

教科(科目)	体育	単位数	3 単位	学年(学科・コース)	1年女子	
使用教科書					授業形態	必修
副教材						

1 科目目標

学習指導要領に記載されている「体育の目標」を中心におき、本校生徒の特性に合わせて以下の内容に重点を置いた指導を目標とする。

- 1 集団行動について理解させるとともに、必要な技能を身につけさせる。
- 2 公正・協力・責任などの態度を身につけさせる。
- 3 基礎体力の向上に努める。
- 4 基本的な運動技能の習得をはかる。

2 学習計画

月	学習項目	学習活動(指導内容)	時間	評価方法
4	「体育」学習について	1年次の「体育」学習の意義や内容、評価の方法等、これからの授業展開に必要な事柄について理解させる。	2	具体的学習場面における学びの姿勢
5	集団行動	集団が合理的に行動するための行動様式を身につけさせる。	3	関心・意欲・態度
	体づくり運動	各自の体力の状況に応じて、体ほぐしの運動を行うとともに体力を高める運動を行う。	10	公正・協力 責任
6	「走運動」を中心とした基礎体力の向上 スポーツテスト	持久走やサーキットトレーニングを継続的に行わせ、全身持久力の向上を図る。 スポーツテストの各種目について理解させるとともに、正しい動作でテストを実施する。	12	スポーツテスト記録 陸上記録
7	陸上競技 走運動・投運動のうち いずれか1種目	基本的な運動動作である「走」「投」についての合理的な技能を身につけさせるとともに、記録の向上の達成感を体験させる。	18	具体的評価基準を設定
9	テニス	フォアハンドストローク、バックハンドストローク、サービスなどの基礎的スキルを習得させる。	18	学びの姿勢から評価 具体的評価基準を設定
10	バスケットボール	バスケットボールの基本的な技能(パス・キャッチ・ドリブル・シュート等)のスキルを習得させる。	18	
12	バレーボール	バレーボールの基本的な技能(サービス・パス・レシーブ・トス・スパイク等)のスキルを習得させる。	12	
2	バドミントン	バドミントンの基本的な技能である各種のフライト・サービス・レシーブ等のスキルを習得させる。	12	

3 評価基準と評価方法

項目	内容	評価方法
関心・意欲・態度	運動の楽しさや、喜びを深く味わうことができるように自ら意欲的、積極的に運動しようとしている。・公正、協力、責任などの態度が身に付いている。・健康、安全に留意して運動しようとしている。	・授業中の参加への意欲や行動の観察 ・スポーツテストの結果分析
思考判断	・自己や集団の能力と運動の特性に応じた課題を見つけだしているか。 ・課題の解決を目指して、活動の仕方を工夫しているか。	・スキルテストの実施 ・具体的評価基準を設定
技能表現	・自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行い、そのスキルを高めているか。・自己の体力や生活に応じて体力を高めるための運動の合理的な行い方を身につけているか。	
知識理解	・社会の変化とスポーツ、運動技能の構造と運動の学び方、体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し、知識を身につけているか。	

教科(科目)	体育	単位数	3 単位	学年(学科・コース)	1年男子	
使用教科書					授業形態	必修
副教材						

1 科目目標

学習指導要領に記載されている「体育の目標」を中心におき、本校生徒の特性に合わせて以下の内容に重点を置いた指導を目標とする。

- 1 集団行動について理解させるとともに、必要な技能を身につけさせる。
- 2 公正・協力・責任などの態度を身につけさせる。
- 3 基礎体力の向上に努める。
- 4 基本的な運動技能の習得をはかる。

