

令和5年度 シラバス

愛媛県立南宇和高等学校

教科	保健体育	科目	体育	単位数	3		
年組	1A(1組)1B(2組・3組)		教科書(発行所)	現代高等保健体育(大修館書店)			
月	学習内容	学習の具体的な内容	評価の観点			項目	
			知	思	態		
4	オリエンテーション 体づくり運動 体ほぐし/体力を高める運動	体ほぐしの運動 体力を高める運動		○	○	学習の目標 運動合理的、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、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育てる。公正、協力、責任、参加などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。	
5	球技 武道・ダンスの選択 ソフトボール バレーボール 卓球 柔道 現代的なリズムのダンス	ソフトボール バレーボール バドミントン 卓球 柔道 現代的なリズムのダンス	○ ○ ○		○ ○ ○		
6	体育理論	スポーツの発祥と発展 運動・スポーツの学び方 豊かなスポーツライフの設計	○ ○ ○	○ ○ ○			
7	1学期のまとめ		○	○			
7	体ほぐし/体力を高める運動	体ほぐし運動 体力を高める運動		○	○		
8	球技 武道 球技 ダンスの選択 ソフトボール バレーボール バドミントン	ソフトボール バレーボール バドミントン 卓球 柔道 現代的なリズムのダンス	○ ○ ○ ○ ○		○ ○ ○ ○ ○		
9	卓球 柔道 現代的なリズムのダンス 球技 武道・ダンスの選択	バドミントン 卓球 柔道 現代的なリズムのダンス	○ ○ ○ ○		○ ○ ○ ○		
10	サッカー バasketボール バドミントン 卓球 柔道 現代的なリズムのダンス	バドミントン 卓球 柔道 現代的なリズムのダンス スポーツの発祥と発展 運動・スポーツの学び方	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○			
11	体育理論	運動・スポーツの学び方 豊かなスポーツライフの設計	○ ○	○ ○			
12	2学期のまとめ		○	○			
12	体育理論	スポーツの発祥と発展 運動・スポーツの学び方 豊かなスポーツライフの設計	○ ○	○ ○			
1	体づくり運動 陸上競技(持久走)	体ほぐしの意義と体力の高め方 持久走 持久走 持久走 サッカー	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○		
2	球技 武道・ダンスの選択 サッカー バasketボール バドミントン 卓球 柔道	バドミントン 卓球 Basketボール スポーツの発祥と発展 運動・スポーツの学び方	○ ○ ○ ○ ○		○ ○ ○ ○ ○		
3	現代的なリズムのダンス 3学期のまとめ	豊かなスポーツライフの設計	○	○			
【備考】						評価の方法 学習状況は「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」の3つの観点で評価する。具体的には「出席」、「授業態度」、「実技テスト」、「記録」などによって評価する。また、学年の成績は上記の観点から評価した各学期の成績の平均とし、5段階法でも評価する。	
※ 評価の観点は愛媛県立学校評価の手引(愛媛県教育委員会)による。							

