

教科	保健体育	科目	体育	単位数	3単位	年次	1年
使用教科書	現代高等保健体育(大修館)						
副教材等	ステップアップ高校スポーツ2026						

1 授業及び学習の方法等

<p>内容: 体づくり運動・バレーボールⅠ・ダンスⅠ・ハンドボールⅠ・水泳Ⅰ・インナーソフト・バドミントンⅠ・バスケットボールⅠ・サッカーⅠ・ピククルボール・陸上競技(長距離走)・体育理論</p> <p>ウォーミングアップ・クールダウンを行い、自身の体調に気をつけながら安全に実技を行う態度を身につける。トレーニングでは自身の体力に応じた強度や内容を継続的に行うことで体力の向上を図る。各種目において、競技の特性を踏まえた実技を行うことで、本質的な楽しみや動きの体得を目指す。</p>

2 学習の到達目標

<p>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する。</p> <p>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育てる。</p>

3 学習評価(評価規準と評価方法)

観点	a:知識・技能	b:思考・判断・表現	c:主体的に取り組む態度
観 点 の 趣 旨	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりする各領域の段階的な技能を身につけている。各競技の技術(技)の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法、スポーツの歴史や文化的な特性、現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、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工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を持ち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとしている。
評 価 方 法	スキルテスト 授業中のスキルチェック など	ワークシート 授業への協力や積極的な関わりなど	授業計画の工夫 ワークシート 主体的、協働的な授業への関わり など

※ 上に示す観点に基づいて、学習のまとめごとにより評価し、学年末に5段階の評定にまとめます。

※ 学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

4 学習活動

期	単元	内容(項目), 教材, 目標	主な評価規準
前 期 中 間		1.体づくり運動 2.バレーボール I 3.ハンドボール I	a:スキルテスト 知識・技能が身についている b:ワークシート 公正、協力、責任、参画などに対する意欲 課題に応じた取り組み方の工夫 など c:授業の様子 協働的な参加状況 など
前 期 期 末		5.水泳 I 6.バドミントン I 7.体育理論	a:スキルテスト 知識・技能が身についている b:ワークシート 公正、協力、責任、参画などに対する意欲 課題に応じた取り組み方の工夫 など c:授業の様子 協働的な参加状況 など
後 期 中 間		8.ピククルボール 9.サッカー(男子) 10.インナーソフト(女子) 11.ダンス I	a:スキルテスト 知識・技能が身についている b:ワークシート 公正、協力、責任、参画などに対する意欲 課題に応じた取り組み方の工夫 など c:授業の様子 協働的な参加状況 など
後 期 期 末		12.陸上競技(ランニング) 13.バスケットボール I 14.体育理論 15.卓球	a:スキルテスト 知識・技能が身についている b:ワークシート 公正、協力、責任、参画などに対する意欲 課題に応じた取り組み方の工夫 など c:授業の様子 協働的な参加状況 など

※ 表中の観点について a:知識・技能, b:思考・判断・表現, c:主体的に取り組む態度 である。

教科	保健体育	科目	体育	単位数	2単位	年次	2年
使用教科書	現代高等保健体育(大修館)						
副教材等	ステップアップ高校スポーツ2025						

1 授業及び学習の方法等

<p>内容: 体づくり運動・器械運動・バドミントンⅡ・水泳Ⅱ・タッチラグビー・アルティメット バレーボールⅡ・バスケットボールⅡ・陸上競技(ランニング)・体育理論</p> <p>自身の体調と向き合いながら安全に実技に向かう態度を身につけ、各種目の特性を理解して本質的な楽しみや動きの体得を目指す。また、自身の目的に応じたトレーニングを継続的に実践し、学期に1度の体力診断テストを行うことで身体の変化を実感する。</p>

2 学習の到達目標

<p>運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深め、技能を修得し、自己の心身の状況に応じて体力の向上を図る能力を身につける。また、公正、協力、協働、尊重など、学習に向かう情意面の涵養を目指し、運動の楽しさや喜びを深く味わい、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育てる。</p>
--

3 学習評価(評価規準と評価方法)