2 学習計画

月	学習項目	学習活動(指導内容)	時間	評価方法
4	「体育」学習について	1年次の「体育」学習の意義や内容、評価の方法等、これからの授業展開に必要な事柄について理解させる。	2	具体の学習場面における学びの姿勢
5	集団行動	集団が合理的に行動するための行動様式を身につけさせる。	3	関心・意欲・態度
	体づくり運動	各自の体力の状況に応じて、体ほぐしの運動を行うとともに体力を高める運動を行う。	10	公正・協力 責任
6	「走運動」を中心とした基礎体力の向上	持久走やサーキットトレーニングを継続的に行わせ、全身持久力の向上を図る。	12	スポーツテスト記録
	スポーツテスト	スポーツテストの各種目について理解させるとともに、正しい動作でテストを実施する。		陸上記録
7	陸上競技	基本的な運動動作である「走」「投」についての合理的な技能を身につけさせるとともに、記録の向上の達成感を経験させる。	18	具体的評価基準を設定
	走運動・投運動のうちいずれか1種目			
9	サッカー	サッカーの基本的な技能(各種キック・トラッピング・ドリブル・ヘディング等)の技能を習得させる。	18	学びの姿勢から評価 具体的評価基準を設定
11	バレーボール	バレーボールの基本的な技能(パス、サーブ、レシーブ、スパイク等)の技能を習得させる。	18	
12	柔道	柔道の伝統的な行動様式を理解させ、特に礼儀作法を尊重するとともに、基本的な動作である「受け身」や基本的な对人的技能を習得させる。	24	

3 評価規準と評価方法

項目	内容	評価方法
関心・意欲・態度	運動の楽しさや、喜びを深く味わうことができるように自ら意欲的、積極的に運動しようとしている。・公正、協力、責任などの態度が身に付いている。・健康、安全に留意して運動しようとしている。	・授業中の参加への意欲や行動の観察 ・スポーツテストの結果分析
思考判断	・自己や集団の能力と運動の特性に応じた課題を見つけだしているか。 ・課題の解決を目指して、活動の仕方を工夫しているか。	・スキルテストの実施 ・具体的評価基準を設定
技能表現	・自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行い、その技能を高めているか。・自己の体力や生活に応じて体力を高めるための運動の合理的な行い方を身につけているか。	
知識理解	・社会の変化とスポーツ、運動技能の構造と運動の学び方、体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し、知識を身につけているか。	

教科(科目)	保健	単位数	1 単位	学年(学科・コース)	1 年	
使用教科書	最新保健体育				授業形態	必修
副教材						

1 科目目標

学習指導要領に記載されている「保健の目標」を中心におき、本校生徒の特性に合わせて以下の内容に重点を置いた指導を目標とする。

1. 個人の生活における心身の健康や安全に関心を持ち、自ら健康で安全な生活を実践できる意欲を育てる。
2. 健康・安全の意義を理解するとともに、現代社会と健康について課題解決の役立つ基礎的な事項を理解するとともに知識を身につける。
3. 心身の健康や安全に関する課題解決を目指し、適切な意志決定を行い、選択すべき行動を適切に判断できる力を身につける。

2 学習計画

月	学習項目	学習活動(指導内容)	時間	評価方法
4	I 現代社会と健康 ・私たちの健康のすがた ・健康のとらえ方	我が国における健康水準の向上を平均寿命ののびや死亡率の低下から理解させる。我が国の健康問題の変化を、感染症の減少や生活習慣病の増加の観点から理解させる。	2 1	・授業中の参加への意欲や行動の観察 ・定期テストからの読みとり
5	・さまざまな保健活動や対策 ・生活習慣病と日常の生活行動	健康についての様々な考え方を理解させる。 生活習慣と関連の深い病気について理解させる。	1 1	
6	・喫煙と健康 ・飲酒と健康	喫煙の健康影響を喫煙者、非喫煙者の立場から理解させる。 アルコールの心身に対する影響を健康面から理解させる。	2 2	
7	・薬物乱用と健康 ・医薬品と健康 ・感染症とその予防	薬物乱用による健康被害と社会的問題について理解させる。 医薬品の役割を、使い方の面から理解させる。 今日注意すべき感染症を、感染症問題の変化や、感染症を取り巻く状況の変化の観点から理解させる。	1 1 1	・授業中の参加への意欲や行動の観察
9	・エイズとその予防	エイズの課題や、流行の原因について理解させる。	3	・定期テストからの読みとり
10	・健康に関わる意志決定・行動選択	適切な意志決定と行動の選択を健康の立場から理解させる。	3	
11	・欲求と適応機制 ・心身の相関とストレス	心と脳の働きからさまざまな四級について理解させる。 心と体の関わり、体と心の関わりについて理解させる。	3 3	
12	・ストレスへの対処	原因への対処をとらえ方を変えることによる対処の仕方から理解させる。	3	
1	・交通事故の現状と要因	交通事故の要因を実際の事故状況から理解させる。	3	・授業中の参加への意欲や行動の観察
2	・交通社会における運転者の資質と責任	交通事故の責任と保証について具体的な例から理解させる。	3	・定期テストからの読みとり
3	・応急手当の意義とその方法	応急手当の意義について理解させる。応急手当の手順について、その段階的な方法を具体的に理解させる。	2	

