

シラバス〔保健体育〕

学年	コース	教科	科目	単位数
中学1年	未来探究	保健体育	保健体育	3
教科書				
『中学保健体育』 Gakken				

授業のねらい（年間指導目標）		
<p>（保健）健康、安全について理解するとともに、心身の健康の保持増進のための知識と、実生活においての実践力を身につける。</p> <p>（体育）運動や体力の必要性を理解し、安全かつ効率的に運動に親しむための基本的な技能を身につける。</p>		
授業の進め方（年間指導計画）		
	保健分野	体育分野
1 学期	健康の成り立ち 運動と健康 食生活と健康 休養・睡眠と健康	集団行動 ラジオ体操 新体力テスト 陸上競技（短距離走） バレーボール 水泳 体育理論（スポーツの多様性）
2 学期	体の発育・発達 呼吸器・循環器の発達 生殖機能の成熟 性とどう向き合うか	水泳 ダンス 陸上競技（ハードル、走り幅跳び） キックベースボール バスケットボール
3 学期	心の発達（1）知的機能と情意機能の発達 心の発達（2）社会性の発達 自己形成 欲求不満やストレスへの対処	体づくり運動 持久走 バドミントン
評価方法		
定期考査、各種目の実技テスト、提出物（課題プリント、ロイロノートでの課題を含む）、授業時の取り組み姿勢（意欲・態度）により評価する。		

備考

シラバス〔保健体育〕

学年	コース	教科	科目	単位数
中学2年	未来探究	保健	保健体育	3
教科書				
『中学保健体育』 Gakken				

授業のねらい（年間指導目標）		
<p>（保健）健康な生活と疾病の予防について理解し、傷害の防止について理解を深める。 個人および社会生活における健康・安全に関する理解を通して、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。</p> <p>（体育）運動やスポーツの楽しさや喜びを味わう中で、自己の課題を発見し、合理的な解決に向けた学習を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を身につける力を養う。</p>		
授業の進め方（年間指導計画）		
	保健分野	体育分野
1学期	生活習慣病とその予防 がんとその予防 喫煙と健康 飲酒と健康 薬物乱用と健康 喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけ	新体力テスト 陸上競技（短距離走） バレーボール 水泳 キックベースボール 体育理論（スポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方）
2学期	傷害の原因と防止 交通事故の現状と原因 交通事故の防止 犯罪被害の防止	水泳 ダンス 武道（合気道） 器械運動 バスケットボール 陸上競技（ハードル、走り幅跳び）
3学期	自然災害に備えて 応急手当の意義と基本 心肺蘇生法（実習） きずの手当（実習）	バドミントン 体づくり運動 持久走 卓球
評価方法		
定期考査、各種目の実技テスト、提出物（課題プリント、ロイロノートでの課題を含む）、授業時の取り組み姿勢（意欲・態度）により評価する。		

備考

シラバス〔保健体育〕

学年	コース	教科	科目	単位数
中学3年	進学 特進	保健	保健体育	3
教科書				
『新・中学保健体育』学研				

授業のねらい（年間指導目標）		
<p>（保健）健康な生活と疾病の予防について理解を深める。 個人および社会生活における健康・安全に関する理解を通して、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。</p> <p>（体育）健康の保持増進と体力の向上を目指して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を身につける。また、運動・競技における競争などの経験を通して個々の能力や資質を認めあう態度を育てる。</p>		
授業の進め方（年間指導計画）		
	保健分野	体育分野
1 学期	健康の成り立ち 運動と健康 食生活と健康 休養・睡眠と健康 生活習慣病とその予防	新体力テスト 陸上競技（短距離走） バレーボール 水泳 キックベースボール
2 学期	喫煙と健康 飲酒と健康 薬物乱用と健康 喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけ	ダンス 水泳 武道（合気道） バスケットボール 陸上競技（ハードル、走り幅跳び） 体育理論（文化としてのスポーツ）
3 学期	感染症のその予防 性感染症とその予防／エイズ 保健・医療機関の利用 医薬品の有効利用 共に健康に生きる社会	バドミントン 体づくり運動 持久走 卓球
評価方法		
定期考査、各種目の実技テスト、提出物（課題プリント、ロイロノートでの課題を含む）、授業時の取り組み姿勢（意欲・態度）により評価する。		

備考

シラバス〔保健体育〕

学年	コース	教科	科目	単位数
高校1年	未来探究 選抜 音楽科	保健体育	体育	2
教科書				
『保健体育』第一学習社				

授業のねらい（年間指導目標）	
課題解決を通して運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続できる基礎を養うとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質や能力を育成する。	
授業の進め方（年間指導計画）	
1学期	新体力テスト 陸上競技（短距離走） バレーボール 水泳 体育理論（スポーツの文化的特性と現代スポーツの発展）
2学期	水泳 陸上競技（ハードル・走り幅跳び） バスケットボール バドミントン
3学期	体づくり運動 持久走
評価方法	
各種目の実技テスト、授業時の取り組み姿勢（意欲・態度）により評価する。	

