

# 保健体育

1年	体育
1年	保健
2年	体育
2年	保健
2年	健康スポーツ実習Ⅱ(男子)
2年	健康スポーツ実習Ⅱ(女子)
3年	体育
3年	健康スポーツ実習Ⅲ(男子)
3年	健康スポーツ実習Ⅲ(女子)

2023年度 シラバス

対象		教科	科目名	単位		担当者
1年生 全コース 男子		保健体育	体育	必修	3単位	小島亮 高津竜一 田中亮伍
教科書	大修館「アクティブスポーツ【総合版】2023」		副教材等			
授業のねらい	各種目の特異性を理解させ、ルールを遵守することを学ばせる。 体を動かすことで健康的な身体を作り、生涯スポーツへと繋げる。 個人の技術を高めるとともに関係プレーを身につけることで総合力を高める					
学習上の留意点	保健体育科通信を遵守すること。					
評価方法	単元ごとの実技試験、出欠状況や授業の取り組みを総合的に評価する。					
観点別評価	以下の3観点をそれぞれ、ABCで評価する。①知識及び技能の習得できているかの評価②知識及び技能を活用し、課題を解決するために必要な思考力・判断力・表現力等を身につけているかどうかの評価③知識・技能や思考力・判断力・表現力を身につけるために、自ら積極的に学ぼうとする姿勢があるかの評価。					
学習計画	考査	単元		学習目標		
1 学 期	中間	オリエンテーション 集団行動 体力測定		仲間意識を高め、協調性を身に付ける。  自己の体力数値を知る。		
	期末	体育祭練習 剣道		出場種目の確認及び練習を行い体育祭に備える。  姿勢、構え、体さばき、素振り等の動作の習得。		
2 学 期	中間	バレーボール		トス、レシーブ、スパイク等の個人技能を習得する。 三段攻撃を使ったゲームを展開できるようにする。		
	期末	マット運動		前方倒立回転とびを習得する。		
3 学 期	学年末	サッカー		パス、ドリブル、シュートの基本技能を習得する。 ゲーム中の動きを理解する。		

2023年度 シラバス

対象		教科	科目名	単位		担当者
1年生 全コース 女子		保健体育	体育	必修	3単位	志村翔平 田中美優
教科書	大修館「アクティブスポーツ【総合版】2023」		副教材等			
授業のねらい	各種目の特異性を理解させ、ルールを遵守することを学ばせる。 体を動かすことで健康的な身体を作り、生涯スポーツへと繋げる。 個人の技術を高めるとともに関係プレーを身につけることで総合力を高める					
学習上の留意点	保健体育科通信を遵守すること。					
評価方法	単元ごとの実技試験、出欠状況や授業の取り組みを総合的に評価する。					
観点別評価	以下の3観点をそれぞれ、ABCで評価する。①知識及び技能の習得できているかの評価②知識及び技能を活用し、課題を解決するために必要な思考力・判断力・表現力等を身につけているかどうかの評価③知識・技能や思考力・判断力・表現力を身につけるために、自ら積極的に学ぼうとする姿勢があるかの評価。					
学習計画	考査	単元		学習目標		
1 学 期	中間	オリエンテーション 集団行動 体力測定	仲間意識を高め、協調性を身に付ける。  自己の体力数値を知る。			
	期末	体育祭練習 剣道	出場種目の確認及び練習を行い体育祭に備える。  姿勢、構え、体さばき、素振り等の動作の習得。			
2 学 期	中間	マット運動	前方倒立回転とびを習得する。			
	期末	サッカー	パス、ドリブル、シュートの基本技能を習得する。  ゲーム中の動きを理解する。			
3 学 期	学年末	バレーボール	トス、レシーブ、スパイク等の個人技能を習得する。  三段攻撃を使ったゲームを展開できるようにする。			

2023年度 シラバス

対象		教科	科目名	単位		担当者
1年生 全コース		保健体育	保健	必修	1単位	森田良平・小島亮 高津竜一・志村翔平 田中美優・田中亮伍
教科書	大修館「現代高等保健体育」		副教材	大修館「現代高等保健体育ノート改訂版」		
授業のねらい	健康的な生活習慣を身につけたり、健康的な自然・社会環境づくりに参加したりする知識と能力を高める。					
学習上の留意点	保健体育科通信を遵守すること。					
評価方法	年3回(1学期期末、2学期期末、3学期学年末)行われる定期試験、提出物、授業態度を総合的に評価。					
観点別評価	以下の3観点をそれぞれ、ABCで評価する。①知識及び技能の習得できているかの評価②知識及び技能を活用し、課題を解決するために必要な思考力・判断力・表現力等を身につけているかどうかの評価③知識・技能や思考力・判断力・表現力を身につけるために、自ら積極的に学ぼうとする姿勢があるかの評価。					
学習計画	考査	単元		学習目標		
1 学 期	中間	現代社会と健康		健康の考え方の変化について理解する。  生活習慣病や感染症、さらに薬物乱用、心の問題、交通安全など、現代の健康問題とその対策について理解する。		
	期末					
2 学 期	中間					
	期末	生涯を通じる健康		思春期から中高年期までの健康にかかわることがらについて理解する。  保健、医療のしくみや、活用のしかたについて理解する。		
3 学 期	学年末					