3 評価規準と評価方法

項目	内容	評価方法
関心・意欲 ・態度	・健康の保持増進に必要な事柄に関心を持っているか。 ・仲間と協力して資料を集めたり、意見交換をしているか。	授業態度・実習態度等 プリント提出 ノート提出 定期考査等 上記を総合して100点満点で評価する
思考 判断	・自分のこれまでの学習や体験、資料などをもとにしたり、他の人の意見や考えを聞いたりして、課題解決の方法を考え判断しているか。	
技能 表現	・適切な生活行動を日常生活において選択し、実践すること及び環境を改善していく努力が必要であることを理解しているか。	
知識 理解	・個人生活及び社会生活の健康や安全について、課題解決に役立つ知識を身につけているか。	

教科(科目)	体育	単位数	2 単位	学年(学科・コース)	2年女子	
使用教科書					授業形態	必修
副教材						

1科目目標

学習指導要領に記載されている「体育の目標」を中心におき、本校生徒の特性に合わせて以下の内容に重点を置いた指導を目標とする。

- 1 集団行動について理解させるとともに、必要な技能を身につけさせる。
- 2 公正・協力・責任などの態度を身につけさせる。
- 3 基礎体力の向上に努める。
- 4 基本的な運動技能の習得をはかる。

2学習計画

月	学習項目	学習活動(指導内容)	時間	評価方法
4	「体育」学習について 集団行動	2年次の「体育」学習の意義や内容、評価の方法等、これからの授業展開に必要な事柄について理解させる。 集団が合理的に行動するための行動様式を身につけさせる。	2	具体的学習場面における学びの姿勢 関心・意欲・態度
5	体づくり運動	各自の体力の状況に応じて、体ほぐしの運動を行うとともに体力を高める運動を行う。	7	公正・協力 責任
6	「走運動」を中心とした基礎体力の向上 スポーツテスト	持久走やサーキットトレーニングを継続的に行わせ、全身持久力の向上を図る。 スポーツテストの各種目について理解させるとともに、正しい動作でテストを実施する。	8	スポーツテスト記録
7	陸上競技 跳運動	基本的な運動動作である「跳躍運動」についての合理的な技能を身につけさせるとともに、記録の向上の達成感を経験させる。	14	陸上記録
9	バレーボール	ゲームのルールについての理解を深めるとともに、2段攻撃や3段攻撃などの攻撃的な技能や、防御面での技能を習得させる。	21	具体的評価基準を設定 学びの姿勢から評価
12	バスケットボール	ゲームのルールについての理解を深めるとともに、攻撃面では速攻・セットオフense、防御面ではマンツーマンディフェンス・ゾーンディフェンスの技能を習得させる。	18	

3評価基準と評価方法

項目	内容	評価方法
関心・意欲・態度	運動の楽しさや、喜びを深く味わうことができるように自ら意欲的、積極的に運動しようとしている。・公正、協力、責任などの態度が身に付いている。・健康、安全に留意して運動しようとしている。	・授業中の参加への意欲や行動の観察 ・スポーツテストの結果分析
思考判断	・自己や集団の能力と運動の特性に応じた課題を見つけだしているか。 ・課題の解決を目指して、活動の仕方を工夫しているか。	・スキルテストの実施 ・具体的評価基準を設定
技能表現	・自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行い、その技能を高めているか。・自己の体力や生活に応じて体力を高めるための運動の合理的な行い方を身につけているか。	
知識理解	・社会の変化とスポーツ、運動技能の構造と運動の学び方、体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し、知識を身につけているか。	

教科(科目)	体育	単位数	2 単位	学年(学科・コース)	2年男子	
使用教科書					授業形態	必修
副教材						

1科目目標

学習指導要領に記載されている「体育の目標」を中心におき、本校生徒の特性に合わせて以下の内容に重点を置いた指導を目標とする。

- 1 集団行動について理解させるとともに、必要な技能を身につけさせる。
- 2 公正・協力・責任などの態度を身につけさせる。
- 3 基礎体力の向上に努める。
- 4 基本的な運動技能の習得をはかる。