令和5年度 シラバス

愛媛県立南宇和高等学校

教科	保健体育	科目	保健	単位数	1		
年組	1年(1・2・3組)		教科書(発行所)	現代高等保健体育(大修館書店)			
月	学習内容	学習の具体的な内容	評価の観点			項目	
			知	思	態		
4	オリエンテーション 1 健康の考え方と成り立ち "	オリエンテーション 1 健康の考え方の変化 2 健康のさまざまな要因		○	○	学習の目標 個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるようにし、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付ける。	
5	2 私たちの健康のすがた "	1 わが国の健康水準の向上 2 わが国の健康問題の変化	○	○	○		
	3 生活習慣病の予防と回復 "	1 生活習慣病とその種類 2 予防から回復まで	○	○	○		
6	4 がんの原因と予防 "	1 がんとその種類 2 がんの予防	○	○	○		
	5 がんの治療と回復 "	1 がんの治療と緩和ケア 2 がんとともに生きる社会づくり	○	○	○		
6	6 運動と健康	1 健康からみた運動の意義	○	○	○		
7	1学期のまとめ						
7	6 運動と健康 7 食事と健康 "	2 健康に良い運動しかた 1 健康的な食生活の意義 2 健康によい食事のとり方		○	○	授業の進め方 体育との関連を図りながら、健康に対する考え方の確立、個人の健康、という流れで学習を進めていきます。	
8	8 休養・睡眠と健康 "	1 健康からみた休養の意義 2 健康からみた睡眠の意義	○	○	○		
	9 喫煙と健康 "	1 喫煙の影響 2 喫煙への対策	○	○	○		
9	10 飲酒と健康 "	1 飲酒の影響 2 飲酒への対策	○	○	○		
	11 薬物乱用と健康 "	1 薬物乱用の影響 2 薬物乱用の要因と対策	○	○	○		
10	12 精神疾患の特徴 "	1 精神疾患の要因と種類 2 精神保健の今日的課題	○	○	○		
	13 精疾患の予防 "	1 精神疾患の早期発見・早期治療	○	○	○		
11	14 精神疾患からの回復 "	1 社会環境の整備	○	○	○		
	15 現代の感染症・予防	1 感染症について	○	○	○		
12	2学期のまとめ						
12	17 性感染症・エイズとその予防 18 健康に関する意思決定・行動選択 19 健康に関する環境作り	1 エイズとは、その予防 1 意思決定・鼓動選択 1 ヘルスプロモーションの考え方	○	○	○		学習の方法 教科書と副教材を中心に授業を行い、実用的な知識を習得する。
1	1 事故の現状と発生要因 2 安全な社会の形成 3 交通における安全	1 事故の発生・要因 1 自他の安全を確保する行動 1 交通事故防止のための取り組み	○	○	○		
	4 応急手当の意義とその基本 "	1 けがに応じた応急手当 2 熱中症の応急手当	○	○	○		
2	5 日常的な応急手当 "	2 熱中症の応急手当	○	○	○		
	7 心肺蘇生法 "	1 心肺蘇生法の意義と方法 2 心肺蘇生法の実習	○	○	○		
3	3 心肺蘇生法 "	2 心肺蘇生法の実習	○	○	○		
	まとめ	まとめ					
【備考】 ※ 評価の観点は愛媛県立学校評価の手引(愛媛県教育委員会)による。							
評価の観点 知識・技能 知識と技能それぞれの学習状況を生徒に適切にフィードバックできるようにする。 思考・判断・表現 生徒が思考し、判断することができるようにするための知識や技能を検討するとともに、活用させる場面の設定やどのような活動をさせるのか、について具体化する。 主体的に学習に取り組む態度 公正や協力などを、育成する「態度」として学習指導要領に位置付けて、目標や内容に対応して評価する。							
評価の方法 学習状況は「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」の3つの観点で評価する。具体的には「出席」、「授業態度」、「定期考」、「提出物」により評価します。また、学年の成績は、上記の観点から評価した各学期の成績の平均とし、5段階法でも評定する。							

令和5年度 シラバス

愛媛県立南宇和高等学校

教科	保健体育	科目	体育	単位数	2		
年組	2A(1組・4組)2B(2組)2C(3組)		教科書(発行所)	現代高等保健体育(大修館書店)			
月	学習内容	学習の具体的な内容	評価の観点			項目	
			知	思	態		
4	オリエンテーション 体づくり運動 体ほぐし/体力を高める運動	体ほぐしの運動 体力を高める運動		○	○	学習の目標 運動合理的、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、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育てる。公正、協力、責任、参加などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。	
5	球技 武道・ダンスの選択 ソフトボール バレーボール 卓球 柔道 現代的なリズムのダンス	ソフトボール バレーボール バドミントン 卓球 柔道 現代的なリズムのダンス	○		○		
6	体育理論	スポーツの発祥と発展 運動・スポーツの学び方 豊かなスポーツライフの設計	○	○	○		
7	1学期のまとめ		○	○	○		
7	体ほぐし/体力を高める運動	体ほぐし運動 体力を高める運動		○	○		
8	球技 武道 球技 ダンスの選択 ソフトボール バレーボール バドミントン	ソフトボール バレーボール バドミントン 卓球 柔道 現代的なリズムのダンス	○		○		
9	卓球 柔道 現代的なリズムのダンス 球技 武道・ダンスの選択	バドミントン 卓球 柔道 現代的なリズムのダンス	○		○		
10	サッカー バasketボール バドミントン 卓球 柔道 現代的なリズムのダンス	バドミントン 卓球 柔道 現代的なリズムのダンス	○		○		
11	体育理論	スポーツの発祥と発展 運動・スポーツの学び方 運動・スポーツの学び方 豊かなスポーツライフの設計	○	○	○		
12	2学期のまとめ		○	○	○		
12	体育理論	スポーツの発祥と発展 運動・スポーツの学び方 豊かなスポーツライフの設計	○	○	○	評価の観点 知識・技能 知識と技能それぞれの学習状況を生徒に適切にフィードバックできるようにする。 思考・判断・表現 生徒が思考し、判断することができるようにするための知識や技能を検討するとともに、活用させる場面の設定やどのような活動をさせるのか、について具体化する。 主体的に学習に取り組む態度 公正や協力などを、育成する「態度」として学習指導要領に位置付けて、目標や内容に対応して評価する。	
1	体づくり運動 陸上競技(持久走)	持久走 持久走 持久走 サッカー	○		○		
2	球技 武道・ダンスの選択 サッカー バasketボール バドミントン 卓球 柔道	バドミントン 卓球 バスケボール スポーツの発祥と発展	○		○		
3	現代的なリズムのダンス 3学期のまとめ	運動・スポーツの学び方 豊かなスポーツライフの設計	○		○		
【備考】 ※ 評価の観点は愛媛県立学校評価の手引(愛媛県教育委員会)による。						評価の方法 学習状況は「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」の3つの観点で評価する。具体的には「出席」、「授業態度」、「実技テスト」、「記録」などによって評価する。また、学年の成績は上記の観点から評価した各学期の成績の平均とし、5段階法でも評価する。	

