

令和 4年度 1 学年体育シラバス

シラバス

沖縄県立八重山商工高等学校全日制課程

教科 (科目の種類)	学科 (コース) 名	学年	単位数	履修期間
保健体育	全学科(全コース)	1年	2単位	通年
	科目名	体育		

目標	<p>各種の運動の特性に応じた技能を高め、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、コンディション・体力の維持・向上、公正、協力、責任などの態度を育て生涯を通じて豊かなスポーツライフを継続的に楽しく運動ができる能力を育てる。</p> <p>体育の授業を通して、健康で疾病にならない身体づくり、体力作りができるようにする。</p>	
概要	<p>生涯にわたる豊かなスポーツライフの基礎づくりとして位置づけ、生徒一人一人が、能力・適正に応じて自らの運動の課題を、解決することにより、運動の楽しさや喜びを味わう。</p>	
授業計画	<p><b>1 学期計画</b></p> <p>4月 オリエンテーション [授業の概要説明(意義・内容・評価) 集団行動・新体力テスト 体づくり運動</p> <p>5月 水泳 (女子) 屋内球技 (男子)</p> <p>6月 水泳 (女子) →屋内球技 屋内球技 (男子) →水泳</p> <p>7月 屋内球技 (女子) 水泳 (男子) ダンス (男女)</p>	<p><b>2 学期計画</b></p> <p>9月 体育祭に向けての演技練習 (男子) 体育祭に向けての演技練習 (女子)</p> <p>10月 体育祭に向けての演技練習 (男子) 体育祭に向けての演技練習 (女子)</p> <p>11月・12月 持久走 (校内ロードレースに向けて)</p> <p><b>3 学期計画</b></p> <p>1月 屋内外球技 (男子) 選択 屋内外球技 (女子) 選択</p> <p>2・3月 屋内外球技 (男子) 選択 屋内外球技 (女子) 選択</p>
評価の観点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「知識・理解」・・・運動技能の仕組みと高め方を理解し、実践している。またルールについて理解できているか。</li> <li>・「思考・判断・表現」・・・課題を見つけ、その解決を目指して、運動の仕方を工夫しているか。また、学習カードに個人の考えが記入できているか。</li> <li>・「学びに向かう力、人間力など」・・・課題解決に向けて、粘り強く取り組んでいるか。また、仲間と協力し準備・片付け、作戦を考えるなどができているか。</li> </ul>	
評価の材料	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業態度の観察</li> <li>・学習カード (ノート)</li> <li>・スキルテスト</li> <li>・試合やタイム等の結果</li> </ul>	
履修上の注意	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本校指定の体育着を着用すること。また、こまめに洗濯し衛生面に気をつけること。</li> <li>・新型コロナウイルス感染症の感染対策をしながら、運動に取り組むこと。(マスク、手洗い、手指消毒等)</li> <li>・屋外での授業は、運動シューズを履き、また体育館内の授業は、体育館シューズを履く。</li> <li>・授業はチャイムと同時に始まります。休み時間のうちに活動場所へ移動すること。</li> <li>・見学者は授業前に申し出て指示を受けること。</li> <li>・貴重品の管理をしっかりと行なうこと。</li> <li>・装飾品は、安全管理上、禁止。</li> </ul>	

令和4年度 1学年保健シラバス

シラバス

沖縄県立八重山商工高等学校全日制課程

教科 (科目の種類)	学科 (コース) 名	学 年	単 位 数	履 修 期 間
保健体育	全学科(全コース)共通	1年	1単位	通年
	科目名	保健		

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、自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考・判断し、状況に応じて他者に伝える力を養う。また、生涯を通じて自らの健康の保持増進に努め、明るく豊かで活力ある生活を身につける。	
概 要	保健の学習においては、自己の課題に対し、積極的に取り組めるよう、健康的な生活を明るく前向きに展開すること、生涯を通じて充実した人生が送れるよう、深く考え、賢明に行動することを期待する。そのためには、生活習慣病などにも適切な配慮をおこない、心身ともに豊かに過ごしていくことができるようにする。講義形式だけでなく、実習やディスカッション、課題学習等、様々な形式の学習を実施する。	
授 業 計 画	<b>1 学期計画</b> <b>【第1章】 現代社会と健康</b> 第1節 健康の考え方 ①国民の健康水準の向上と変化する健康課題 ②健康の保持増進とヘルスプロモーション 第2節 現代の感染症とその予防 ①感染症の予防 ②性感染症とその予防 第3節 生活習慣病などの予防と回復 ①生活習慣病の予防 ②食事と健康 ③健康と運動・休養・睡眠 ④がんの発生と予防 <b>2 学期計画</b> 第4節 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 ①喫煙と健康 ②飲酒と健康 ③薬物乱用とその予防	第5節 精神疾患の予防と回復 ①脳と神経の働き ②欲求不満と適応機制 ③心の健康と精神疾患 ④精神疾患の予防と回復のために <b>3 学期計画</b> <b>【第2章】 安全な社会生活</b> 第1節 安全な社会づくり ①交通事故と安全の確保 ②安全・安心な社会づくり 第2節 応急手当 ①適切な応急手当の手順 ②心肺蘇生法の実践 ③日常的な応急手当
評 価 の 観 点	「知識・理解」・・・課題解決に役立つ基礎的事項を理解しているか。(定期試験)など総合的に評価する。 「思考・判断・表現等」・・・学習したことを総合的に考え、判断し、それらを発言・発信できているか。(発表・提出物) 「学びに向かう力、人間力など」・・・知識を習得し、思考力・判断力・表現力を身につけることに粘り強く取り組んでいるか。意欲的に取り組んでいるか。	
教 材	教科書：高等学校保健体育 Textbook (第一学習社) 副教材：保健体育ノート (第一学習社) 副教材：高等学校保健体育 Activity (第一学習社)	
履 修 上 の 注 意	[学習にあたって] ・教科書、学習ノートを必ず用意し、配布される資料やプリントはきちんと保存すること。 ・提出物は遅れず、忘れずに確実に提出すること。 ・ノートをとる際は、ただ板書やスライドを書き写すだけでなく、気づいたことや考えたこと、他の人や先生の発言の中から大切なことを記入するなど工夫すること。 ・考査は、期末考査の3回(1, 2, 3学期)である。	

