

令和4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 科目の目標

- ・多くの種目の特性を学び、基礎的な技能の習得を目指す。
- ・基礎体力をつける。
- ・仲間と協力して、活動できるようにする。

2 科目の評価の観点と評価規準

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
評価の観点	<p>・体づくり運動・陸上競技・球技全般にわたって、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、それらの技術を身につけている。</p> <p>【種目別】</p> <p>①体づくり運動では、体力テストについて、個人のレベルに応じてより効果的にパフォーマンスが発揮できるよう、合理的な体の動かし方、ボールや測定器具の使い方について理解しているとともにそれらの技術を身につけている。</p> <p>②陸上競技では、競技の特性を理解し個人の体力に応じて、中・長距離走の課題を達成するために、ペース配分や走法についての的確に把握しているとともにそれらの技術を身につけている。</p> <p>③球技全般では、競技の特性を理解し、個人やペア・相手の能力に応じて、ボールへの体の関わり方や効果的なゲーム展開に向けての戦術やルールの理解などを深めるとともに、それらの技術を身につけている。</p>	<p>・生涯にわたって運動を豊かに継続するために課題を発見し、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。</p> <p>【種目別】</p> <p>①体づくり運動では、現在の自分の技能の程度を把握しその技能に応じて課題に取り組むことができる。体力テストについて、自分の課題を明らかにし、その課題の解決を図ろうと、合理的な体の動かし方や用具の使い方について考え、適切に判断し表現することができる。</p> <p>②陸上競技では、個人の体力に応じて、中・長距離走の課題を達成するためのペース配分や走法について考え適切に判断し表現することができる。</p> <p>③球技全般では、ゲームの中からペアや自分の課題を明らかにしその課題の解決を図ろうとしている。また、ボールへの体の関わり方や用具の使い方、戦術・ゲームに向けてのルールの理解を深め、適切に判断し表現することができる。</p>	<p>・生涯にわたって継続して運動を親しむために、運動における競争や協働の経験を通じて、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。</p> <p>【種目別】</p> <p>①各競技について、その特性を理解しながら、高い関心を持ち、一生懸命に取り組むことができる。</p> <p>②自主的に準備や片付けなどを行い、授業運営に協力することができる。</p> <p>③準備運動等についても真摯な態度で取り組むなど安全面に十分配慮している。</p>
評価基準	a: 十分満足できる状況	a: 十分満足できる状況	a: 十分満足できる状況
	b: おおむね満足できる状況	b: おおむね満足できる状況	b: おおむね満足できる状況
	c: 努力を要する状況	c: 努力を要する状況	c: 努力を要する状況

3 評価方法と評価の場面

知識・技術 (知)	思考・判断・表現 (思)	主体的に学習に取り組む態度
<ul style="list-style-type: none"> ・体育理論に関する考査の成績 (年間1～2回) ・授業中の評価テストの内容 ・レポートの完成度 	<ul style="list-style-type: none"> ・体育理論に関する考査の解答内容 ・レポートの完成度 ・授業中の発言内容 ・話し合いの中での発言 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業での説明を聞く態度 ・レポートの完成度 ・体育理論 (課題や映像の視聴) での取り組みの様子 ・話し合いの中での発言 ・生徒の自己評価

4 年間指導計画

		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	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	各種スポーツの ルールなど
	7月	H体育理論				
	8月	E球技	イ) ネット型 バレーボール ソフトテニス ウ) ベースボール型 ソフトボール			12
		9月				
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 バスケットボール イ) ネット型 ソフトテニス			
	11月	E球技	ア) ゴール型 サッカー ア) ゴール型 バスケットボール			
		12月	H体育理論			
	1月	E球技	ア) ゴール型 バスケットボール フットサル イ) ネット型 バドミントン		体育理論のまとめ	16
		2月	H体育理論			
	3月					

5 学習にあたっての注意とアドバイス

- ・身体を動かして、運動の楽しさを味わう。
- ・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。
- ・安全に配慮した行動をとる。

6 教科書・副教材

アクティブスポーツ (大修館書店)

令和4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

アクティブスポーツ (大修館書店)

2 科目の目標

- ・多くの種目の特性を学び、基礎的な技能の習得を目指す。
- ・基礎体力をつける。
- ・仲間と協力して、活動できるようにする。

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				14
	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	16		
		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			体育理論の まとめ	
	2月	H体育理論				16
3月						

4 評価の方法

- ・主体的に運動に取り組む態度
- ・運動の知識・技能・思考・判断・表現
- ・運動の知識・思考・判断については年2回、ペーパーテストも実施する。
- ・出席・活動の状況

