

教科・科目	対象学科 ・学年	単位数	教科書	使用教材
保健体育 ・ 保健	普通科 工業科 商業科 ・ 1年	1	現代高等保健体育改訂版 (大修館書店)	現代高等保健体育ノート改訂版 (大修館書店)
科目の概要 と目標	現代社会における健康やその対策の考え方が変化していることを理解する。 生活習慣病や喫煙、飲酒、薬物乱用、エイズなどの問題に対応する必要があることを理解する。また、適切な意思決定と行動選択が重要となることを理解する。 ストレスに適切に対処することや自己実現を図る努力が必要であることを理解する。 交通事故を防ぐためには適切な行動や交通環境の整備が重要であることを理解する。 障害や疾病に際して応急手当を適切に行うことが重要であることを理解する。			
学期	単元	学習内容	到達度目標	
1	現代社会と健康	私たちの健康のすがた 健康のとらえ方 健康と意思決定・行動 選択 健康に関する環境づくり 生活習慣病とその予防 食事・運動・休養・睡 眠と健康 喫煙と健康 飲酒と健康 薬物乱用と健康	健康の考え方やその保持増進の方法が変化してきていることを理解する。 健康に関する個人の適切な意思決定や行動選択が重要であることを理解する。 生活習慣病を予防するために必要なことを理解する。 食事・運動・休養・睡眠が健康と密接に関係していることを理解する。 喫煙・飲酒・薬物乱用が健康に与える悪影響について理解し、個人はもとより、社会全体で対応していくことが重要であることを理解する。	
2	現代社会と健康	現代の感染症 感染症の予防 性感染症・エイズとその 予防 欲求と適応機制 心身の相関とストレス ストレスへの対処 心の健康と自己実現	感染症の予防には、適切な対策が必要であることを理解する。 性感染症やエイズから身を守るために個人の適切な意思決定や行動選択が重要であることを理解する。 精神の健康を保持増進するためには、欲求やストレスに適切に対処する必要があることを理解する。 自己実現の大切さと意義について理解する。	
3	現代社会と健康	交通事故の現状と要因 交通社会における運転 者の資質と責任 安全な交通社会づくり 応急手当の意義とその 基本 心肺蘇生法 日常的な応急手当	交通事故を防止するための必要な事柄を理解する。 応急処置には正しい手順や方法があることを理解する。 障害や疾病に際して心肺蘇生法などの手当てを行うことが重要であることを理解する。	

教科・科目	対象学科 ・学年	単位数	教科書	使用教材
保健体育 ・ 保健	普通科 工業科 商業科 ・ 2年	1	現代高等保健体育改訂版 (大修館書店)	現代高等保健体育ノート改訂版 (大修館書店)
科目の概要 と目標	思春期から結婚、妊娠、出産までの健康について理解する。 性意識の男女差、適切な性行動の選択について理解する。 中高年期の健康及び各段階で必要となる保健・医療サービスの活用方法を理解する。 健康に関連する環境問題について理解する。 健康に関連する食品問題について理解する。 働くことと健康との関係について理解する。			
学期	単元	学習内容	到達度目標	
1	生涯を通じる健康	思春期と健康 性意識と性行動の選択 結婚生活と健康 妊娠・出産と健康 家族計画と人工妊娠中絶	思春期における体の発達、行動面、心理面の特徴を理解する。 性意識の男女差、性的欲求のあらわれかたの違いを理解する。 受精・妊娠・出産の過程や本人及び周囲の人々が留意する点を理解する。	
2	生涯を通じる健康 社会生活と健康	加齢と健康 高齢者のための社会的取り組み 保健制度とその活用 医療制度とその活用 医薬品と健康 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 健康被害の防止と環境対策 環境衛生活動のしくみと働き	加齢にともなう心身の変化について、形態面・機能面などを理解する。 医療保険の仕組み、医療機関の選び方について理解する。 医薬品について理解する。 大気汚染、水質汚濁、土壌汚染はどのようにおこり、健康にどう影響するか理解する。 ごみ処理の過程、上下水道の整備、その問題点と対策について理解する。	
3	社会生活と健康	食品衛生活動のしくみと働き 食品と環境の保健と私たち 働くことと健康 労働災害と健康 健康的な職業生活	食品の衛生管理、食品の安全性を確保するための対策について理解する。 働くことと健康が相互に影響することを理解する。 職場、日常生活での健康増進対策について理解する。	

