

令和7年度 学習指導計画

教科	保健体育	科目	体育	単位数	2単位
学科・類型		普通科Ⅱ・Ⅰ類		学年	第2学年
使用教科書					
使用副教材等					

【学習の到達目標】

学習の到達目標	<p>1. 心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって計画的に運動に親しむ資質や能力を育てるとともに、健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる。</p> <p>2. 各種の運動の合理的な実践を通して、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ようにするとともに、体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育て、生涯を通じて継続的に運動ができる資質や能力を育てる。</p>
---------	---

【学習指導計画及び評価方法等】

	学習内容	学習のねらい・指導上の工夫点・留意点
1 学 期	<p>①新体力診断テスト</p> <p>②体づくり運動</p> <p>③創作ダンス</p>	<p>①自身の成長を記録し、自身の変化に気づかせる。測定を通じて協力し合い仲間との関係を築く。</p> <p>②健康で活動的な身体を獲得するための基礎体力向上トレーニングを実施する。</p> <p>③自身や仲間の技能に合わせたダンスを創作する。集団でダンスを創作することで話し合い活動を活性化し、主体性・協調性を育む。</p>
2 学 期	<p>①体育理論</p> <p>②球技Ⅱ・ⅢⅣ バドミントン サッカー バスケットボール ソフトバレーボール 卓球</p>	<p>①自己の体力について振り返り分析する。「豊かなスポーツライフ」について学び、生涯を通し、スポーツに関わることのできる資質を育み、スポーツへの理解を深める。</p> <p>②各競技特性を理解し技能の向上と協調性を育む。個人技術の習得と対戦型スポーツとしての楽しさを味わえるよう工夫する。</p>
3 学 期	<p>①持久走</p>	<p>①生涯を通じた健康的な身体作りを目指して、基礎体力・持久力を養う。3分間走・12分走・20分走など様々なパターンで走ることで持久力と粘り強さ・忍耐力など精神面の成長も育む。</p>

令和7年度 学習指導計画

教科	保健体育	科目	保健	単位数	1 単位
学科・類型		普通科Ⅱ類・Ⅰ類		学年	第2 学年
使用教科書		大修館書店 現代保健体育			
使用副教材等					

【学習の到達目標】

学習の到達目標	<p>1. 心と体を一体にしてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって計画的に運動に親しむ資質や能力を育てるとともに、健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上にを図り、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる。</p> <p>2. 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育てる。</p>
---------	--

【学習指導計画及び評価方法等】

	学習内容	学習のねらい・指導上の工夫点・留意点
1 学期	<ul style="list-style-type: none"> ライフステージと健康 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 	<ul style="list-style-type: none"> 保健に対する興味、関心を持たせるためのプリント・資料作成。 穴埋めのプリントを使用して、具体的な資料の提示などを行う。 「性」に関わるデリケートな題材のため、生徒の家庭環境や特性に留意し授業を展開する。
2 学期	<ul style="list-style-type: none"> 中高年期と健康 働くことと健康 労働災害と健康 健康的な職業生活 保健サービスとその活用 医療サービスとその活用 医薬品の制度とその活用 さまざまな保健活動や社会的対策 健康に関する環境づくりと社会参加 	<ul style="list-style-type: none"> 保健に対する興味、関心を持たせるためのプリント・資料作成。 穴埋めのプリントを使用して、具体的な資料の提示などを行う。 将来自身が生活していく上で必要な中高年期の過ごし方、働くことの意義を知り、実生活と結びつけ身近に感じることのできる指導を行う。
3 学期	<ul style="list-style-type: none"> 大気汚染と健康 水質汚濁・土壌汚濁と健康 環境と健康にかかわる対策 ごみの処理と上下水道の整備 食品の安全性 食品衛生にかかわる活動 	<ul style="list-style-type: none"> 保健に対する興味、関心を持たせるためのプリント・資料作成。 穴埋めのプリントを使用して、具体的な資料の提示などを行う。 将来自身が生活していく上で必要な食の安全性や災害についての知識を知り、実生活と結びつけ身近に感じることのできる指導を行う。

令和7年度 学習指導計画

教科	保健体育	科目	スポーツ実技 I	単位数	3 単位
学科・類型		普通科 I 類		学年	第 2 学年
使用教科書					
使用副教材等					

【学習の到達目標】

学習の到達目標	<p>スポーツ活動を通じて、課題を発見し、主体的、合理的、計画的な解決に向けて取り組む資質を高める。また心と体を一体として捉え、健やかな心身の育成に資するとともに、生涯を通してスポーツの推進及び発展に寄与するリーダーとしての資質・能力を育成を目指す。</p> <p>(1) 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体験的に理解するとともに、生涯を通してスポーツの推進及び発展に必要な知識・技能を身に付けるようにする。</p> <p>(2) スポーツの推進及び発展についての自己や社会の課題を発見し、主体的、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える表現力を養う。</p> <p>(3) 生涯を通してスポーツを継続するとともにスポーツの推進及び発展に寄与することを旨とし、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。</p>
---------	--