5 学習にあたっての注意とアドバイス

- ※ 身体を動かして、運動の楽しさを味わう。
- ・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。
- ・安全に配慮した行動をとる。

令和4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

- ・多くの種目の特性を学び、基礎的な技能の習得を目指す。
- ・基礎体力をつける。
- ・仲間と協力して、活動できるようにする。

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		
	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		
9月				
後 期	10月	C陸上競技 ア) 競走 長距離走	体育理論のまとめ	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		
	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		
	3月			

4 評価の方法

- ・主体的に運動に取り組む態度
- ・運動の知識・技能・思考・判断・表現
- ・運動の知識・思考・判断については年2回、ペーパーテストも実施する。
- ・出席・活動の状況

5 学習にあたっての注意とアドバイス

- ※ 身体を動かして、運動の楽しさを味わう。
- ・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。
- ・安全に配慮した行動をとる。

令和4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"> ・多くの種目の特性を学び、基礎的な技能の習得を目指す。 ・基礎体力をつける。 ・仲間と協力して、活動できるようにする。

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			14
	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
9月					
後 期	10月	C陸上競技 ア) 競走 長距離走	20	16	
		球技選択 I ア) ゴール型 バスケットボール 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 バスケットボール フットサル イ) ネット型 バドミントン、卓球			16
		2月 H体育理論			16
3月					

4 評価の方法

<ul style="list-style-type: none"> ・主体的に運動に取り組む態度 ・運動の知識・技能・思考・判断・表現 ・運動の知識・思考・判断については年2回、ペーパーテストも実施する。 ・出席・活動の状況

5 学習にあたっての注意とアドバイス

<ul style="list-style-type: none"> ※ 身体を動かして、運動の楽しさを味わう。 ・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。 ・安全に配慮した行動をとる。

令和4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"> ・球技を中心とした多くの種目の特性を学び、かつニュースポーツも実施し、技能の習得を目指す。 ・基礎体力をつける。・仲間と協力して、活動できるようにする。

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		10
		C陸上競技	ア) 競走 長距離走 駅伝	
	5月	球技選択 I	ア) ゴール型 サッカー	16
	6月		イ) ネット型 バレーボール	
	7月		ウ) ベースボール型 ソフトボール	
	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	
	3月		イ) ネット型 卓球 バドミントン	

4 評価の方法

<ul style="list-style-type: none"> ・主体的に運動に取り組む態度 ・運動の知識・技能・思考・判断・表現 ・運動の知識・思考・判断については年2回、ペーパーテストも実施する。 ・出席・活動の状況

5 学習にあたっての注意とアドバイス

<ul style="list-style-type: none"> ※ 身体を動かして、運動の楽しさを味わう。 ・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。 ・安全に配慮した行動をとる。

令和4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

・球技系のニュースポーツ、体育①～④を踏襲した種目および体づくり運動など総合的なスポーツ実践を行い、技能の習得と体力の向上を図ると共に課題研究にも取り組み、スポーツリーダーとしての資質向上を目指す。・仲間と協力して、活動できるようにする。

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

- ・主体的に運動に取り組む態度
- ・運動の知識・技能・思考・判断・表現
- ・運動の知識・思考・判断については年2回、ペーパーテストも実施する。
- ・課題研究としてのレポート作成と発表
- ・出席・活動の状況