教科・科目	対象学科・学年	単位数	教科書	使用教材
保健体育 ・ 体育	普通科 工業科 商業科 1年男子	3	現代高等保健体育改訂版 (大修館書店)	Active Sports 2020 (大修館書店)
科目の概要 と目標	<p>体力向上の内容を重点化することによって、自ら進んで体力を高めようとする事ができる。 運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動技能を運動の楽しさや喜びを深く味わうことができる 技能の習得を通して互いに相手を尊重する礼儀作法を身に付けることができる。</p>			
学期	単元	学習内容	到達度目標	
1	体育理論 体づくり運動 陸上競技 球技	スポーツの始まりと変遷 体ほぐしの運動 体力を高める運動 短距離走・長距離走 ソフトボール	人類とともに歩んでいるスポーツについて理解できる。技術戦術やルールは、用具の改良やメディアの発達に伴い、変わり続けていることを理解する。 健康の増進や体力の向上に役立たせる事ができる。 記録向上の喜びや競走の楽しさを味わう事ができる。 集団的技能、個人的技能を身に付ける事ができる。学習段階に応じた作戦を立て、ゲームができる。	
2	体育理論 体づくり運動 球技 武道	文化としてのスポーツ オリンピックと国際理解 体力トレーニング 体ほぐしの運動 体力を高める運動 サッカー バレーボール 剣道	健康の増進や体力の向上に役立たせる事ができる。オリンピックムーブメントとオリimpiズム個人的技能を身に付ける事ができる。 運動の楽しさや心地よさを味わうことができる。 学習段階に応じた作戦を立て、ゲームができる。勝敗を競う過程や結果に楽しさや喜びを味わう事ができる。 伝統を重んじた行動や考え方と対人競技の楽しさを味わう。	
3	体育理論 体づくり運動 球技	スポーツと経済 ドーピング 体ほぐしの運動 体力を高める運動 バasketボール	現代のスポーツの役割と経済的波及効果を理解する。ドーピングについて言ったり書きだしたりできる。 運動を継続する意義、運動の原則などが理解できる。 基本動作や対人的技能を身に付け、練習や試合ができる。 学習段階に応じた作戦を立て、ゲームができる。	

教科・科目	対象学科 ・学年	単位数	教科書	使用教材
保健体育 ・ 体育	普通科 工業科 商業科 1年女子	3	現代高等保健体育改訂版 (大修館書店)	Active Sports 2020 (大修館書店)
科目の概要 と目標	<p>体力向上の内容を重点化することによって、自ら進んで体力を高めようとする事ができる。</p> <p>運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動技能を運動の楽しさや喜びを深く味わうことができる。</p> <p>自己の課題やチームの課題の解決を目指して工夫することができる。</p>			
学期	単元	学習内容	到達度目標	
1	体育理論 体づくり運動 陸上競技 球技	スポーツの始まりと 変遷 体ほぐしの運動 体力を高める運動 短距離走・長距離走 バレーボール	人類とともに歩んでいるスポーツについて理解できる。技術戦術やルールは、用具の改良やメディアの発達に伴い、変わり続けていることを理解する。 健康の増進や体力の向上に役立たせる事ができる。 記録向上の喜びや競走の楽しさを味わう事ができる。 集団的技能、個人的技能を身に付ける事ができる。 学習段階に応じた作戦を立て、ゲームができる。	
2	体育理論 体づくり運動 球技	文化としてのスポーツ オリンピックと国際理解 体力トレーニング 体ほぐしの運動 体力を高める運動 バスケットボール テニス	健康の増進や体力の向上に役立たせる事ができる。オリンピックムーブメントとオリンピズム個人的技能を身に付ける事ができる。 運動の楽しさや心地よさを味わうことができる。 学習段階に応じた作戦を立て、ゲームができる。 勝敗を競う過程や結果に楽しさや喜びを味わう事ができる。	
3	体育理論 体づくり運動 球技 ダンス	スポーツと経済 ドーピング 体ほぐしの運動 体力を高める運動 バスケットボール 現代的なリズムのダンス	現代のスポーツの役割と経済的波及効果を理解する。ドーピングについて言ったり書きだしたりできる。 運動を継続する意義、運動の原則などが理解できる。 基本動作や対人的技能を身に付け、練習や試合ができる。 学習段階に応じた作戦を立て、ゲームができる。 全身で自由に踊ったり、仲間と対応したりして踊ることができる。	

