

平成23年度

# 学習指導計画(シラバス)

保健体育科

岩手県立盛岡第一高等学校

教科名	科目名	開講期(単位数)	必選別
保健体育	体育	1年普通科・理数科(3単位)	必修
到達目標(ねらい)		使用教科書・教材	
・基礎体力の向上と運動技能の修得、運動の喜びや楽しさを味わうと共に安全に対する配慮ができるようにする。		副教材 最新スポーツルール'11(大修館)	
学習内容(学習時期)		学習到達目標(ねらい)	
<p><b>【前期中間】</b></p> <p>1 体づくり運動(男女共通)</p> <p>2 柔道(男) ソフトボール(女) テニス(女)</p> <p>3 体育理論(男女共通)</p> <p><b>【前期末】</b></p> <p>1 ハンドボール(男女) 水泳(男女)</p> <p>2 体育理論(男女共通)</p> <p><b>【後期中間】</b></p> <p>1 サッカー(男) バスケットボール(女)</p> <p>2 体育理論(男女共通)</p> <p><b>【学年末】</b></p> <p>1 バレーボール(男) バスケットボール(男) ダンス(女)</p> <p>卓球(女) バドミントン(女)</p> <p>2 体育理論(男女共通)</p>		<p>・身体活動を創意工夫することにより、自己に適した実践力を身につける。</p> <p>・基本動作を身につけると共に、個人の能力に応じた対人的技能を修得する。</p> <p>・ゲームの特性を理解し、集団的・個人的技能を活用してゲームができる。</p> <p>・相手の動きや打球に対応した作戦を立て、ゲームができる。</p> <p>・運動についての科学的理解を深め、それらを実践に生かすことができる。</p> <p>・ゲームの特性を理解し、集団的・個人的技能を活用してゲームができる。</p> <p>・自己能力に応じて泳法技能を高め、速く泳いだり、長く泳いだりすることができる。</p> <p>・運動についての科学的理解を深め、それらを実践に生かすことができる。</p> <p>・ゲームの特性を理解し、集団的・個人的技能を活用してゲームができる。</p> <p>・ゲームの特性を理解し、集団的・個人的技能を活用してゲームができる。</p> <p>・運動についての科学的理解を深め、それらを実践に生かすことができる。</p> <p>・ゲームの特性を理解し、防御から攻撃への連携を生かしたゲームができる。</p> <p>・ゲームの特性を理解し、集団的・個人的技能を活用してゲームができる。</p> <p>・自己能力に応じた課題を選び、みんなで楽しく踊ったりして、交流し、発表できる。</p> <p>・相手の動きや球種に対応した作戦を立て、ゲームができる。</p> <p>・相手の動きやフライトの特徴に対応した作戦を立て、ゲームができる。</p> <p>・運動についての科学的理解を深め、それらを実践に生かすことができる。</p>	
評価方法		学習の方法	
<p>・出席、服装、授業への取り組み状況</p> <p>・実技試験</p>		<p>・準備運動や補強運動を行い、身体のコンドィションを整える。</p> <p>・各種目の運動の特性に応じた基礎的な個人的・集団的スキルを確認しながら学習する。</p> <p>・ゲームや試合を通じて個人的・集団的スキルが活用しているかを確認しながら学習する。</p>	

