベースボール型 ソフトボール
	6月	球技選択 I			イ) ネット型 バレーボール バドミントン 卓球
	7月	H体育理論			
8月	E球技	イ) ネット型 バレーボール バドミントン ウ) ベースボール型 ソフトボール	12		
後 期	10月	C陸上競技	ア) 競走 長距離走	20	
		球技選択 I	ア) ゴール型 バasketボール イ) ネット型 バドミントン、テニス		
	11月	E球技	ア) ゴール型 サッカー		
			ウ) ベースボール型 ソフトボール		
	12月	H体育理論			
	1月	E球技	ア) ゴール型 バasketボール フットサル		体育理論の まとめ
イ) ネット型 バドミントン、卓球					
2月	H体育理論		16		
3月					

## 4 評価の方法

<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動への意欲・関心</li> <li>・運動の技術・知識・理解(年2回、テストを行う。)</li> <li>・授業態度</li> <li>・出席数の重視</li> </ul>
---

## 5 学習にあたっての注意とアドバイス

<ul style="list-style-type: none"> <li>※ 身体を動かして、運動の楽しさを味わう。</li> <li>・学校指定の体育館シューズ・ジャージを着用して、授業に参加する。</li> <li>・安全に配慮した行動をとる。</li> </ul>
---

# 平成31年度 学習の手引き(シラバス)

科目名	体育②	単位数	2単位
-----	-----	-----	-----

## 1 教科書・副教材

なし
----

## 2 科目の目標

<ul style="list-style-type: none"> <li>・多くの種目の特性を学び、基礎的な技能の習得を目指す。</li> <li>・基礎体力をつける。</li> <li>・仲間と協力して、活動できるようにする。</li> </ul>
---

## 3 学習の計画

		学 習 の 内 容	考査範囲	時数(予定)	
前 期	4月	A体づくり運動・新体力テスト	各種スポーツのルール など	16	
		C陸上競技			ア) 競走 長距離走
	5月	E球技			イ) ネット型 バレーボール
					ウ) ベースボール型 ソフトボール
	6月	球技選択 I			イ) ネット型 バレーボール バドミントン 卓球
	7月	H体育理論			
8月	E球技	イ) ネット型 バレーボール バドミントン ウ) ベースボール型 ソフトボール	12		
後 期	10月	C陸上競技	ア) 競走 長距離走	20	
		球技選択 I	ア) ゴール型 バasketボール イ) ネット型 バドミントン、テニス		
	11月	E球技	ア) ゴール型 サッカー		
			ウ) ベースボール型 ソフトボール		
	12月	H体育理論			
	1月	E球技	ア) ゴール型 バasketボール フットサル		体育理論の まとめ
イ) ネット型 バドミントン、卓球					
2月	H体育理論		16		
3月					

## 4 評価の方法

<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動への意欲・関心</li> <li>・運動の技術・知識・理解(年2回、テストを行う。)</li> <li>・授業態度</li> <li>・出席数の重視</li> </ul>
---

## 5 学習にあたっての注意とアドバイス

<ul style="list-style-type: none"> <li>※ 身体を動かして、運動の楽しさを味わう。</li> <li>・学校指定の体育館シューズ・ジャージを着用して、授業に参加する。</li> <li>・安全に配慮した行動をとる。</li> </ul>
---

# 平成31年度 学習の手引き(シラバス)

科目名 : 体育③	単位数 : 2単位
-----------	-----------

## 1 教科書・副教材

なし
----

## 2 科目の目標

<ul style="list-style-type: none"> <li>・多くの種目の特性を学び、基礎的な技能の習得を目指す。</li> <li>・基礎体力をつける。</li> <li>・仲間と協力して、活動できるようにする。</li> </ul>
---