2023年度 シラバス

対象		教科	科目名	単位		担当者
2年生 全コース 男子		保健体育	体育	必修	2単位	森田良平 須釜洋勝 田中亮伍
教科書	大修館「アクティブスポーツ【総合版】2022」		副教材等			
授業のねらい	各種目の特異性を理解させ、ルールを遵守することを学ばせる。 体を動かすことで健康的な身体を作り、生涯スポーツへと繋げる。 個人の技術を高めるとともに連係プレーを身につけることで総合力を高める					
学習上の留意点	保健体育科通信を遵守すること。					
評価方法	単元ごとの実技試験、出欠状況や授業の取り組みを総合的に評価する。					
観点別評価	以下の3観点をそれぞれ、ABCで評価する。①知識及び技能の習得できているかの評価②知識及び技能を活用し、課題を解決するために必要な思考力・判断力・表現力等を身につけているかどうかの評価③知識・技能や思考力・判断力・表現力を身につけるために、自ら積極的に学ぼうとする姿勢があるかの評価。					
学習計画	考査	単元		学習目標		
1 学 期	中間	オリエンテーション 体力測定		自己の体力数値を知る。		
	期末	体育祭練習 長距離走		出場種目の確認及び練習を行い体育祭に備える。 自分に合ったペースを探す。		
2 学 期	中間	バスケットボール		ドリブル、レイアップシュート、セットシュート等を習得する。 ゲームの中の動きを理解する。		
	期末	ソフトボール		バッティング技術、守備の技術習得をし、ゲームの状況に合わせたプレーができるようにする。		
3 学 期	学年末	テニス		サーブ、ボレー、スマッシュ等の個人技能を習得する。 ダブルスゲームを理解し、試合を実施する。		

## 2023年度 シラバス

対象		教科	科目名	単位		担当者
2年生 全コース 女子		保健体育	体育	必修	2単位	森田良平 齋藤仁志 志村翔平
教科書	大修館「アクティブスポーツ【総合版】2022」		副教材等			
授業のねらい	各種目の特異性を理解させ、ルールを遵守することを学ばせる。 体を動かすことで健康的な身体を作り、生涯スポーツへと繋げる。 個人の技術を高めるとともに連係プレーを身につけることで総合力を高める					
学習上の留意点	保健体育科通信を遵守すること。					
評価方法	単元ごとの実技試験、出欠状況や授業の取り組みを総合的に評価する。					
観点別評価	以下の3観点をそれぞれ、ABCで評価する。①知識及び技能の習得できているかの評価②知識及び技能を活用し、課題を解決するために必要な思考力・判断力・表現力等を身につけているかどうかの評価③知識・技能や思考力・判断力・表現力を身につけるために、自ら積極的に学ぼうとする姿勢があるかの評価。					
学習計画	考査	単元		学習目標		
1 学 期	中間	オリエンテーション 体力測定		自己の体力数値を知る。		
	期末	体育祭練習 長距離走		出場種目の確認及び練習を行い体育祭に備える。 自分に合ったペースを探す。		
2 学 期	中間	ソフトボール		バッティング技術、守備の技術習得をし、ゲームの状況に合わせたプレーができるようにする。		
	期末	テニス		サーブ、ボレー、スマッシュ等の個人技能を習得する。 ダブルスゲームを理解し、試合を実施する。		
3 学 期	学年末	バスケットボール		ドリブル、レイアップシュート、セットシュート等を習得する。 ゲームの中の動きを理解する。		