令和5年度 シラバス

愛媛県立南宇和高等学校

教科	保健体育	科目	保健	単位数	1	
年組	2年(1・2・3・4組)		教科書(発行所)	現代高等保健体育(大修館書店)		
月	学習内容	学習の具体的な内容	評価の観点			項目
			知	思	態	
4 5 6 7	オリエンテーション	オリエンテーション				学習の目標 個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるようにし、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付ける。
	1 ライフステージと健康	1 ライフステージと死亡や病気		○	○	
	2 思春期と健康	2 各ライフステージにおける健康課題		○	○	
	3 性意識と性行動の選択	1 思春期の体と健康		○	○	
	4 妊娠・出産と健康	2 思春期の心と健康		○	○	
	5 避妊法と人工妊娠中絶	1 性意識とその尊重		○	○	
	6 結婚生活と健康	2 性に関する情報と性行動		○	○	
7 8 9 10 11 12	1 学期のまとめ	1 受精・妊娠・出産		○	○	授業の進め方 体育との関連を図りながら、健康に対する考え方の確立、個人の健康、という流れで学習を進めていきます。
	2 学期のまとめ	2 母子保健サービスの活用		○	○	
	7 中高年期と健康	1 家族計画の意義と避妊法		○	○	
	8 働くことと健康	2 人工妊娠中絶		○	○	
	9 労働災害と健康	1 結婚生活と家族の健康		○	○	
	10 健康的な職業生活	1 加齢による変化と健康		○	○	
	11 大気汚染と健康	1 働くことと健康のかかわり		○	○	
12 1 2 3	1 大気汚染と健康	2 働き方と健康問題の変化		○	○	学習の方法 教科書と副教材を中心に授業を行い、実用的な知識を習得する。
	2 水質汚濁・土壌汚染と健康	1 労働災害とその要因		○	○	
	3 環境と健康にかかわる対策	2 労働災害の防止		○	○	
	4 ごみの処理と上下水道の整備	1 職場における取り組み		○	○	
	5 食品の安全性	2 仕事と生活の調和		○	○	
	6 食品衛生にかかわる活動	1 大気汚染の原因と健康影響		○	○	
	2 学期のまとめ	2 大気に関わる地球規模の問題		○	○	
12 1 2 3	6 食品衛生にかかわる活動	1 水質汚濁とその健康影響		○	○	評価の観点 知識・技能 知識と技能それぞれの学習状況を生徒に適切にフィードバックできるようにする。 思考・判断・表現 生徒が思考し、判断することができるようにするための知識や技能を検討するとともに、活用させる場面の設定やどのような活動をさせるのか、について具体化する。 主体的に学習に取り組む態度 公正や協力などを、育成する「態度」として学習指導要領に位置付けて、目標や内容に対応して評価する。
	7 保健サービスとその活用	2 大気汚染、水質汚濁、土壌汚染のかかわり		○	○	
	8 医療サービスとその活用	1 環境汚染の防止とその対策		○	○	
	9 医薬品の制度とその活用	2 産業廃棄物の処理と健康		○	○	
	10 さまざまな保健活動や社会対策	1 ごみの処理の現状		○	○	
	11 健康に関する環境づくりと社会参加	2 安全で良質な水の確保		○	○	
	12 健康に関する環境づくりと社会参加	1 食品の安全性と健康		○	○	
【備考】	まとめ	2 食品の安全性に関する今日的課題		○	○	評価の方法 学習状況は「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」の3つの観点で評価する。具体的には「出席」、「授業態度」、「定期考」、「提出物」により評価します。また、学年の成績は、上記の観点から評価した各学期の成績の平均とし、5段階法でも評定する。
	まとめ	1 食品の安全と私たちの役割		○	○	
	まとめ	2 食品の安全と私たちの役割		○	○	
【備考】 ※ 評価の観点は愛媛県立学校評価の手引(愛媛県教育委員会)による。						