2学習計画

月	学習項目	学習活動(指導内容)	時間	評価方法
4	「体育」学習について	2年次の「体育」学習の意義や内容、評価の方法等、これからの授業展開に必要な事柄について理解させる。	2	具体的学習場面における学びの姿勢
5	集団行動	集団が合理的に行動するための行動様式を身につけさせる。		関心・意欲・態度
5	体づくり運動	各自の体力の状況に応じて、体ほぐしの運動を行うとともに体力を高める運動を行う。	7	公正・協力
6	「走運動」を中心とした基礎体力の向上	持久走やサーキットトレーニングを継続的に行わせ、全身持久力の向上を図る。	8	責任
6	スポーツテスト	スポーツテストの各種目について理解させるとともに、正しい動作でテストを実施する。		スポーツテスト記録
7	陸上競技	基本的な運動動作である「走」「投」についての合理的な技能を身につけさせるとともに、記録の向上の達成感を経験させる。	14	陸上記録
7	走運動・投運動のうちいずれか1種目			
9	バスケットボール	集団的スキル(速攻・セットオフense・マンツーマンディフェンス・ゾーンディフェンス等)の技能を習得する。	21	具体的評価基準を設定 学びの姿勢から評価
12	柔道	投げ技・固め技・技の連絡変化について自己の能力に応じた技を選び、相手の動きに適した攻防ができるようにし、試合に生かすことができるようにする。	18	

3評価基準と評価方法

項目	内容	評価方法
関心・意欲・態度	・運動の楽しさや、喜びを深く味わうことができるように自ら意欲的、積極的に運動しようとしている。 ・公正、協力、責任などの態度が身に付いている。 ・健康、安全に留意して運動しようとしている。	・授業中の参加への意欲や行動の観察 ・スポーツテストの結果分析
思考判断	・自己や集団の能力と運動の特性に応じた課題を見つけだしているか。 ・課題の解決を目指して、活動の仕方を工夫しているか。	・スキルテストの実施 ・具体的評価基準を設定
技能表現	・自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行い、その技能を高めているか。 ・自己の体力や生活に応じて体力を高めるための運動の合理的な行い方を身につけているか。	
知識理解	・社会の変化とスポーツ、運動技能の構造と運動の学び方、体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し、知識を身につけているか。	

教科(科目)	保健	単位数	1 単位	学年(学科・コース)	2年	
使用教科書	最新保健体育				授業形態	必修
副教材						

1 科目目標

学習指導要領に記載されている「保健の目標」を中心におき、本校生徒の特性に合わせて以下の内容に重点を置いた指導を目標とする。

1. 個人の生活における心身の健康や安全に関心を持ち、自ら健康で安全な生活を実践できる意欲を育てる。
2. 健康・安全の意義を理解するとともに、現代社会と健康について課題解決の役立つ基礎的な事項を理解するとともに知識を身につける。
3. 心身の健康や安全に関する課題解決を目指し、適切な意志決定を行い、選択すべき行動を適切に判断できる力を身につける。

2 学習計画

月	学習項目	学習活動（指導内容）	時間	評価方法
4	Ⅱ 生涯を通じる健康			
	・ 思春期と健康	思春期の身体の変化と健康について理解させる。	3	・ 授業中の参加への意欲や行動の観察
5	・ 性意識と性行動の選択	性意識の男女差と性的欲求の差について理解させる。	2	・ 定期テストからの読みとり
	・ 結婚生活と健康	心身の発達と健康な結婚生活について理解させる。	1	
6	・ 妊娠・出産と健康	受精・妊娠・出産を段階的に理解させる。	2	
	・ 家族計画と人工妊娠中絶	家族計画の意義や避妊法とその選択について理解させる。	2	
7	・ 加齢と健康	加齢にともなう心身の変化について理解させる。	1	
	・ 保健制度と医療サービスの活用	保健行政の役割と仕組みについて理解させる。	1	・ 授業中の参加への意欲や行動の観察
9	・ 医療制度と医療費	医療の供給と医療保険について理解させる。	2	・ 定期テストからの読みとり
	Ⅲ 社会生活と健康			
10	・ 大気汚染と健康	大気汚染とその原因について理解させる。	2	
	・ 水質汚濁と健康	水質汚濁とその原因について理解させる。	2	
	・ 土壌汚染と健康	土壌汚染とその原因を理解させる。	2	・ 授業中の参加への意欲や行動の観察
11	・ 健康被害の防止と環境対策	環境汚染の防止と改善について、どのような対策がとられているか理解させる。	2	・ 定期テストからの読みとり
	・ 環境衛生活動の仕組みと働き	ゴミ処理の活動について、その現状について理解させる。	2	
12	・ 働くことと健康	働くことと健康の関わりを理解させる。	3	
	・ 労働災害・職業病と健康	労働災害とその防止について、具体的な例を挙げて理解させる。	4	
	・ 健康的な職業生活	職場における取り組みについて、心身両面から理解させる。日常生活で留意すべき事柄について理解させる。	4	

