

教科名	<b>保健体育</b>	校種	<b>高等学校</b>
-----	-------------	----	-------------

科目の配当				
学年	科目名	必・選	単位	授業展開など、授業の形態
1年	体育	必修	2	
2年	体育	必修	2	
3年	体育	必修	3	三学期は、自主選択
	保健	必修	1	

科目名 (教科名)	体育 (保健体育科)				
担当教員	木村 友美 前山 孝一				
学年	1	単位数	2	必修・選択・展開	必修

### ■ 授業の目的

1. 運動に親しむ能力を高め、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現できる資質や能力を育成する
2. 運動経験、能力、興味、関心等の多様化の現状を踏まえ、スポーツの楽しさや喜びを味わうことができるように多くの種目を体験する
3. 体力の向上を重視し、健康や体力の状況に応じて自ら体力を高める方法を身につける

### ■ 授業計画

学期	授業の項目	内容のポイント
1学期	オリエンテーション からだ作り運動 スポーツテスト  ゴール型球技 バスケットボール	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 1年間の授業の進め方についての説明</li> <li>・ 各運動の基本的な準備運動の理解をすすめる</li> <li>・ 体力、運動能力の確認を行う</li> <li>・ 中学で習得した基本的技能の応用を身につけ、ゲームのなかでの役割を確認する</li> </ul>
2学期	ネット型球技 硬式テニス  バレーボール	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ テニスの基本動作を確認し、個々の技能技術を高める</li> <li>・ ダブルスゲームにおける各自の役割を認識する</li> <li>・ 中学で習得した基本技能の応用を身につけ、ゲームの中での役割を確認する</li> </ul>
3学期	持久走  ゴール型球技 サッカー	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 冬季における体力不足を持久走に行うことにより補う</li> <li>・ ボールに対するフィーリングを身につけ、パス、ドリブルなどの個人技能の向上をはかる</li> <li>・ 簡易ゲームができるように、班別技術の習得を目指す</li> </ul>
評価の方法と割合	<ul style="list-style-type: none"> <li>●評価方法：実技テスト+出席点（平常点を含む）で各学期の成績を算出する</li> <li>●割合 実技テストは、全体の7割。出席点は全体の3割で換算。詳細は、以下のとおり。欠席-3点、遅刻早退-1点、見学-2点で算出。ただし、見学は、「体育授業見学報告書」の内容が良い場合は、-1点になる</li> </ul>	
教科書・副教材等	●副教材：Active Sports 2018（総合版）	

科目名(教科名)	体育(保健体育科)				
担当教員	木村 友美 平岩 輝史 堀 浩子 (補助教員 前山 孝一 藤田 麻巳) ※科目選択により担当が変わる				
学年	2	単位数	2	必修・選択・展開	必修

### ■ 授業の目的

1. 運動に親しむ能力を高め、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現できる資質や能力を育成する
2. 運動経験、能力、興味、関心等の多様化の現状を踏まえ、スポーツの楽しさや喜びを味わうことができるように多くの種目を体験する
3. 体力の向上を重視し、健康や体力の状況に応じて自ら体力を高める方法を身につける

### ■ 授業計画

学期	授業の項目	内容のポイント
1学期	オリエンテーション からだ作り運動  スポーツテスト  選択科目	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1年間の授業の進め方についての説明</li> <li>・技を習得し、互いに協力したり補助したりして、安全に留意して練習や発表ができるようにする</li> <li>・体力、運動能力の確認を行う</li> <li>・中学で習得した基本的技能を発揮し、ゲームのなかで、より実践的に各ポジションの役割を確認する</li> <li>・相手を尊重し、伝統的な考え方や行動の仕方を理解し大切にする態度を身につける 基本動作や基本となる技(構え・足捌き・素振り等)の習得を目指す</li> <li>・ソフトボールの基本動作と簡易ゲームができるまでの技術習得を目指す</li> </ul>
2学期	選択科目	<ul style="list-style-type: none"> <li>・中学で習得した基本的技能を発揮し、ゲームのなかで、より実践的に各ポジションの役割を確認する</li> <li>・相手を尊重し、伝統的な考え方や行動の仕方を理解し大切にする態度を身につける 基本動作や基本となる技(構え・足捌き・素振り等)の習得を目指す</li> <li>・ソフトボールの基本動作と簡易ゲームができるまでの技術習得を目指す</li> </ul>
3学期	持久走	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基礎体力および精神力を鍛える</li> </ul>
評価の方法と割合	<ul style="list-style-type: none"> <li>●評価方法：実技テスト+出席点(平常点を含む)で各学期の成績を算出する</li> <li>●割合 実技テストは、全体の7割。出席点は全体の3割で換算。詳細は、以下のとおり 欠席-3点、遅刻早退-1点、見学-2点で算出。ただし、見学は、「体育授業見学報告書」の内容が良い場合は、-1点になる</li> </ul>	
教科書・副教材等	●副教材：Active Sports 2017(総合版)	