教科名	科目名	開講期(単位数)	必選別
保健体育	体育	2年普通科・理数科(2単位)	必修
到達目標(ねらい)		使用教科書・教材	
<ul style="list-style-type: none"> <li>個人技能や集団技能の向上を図るようにする。</li> <li>安全に対して理解を深め、適切な対応ができるようにする。</li> </ul>		副教材 最新スポーツルール'10(大修館)	
学習内容(学習時期)		学習到達目標(ねらい)	
<p><b>【前期中間】</b></p> <p>1 体づくり運動(男女共通)</p> <p>2 柔道(男) バレーボール(女)</p> <p>3 体育理論(男女共通)</p> <p><b>【前期末】</b></p> <p>1 ハンドボール(男女) 水泳(男女)</p> <p>2 体育理論(男女共通)</p> <p><b>【後期中間】</b></p> <p>1 ソフトボール(男) テニス(男) バスケットボール(女)</p> <p>2 体育理論(男女共通)</p> <p><b>【学年末】</b></p> <p>1 バレーボール(男) バスケットボール(男) ダンス(女) 卓球(女) バドミントン(女)</p> <p>2 体育理論(男女共通)</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>身体活動を創意工夫することにより、自己に適した実践力を身につける。</li> <li>自己能力に応じた技を選び、相手の動きに対応した攻防ができる。</li> <li>ゲームの特性を理解し、防御から攻撃への連携を生かしたゲームができる。</li> <li>運動についての科学的理解を深め、それらを実践に生かすことができる。</li> <li>ゲームの特性を理解し、集団的・個人的技能を活用してゲームができる。</li> <li>自己能力に応じて泳法技能を高め、速く泳いだり、長く泳いだりすることができる。</li> <li>運動についての科学的理解を深め、それらを実践に生かすことができる。</li> <li>ゲームの特性を理解し、集団的・個人的技能を活用してゲームができる。</li> <li>相手の動きや打球に対応した作戦を立て、ゲームができる。</li> <li>ゲームの特性を理解し、集団的・個人的技能を活用してゲームができる。</li> <li>運動についての科学的理解を深め、それらを実践に生かすことができる。</li> <li>ゲームの特性を理解し、防御から攻撃への連携を生かしたゲームができる。</li> <li>ゲームの特性を理解し、集団的・個人的技能を活用してゲームができる。</li> <li>自己能力に応じた課題を選び、誰とでも協力して課題を解決できる。</li> <li>相手の動きや球種に対応した作戦を立て、ゲームができる。</li> <li>相手の動きやフライトの特徴に対応した作戦を立て、ゲームができる。</li> <li>運動についての科学的理解を深め、それらを実践に生かすことができる。</li> </ul>	
評価方法		学習の方法	
<ul style="list-style-type: none"> <li>出席、服装、授業への取り組み状況</li> <li>実技試験</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>準備運動や補強運動を行い、身体のコンディションを整える。</li> <li>各種目の運動の特性に応じた基礎的な個人的・集団的スキルを確認しながら学習する。</li> <li>ゲームや試合を通じて個人的・集団的スキルが活用しているかを確認しながら学習する。</li> </ul>	

教科名	科目名	開講期(単位数)	必選別
保健体育	体育	3年普通科文系(3単位)・理系・理数科(2単位)	必修
到達目標(ねらい)		使用教科書・教材	
・生涯を通じて継続的に運動のできる資質や能力を育てるようにする。		副教材 最新スポーツルール'09(大修館)	
学習内容(学習時期)		学習到達目標(ねらい)	
<p><b>【前期中間】</b></p> <p>1 体づくり運動(男女共通)</p> <p>2 選択制Ⅰ(男女共通)</p> <p>バレーボール</p> <p>サッカー</p> <p>バドミントン</p> <p>卓球</p> <p>3 体育理論(男女共通)</p> <p><b>【前期末】</b></p> <p>1 選択制Ⅱ(男女共通)</p> <p>ハンドボール</p> <p>ソフトボール</p> <p>水泳</p> <p>2 体育理論(男女共通)</p> <p><b>【後期中間】</b></p> <p>1 選択制Ⅲ(男女共通)</p> <p>バスケットボール</p> <p>テニス・ソフトテニス</p> <p>バドミントン</p> <p>卓球</p> <p>2 体育理論(男女共通)</p>		<p>・身体活動を創意工夫することにより、自己に適した実践力を身につける。</p> <p>・自己の興味や適正に応じて種目を選択できる。</p> <p>・ゲームの特性を理解し、防御から攻撃への連携を生かしたゲームができる。</p> <p>・ゲームの特性を理解し、集団的・個人的技能を活用してゲームができる。</p> <p>・相手の動きやフライトの特徴に対応した作戦を立て、ゲームができる。</p> <p>・相手の動きや球種に対応した作戦を立て、ゲームができる。</p> <p>・運動についての科学的理解を深め、それらを実践に生かすことができる。</p> <p>・自己の興味や適正に応じて種目を選択できる。</p> <p>・ゲームの特性を理解し、集団的・個人的技能を活用してゲームができる。</p> <p>・ゲームの特性を理解し、集団的・個人的技能を活用してゲームができる。</p> <p>・自己能力に応じた課題解決を目指して、計画的な練習の仕方や競泳の仕方を工夫することができる。</p> <p>・運動についての科学的理解を深め、それらを実践に生かすことができる。</p> <p>・自己の興味や適正に応じて種目を選択できる。</p> <p>・ゲームの特性を理解し、集団的・個人的技能を活用してゲームができる。</p> <p>・相手の動きや打球に対応した作戦を立て、ゲームができる。</p> <p>・相手の動きやフライトの特徴に対応した作戦を立て、ゲームができる。</p> <p>・相手の動きや球種に対応した作戦を立て、ゲームができる。</p> <p>・運動についての科学的理解を深め、それらを実践に生かすことができる。</p>	
評価方法		学習の方法	
<p>・出席、服装、授業への取り組み状況</p> <p>・実技試験</p>		<p>・各種目のリーダーを中心に、学習を展開する。</p> <p>・準備運動や補強運動を行い、身体のコンディションを整える。</p> <p>・各種目の運動の特性に応じた基礎的な個人的・集団的スキルを確認しながら学習する。</p> <p>・ゲームや試合を通じて個人的・集団的スキルが活用しているかを確認しながら学習する。</p>	