3 評価規準と評価方法

項目	内容	評価方法
関心・意欲 ・ 態度	・ 健康の保持増進に必要な事柄に関心を持っているか。 ・ 仲間と協力して資料を集めたり、意見交換をしているか。	授業態度・実習態度等 プリント提出 ノート提出 定期考査等 上記を総合して100点満点 で評価する
思考 判断	・ 自分のこれまでの学習や体験、資料などをもとにしたり、他の人の意見や考えを聞いたりして、課題解決の方法を考え判断しているか。	
技能 表現	・ 適切な生活行動を日常生活において選択し、実践すること及び環境を改善していく努力が必要であることを理解しているか。	
知識 理解	・ 個人生活及び社会生活の健康や安全について、課題解決に役立つ知識を身につけているか。	

教科(科目)	体育	単位数	3 単位	学年(学科・コース)	3年	
使用教科書					授業形態	必修
副教材						

1 科目目標

学習指導要領に記載されている「体育の目標」を中心におき、本校生徒の特性に合わせて以下の内容に重点を置いた指導を目標とする。

- 1 集団行動について理解させるとともに、必要な技能を身につけさせる。
- 2 公正・協力・責任などの態度を身につけさせる。
- 3 基礎体力の向上に努める。
- 4 基本的な運動技能の習得をはかる。

2 学習計画

月	学習項目	学習活動（指導内容）	時間	評価方法
4	「体育」学習について 集団行動	3年次の「体育」学習の意義や内容、評価の方法等、これからの授業展開に必要な事柄について理解させる。 集団が合理的に行動するための行動様式を身につけさせる。	2 3	具体の学習場面における学びの姿勢 関心・意欲・態度 公正・協力
5	体づくり運動	各自の体力の状況に応じて、体ほぐしの運動を行うとともに体力を高める運動を行う。	10	責任
6	「走運動」を中心とした基礎体力の向上 スポーツテスト	持久走やサーキットトレーニングを継続的に行わせ、全身持久力の向上を図る。 スポーツテストの各種目について理解させるとともに、正しい動作でテストを実施する。	12 18	スポーツテスト記録 陸上記録
9	選択体育Ⅰ期 バレー、バスケ、 バド、トレーニングより1種目	4つの種目より各自で1種目を選択。チーム分けや練習内容などに至るまで、自分たちで計画し、協力し、安全に留意しながら意欲的・自主的に活動できるようにする。	30	学びの姿勢から評価
11	選択体育Ⅱ期	Ⅰ期と同様だが、各自がⅠ期と違う種目を必ず選択し、活動する。	30	

3 評価規準と評価方法

項目	内容	評価方法
関心・意欲・ 態度	・運動の楽しさや、喜びを深く味わうことができるように自ら意欲的、積極的に運動しようとしている。 ・公正、協力、責任などの態度が身に付いている。 ・健康、安全に留意して運動しようとしている。	・授業中の参加への意欲や行動の観察 ・スポーツテストの結果分析
思考 判断	・自己や集団の能力と運動の特性に応じた課題を見つけだしているか。 ・課題の解決を目指して、活動の仕方を工夫しているか。	・スキルテストの実施 ・具体的評価基準を設定
技能 表現	・自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行い、その技能を高めているか。 ・自己の体力や生活に応じて体力を高めるための運動の合理的な行い方を身につけているか。	
知識 理解	・社会の変化とスポーツ、運動技能の構造と運動の学び方、体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し、知識を身につけているか。	