観点	a:知識・技能	b:思考・判断・表現	c:主体的に取り組む態度
観 点 の 趣 旨	<p>運動の合理的な実践を通して勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身につけている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動の技術(技)の名称や行い方 ・体力の高め方、課題解決の方法 ・練習や発表の方法 ・スポーツを行う際の健康・安全確保の観点 ・スポーツの歴史や文化的な特性、現代のスポーツの特徴 ・運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方 <p>これらについて理解をしている。</p>	<p>生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、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工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を持ち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとしている。 ・運動やスポーツの効果的な学習や豊かなスポーツライフの設計に積極的に関わることができる。
評 価 方 法	<p>スキルテスト 授業中のスキルチェック など</p>	<p>ワークシート 授業への協力や積極的な関わりなど</p>	<p>授業計画の工夫 ワークシート 主体的、協働的な授業への関わり など</p>

※ 上に示す観点に基づいて、学習のまとめごとにより評価し、学年末に5段階の評定にまとめます。

※ 学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

4 学習活動

期	単元	内容(項目), 教材, 目標	主な評価規準
前期 中間		男子 1.体づくり運動 2.バレーボールⅡ 3.バドミントンⅡ 女子 1.体づくり運動 2.器械体操 3.アルティメット	a:スキルテスト 知識・技能が身についている b:ワークシート 公正、協力、責任、参画などに対する意欲 課題に応じた取り組み方の工夫 など c:授業の様子 協働的な参加状況 など
前期 期末		4.水泳Ⅱ 5.バドミントンⅡ 6.体育理論	a:スキルテスト 知識・技能が身についている b:ワークシート 公正、協力、責任、参画などに対する意欲 課題に応じた取り組み方の工夫 など c:授業の様子 協働的な参加状況 など
後期 中間		男子 7.器械体操 8.タッチラグビー 女子 7.バレーボール 8.バドミントンⅡ	a:スキルテスト 知識・技能が身についている b:ワークシート 公正、協力、責任、参画などに対する意欲 課題に応じた取り組み方の工夫 など c:授業の様子 協働的な参加状況 など
後期 期末		9.陸上競技(ランニング) 10.バスケットボールⅡなど 11.体育理論	a:スキルテスト 知識・技能が身についている b:ワークシート 公正、協力、責任、参画などに対する意欲 課題に応じた取り組み方の工夫 など c:授業の様子 協働的な参加状況 など

※ 表中の観点について a:知識・技能, b:思考・判断・表現, c:主体的に取り組む態度 である。

教科	保健体育	科目	体育	単位数	3単位	年次	3年
使用教科書	現代高等保健体育(大修館)						
副教材等	ステップアップ高校スポーツ2024						

1 授業及び学習の方法等

<p>内容</p> <p>クラス体育: 体づくり運動・グラウンドゴルフ・総合型ファミリースポーツ、企画型創造スポーツ(クラス単位)</p> <p>選択体育: バレーボール・ソフトボール・テニス/卓球・バドミントン・ダンス・ハンドボール・卓球・アルティメット・バスケットボール・サッカー・ランニング(選択制 内容は全てⅡ 参加生徒の興味関心により、種目変更有り)</p> <p>クラス体育は生涯体育を見据え、多様な種目を経験すると共に新しいスポーツを創造する活動を行う。また、異年齢、異校種(小中高)合同の総合型表現スポーツも行う。選択体育では、興味関心のある種目を選択し、授業を企画運営する立場も経験することにより、自身のみならず他者の体調や運動能力、習熟度を考慮しながら安全に実技を行う態度を身につけるなど、総合的にスポーツに向かう力を養う。</p>
--

2 学習の到達目標

<p>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する。また、自己のみならず、集団の状況に応じて自身や集団のスポーツに向かう力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高める。さらに、異年齢・異校種の学習集団でファミリーを構成してスポーツを行い体格・体力・習熟度の差そのものを教材にすることにより、集団としての健康・安全を考慮できる資質を身につけ、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育てる。</p>

3 学習評価(評価規準と評価方法)