5 学習にあたっての注意とアドバイス

※・身体を動かして、運動の楽しさを味わう。
・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。

・安全に配慮した行動をとる。

令和4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 科目の目標

- ・健康の大切さや心身の発育・発達などの理解を深める。
- ・心の健康の保持増進に関する理解を図る。
- ・健康的なライフスタイルを確立する。

2 科目の評価の観点と評価規準

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
評価の観点	<p>・現代社会での他者との共存を通じて、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、それらに関する技能を身につけている。</p> <p>【単元別】</p> <p>○現代社会と健康</p> <p>①理想的な健康の姿を理解し、そのための生活の仕方を実践する技能を身につけている。</p> <p>②がんや生活習慣病、精神疾患についてその危険因子や危険性について理解し、その予防のための生活の仕方を実践する技能を身につけている。</p> <p>③運動・食事・休養・睡眠・喫煙・飲酒について、その重要性や危険性を理解し、健康的な生活習慣を日々継続するための技能を身につけている。</p> <p>○安全な社会生活</p> <p>④交通安全対策の重要性・必要性を理解し、その対策を実践する技能を身につけている。</p>	<p>・現代の社会生活を通じて、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し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝えている。</p> <p>【単元別】</p> <p>○現代社会と健康</p> <p>①現代の社会生活を通じて、健康について自他や社会の課題を発見することができる。</p> <p>②がんや生活習慣病、精神疾患について、その要因を理解し、合理的・計画的な予防に向けた取り組みについて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝えている。</p> <p>③運動・食事・休養・睡眠・喫煙・飲酒について、その重要性と危険性を理解し、健康的な生活習慣を日々継続するための合理的・計画的な予防に向けた取り組みについて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝えている。</p> <p>○安全な社会生活</p> <p>④交通安全対策の重要性・必要性を理解し、その対策に向けて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝えている。</p>	<p>・現代社会の一員として自覚を持ちながら、生涯を通じて自他の健康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。</p> <p>【単元別】</p> <p>○現代社会と健康</p> <p>○安全な社会生活</p> <p>①授業内容の説明をしっかりと聞き取ろうとしている。</p> <p>②ノートやメモを自主的取り、考察の参考にしようとしている。</p> <p>③自ら課題を設定し解決しようとしている。</p> <p>④問題の解決過程を振り返り、評価方法の改善をしようとしている。</p>
評価基準	a:十分満足できる状況	a:十分満足できる状況	a:十分満足できる状況
	b:おおむね満足できる状況	b:おおむね満足できる状況	b:おおむね満足できる状況
	c:努力を要する状況	c:努力を要する状況	c:努力を要する状況

3 評価方法と評価の場面

知識・技術(知)	思考・判断・表現(思)	主体的に学習に取り組む態度
<ul style="list-style-type: none"> ・定期考査①～⑤の成績 ・授業中の演習問題の解答内容 ・レポートの完成度 	<ul style="list-style-type: none"> ・定期考査①～⑤の評価該当箇所の成績 ・授業中の演習問題の解答方法 ・レポートの完成度 ・授業中の回答 ・話し合いの中での発言 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業での説明を聞く態度 ・ノートをしっかりとっているか ・問題集を自主的に進めている ・レポートの完成度 ・話し合いの中での発言 ・生徒の自己評価

4 年間指導計画

		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"> ・健康の考え方と成り立ち ・健康の健康のすがた ・生活習慣病の予防と回復 ・がんの原因と予防 	① 6
	5月			
	6月			
	7月			
	8月	<ul style="list-style-type: none"> ・飲酒と健康 ・薬物乱用と健康 ・精神疾患の特徴 ・精神疾患の予防 ・精神疾患からの回復 	③ 7	
9月				
後 期	10月		<ul style="list-style-type: none"> ・現代の感染症 ・感染症の予防 ・性感染症・エイズとその予防 ・健康の意志決定・行動選択 ・健康に関する環境づくり 	④ 11
	11月			
	12月	2. 安全な社会生活	<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 ・応急手当の意義とその基本 ・心肺蘇生法 ・日常的な応急手当 	⑤ 8
	1月			
	2月			
3月				

5 学習にあたっての注意とアドバイス

※

- ・遅刻・欠席をせずに、授業に参加すること。
- ・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。

6 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）

令和4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"> ・健康の大切さや心身の発育・発達などの理解を深める。 ・心の健康の保持増進に関する理解を図る。 ・健康的なライフスタイルを確立する。
--

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	・思春期と健康 ・性意識と性行動の選択 ・結婚生活と健康 ・妊娠・出産と健康	6
	5月			・家族計画と人工妊娠中絶 ・加齢と健康 ・高齢者のための社会的取り組み
	6月	・保健制度とその活用 ・医療制度とその活用 ・医薬品と健康 ・さまざまな保健活動や対策	7	
	7月			
	8月			
9月				
後 期	10月	3. 社会生活と健康	・大気汚染と健康 ・水質汚濁、土壌汚染と健康 ・健康被害の防止と環境対策 ・環境衛生活動のしくみと働き ・食品衛生活動のしくみと働き	11
	11月			・食品と環境の保健と私たち ・働くことと健康 ・労働災害と健康 ・健康的な職業生活
	12月			
	1月			
	2月			
3月				

4 評価の方法

<ul style="list-style-type: none"> ・主体的に取り組む態度 ・知識・技能・思考・判断・表現 ・ノート・プリント等の課題の達成度、定期考査の達成度 ・出席・活動の状況

5 学習にあたっての注意とアドバイス

※ <ul style="list-style-type: none"> ・遅刻・欠席をせずに、授業に参加すること。 ・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。
--