## 3 学習の計画

		学 習 の 内 容	考 査 範 囲	時 数 ( 予 定 )	
前 期	4月	A体づくり運動・新体力テスト	各種スポーツのルールなど	16	
		C陸上競技			ア) 競走 長距離走
	5月	E球技			イ) ネット型 バレーボール ウ) ベースボール型 ソフトボール
		6月			球技選択 I
	7月				H体育理論
	8月	E球技			イ) ネット型 バレーボール バドミントン ウ) ベースボール型 ソフトボール
後 期	10月	C陸上競技	ア) 競走 長距離走	20	
		球技選択 I	ア) ゴール型 バasketボール イ) ネット型 バドミントン、テニス		
	11月	E球技	ア) ゴール型 サッカー ウ) ベースボール型 ソフトボール		
		12月	H体育理論		
	1月		E球技		ア) ゴール型 バasketボール フットサル イ) ネット型 バドミントン、卓球
	2月	H体育理論			
3月					

## 4 評価の方法

<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動への意欲・関心</li> <li>・運動の技術・知識・理解 (年2回、テストを行う。)</li> <li>・授業態度</li> <li>・出席数の重視</li> </ul>
--

## 5 学習にあたっての注意とアドバイス

<ul style="list-style-type: none"> <li>※ 身体を動かして、運動の楽しさを味わう。</li> <li>・学校指定の体育館シューズ・ジャージを着用して、授業に参加する。</li> <li>・安全に配慮した行動をとる。</li> </ul>
---

# 平成31年度 学習の手引き(シラバス)

科目名	体育④	単位数	2単位
-----	-----	-----	-----

## 1 教科書・副教材

なし
----

## 2 科目の目標

<ul style="list-style-type: none"> <li>・多くの種目の特性を学び、基礎的な技能の習得を目指す。</li> <li>・基礎体力をつける。</li> <li>・仲間と協力して、活動できるようにする。</li> </ul>
---

## 3 学習の計画

		学 習 の 内 容	考査範囲	時数(予定)	
前 期	4月	A体づくり運動・新体力テスト	各種スポーツのルール など	16	
		C陸上競技			ア) 競走 長距離走
	5月	E球技			イ) ネット型 バレーボール ウ) ベースボール型 ソフトボール
		6月			球技選択 I
	7月				H体育理論
	8月	E球技			イ) ネット型 バレーボール バドミントン ウ) ベースボール型 ソフトボール
後 期	10月	C陸上競技	ア) 競走 長距離走	20	
		球技選択 I	ア) ゴール型 バasketボール イ) ネット型 バドミントン、テニス		
	11月	E球技	ア) ゴール型 サッカー ウ) ベースボール型 ソフトボール		
		12月	H体育理論		
	1月		E球技		ア) ゴール型 バasketボール フットサル イ) ネット型 バドミントン、卓球
		2月	H体育理論		
	3月				

## 4 評価の方法

<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動への意欲・関心</li> <li>・運動の技術・知識・理解(年2回、テストを行う。)</li> <li>・授業態度</li> <li>・出席数の重視</li> </ul>
---

## 5 学習にあたっての注意とアドバイス

<ul style="list-style-type: none"> <li>※ 身体を動かして、運動の楽しさを味わう。</li> <li>・学校指定の体育館シューズ・ジャージを着用して、授業に参加する。</li> <li>・安全に配慮した行動をとる。</li> </ul>
---

# 平成31年度 学習の手引き(シラバス)

科目名 ； 体育⑤	単位数 ； 2単位
-----------	-----------

## 1 教科書・副教材

なし
----

## 2 科目の目標

<ul style="list-style-type: none"> <li>・多くの種目の特性を学び、基礎的な技能の習得を目指す。</li> <li>・基礎体力をつける。</li> <li>・仲間と協力して、活動できるようにする。</li> </ul>
---