観点	a: 知識・技能	b: 思考・判断・表現	c: 主体的に取り組む態度
観 点 の 趣 旨	<ul style="list-style-type: none"> 運動の合理的な実践を通して、勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身につけている。 選択した運動の技術(技)の名称や行い方、体力の高め方、スポーツの歴史や文化的な特性を理解している。 	<ul style="list-style-type: none"> 生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、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工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。 課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の方法についての具体的に工夫できる。 	<ul style="list-style-type: none"> 運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を持ち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとしている。 運動やスポーツの効果的な学習や豊かなスポーツライフの設計に積極的に関わることができる。 新しいスポーツ文化の創造者として、参加者の特徴、特性に合わせたスポーツを粘り強く創造できる。
評 価 方 法	スキルテスト 授業中のスキルチェック など	ワークシート 授業への協力や積極的な関わりなど	授業計画の工夫 ワークシート 主体的、協働的な授業への関わり など

※ 上に示す観点に基づいて、学習のまとめごとにより評価し、学年末に5段階の評定にまとめます。

※ 学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

4 学習活動

期	単元	内容(項目), 教材, 目標	主な評価規準
前期中間		1. 選択体育 (バドミントン・ハンドボール・卓球・バレーボール ダンス・ソフトボール) 2. クラス体育 (体づくり運動・生涯体育を意識したスポーツ: ゴルフ・キンボール・プールなど順次行う) 3. 小中高ファミリースポーツ 小中高で構成したファミリーによる表現スポーツ	a: スキルテスト 授業の様子・計画など b: ワークシート 授業の様子・計画など c: 授業の様子 協働的な参加の状況・授業の企画・進行など
前期期末		1. 選択体育 (バドミントン・ハンドボール・卓球・バレーボール ダンス・ソフトボール) 2. クラス体育 (体づくり運動・生涯体育を意識したスポーツ: ゴルフ・キンボール・プールなど順次行う) 3. 小中高ファミリースポーツ 小中高で構成したファミリーによる表現スポーツ	a: スキルテスト 授業の様子・計画など b: ワークシート 授業の様子・計画など c: 授業の様子 協働的な参加の状況・授業の企画・進行など
後期中間		1. 選択体育Ⅱ (バドミントン・テニス・サッカー・バスケットボール アルティメット・ランニング) 2. クラス体育 (生涯体育を意識したスポーツ: ゴルフ・キン ボール・プールなど順次行う) 3. 小中高ファミリースポーツ 小中高で構成したファミリーによる表現スポーツ 4. 体育理論 5. 体づくり運動	a: スキルテスト 授業の様子・計画など b: ワークシート 授業の様子・計画など c: 授業の様子 協働的な参加の状況・授業の企画・進行など
後期期末		1. 選択体育Ⅱ (バドミントン・テニス・サッカー・バスケットボール アルティメット・ランニング) 2. クラス体育 (生涯体育を意識したスポーツ: ゴルフ・キン ボール・プールなど順次行う) 3. 企画スポーツ 既存の種目を参考に新しいスポーツを創造する 4. 体育理論 5. 体づくり運動	a: スキルテスト 授業の様子・計画など b: ワークシート 授業の様子・計画など c: 授業の様子 協働的な参加の状況・授業の企画・進行など

※ 表中の観点について a: 知識・技能, b: 思考・判断・表現, c: 主体的に取り組む態度 である。

教科	保健体育	科目	保健	単位数	1単位	年次	1年
使用教科書	現代高等保健体育(大修館)701						
副教材等							

1 授業及び学習の方法等

現代社会と健康(健康の考え方、健康の保持増進と疾病の予防、精神の健康、感染症の予防、健康に関する環境づくり)及び、安全な社会生活(交通安全、応急手当)の内容を、講義や主体的・対話的な活動を通して学習する。
--

2 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育てる。

3 学習評価(評価規準と評価方法)

観点	a:知識・技能	b:思考・判断・表現	c:主体的に取り組む態度
観 点 の 趣 旨	現代社会と健康、生涯を通じる健康、健康を支える環境づくりについて関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。	現代社会と健康、生涯を通じる健康、健康を支える環境づくりについて、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。	現代社会と健康、生涯を通じる健康、健康を支える環境づくりについて、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。
評 価 方 法	定期考査 ワークシート など	ワークシート パフォーマンス課題	授業の様子 出席状況 提出物 など