【学習指導計画及び評価方法等】

	学習内容	学習のねらい・指導上の工夫点・留意点
1 学期	生涯スポーツ実習 ・ボウリング ・フライングディスク ・地域スポーツ (SUP) ・ヨガ・コンディショニング ・綱引き ・ボート ・ボルダリング	生涯スポーツ実習 ・様々な競技を体験的に学び、各競技の魅力を理解する。事前に種目のルールや特性について調べ実際に体験する。実習レポートを通じて1つ1つの種目についてまとめる。 ・各種目を専門の講師や施設にて学ぶことで、地域施設の在り方や、生涯を通じて実際に各競技に触れるにはどこでどのように取り組まれているのかを理解し、生涯のスポーツキャリアの土台となるよう指導をしていく。
2 学期	生涯スポーツ実習 ・ラクロス ・アーチェリー ・アーバンスポーツ ・ベースボール5 ・ゴルフ ・剣道 スポーツ企画・運営	生涯スポーツ実習 ・様々な競技を体験的に学び、各競技の魅力を理解する。事前に種目のルールや特性について調べ実際に体験する。実習レポートを通じて1つ1つの種目についてまとめる。 ・各種目を専門の講師や施設にて学ぶことで、地域施設の在り方や、生涯を通じて実際に各競技に触れるにはどこでどのように取り組まれているのかを理解し、生涯のスポーツキャリアの土台となるよう指導をしていく。 スポーツ企画 ・コース内で球技大会を計画。自主運営することでイベント企画や運営する計画性や協働性を高める。参加者が楽しめるようルールを工夫したり時間設定などを行う。
3 学期	生涯スポーツ実習 ・アイススケート ・フィットネス ・ハーフマラソン 障害者スポーツ実習 ・ゴールボール	生涯スポーツ実習 ・様々な競技を体験的に学び、各競技の魅力を理解する。事前に種目のルールや特性について調べ実際に体験する。実習レポートを通じて1つ1つの種目についてまとめる。 ・各種目を専門の講師や施設にて学ぶことで、地域施設の在り方や、生涯を通じて実際に各競技に触れるにはどこでどのように取り組まれているのかを理解し、生涯のスポーツキャリアの土台となるよう指導をしていく。 障害者スポーツ実習 ・滋賀県ゴールボール協会より講師を招き、パラスポーツの体験を行う。全ての人が参加できるスポーツのあり方についてパラスポーツを通じて体験的に理解を深める。

令和7年度 学習指導計画

教科	保健体育	科目	実践理論	単位数	3単位
学科・類型		普通科I類		学年	第2学年
使用教科書					
使用副教材等					

【学習の到達目標】

学習の到達目標	<p>スポーツに関わる基礎知識を実践的に学ぶことを通じて、自己の競技における課題を発見し、主体的、合理的、計画的な解決に向けての手立てを理解し実践する資質を高める。また「する・みる・支える」の3つの視点のうち「支える」に関する身体に関わる様々な専門知識の基礎を理解し、生涯を通してスポーツの推進及び発展に寄与するリーダーとしての資質・能力の育成を目指す。</p>
---------	---

【学習指導計画及び評価方法等】

	学習内容	学習のねらい・指導上の工夫点・留意点
1 学 期	<p>運動生理学 解剖生理学 応急処置 リハビリテーション論 スポーツ栄養学基礎 スポーツ心理学基礎</p>	<p>各内容の基礎知識を理解する。また各内容に関する身近な課題をテーマに取り上げ、自身の課題として関心を持って取り組めるように工夫する。 個人によって興味や理解度にも大きな差があると考え、グループワークなどで知識の共有を図りながら協働的に学びを深めていく。</p>
2 学 期	<p>エクササイズ理論・実践</p>	<p>ストレッチやトレーニングやスタジオエクササイズの基礎知識について実践的に学び正しい知識と正しい動作の習得を目指す。 個人によって興味や理解度にも大きな差があると考え、グループワークなどで知識の共有を図りながら協働的に学びを深めていく。</p>
3 学 期	<p>テーピング理論・実践 体力測定論</p>	<p>テーピング理論・実習 ・外傷予防のテーピングや応急処置としてのテーピングなど目的に応じた処置が行えるよう巻き方の基礎知識と正しい巻き方の習得を目指す。また外傷についての基礎知識も学ぶ。 個人によって興味や理解度にも大きな差があると考え、グループワークなどで知識の共有を図りながら協働的に学びを深めていく。</p> <p>体力測定 ・びわこ成蹊スポーツ大学と連携して体力測定を実施。スポーツパフォーマンスの実際の研究領域に触れ、より深い学びへの関心を高めるとともに、自身の競技力の向上に数値的な目標設定ができるよう具体的に分析しフィードバックを行う。</p>