備考

シラバス〔保健体育〕

学年	コース	教科	科目	単位数
高校2年	未来探究 選抜 音楽科	保健体育	体育	2
教科書				
『最新高等保健体育【改訂版】』大修館書店				

授業のねらい（年間指導目標）	
生涯にわたって運動に親しむことができるような資質や能力を身につける。 個人及び集団における課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて考察し判断するとともに、個人や集団で考えたことを他者に伝える力を養う。	
授業の進め方（年間指導計画）	
1学期	新体力テスト 陸上競技（短距離走） バレーボール 水泳 体育理論（運動・スポーツの学び方）
2学期	水泳 陸上競技（ハードル走、走り幅跳び） バスケットボール バドミントン
3学期	体づくり運動 持久走 創作ダンス（グループ発表）
評価方法	
各種目の実技テストまたはグループ発表、授業時の取り組み姿勢（意欲・態度）により評価する。	

備考

シラバス〔保健体育〕

学年	コース	教科	科目	単位数
高校3年	進学 特進 S特進 音楽科	保健体育	体育	3
教科書				
『最新高等保健体育【改訂版】』大修館書店				

授業のねらい（年間指導目標）	
課題解決を通して運動の楽しさや喜びを味わうことはもちろん、公正・協力・責任・参加の意 味を理解し、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続することができる基礎を養う。	
授業の進め方（年間指導計画）	
1学期	新体力テスト 陸上競技（短距離走） バレーボール 創作ダンス
2学期	創作ダンス 体育理論（豊かなスポーツライフの設計）
3学期	体づくり運動 バドミントン 卓球
評価方法	
各種目の実技テストまたは学年発表、授業時の取り組み姿勢（意欲・態度）により評価する。	

備考

シラバス〔保健体育〕

学年	コース	教科	科目	単位数
高校 1 年	未来探究 選抜 音楽科	保健体育	保健	1
教科書				
『保健体育』第一学習社				

授業のねらい（年間指導目標）	
生涯にわたり健康を保持増進するために、個人及び社会生活における健康や安全についての理解を深め、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身につける。	
授業の進め方（年間指導計画）	
1 学期	国民の健康水準の向上と変化する健康課題 健康の保持増進とヘルスプロモーション 感染症の予防 性感染症とその予防 生活習慣病の予防 食事と健康 健康と運動・休養・睡眠 がんの発生と予防
2 学期	喫煙と健康 飲酒と健康 薬物乱用とその防止 脳と神経の働き 欲求不満と適応機制 心の健康と精神疾患 精神疾患の予防と回復のために
3 学期	交通事故と安全の確保 安全・安心な社会づくり 適切な応急手当の手順 日常的な応急手当 心肺蘇生法（実習）
評価方法	
定期考査、提出物（課題プリント、ロイロノートでの課題を含む）、授業時の取り組み姿勢（意欲・態度）により評価する。	

備考

シラバス〔保健体育〕

学年	コース	教科	科目	単位数
高校2年	音楽科	保健体育	保健	1
教科書				
『最新高等保健体育【改訂版】』大修館書店				

授業のねらい（年間指導目標）	
<p>人の健康に関わる社会の課題を発見し、合理的・計画的な解決について考える。またその結果について他者に効果的に伝える力を育てる。</p> <p>生涯を通じて自他の健康の保持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態度を養う。</p>	
授業の進め方（年間指導計画）	
1学期	思春期と健康 性への関心・欲求と性行動 妊娠・出産と健康 避妊法と人工妊娠中絶 結婚生活と健康
2学期	中高年期と健康 医薬品とその活用 医療サービスとその活用 保健サービスとその活用 さまざまな保健活動や対策 大気汚染と健康 水質汚濁・土壌汚染と健康
3学期	環境汚染を防ぐ取り組み ごみの処理と上下水道の整備 食品の安全を守る活動 働くことと健康 働く人の健康づくり 女性の健康とがんについて（乳がん・子宮がんを中心に）
評価方法	
定期考査、提出物（課題プリント、ロイロノートでの課題を含む）、授業時の取り組み姿勢（意欲・態度）により評価する。	

備考

シラバス〔保健体育〕

学年	コース	教科	科目	単位数
高校3年	進学 特進 選抜	保健体育	保健	1
教科書				
『最新高等保健体育【改訂版】』大修館書店				

授業のねらい（年間指導目標）	
<p>人の健康に関わる社会の課題を発見し、合理的・計画的な解決について考える。またその結果について他者に効果的に伝える力を育てる。</p> <p>生涯を通じて自他の健康の保持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態度を養う。</p>	
授業の進め方（年間指導計画）	
1学期	思春期と健康 性への関心・欲求と性行動 妊娠・出産と健康 避妊法と人工妊娠中絶 結婚生活と健康 中高年期と健康 医薬品とその活用 医療サービスとその活用 保健サービスとその活動 さまざまな保健活動や対策
2学期	大気汚染と健康 水質汚濁・土壌汚染と健康 環境汚染を防ぐ取り組み ごみ処理と上下水道の整備 食品の安全を守る活動 働くことと健康 働く人の健康づくり
3学期	女性の健康とがんについて（乳がん・子宮がんを中心に）
評価方法	
定期考査、提出物（課題プリント、ロイロノートでの課題を含む）、授業時の取り組み姿勢（意欲・態度）により評価する。	

備考