科目名 (教科名)	体育 (保健体育科)				
担当教員	平岩 輝史				
学年	3	単位数	3	必修・選択・展開	必修

### ■ 授業の目的

<p>1. チームにおける自己の役割を自覚して、その責任を果たし、互いに協力して練習やゲームができるようにするとともに、勝敗を競う過程や結果に楽しさや喜びを味わうことができるようにする</p> <p>2. 生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続できる資質と能力を育てるために、それぞれの種目が有する特性や魅力に応じた運動を計画的かつ合理的に行える能力を養う</p>
---

### ■ 授業計画

学期	授業の項目	内容のポイント
1学期	オリエンテーション からだ作り運動 スポーツテスト ダンス 球技系のゲーム ・ ネット型 ・ ベースボール型 ・ ゴール型	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 1年間の授業の進め方についての説明</li> <li>・ 技を習得し、互いに協力したり補助したりして、安全に留意して練習や発表ができるようにする</li> <li>・ 体力、運動能力の確認を行う</li> <li>・ オリジナルの創作ダンスを自分たちで考える</li> <li>・ 創作ダンスを習得できるように練習計画を立てて、練習を行う</li> <li>・ グループに分かれてリーグ戦を行う</li> </ul>
2学期	球技系のゲーム ・ ネット型 ・ ベースボール型 ・ ゴール型	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ グループに分かれてリーグ戦を行う</li> </ul>
3学期		
評価の方法と割合	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 評価方法：実技テスト＋出席点（平常点を含む）で各学期の成績を算出する</li> <li>● 割合 実技テストは、全体の7割。出席点は全体の3割で換算。詳細は、以下のとおり。            欠席－3点、遅刻早退－1点、見学－2点で算出。ただし、見学は、「体育授業見学報告書」の内容が良い場合は、－1点になる</li> </ul>	
教科書・副教材等	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 副教材：Active Sports 2016(女子版)</li> </ul>	

科目名 (教科名)	保健 (保健体育科)				
担当教員	木村 友美				
学年	3	単位数	1	必修・選択・展開	必修

### ■ 授業の目的

1. 生涯の各段階の健康についての課題や、わが国の保健・医療制度や機関を適切に活用できるようにする

### ■ 授業計画

学期	授業の項目	主な内容
1学期	1. 生涯の各段階における健康 (1) ①人生の各段階の健康 ②思春期の心 ③子どもから大人へ ④結婚は健康な家庭づくりの スタート ⑤新しい生命の誕生	①人生の各段階における健康の危険因子を知り、 予防方法について考える ②男女の性意識の違いを知り、性情報が性行動選択に 及ぼす影響を学ぶ ③思春期の体の特徴とともに、行動面・心理面の特徴を知る ④健康な結婚生活を営むために、心身の発達から見た留意点や 結婚生活と健康づくりについて学ぶ ⑤受精・妊娠・出産のメカニズムを知り、妊娠・出産期に周囲は 何を注意すべきか学ぶ
2学期	1. 生涯の各段階における健康 (2) ①幸せで健康な家庭づくり ②一生を通じての健康 ③リハビリテーション  2. 保健医療制度および地域の 保健・医療機関 ①わが国の保健医療制度 ②保健・医療機関の活用	①健康の視点から家族計画について学び、避妊について男女 それぞれの立場から考えたり、人工妊娠中絶の条件や心身に 及ぼす影響を学ぶ ②年をとると心身にどんな変化があるか、また中高年期を 健やかに過ごすにはどうしたらよいか学ぶ ③リハビリテーションの意義を知り、どのような人が対象で どのようなことをするのか学ぶ  ①保健行政の役割としくみ及び医療制度や医療保険のしくみに ついて学ぶ また、どのように自分に医療保険が支払われているか学ぶ ②保健サービスの内容や活用法、医療機関の選び方を学び、 医者へのかかり方やインフォームド・コンセントに必要な 事柄を考える
3学期		
評価の方法	●評価方法：定期試験＋出席点（平常点含む）で各学期の成績を算出する ●割合 定期試験は、全体の8割。出席点（平常点含む）は全体の2割で、 欠席－3点、遅刻早退－1点で算出する	
教科書・ 副教材等	●教科書：高等学校保健体育 改訂版 2016年度用（第一学習社）	