教科・科目	対象学科・学年	単位数	教科書	使用教材
保健体育 ・ 体育	普通科 体育コース 1年男子	2	現代高等保健体育改訂版 (大修館書店)	Active Sports 2020 (大修館書店)
科目の概要 と目標	<p>体力向上の内容を重点化することによって、自ら進んで体力を高めようとする事ができる。 運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動技能を運動の楽しさや喜びを深く味わうことができる 技能の習得を通して互いに相手を尊重する礼儀作法を身に付けることができる。</p>			
学期	単元	学習内容	到達度目標	
1	体育理論 体づくり運動 陸上競技 球技	スポーツの始まりと変遷 体ほぐしの運動 体力を高める運動 短距離走・長距離走 ソフトボール	人類とともに歩んでいるスポーツについて理解できる。技術戦術やルールは、用具の改良やメディアの発達に伴い、変わり続けていることを理解する。 健康の増進や体力の向上に役立たせる事ができる。 記録向上の喜びや競走の楽しさを味わう事ができる。 集団的技能、個人的技能を身に付ける事ができる。学習段階に応じた作戦を立て、ゲームができる。	
2	体育理論 体づくり運動 球技 武道	文化としてのスポーツ オリンピックと国際理解 体力トレーニング 体ほぐしの運動 体力を高める運動 サッカー バレーボール 剣道	健康の増進や体力の向上に役立たせる事ができる。オリンピックムーブメントとオリimpiズム個人的技能を身に付ける事ができる。 運動の楽しさや心地よさを味わうことができる。 学習段階に応じた作戦を立て、ゲームができる。勝敗を競う過程や結果に楽しさや喜びを味わう事ができる。 伝統を重んじた行動や考え方と対人競技の楽しさを味わう。	
3	体育理論 体づくり運動 球技	スポーツと経済 ドーピング 体ほぐしの運動 体力を高める運動 バasketボール	現代のスポーツの役割と経済的波及効果を理解する。ドーピングについて言ったり書きだしたりできる。 運動を継続する意義、運動の原則などが理解できる。 基本動作や対人的技能を身に付け、練習や試合ができる。 学習段階に応じた作戦を立て、ゲームができる。	

教科・科目	対象学科・学年	単位数	教科書	使用教材
保健体育 ・ 体育	普通科 体育コース 1年女子	2	現代高等保健体育改訂版 (大修館書店)	Active Sports 2020 (大修館書店)
科目の概要 と目標	<p>体力向上の内容を重点化することによって、自ら進んで体力を高めようとすることができる。</p> <p>運動の合理的・計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動技能を運動の楽しさや喜びを深く味わうことができる。</p> <p>自己の課題やチームの課題の解決を目指して工夫することができる。</p>			
学期	単元	学習内容	到達度目標	
1	体育理論 体づくり運動 陸上競技 球技	スポーツの始まりと 変遷 体ほぐしの運動 体力を高める運動 短距離走・長距離走 バレーボール	人類とともに歩んでいるスポーツについて理解できる。技術戦術やルールは、用具の改良やメディアの発達に伴い、変わり続けていることを理解する。 健康の増進や体力の向上に役立たせる事ができる。 記録向上の喜びや競走の楽しさを味わう事ができる。 集団的技能、個人的技能を身に付ける事ができる。 学習段階に応じた作戦を立て、ゲームができる。	
2	体育理論 体づくり運動 球技	文化としてのスポーツ オリンピックと国際理解 体力トレーニング 体ほぐしの運動 体力を高める運動 バasketボール テニス	健康の増進や体力の向上に役立たせる事ができる。オリンピックムーブメントとオリンピズム個人的技能を身に付ける事ができる。 運動の楽しさや心地よさを味わうことができる。 学習段階に応じた作戦を立て、ゲームができる。 勝敗を競う過程や結果に楽しさや喜びを味わう事ができる。	
3	体育理論 体づくり運動 球技 ダンス	スポーツと経済 ドーピング 体ほぐしの運動 体力を高める運動 バasketボール 現代的なリズムのダンス	現代のスポーツの役割と経済的波及効果を理解する。ドーピングについて言ったり書きだしたりできる。 運動を継続する意義、運動の原則などが理解できる。 基本動作や対人的技能を身に付け、練習や試合ができる。 学習段階に応じた作戦を立て、ゲームができる。 全身で自由に踊ったり、仲間と対応したりして踊ることができる。	