2023年度 シラバス

対象		教科	科目名	単位		担当者
2年生 全コース		保健体育	保健	必修	1単位	小島亮・須釜洋勝 齋藤仁志・田中美優 田中亮伍
教科書	大修館「現代高等保健体育」		副教材	大修館「現代高等保健体育ノート改訂版」		
授業のねらい	健康的な生活習慣を身につけたり、健康的な自然・社会環境づくりに参加したりする知識と能力を高める。					
学習上の留意点	保健体育科通信を遵守すること。					
評価方法	年3回(1学期期末、2学期期末、3学期学年末)行われる定期試験、提出物、授業態度を総合的に評価。					
観点別評価	以下の3観点をそれぞれ、ABCで評価する。①知識及び技能の習得できているかの評価②知識及び技能を活用し、課題を解決するために必要な思考力・判断力・表現力等を身につけているかどうかの評価③知識・技能や思考力・判断力・表現力を身につけるために、自ら積極的に学ぼうとする姿勢があるかの評価。					
学習計画	考査	単元		学習目標		
1 学 期	中間	安全な社会生活		交通事故の現状や安全について理解する。  日常的な応急手当及び心肺蘇生法について理解する。		
	期末					
2 学 期	中間					
	期末	生涯を通じる健康		思春期から中高年期までの健康にかかわることがらについて理解する。  保健、医療のしくみや、活用のしかたについて理解する。		
3 学 期	学年末					

## 2023年度 シラバス

対象		教科	科目名	単位		担当者
2年生 進学コースAクラス 男子		保健体育	健康・スポーツ 実習Ⅱ(男子)	選択	2単位	須釜洋勝
教科書	大修館「アクティブスポーツ【総合版】2022」		副教材			
授業のねらい	専門的な理解と高度な技術の習得を目指す。生涯を通じてスポーツの振興発展に関わることができる資質や能力を育てる。運動による健康の保持増進効果について学ぶ。					
学習上の留意点	保健体育科通信を遵守すること。					
評価方法	単元ごとの実技試験、出欠状況や授業の取り組みを総合的に評価する。					
観点別評価	以下の3観点をそれぞれ、ABCで評価する。①知識及び技能の習得できているかの評価②知識及び技能を活用し、課題を解決するために必要な思考力・判断力・表現力等を身につけているかどうかの評価③知識・技能や思考力・判断力・表現力を身につけるために、自ら積極的に学ぼうとする姿勢があるかの評価。					
学習計画	考査	単元		学習目標		
1 学 期	中間	テニス		テニス技術の習得。(ストローク、ボレー、スマッシュ、サービス) テニスのマナーの徹底ができる ダブルス・シングルのゲームができる。		
	期末	バレーボール		基本技術を習得する。 直上トスからスパイクを打てるようにする。 サインプレーを織り交ぜながら三段攻撃ができるようにする。		
2 学 期	中間	バスケットボール		バスケットボールの特性や知識を理解できる。		
	期末			チーム戦術、ゲーム運営、審判法を実践できる。		
3 学 期	学年末	長距離走		自分に合ったペースを探す。		

## 2023年度 シラバス

対象		教科	科目名	単位		担当者
2年生 進学コースAクラス 女子		保健体育	健康・スポーツ実習Ⅱ(女子)	選択	2単位	志村翔平
教科書	大修館「アクティブスポーツ【総合版】2022」		副教材			
授業のねらい	専門的な理解と高度な技術の習得を目指す。生涯を通じてスポーツの振興発展に関わることができる資質や能力を育てる。運動による健康の保持増進効果について学ぶ。					
学習上の留意点	保健体育科通信を遵守すること。					
評価方法	単元ごとの実技試験、出欠状況や授業の取り組みを総合的に評価する。					
観点別評価	以下の3観点をそれぞれ、ABCで評価する。①知識及び技能の習得できているかの評価②知識及び技能を活用し、課題を解決するために必要な思考力・判断力・表現力等を身につけているかどうかの評価③知識・技能や思考力・判断力・表現力を身につけるために、自ら積極的に学ぼうとする姿勢があるかの評価。					
学習計画	考査	単元		学習目標		
1 学 期	中間	テニス		テニス技術の習得。(ストローク、ボレー、スマッシュ、サービス) テニスのマナーの徹底ができる ダブルス・シングルのゲームができる。		
	期末	バレーボール		基本技術を習得する。 直上トスからスパイクを打てるようにする。 サインプレーを織り交ぜながら三段攻撃ができるようにする。		
2 学 期	中間	バスケットボール		バスケットボールの特性や知識を理解できる。		
	期末			チーム戦術、ゲーム運営、審判法を実践できる。		
3 学 期	学年末	長距離走		自分に合ったペースを探す。		

