

教科	保健体育	科目	体育
年次	1年次	単位数	3
教科書			
副教材	ステップアップ高校スポーツ		
科目目標	生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現すること。		

期間	教科書 範囲	学習内容	到達目標	評価方法
～5月半ば		体づくり運動	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付ける。	・観察評価 ・実技テスト
6月～7月		水泳	「クロール」、「平泳ぎ」、「背泳ぎ」、「バタフライ」及び「複数の泳法で長く泳ぐこと又はリレーをすること」。	・班ノート ・観察 ・記録測定
9月		選択球技	攻防を展開する際に共通して見られるボール操作などに関する動きとボールを持たないときの動きを獲得する。	・班ノート ・観察 ・実技テスト
10月～12月		長距離走	自己に適したペースを維持して、一定の距離を走り通し、タイムを短縮したり、競走したりできるようにする。	・学習ノート ・記録測定 ・観察
1月～2月		選択球技	攻防を展開する際に共通して見られるボール操作などに関する動きとボールを持たないときの動きを獲得する。	・班ノート ・観察 ・実技テスト
3月		体づくり運動	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付ける。	・観察評価 ・実技テスト
適時実施		体育理論	スポーツの意義や価値の理解につなげる。	・小テスト ・学習ノート

教科	保健体育	科目	体育
年次	2年次	単位数	2
教科書			
副教材	ステップアップ高校スポーツ		
科目目標	生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現すること。		

期間	教科書 範囲	学習内容	到達目標	評価方法
～5月半ば		体づくり運動	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付ける。	・観察評価 ・実技テスト
6月～7月		水泳	「クロール」、「平泳ぎ」、「背泳ぎ」、「バタフライ」及び「複数の泳法で長く泳ぐこと又はリレーをすること」。	・班ノート ・観察 ・記録測定
9月		選択球技	攻防を展開する際に共通して見られるボール操作などに関する動きとボールを持たないときの動きを獲得する。	・班ノート ・観察 ・実技テスト
10月～12月		長距離走	自己に適したペースを維持して、一定の距離を走り通し、タイムを短縮したり、競走したりできるようにする。	・学習ノート ・記録測定 ・観察
1月～2月		選択球技	攻防を展開する際に共通して見られるボール操作などに関する動きとボールを持たないときの動きを獲得する。	・班ノート ・観察 ・実技テスト
3月		体づくり運動	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付ける。	・観察評価 ・実技テスト
適時実施		体育理論	スポーツの意義や価値の理解につなげる。	・小テスト ・学習ノート

教科	保健体育	科目	体育
年次	3年次	単位数	2
教科書			
副教材	ステップアップ高校スポーツ		
科目目標	生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現すること。		

期間	教科書 範囲	学習内容	到達目標	評価方法
～5月半ば		体づくり運動	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付ける。	・観察評価 ・実技テスト
6月～7月		水泳	「クロール」、「平泳ぎ」、「背泳ぎ」、「バタフライ」及び「複数の泳法で長く泳ぐこと又はリレーをすること」。	・班ノート ・観察 ・記録測定
9月		選択球技	攻防を展開する際に共通して見られるボール操作などに関する動きとボールを持たないときの動きを獲得する。	・班ノート ・観察 ・実技テスト
10月～12月		長距離走	自己に適したペースを維持して、一定の距離を走り通し、タイムを短縮したり、競走したりできるようにする。	・学習ノート ・記録測定 ・観察
1月～2月		選択球技	攻防を展開する際に共通して見られるボール操作などに関する動きとボールを持たないときの動きを獲得する。	・班ノート ・観察 ・実技テスト
3月		体づくり運動	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付ける。	・観察評価 ・実技テスト
適時実施		体育理論	スポーツの意義や価値の理解につなげる。	・小テスト ・学習ノート

教科	保健体育	科目	スポーツⅡ
年次	3年次	単位数	2
教科書			
副教材			
科目目標	スポーツの多様な意義やスポーツの推進及び発展の仕方について理解するとともに、生涯を通してスポーツの推進及び発展に必要な技能を身に付けるようにする。		

期間	教科書 範囲	学習内容	到達目標	評価方法
4月～9月		(1) ゴール型球技への多様な関わり方 (2) ネット型球技への多様な関わり方	ゴール型及びネット型球技への多様な関わり方を学ぶ。	・観察 ・実技 ・レポート
10月～年度末		(3) ベースボール型球技への多様な関わり方 (4) ターゲット型球技への多様な関わり方	ベースボール型及びターゲット型球技への多様な関わり方を学ぶ。	・観察 ・実技 ・レポート

教科	保健体育	科目	スポーツⅤ
年次	3年次	単位数	2
教科書			
副教材			
科目目標	スポーツの多様な意義やスポーツの推進及び発展の仕方について理解するとともに、生涯を通してスポーツの推進及び発展に必要な技能を身に付けるようにする。		

期間	教科書 範囲	学習内容	到達目標	評価方法
4月～9月		救急救命法、水辺活動等	救急救命法についての理解を深めるとともに水辺での安全確保についての知識を獲得する。	<ul style="list-style-type: none"> ・オンライン講座 ・観察 ・実技 ・レポート
10月～年度末		自然体験型の野外の運動への多様な関わり方	自然体験型の野外の運動への多様な関わり方を学ぶ。	<ul style="list-style-type: none"> ・観察 ・実技 ・レポート

教科	保健体育	科目	保健
年次	1年次	単位数	1
教科書	「現代高等保健体育」(大修館)		
副教材	現代高等学校保健体育ノート		
科目目標	保健の見方・考え方を働かせ、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、生涯を通じて人々が自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を育成する。		

期間	教科書 範囲	学習内容	到達目標	評価方法
4月～9月	P6～58	現代社会と健康	現代社会と健康について、自他や社会の課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができる。	<ul style="list-style-type: none"> ・学習ノート ・観察 ・定期考査 ・小テスト
11月～3月	P60～74	安全な社会生活	安全な社会生活について理解を深めるとともに、応急手当を適切にすること。	<ul style="list-style-type: none"> ・学習ノート ・観察 ・定期考査 ・小テスト

教科	保健体育	科目	保健
年次	2年次	単位数	1
教科書	「現代高等保健体育」(大修館)		
副教材	現代高等学校保健体育ノート		
科目目標	保健の見方・考え方を働かせ、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、生涯を通じて人々が自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を育成する。		

期間	教科書 範囲	学習内容	到達目標	評価方法
4月～9月	P76～98	生涯を通じる健康	生涯を通じる健康に関する情報から課題を発見し、健康に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに、それらを表現する。	<ul style="list-style-type: none"> ・学習ノート ・観察 ・定期考査 ・小テスト
11月～3月	P100～129	健康を支える環境づくり	健康を支える環境づくりについて、自他や社会の課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるようにする。	<ul style="list-style-type: none"> ・学習ノート ・観察 ・定期考査 ・小テスト