教科・科目	対象学科・学年	単位数	教科書	使用教材
保健体育 ・ 体育	普通科 工業科 商業科 2年男子	2	現代高等保健体育改訂版 (大修館書店)	
科目の概要 と目標	運動についての科学的な理解を深め、運動の合理的な実践ができる。 運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができる			
学期	単元	学習内容	到達度目標	
1	体育理論 体づくり運動 陸上競技 球技	スポーツの技術と戦術 技能の上達過程と練習 体力を高める運動 長距離走 ソフトボール バスケットボール サッカー バレーボール テニス	運動技能を高めるための練習法について理解させる。 健康の増進や体力の向上に役立たせる事ができる。 記録向上の喜びや競走の楽しさを味わう事ができる。 集団的技能、個人的技能を身に付ける事ができる。 学習段階に応じた作戦を立て、ゲームができる。	
2	体育理論 体づくり運動 球技	効果的な動きのメカニズム 技能と体力 体ほぐし運動 バレーボール バスケットボール バドミントン 卓球	記録・パフォーマンスを高めるために必要な事柄を学習する 運動の楽しさや心地よさを味わうことができる。 個人的技能を身に付ける事ができる。また学習段階に応じた作戦を立て、ゲームができる。 勝敗を競う過程や結果に楽しさや喜びを味わう事ができる。	
3	体育理論 体づくり運動 球技	体力トレーニング 運動時の安全確保 体力を高める運動 バスケットボール	体力向上のメカニズムとトレーニング方法について学ぶ。 安全に楽しく運動やスポーツ活動を行うために必要な知識やスキルを身につける。 運動を継続する意義、運動の原則などが理解できる。 球技の特性や魅力に応じて、ゲームを展開するための作戦や状況に応じた技能を身につける。	

教科・科目	対象学科・学年	単位数	教科書	使用教材
保健体育 ・ 体育	普通科 工業科 商業科 2年女子	2	現代高等保健体育改訂版 (大修館書店)	
科目の概要 と目標	運動についての科学的な理解を深め、運動の合理的な実践ができる。 運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができる			
学期	単元	学習内容	到達度目標	
1	体育理論 体づくり運動 陸上競技 球技	スポーツの技術と戦術 技能の上達過程と練習 体力を高める運動 長距離走 ソフトボール バスケットボール サッカー バレーボール テニス	運動技能を高めるための練習法について理解させる。 健康の増進や体力の向上に役立たせる事ができる。 記録向上の喜びや競走の楽しさを味わう事ができる。 集団的技能、個人的技能を身に付ける事ができる。 学習段階に応じた作戦を立て、ゲームができる。	
2	体育理論 体づくり運動 球技	効果的な動きのメカニズム 技能と体力 体ほぐし運動 バレーボール バスケットボール バドミントン 卓球	記録・パフォーマンスを高めるために必要な事柄を学習する 運動の楽しさや心地よさを味わうことができる。 個人的技能を身に付ける事ができる。また学習段階に応じた作戦を立て、ゲームができる。 勝敗を競う過程や結果に楽しさや喜びを味わう事ができる。	
3	体育理論 体づくり運動 球技 ダンス	体力トレーニング 運動時の安全確保 体力を高める運動 バスケットボール 現代的なリズムのダンス	体力向上のメカニズムとトレーニング方法について学ぶ。 安全に楽しく運動やスポーツ活動を行うために必要な知識やスキルを身につける。 運動を継続する意義、運動の原則などが理解できる。 球技の特性や魅力に応じて、ゲームを展開するための作戦や状況に応じた技能を身につける。 ダンスの楽しさや喜びを味わうことができるよう、互いの良さを認め合おうとすることができる。	