令和 4年度 2学年体育シラバス

シラバス

沖縄県立八重山商工高等学校全日制課程

教科(科目の種類)	学科(コース)名	学年	単位数	履修期間
保健体育	全学科(全コース)	2年	2単位	通年
	科目名	体育		

目標	<p>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し、コンディション・体力の維持・向上、公正、協力、責任などの態度を育て生涯を通じて継続的に楽しく運動ができる能力を育てる。</p> <p>体育の授業を通して、健康で疾病にならない身体づくり、体力作りができるようにする。</p>	
概要	<p>生涯にわたる豊かなスポーツライフの基礎づくりとして位置づけ、生徒一人一人が、能力・適正に応じて自らの運動の課題を、解決することにより、運動の楽しさや喜びを味わう。</p>	
授業計画	<p><b>1 学期計画</b></p> <p>4月 オリエンテーション [授業の概要説明(意義・内容・評価) 集団行動・新体力テスト 体づくり運動</p> <p>5月 水泳(女子) 屋内球技(男子)</p> <p>6月 水泳(女子)→屋内球技 屋内球技(男子)→水泳</p> <p>7月 屋内球技(女子) 水泳(男子) ダンス(男女)</p>	<p><b>2 学期計画</b></p> <p>9月 体育祭に向けての演技練習(男子) 体育祭に向けての演技練習(女子)</p> <p>10月 体育祭に向けての演技練習(男子) 体育祭に向けての演技練習(女子)</p> <p>11月・12月 持久走(校内ロードレースに向けて)</p> <p><b>3 学期計画</b></p> <p>1月 器械運動/屋内球技(男子)選択 屋外球技(女子)選択</p> <p>2・3月 屋外球技(男子)選択 器械運動/屋内球技(女子)選択</p>
評価の観点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「知識・理解」・・・運動技能の仕組みと高め方を理解し、実践している。またルールについて理解できているか。</li> <li>・「思考・判断・表現」・・・課題をみつけ、その解決を目指して、運動の仕方を工夫しているか。また、学習カードに個人の考えが記入できているか。</li> <li>・「学びに向かう力、人間力など」・・・課題解決に向けて、粘り強く取り組んでいるか。また、仲間と協力し準備・片付け、作戦を考えるなどができているか。</li> </ul>	
評価の材料	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業態度の観察</li> <li>・学習カード(ノート)</li> <li>・スキルテスト</li> <li>・試合やタイム等の結果</li> </ul>	
履修上の注意	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本校指定の体育着を着用すること。また、こまめに洗濯し衛生面に気をつけること。</li> <li>・コロナウイルス感染症の感染対策をしながら、運動に取り組むこと。(マスク、手洗い、手指消毒等)</li> <li>・屋外での授業は、運動シューズを履き、また体育館内の授業は、体育館シューズを履く。</li> <li>・授業はチャイムと同時に始まります。休み時間のうちに活動場所へ移動すること。</li> <li>・見学者は授業前に申し出て指示を受けること。</li> <li>・貴重品の管理をしっかりと行なうこと。</li> <li>・装飾品は、安全管理上、禁止。</li> </ul>	