教科名	科目名	開講期(単位数)	必選別
保健体育	保健	1年普通科・理数科(1単位)	必修
到達目標(ねらい)		使用教科書・教材	
<p>・我が国の疾病構造や社会の変化に対応して、健康を保持増進するためには、ヘルスプロモーションの考え方を生かし、人々が適切な生活行動を選択し実践すること及び環境を改善していく努力が重要であることを理解できるようにする。</p>		<p>・教科書 改訂版現代保健体育(大修館) ・副教材 改訂版現代保健ノート(大修館)</p>	
学習内容(学習時期)		学習到達目標(ねらい)	
<p><b>【前期中間】</b> 1 現代社会と健康 (1) 私たちの健康のすがた (2) 健康のとらえ方 (3) さまざまな保健活動や対策 (4) 生活習慣病と日常の生活行動 (5) 喫煙と健康</p> <p><b>【前期末】</b> (6) 飲酒と健康 (7) 薬物乱用と健康 (8) 医薬品と健康 (9) 感染症とその予防 (10) エイズとその予防</p> <p><b>【後期中間】</b> (11) 健康にかかわる意志決定・行動選択 (12) 意志決定・行動選択に必要なもの (13) 欲求と適応機制 (14) 心身の相関とストレス (15) ストレスへの対処 (16) 自己実現</p> <p><b>【学年末】</b> (17) 交通事故の現状と要因 (18) 交通社会における運転者の資質と責任 (19) 安全な交通社会づくり (20) 応急手当の意義とその基本 (21) 心肺蘇生法 (22) 日常的な応急手当</p>		<p>・現在の我が国の健康水準について説明できる。 ・現代社会における健康の成立要因や条件について説明できる。 ・我が国や世界における保健活動や対策について説明できる。 ・生活習慣病を防ぐ方法を食事・運動等の側面から考えられる。 ・喫煙した場合、どのような問題がおこるかを考えられる。</p> <p>・飲酒した場合、どのような問題がおこるかを考えられる。 ・薬物乱用した場合、どのような問題がおこるかを考えられる。 ・医薬品の役割について説明できる。 ・感染症問題防止策について考えられる。 ・エイズや性感染症予防策について考えられる。</p> <p>・意志決定・行動選択に影響する要因を例を用いて説明できる。 ・適切な意志決定・行動選択に必要な事を例を用いて説明できる。 ・不安や緊張・悩みに対する適応機制の例を説明できる。 ・心と体の働きが相互に影響しあう関係について説明できる。 ・ストレスについて、自分でとることができる対処法を考えられる。 ・自分にとっての自己実現とは何なのかを考えられる。</p> <p>・我が国の交通事故の特徴について説明できる。 ・安全な運転のために運転者に必要とされるものを説明できる。 ・安全な交通社会をつくるための方策について説明できる。 ・応急手当の意義や手順について説明できる。 ・心肺蘇生法を行うことができる。 ・日常的な怪我の応急手当や方法を説明し、適切な手当ができる。</p>	
評価方法		学習の方法	
<p>・出席、授業への取り組み状況 ・提出物(保健ノート等) ・定期考査</p>		<p>・教科書を中心に、基礎的な事項を確認しながら学習する。 ・保健ノートを活用して、理解を深めさせる。 ・新聞記事やニュース等身近な問題を取り上げて、興味・関心を持つことができる授業を展開する。</p>	