教科・科目	対象学科・学年	単位数	教科書	使用教材
保健体育 ・ 体育	普通科 工業科 商業科 3年男子	2	現代高等保健体育改訂版 (大修館書店)	Active Sports 2018 (大修館書店)
科目の概要 と目標	運動についての科学的な理解を深め、運動の合理的な実践ができる。 運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができる 技能の習得を通して互いに相手を尊重する礼儀作法を身に付けることができる。			
学期	単元	学習内容	到達度目標	
1	体育理論 体づくり運動 陸上競技 球技	生涯スポーツの見方・ 考え方、 ライフスタイルに応じ たスポーツ 体力トレーニングの方 法と内容 体力を高める運動 長距離走 ソフトボール バスケットボール サッカー バレーボール テニス	スポーツの役割の変化や重要性について理解 させる。 スポーツを生活の中に上手く位置づける方法 について理解させる。 体力測定の意義及び体力の向上を図る運動を 理解させる。 記録向上の喜びや競走の楽しさを味わう事がで きる。 集団的技能、個人的技能を身に付ける事がで きる。 学習段階に応じた作戦を立て、ゲームができ る。	
2	体育理論 体づくり運動 球技	日本のスポーツ振興 スポーツと環境 体力を高める運動 バスケットボール バレーボール バドミントン 卓球	スポーツ振興のために行われている条件整備に ついて理解し、スポーツと環境の調和について どのようにしていけば良いかを考えさせる。 個人的技能を身に付ける事ができる。 学習段階に応じた作戦を立て、ゲームができ る。 勝敗を競う過程や結果に楽しさや喜びを味わ う事ができる。	
3	体育理論 体づくり運動 球技	日本のスポーツ振興 体ほぐしの運動 バスケットボール バドミントン 卓球	スポーツ振興のための施策と諸条件について 理解したことを言うことができる。 基本動作や対人的技能を身に付け、練習や試 合ができる。 生涯スポーツにつながるような、企画・実践 ・ふり返りが自分でできる。	

教科・科目	対象学科・学年	単位数	教科書	使用教材
保健体育 ・ 体育	普通科 工業科 商業科 3年女子	2	現代高等保健体育改訂版 (大修館書店)	Active Sports 2018 (大修館書店)
科目の概要 と目標	運動についての科学的な理解を深め、運動の合理的な実践ができる。 運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができる 技能の習得を通して互いに相手を尊重する礼儀作法を身に付けることができる。			
学期	単元	学習内容	到達度目標	
1	体育理論 体づくり運動 陸上競技 球技	生涯スポーツの見方・ 考え方、 ライフスタイルに応じ たスポーツ 体力トレーニングの方 法と内容 体力を高める運動 長距離走 ソフトボール バスケットボール サッカー バレーボール テニス	スポーツの役割の変化や重要性について理解 させる。 スポーツを生活の中に上手く位置づける方法 について理解させる。 体力測定の意義及び体力の向上を図る運動を 理解させる。 記録向上の喜びや競走の楽しさを味わう事がで きる。 集団的技能、個人的技能を身に付ける事がで きる。 学習段階に応じた作戦を立て、ゲームができ る。	
2	体育理論 体づくり運動 球技	日本のスポーツ振興 スポーツと環境 体力を高める運動 バスケットボール バレーボール バドミントン 卓球	スポーツ振興のために行われている条件整備に ついて理解し、スポーツと環境の調和について どのようにしていけば良いかを考えさせる。 個人的技能を身に付ける事ができる。 学習段階に応じた作戦を立て、ゲームができ る。 勝敗を競う過程や結果に楽しさや喜びを味わ う事ができる。	
3	体育理論 体づくり運動 球技	日本のスポーツ振興 体ほぐしの運動 バスケットボール バドミントン 卓球	スポーツ振興のための施策と諸条件について 理解したことを言うことができる。 基本動作や対人的技能を身に付け、練習や試 合ができる。 生涯スポーツにつながるような、企画・実践 ・ふり返りが自分でできる。	