## 3 学習の計画

		学 習 の 内 容	考査範囲	時数(予定)
前 期	4月	A体づくり運動 ア) 競走 長距離走 C陸上競技 駅伝		10
	5月			
	6月	球技選択Ⅰ ア) ゴール型 サッカー イ) ネット型 バレーボール ウ) ベースボール型 ソフトボール		16
	7月			
	8月	ニュースポーツ ターゲットバードゴルフ アルティメット ドッチビー		12
9月				
後 期	10月	C陸上競技 ア) 競走 長距離走		18
	11月	球技選択Ⅱ ア) ゴール型 サッカー イ) ネット型 ソフトテニス ウ) ベースボール型 ソフトボール		
	12月	ニュースポーツ アルティメット フライングディスクゴルフ ユニホック フロアホッケー		20
	1月			
	2月	E球技 ア) ゴール型 バasketボール フットサル イ) ネット型 卓球 バドミントン		
3月				

## 4 評価の方法

<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動への意欲・関心</li> <li>・運動の技術・知識・理解</li> <li>・授業態度</li> <li>・出席数の重視</li> </ul>
--

## 5 学習にあたっての注意とアドバイス

<ul style="list-style-type: none"> <li>※ 身体を動かして、運動の楽しさを味わう。</li> <li>・学校指定の体育館シューズ・ジャージを着用して、授業に参加する。</li> <li>・安全に配慮した行動をとる。</li> </ul>
---

# 平成31年度 学習の手引き(シラバス)

科目名	ニュースポーツ	単位数	2単位
-----	---------	-----	-----

## 1 教科書・副教材

なし
----

## 2 科目の目標

<ul style="list-style-type: none"> <li>・多くの種目の特性を学び、基礎的な技能の習得を目指す。</li> <li>・基礎体力をつける。</li> <li>・仲間と協力して、活動できるようにする。</li> </ul>
---

## 3 学習の計画

		学 習 の 内 容	考査範囲	時数(予定)
前 期	4月	A体づくり運動 ア) 競走 長距離走 C陸上競技 駅伝		10
	5月			
	6月	球技選択 I ア) ゴール型 サッカー イ) ネット型 バレーボール ウ) ベースボール型 ソフトボール		16
	7月			
	8月	ニュースポーツ ターゲットバードゴルフ アルティメット ドッチビー		12
9月				
後 期	10月	C陸上競技 ア) 競走 長距離走		18
	11月	球技選択 II ア) ゴール型 サッカー イ) ネット型 ソフトテニス ウ) ベースボール型 ソフトボール		
	12月	ニュースポーツ アルティメット フライングディスクゴルフ ユニホック フロアホッケー		20
	1月			
	2月	E球技 ア) ゴール型 バasketボール フットサル イ) ネット型 卓球 バドミントン		
3月				

## 4 評価の方法

<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動への意欲・関心</li> <li>・運動の技術・知識・理解</li> <li>・授業態度</li> <li>・出席数の重視</li> </ul>
--

## 5 学習にあたっての注意とアドバイス

<ul style="list-style-type: none"> <li>※ 身体を動かして、運動の楽しさを味わう。</li> <li>・学校指定の体育館シューズ・ジャージを着用して、授業に参加する。</li> <li>・安全に配慮した行動をとる。</li> </ul>
---

# 平成31年度 学習の手引き(シラバス)

科目名	保健①	単位数	1単位
-----	-----	-----	-----

## 1 教科書・副教材

現代高等保健体育 (大修館書店) 現代高等保健体育ノート (大修館書店)
---

## 2 科目の目標

<ul style="list-style-type: none"> <li>健康の大切さや心身の発育・発達などの理解を深める。</li> <li>心の健康の保持増進に関する理解を図る。</li> <li>健康的なライフスタイルを確立する。</li> </ul>
---