教科名	科目名	開講期(単位数)	必選別
保健体育	保健	2年普通科・理数科(1単位)	必修
到達目標(ねらい)		使用教科書・教材	
<ul style="list-style-type: none"> <li>生涯の各段階において健康についての課題があり、自らこれに適切に対応する必要があること及び我が国の保健・医療制度や機関を適切に活用することの重要性が理解できるようにする。</li> <li>社会生活における健康の保持増進には、環境などが深く関わっていることから、環境と健康、環境と食品の保健、労働と健康について理解できるようにする。</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>教科書 改訂版現代保健体育(大修館)</li> <li>副教材 改訂版現代保健ノート(大修館)</li> </ul>	
学習内容(学習時期)		学習到達目標(ねらい)	
<p>【前期中間】</p> <p>2 生涯を通じる健康</p> <p>(1)思春期と健康</p> <p>(2)性意識と性行動の選択</p> <p>(3)結婚生活と健康</p> <p>(4)妊娠・出産と健康</p> <p>(5)家族計画と人工妊娠中絶</p> <p>【前期末】</p> <p>(6)加齢と健康</p> <p>(7)高齢者のための社会的とりくみ</p> <p>(8)保健制度と保健サービスの活用</p> <p>(9)医療制度と医療費</p> <p>(10)医療機関と医療サービスの活用</p> <p>【後期中間】</p> <p>3 社会生活と健康</p> <p>(1)大気汚染と健康</p> <p>(2)水質汚濁と健康</p> <p>(3)土壌汚染と健康</p> <p>(4)健康被害の防止と環境対策</p> <p>(5)環境衛生活動のしくみと働き</p> <p>【学年末】</p> <p>(6)食品衛生活動のしくみと働き</p> <p>(7)食品と環境の保健と私たち</p> <p>(8)働くことと健康</p> <p>(9)労働災害・職業病と健康</p> <p>(10)健康的な職業生活</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>思春期における体の発達や行動面・心理面の特徴が説明できる。</li> <li>性意識の男女差を、性的欲求のあらわれ方の違いを説明できる。</li> <li>結婚生活が家族の健康づくりにどう関わっているかを説明できる。</li> <li>受精、妊娠、出産の過程が説明できる。</li> <li>健康上からみた家族計画の意義について説明できる。</li> <li>加齢に伴う心身の変化について、形態・機能面から説明できる。</li> <li>高齢者の生活と健康に関する現状や課題について説明できる。</li> <li>保健行政の役割としくみについて説明できる。</li> <li>我が国における医療保険のしくみを説明できる。</li> <li>医療機関の選び方について具体的に説明できる。</li> <li>大気汚染の原因と健康への影響を例をあげて説明できる。</li> <li>水質汚濁の原因と健康への影響を例をあげて説明できる。</li> <li>土壌汚染の原因と健康への影響を例をあげて説明できる。</li> <li>環境汚染の防止・改善策をあげて説明できる。</li> <li>ごみ・し尿や上下水道整備の問題点と対策について説明できる。</li> <li>食品衛生管理対策について例をあげて説明できる。</li> <li>食品安全対策やごみによる環境汚染予防対策について説明できる。</li> <li>働くことと健康が相互に影響することの例をあげて説明できる。</li> <li>職場における健康管理の必要性について説明できる。</li> <li>職場の健康増進対策について説明できる。</li> </ul>	
評価方法		学習の方法	
<ul style="list-style-type: none"> <li>出席、授業への取り組み状況</li> <li>提出物(保健ノート等)</li> <li>定期考査</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>教科書を中心に、基礎的な事項を確認しながら学習する。</li> <li>保健ノートを活用して、理解を深めさせる。</li> <li>新聞記事やニュース等身近な問題を取り上げて、興味・関心を持つことができる授業を展開する。</li> </ul>	