※ 上に示す観点に基づいて、学習のまとまりごとに評価し、学年末に5段階の評定にまとめます。

※ 学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

4 学習活動

期	単元	内容(項目), 教材, 目標	主な評価規準
前期 中間		現代社会と健康 1. 健康の考え方と成り立ち 2. 私たちの健康のすがた 3. 生活習慣病の予防と回復	a:ワークシート など b:ワークシート、パフォーマンス課題 など c:授業の様子 出席状況 提出物 など
		安全な社会生活 4. 応急手当の意義とその基本 5. 日常的な応急手当 6. 心肺蘇生法 1. 事故の現状と発生要因 2. 安全な社会の形成 3. 交通における安全	
前期 期末		現代社会と健康 4. がんの原因と予防 5. がんの治療と回復 6. 運動と健康 7. 食事と健康 8. 休養・睡眠と健康	a:定期考査 ワークシート など b:ワークシート、パフォーマンス課題 など c:授業の様子 出席状況 提出物 など
後期 中間		9. 喫煙と健康 10. 飲酒と健康 11. 薬物乱用と健康 12. 精神疾患の特徴 13. 精神疾患の予防 14. 精神疾患からの回復	a:ワークシート など b:ワークシート、パフォーマンス課題 など c:授業の様子 出席状況 提出物 など
後期 期末		15.現代の感染症 16.感染症の予防 17.性感染症・エイズとその予防 18.健康に関する意思決定・行動選択 19.健康に関する環境づくり保健編	a:定期考査 ワークシート など b:ワークシート、パフォーマンス課題 など c:授業の様子 出席状況 提出物 など

※ 表中の観点について a:知識・技能, b:思考・判断・表現, c:主体的に取り組む態度 である。

教科	保健	科目	保健	単位数	1単位	年次	2年
使用教科書	現代高等保健体育(大修館)701						
副教材等							

1 授業及び学習の方法等

生涯を通じる健康(生涯の各段階における健康、労働と健康、環境と健康、食品と健康、保健・医療制度及び地域の保健・医療機関、様々な保健活動、社会生活と健康)の内容を、講義や主体的・対話的で深い学びを行う。
--

2 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育てる
--

3 学習評価(評価規準と評価方法)

観点	a:知識・技能	b:思考・判断・表現	c:主体的に取り組む態度
観 点 の 趣 旨	生涯を通じる健康、健康を支える環境づくりについて関心を持ち、意欲的に学習に取り組もうとする	生涯を通じる健康、健康を支える環境づくりについて、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。	生涯を通じる健康、健康を支える環境づくりについて、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。
評 価 方 法	小テスト 定期考査 ワークシート など	ワークシート など	授業の様子 出席状況 提出物 など

※ 上に示す観点に基づいて、学習のまとまりごとに評価し、学年末に5段階の評定にまとめます。

※ 学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

4 学習活動

期	単元	内容(項目), 教材, 目標	主な評価規準
前期中間		生涯を通じる健康 1.ライフステージと健康 2.思春期と健康 3.性意識と性行動の選択 4.妊娠・出産と健康 5.避妊法と人工妊娠中絶	a:小テスト 定期考査 ワークシート など b:ワークシート パフォーマンス課題 フォーム課題など c:授業の様子 出席状況 提出物 など
前期期末		生涯を通じる健康 6.結婚生活と健康 7.中高年期と健康 8.働くことと健康 9.労働災害と健康 10.健康的な職業生活	a:小テスト 定期考査 ワークシート など b:ワークシート パフォーマンス課題 フォーム課題など c:授業の様子 出席状況 提出物 など
後期中間		健康を支える環境づくり 5.食品の安全性 6.食品衛生にかかわる活動 7.保健サービスとその活用 8.医療サービスとその活用	a:小テスト 定期考査 ワークシート など b:ワークシート フォーム課題 など c:授業の様子 出席状況 提出物 など
後期期末		9.医薬品の制度とその活用 10.さまざまな保健活動や社会的対策 11.健康に関する環境づくりと社会生活	a:小テスト 定期考査 ワークシート など b:ワークシート フォーム課題 など c:授業の様子 出席状況 提出物 など

※ 表中の観点について a:知識・技能, b:思考・判断・表現, c:主体的に取り組む態度 である。