## 3 学習の計画

		学 習 の 内 容	考査範囲	時数(予定)
前 期	4月	1. 現代社会と健康 <ul style="list-style-type: none"> <li>私たちの健康のすがた</li> <li>健康のとらえ方</li> <li>健康の意志決定・行動選択</li> <li>健康に関する環境づくり</li> </ul>	考査①	6
	5月	<ul style="list-style-type: none"> <li>生活習慣病とその予防</li> <li>食事と健康</li> <li>運動と健康</li> </ul>	考査②	7
	6月	<ul style="list-style-type: none"> <li>休養・睡眠と健康</li> </ul>		
	7月	<ul style="list-style-type: none"> <li>喫煙と健康</li> <li>飲酒と健康</li> <li>薬物乱用と健康</li> </ul>	考査③	7
	8月	<ul style="list-style-type: none"> <li>応急手当の意義とその基本</li> <li>心肺蘇生法</li> <li>日常的な応急手当</li> </ul>		
9月				
後 期	10月	<ul style="list-style-type: none"> <li>現代の感染症</li> <li>感染症の予防</li> <li>性感染症・エイズとその予防</li> </ul>	考査④	11
	11月	<ul style="list-style-type: none"> <li>欲求と適応機制</li> <li>心身の相関とストレス</li> <li>ストレスへの対処</li> </ul>		
	12月	<ul style="list-style-type: none"> <li>心の健康と自己実現</li> <li>交通事故の現状と要因</li> <li>交通社会における運転者の資質と責任</li> <li>安全な交通社会づくり</li> </ul>	考査⑤	8
	1月			
	2月			
3月				

## 4 評価の方法

<ul style="list-style-type: none"> <li>保健の基礎的な理解と定着 (定期考査)</li> <li>出席と授業中におけるノート・プリント等の課題の達成度</li> </ul>
---

## 5 学習にあたっての注意とアドバイス

<ul style="list-style-type: none"> <li>遅刻・欠席をせずに、授業に参加すること。</li> <li>ノートをしっかりととり、プリントを解くことにより、理解の定着を図る。</li> </ul>
--

# 平成31年度 学習の手引き(シラバス)

科目名 ;                   保健②	単位数 ;                   1単位
-----------------------------	-----------------------------

## 1 教科書・副教材

現代高等保健体育 (大修館書店) 現代高等保健体育ノート (大修館書店)
---

## 2 科目の目標

<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康の大切さや心身の発育・発達などの理解を深める。</li> <li>・心の健康の保持増進に関する理解を図る。</li> <li>・健康的なライフスタイルを確立する。</li> </ul>
--

## 3 学習の計画

		学 習 の 内 容	考査範囲	時数(予定)
前 期	4月	2. 生涯を通じる健康	考査①	6
	5月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・思春期と健康</li> <li>・性意識と性行動の選択</li> <li>・結婚生活と健康</li> <li>・妊娠・出産と健康</li> </ul>	考査②	7
	6月			
	7月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保健制度とその活用</li> <li>・医療制度とその活用</li> <li>・医薬品と健康</li> <li>・さまざまな保健活動や対策</li> </ul>	考査③	7
	8月			
9月				
後 期	10月	3. 社会生活と健康	考査④	11
	11月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・大気汚染と健康</li> <li>・水質汚濁、土壌汚染と健康</li> <li>・健康被害の防止と環境対策</li> <li>・環境衛生活動のしくみと働き</li> <li>・食品衛生活動のしくみと働き</li> </ul>		
	12月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品と環境の保健と私たち</li> <li>・働くことと健康</li> <li>・労働災害と健康</li> <li>・健康的な職業生活</li> </ul>	考査⑤	8
	1月			
	2月			
3月				

## 4 評価の方法

<ul style="list-style-type: none"> <li>・保健の基礎的な理解と定着 (定期考査)</li> <li>・出席と授業中におけるノート・プリント等の課題の達成度</li> </ul>
---

## 5 学習にあたっての注意とアドバイス

※ <ul style="list-style-type: none"> <li>・遅刻・欠席をせずに、授業に参加すること。</li> <li>・ノートをしっかりととり、プリントを解くことにより、理解の定着を図る。</li> </ul>
--