令和4年度 2学年保健シラバス

シラバス

沖縄県立八重山商工高等学校全日制課程

教科(科目の種類)	学科(コース)名	学年	単位数	履修期間
保健体育	全学科(全コース)共通	2年	1単位	通年
	科目名	保健		

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つける。	
概要	生涯の各段階における健康や、生活習慣病・環境問題・高齢化社会の問題等が山積している現在、「保健」の学習においては、健康的な生活を明るく前向きに展開し、生涯を通じて充実した人生が送れるよう、講義形式だけでなく、実習やディスカッション、課題学習等、様々な形式の学習を実施する。	
授業計画	<p>1 学期計画</p> <p>【2 単元】生涯を通じる健康</p> <p>(1) 思春期と健康</p> <p>(2) 性への関心・欲求と性行動</p> <p>(3) 妊娠・出産と健康</p> <p>(4) 避妊法と人工妊娠中絶</p> <p>(5) 結婚生活と健康</p> <p>(6) 中高年期と健康</p> <p>(7) 医薬品とその活用</p> <p>(8) 医療サービスとその活用</p> <p>2 学期計画</p> <p>(9) 保健サービスとその活用</p> <p>(10) さまざまな保健活動や対策</p>	<p>【3 単元】社会生活と健康</p> <p>(1) 大気汚染と健康</p> <p>(2) 水質汚濁、土壌汚染と健康</p> <p>(3) 環境汚染を防ぐ取り組み</p> <p>(4) ごみの処理と上下水道の整備</p> <p>(5) 食品の安全を守る活動</p> <p>(6) 働くことと健康</p> <p>3 学期計画</p> <p>・保健に関する内容の新聞・レポート作成 (図書館利用)</p>
評価の観点	<p>「知識・理解」・・・課題解決に役立つ基礎的事項を理解しているか。(定期試験)など総合的に評価する。</p> <p>「思考・判断・表現等」・・・学習したことを総合的に考え、判断し、それらを発言・発信できているか。(発表・提出物)</p> <p>「学びに向かう力、人間力など」・・・知識を習得し、思考力・判断力・表現力を身につけることに粘り強く取り組んでいるか。意欲的に取り組んでいるか。(授業への取り組み)</p>	
教材	<p>教科書：現代保健体育 改訂版 (大修館書店)</p> <p>副教材：現代保健ノート 改訂版 (大修館書店)</p>	
履修上の注意	<p>[学習にあたって]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・教科書、学習ノートを必ず用意し、配布される資料やプリントはきちんと保存すること。</li> <li>・提出物は遅れず、忘れずに確実に提出すること。</li> <li>・ノートをとる際は、ただ板書やスライドを書き写すだけでなく、気づいたことや考えたこと、他の人や先生の発言の中から大切なことを記入するなど工夫すること。</li> <li>・考査は、期末考査の2回(1, 2学期)である。3学期は保健に関する内容の新聞を作成する。</li> </ul>	

令和 4年度 3学年体育シラバス

シラバス

沖縄県立八重山商工高等学校全日制課程

教科(科目の種類)	学科(コース)名	学年	単位数	履修期間
保健体育	全学科(全コース)	3年	3単位	通年
	科目名	体育		

目標	<p>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し、コンディション・体力の維持・向上、公正、協力、責任などの態度を育て生涯を通じて継続的に楽しく運動ができる能力を育てる。</p> <p>体育の授業を通して、健康で疾病にならない身体づくり、体力作りができるようにする。</p>	
概要	<p>生涯にわたる豊かなスポーツライフの基礎づくりとして位置づけ、生徒一人一人が、能力・適正に応じて自らの運動の課題を、解決することにより、運動の楽しさや喜びを味わう。</p>	
授業計画	<p><b>1 学期計画</b></p> <p>4月 オリエンテーション [授業の概要説明(意義・内容・評価) 集団行動・新体力テスト 体づくり運動</p> <p>5月 水泳(女子) 屋内球技(男子)</p> <p>6月 水泳(女子)→屋外球技 屋内球技(男子)→水泳</p> <p>7月 屋外球技(女子) 水泳(男子) ダンス(男女)</p>	<p><b>2 学期計画</b></p> <p>9月 体育祭に向けての演技練習(男子) 体育祭に向けての演技練習(女子)</p> <p>10月 体育祭に向けての演技練習(男子) 体育祭に向けての演技練習(女子)</p> <p>11月・12月 持久走(校内ロードレースに向けて)</p> <p><b>3 学期計画</b></p> <p>1・2月 屋外球技(男子) 選択 屋内球技(女子) 選択</p>
評価の観点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「知識・理解」・・・運動技能の仕組みと高め方を理解し、実践している。またルールについて理解できているか。</li> <li>・「思考・判断・表現」・・・課題をみつけ、その解決を目指して、運動の仕方を工夫しているか。また、学習カードに個人の考えが記入できているか。</li> <li>・「学びに向かう力、人間力など」・・・課題解決に向けて、粘り強く取り組んでいるか。また、仲間と協力し準備・片付け、作戦を考えるなどができているか。</li> </ul>	
評価の材料	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業態度の観察</li> <li>・学習カード(ノート)</li> <li>・スキルテスト</li> <li>・試合やタイム等の結果</li> </ul>	
履修上の注意	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本校指定の体育着を着用すること。また、こまめに洗濯し衛生面に気をつけること。</li> <li>・新型コロナウイルス感染症の感染対策をしながら、運動に取り組むこと。(マスク、手洗い、手指消毒)</li> <li>・屋外での授業は、運動シューズを履き、また体育館内の授業は、体育館シューズを履く。</li> <li>・授業はチャイムと同時に始まります。休み時間のうちに活動場所へ移動すること。</li> <li>・見学者は授業前に申し出て指示を受けること。</li> <li>・貴重品の管理をしっかり行なうこと。</li> <li>・装飾品は、安全管理上、禁止。</li> </ul>	