令和5年度 シラバス

愛媛県立南宇和高等学校

教科	保健体育	科目	体育	単位数	2		
年組	3A(1組) 3B(2組) 3C(3組)	教科書(発行所)	最新高等保健体育(大修館書店)				
月	学習内容	学習の具体的な内容	評価の観点				項目
			関	思	技	知	
4	オリエンテーション 体づくり運動	体ほぐしの運動	○			○	学習の目標 運動合理的、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、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育てる。公正、協力、責任、参加などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。
5	球技 武道・ダンスの選択 ソフトボール バレーボール 卓球 柔道	ソフトボール バレーボール バドミントン 卓球 柔道	○	○	○	○	
6	現代的なリズムのダンス 体育理論	現代的なリズムのダンス 社会の変化とスポーツ 運動技能の構造と運動の学び方 体ほぐしの意義と体力の高め方	○	○	○	○	
7	1学期のまとめ		○	○	○	○	
7	体ほぐし/体力を高める運動	体ほぐし運動	○			○	
8	球技 武道	ソフトボール	○	○	○	○	
9	球技 ダンスの選択 ソフトボール バレーボール バドミントン 卓球 柔道	バレーボール バドミントン 卓球 柔道	○	○	○	○	
10	現代的なリズムのダンス 球技 武道・ダンスの選択 サッカー バスケットボール バドミントン 卓球 柔道	現代的なリズムのダンス サッカー バドミントン 卓球 柔道	○	○	○	○	
11	現代的なリズムのダンス 体育理論	現代的なリズムのダンス 社会の変化とスポーツ 運動技能の構造と運動の学び方 運動技能の構造と運動の学び方 体ほぐしの意義と体力の高め方 体ほぐしの意義と体力の高め方	○	○	○	○	
12	2学期のまとめ		○	○	○	○	
12	体育理論	社会の変化とスポーツ	○			○	学習の方法 第一グラウンド、体育館、卓球場、などの学校の体育施設を活用し、多種多様のスポーツ実技を行い、学習到達目標を達成する。
1	体づくり運動 体力を高めるウインド	運動技能の構造と運動の学び方 体ほぐしの意義と体力の高め方 体ほぐし運動	○	○	○	○	
2	球技 武道・ダンスの選択 球技 武道・ダンスの選択 球技 武道・ダンスの選択 球技 武道・ダンスの選択 サッカー バスケットボール バドミントン 卓球 柔道	サッカー バドミントン 卓球 柔道	○	○	○	○	
3	現代的なリズムのダンス 3学期のまとめ	社会の変化とスポーツ 社会の変化とスポーツ 現代的なリズムのダンス	○	○	○	○	
【備考】						評価の観点 関心・意欲・態度 運動の合理的・計画的な実践に自主的に取り組もうとする。 思考・判断 自己や仲間の課題に応じた運動を継続する為の取り組み方を身につける。 運動の技能 運動の特性に応じた段階的な技能を身につけている。 知識・理解 生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する為の理論を理解している。	
※ 評価の観点は愛媛県立学校評価の手引(愛媛県教育委員会)による。						評価の方法 学習状況は「関心・意欲・態度」「思考・判断」「運動の技能」「知識・理解」の4つの観点で評価する。具体的には「出席」、「授業態度」、「実技テスト」、「記録」などによって評価する。また、学年の成績は上記の観点から評価した各学期の成績の平均とし、5段階法でも評価する。	