2023年度 シラバス

対象		教科	科目名	単位		担当者
3年生 全コース 男子		保健体育	体育	必修	2単位	森田良平・小島亮 高津竜一・斎藤仁 田中亮伍
教科書	大修館「アクティブスポーツ【総合版】2021」		副教材等			
授業のねらい	各種目の特異性を理解させ、ルールを遵守することを学ばせる。 体を動かすことで健康的な身体を作り、生涯スポーツへと繋げる。 個人の技術を高めるとともに連係プレーを身につけることで総合力を高める					
学習上の留意点	保健体育科通信を遵守すること。					
評価方法	単元ごとの実技試験、出欠状況や授業の取り組みを総合的に評価する。					
学習計画	考査	単元		学習目標		
1 学 期	中間	オリエンテーション 体力測定		自己の体力数値を知る。		
	期末	体育祭練習 長距離走		出場種目の確認及び練習を行い体育祭に備える。 自分に合ったペースを探す。		
2 学 期	中間	Aバスケットボール Bソフトボール		攻守の動きの理解と技術を習得する。 (ゾーン、マンツーマンディフェンス、コンビネーションプレー) バッティング技術、守備の技術習得をし、ゲームの状況に合わせたプレーができるようにする。		
	期末	Aテニス Bバドミントン		グラウンドストローク、ボレー、スマッシュの技術を使い、ゲームができるようにする。 各種フライトを使いゲームの組み立てができるようにする。		
3 学 期	学年末					

2023年度 シラバス

対象		教科	科目名	単位		担当者
3年生 全コース 女子		保健体育	体育	必修	2単位	須釜洋勝・志村翔平 田中美優
教科書	大修館「アクティブスポーツ【総合版】2021」		副教材等			
授業のねらい	各種目の特異性を理解させ、ルールを遵守することを学ばせる。 体を動かすことで健康的な身体を作り、生涯スポーツへと繋げる。 個人の技術を高めるとともに連係プレーを身につけることで総合力を高める					
学習上の留意点	保健体育科通信を遵守すること。					
評価方法	単元ごとの実技試験、出欠状況や授業の取り組みを総合的に評価する。					
学習計画	考査	単元		学習目標		
1 学 期	中間	オリエンテーション 体力測定		自己の体力数値を知る。		
	期末	体育祭練習 長距離走		出場種目の確認及び練習を行い体育祭に備える。 自分に合ったペースを探す。		
2 学 期	中間	テニス		グラウンドストローク(バック・フォア)の習得。 ボレー・サーブの完成度を高める。 シングルス、ダブルスのゲームを理解する。		
	期末	バスケットボール		攻守の動きの理解と技術を習得する。 (ゾーン、マンツーマンディフェンス、コンビネーションプレー)		
3 学 期	学年末					

2023年度 シラバス

対象		教科	科目名	単位		担当者
3年生 進学コース 男子		保健体育	健康スポーツ 実習Ⅲ(男子)	選択	2単位	齋藤仁志
教科書	大修館「アクティブスポーツ【総合版】2021」		副教材			
授業のねらい	専門的な理解と高度な技術の習得を目指す。生涯を通じてスポーツの振興発展に関わることができる資質や能力を育てる。運動による健康の保持増進効果について学ぶ。					
学習上の留意点	保健体育科通信を遵守すること。					
評価方法	単元ごとの実技試験、出欠状況や授業の取り組みを総合的に評価する。					
学習計画	考査	単元		学習目標		
1 学 期	中間	テニス		テニス技術の習得。(ストローク、ボレー、スマッシュ、サービス) テニスのマナーの徹底ができる ダブルス・シングルのゲームができる。		
	期末	バレーボール		基本技術を習得する。 直上トスからスパイクを打てるようにする。 サインプレーを織り交ぜながら三段攻撃ができるようにする。		
2 学 期	中間	バスケットボール		バスケットボールの特性や知識を理解できる。		
	期末			チーム戦術、ゲーム運営、審判法を実践できる。		
3 学 期	学年末	長距離走		自分に合ったペースを探す。		

2023年度 シラバス

対象		教科	科目名	単位		担当者
3年生 進学コース 女子		保健体育	健康スポーツ 実習Ⅲ(女子)	選択	2単位	田中美優
教科書	大修館「アクティブスポーツ【総合版】2021」		副教材			
授業のねらい	専門的な理解と高度な技術の習得を目指す。生涯を通じてスポーツの振興発展に関わることができる資質や能力を育てる。運動による健康の保持増進効果について学ぶ。					
学習上の留意点	保健体育科通信を遵守すること。					
評価方法	単元ごとの実技試験、出欠状況や授業の取り組みを総合的に評価する。					
学習計画	考査	単元		学習目標		
1 学 期	中間	テニス		テニス技術の習得。(ストローク、ボレー、スマッシュ、サービス) テニスのマナーの徹底ができる ダブルス・シングルのゲームができる。		
	期末	バレーボール		基本技術を習得する。 直上トスからスパイクを打てるようにする。 サインプレーを織り交ぜながら三段攻撃ができるようにする。		
2 学 期	中間	バスケットボール		バスケットボールの特性や知識を理解できる。		
	期末			チーム戦術、ゲーム運営、審判法を実践できる。		
3 学 期	学年末	長距離走		自分に合ったペースを探す。		