年間授業計画 新様式例

高等学校 令和４年度（１学年用） 教科　保健体育　　科目 保健

教　科：保健体育　　科　目：保健　　単位数：　1　単位

対象学年組：第　1 学年　1 組～　8 組

使用教科書：（ 現代高等保健体育（大修館）　　）

教科　保健体育　　の目標：

【 知 識 及 び 技 能 】各種の運動の特性に応じた技能及び社会生活における健康。安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、解決に向けて思考し判断するとともに他者に伝える力を養う。

【学びに向かう力、人間性等】生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進・体力の向上を目指し、豊かな生活を営む態度を養う。

科目　保健　　の目標：

【知識及び技能】	【思考力、判断力、表現力等】	【学びに向かう力、人間性等】
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とともに、技能を身に付けるようにする。	健康についての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し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。	生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、活力ある生活を営む態度を養う。

	単元の具体的な指導目標	指導項目・内容	評価規準	知	思	態	配当時数
1学期	現代社会と健康 【知識及び技能】 現代社会における個人及び集団の健康について、理解を深めるとともに、技能を身に付けるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会における個人及び集団の健康について、自他や社会の課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。 【学びに向かう力、人間性等】 現代社会における個人及び集団の健康について、健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、活力ある生活を営む態度を養う。	・指導事項 健康の考え方 現代の感染症とその予防 生活習慣病などの予防と回復 ・教材 タイマー、PC ・一人１台端末の活用　等 振り返りやまとめでのオンライン教材の活用	【知識・技能】 現代社会における個人及び集団の健康について、理解を深めるとともに、技能を身に付けている。 【思考・判断・表現】 現代社会における個人及び集団の健康について、自他や社会の課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えようとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 現代社会における個人及び集団の健康について、健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、活力ある生活を営む態度もって取り組もうとしている。	○	○	○	
	定期考査			○	○		1
2学期	現代社会と健康 【知識及び技能】 現代社会における個人及び集団の健康について、理解を深めるとともに、技能を身に付けるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会における個人及び集団の健康について、自他や社会の課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。 【学びに向かう力、人間性等】 現代社会における個人及び集団の健康について、健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、活力ある生活を営む態度を養う。	・指導事項 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 精神疾患の予防と回復 ・教材 タイマー、PC ・一人１台端末の活用　等 振り返りやまとめでのオンライン教材の活用	【知識・技能】 現代社会における個人及び集団の健康について、理解を深めるとともに、技能を身に付けている。 【思考・判断・表現】 現代社会における個人及び集団の健康について、自他や社会の課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えようとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 現代社会における個人及び集団の健康について、健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、活力ある生活を営む態度もって取り組もうとしている。	○	○	○	
	定期考査			○	○		1
3学期	現代社会と健康 【知識及び技能】 安全な社会生活について、理解を深めるとともに、技能を身に付けるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 安全な社会生活について、自他や社会の課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。 【学びに向かう力、人間性等】 安全な社会生活について、健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、活力ある生活を営む態度を養う。	・指導事項 安全な社会づくり 応急手当 ・教材 タイマー、PC ・一人１台端末の活用　等 振り返りやまとめでのオンライン教材の活用	【知識・技能】 安全な社会生活について、理解を深めるとともに、技能を身に付けている。 【思考・判断・表現】 安全な社会生活について、自他や社会の課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えようとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 安全な社会生活について、健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、活力ある生活を営む態度もって取り組もうとしている。	○	○	○	
	定期考査			○	○		1 合計 3

年間授業計画 新様式例

高等学校 令和４年度（１学年用） 教科　保健体育　　科目 保健

教　科：保健体育　　科　目：保健　　単位数：　1　単位

対象学年組：第　1 学年　1 組～　8 組

使用教科書：（ 現代高等保健体育（大修館）　　）

教科　保健体育　　の目標：

【 知 識 及 び 技 能 】各種の運動の特性に応じた技能及び社会生活における健康。安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、解決に向けて思考し判断するとともに他者に伝える力を養う。

【学びに向かう力、人間性等】生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進・体力の向上を目指し、豊かな生活を営む態度を養う。

科目　保健　　の目標：

【知識及び技能】	【思考力、判断力、表現力等】	【学びに向かう力、人間性等】
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とともに、技能を身に付けるようにする。	健康についての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し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。	生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、活力ある生活を営む態度を養う。

	単元の具体的な指導目標	指導項目・内容	評価規準	知	思	態	配当時数
1学期	現代社会と健康 【知識及び技能】 現代社会における個人及び集団の健康について、理解を深めるとともに、技能を身に付けるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会における個人及び集団の健康について、自他や社会の課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。 【学びに向かう力、人間性等】 現代社会における個人及び集団の健康について、健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、活力ある生活を営む態度を養う。	・指導事項 健康の考え方 現代の感染症とその予防 生活習慣病などの予防と回復 ・教材 タイマー、PC ・一人１台端末の活用　等 振り返りやまとめでのオンライン教材の活用	【知識・技能】 現代社会における個人及び集団の健康について、理解を深めるとともに、技能を身に付けている。 【思考・判断・表現】 現代社会における個人及び集団の健康について、自他や社会の課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えようとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 現代社会における個人及び集団の健康について、健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、活力ある生活を営む態度もって取り組もうとしている。	○	○	○	
	定期考査			○	○		1
2学期	現代社会と健康 【知識及び技能】 現代社会における個人及び集団の健康について、理解を深めるとともに、技能を身に付けるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会における個人及び集団の健康について、自他や社会の課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。 【学びに向かう力、人間性等】 現代社会における個人及び集団の健康について、健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、活力ある生活を営む態度を養う。	・指導事項 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 精神疾患の予防と回復 ・教材 タイマー、PC ・一人１台端末の活用　等 振り返りやまとめでのオンライン教材の活用	【知識・技能】 現代社会における個人及び集団の健康について、理解を深めるとともに、技能を身に付けている。 【思考・判断・表現】 現代社会における個人及び集団の健康について、自他や社会の課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えようとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 現代社会における個人及び集団の健康について、健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、活力ある生活を営む態度もって取り組もうとしている。	○	○	○	
	定期考査			○	○		1
3学期	現代社会と健康 【知識及び技能】 安全な社会生活について、理解を深めるとともに、技能を身に付けるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 安全な社会生活について、自他や社会の課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。 【学びに向かう力、人間性等】 安全な社会生活について、健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、活力ある生活を営む態度を養う。	・指導事項 安全な社会づくり 応急手当 ・教材 タイマー、PC ・一人１台端末の活用　等 振り返りやまとめでのオンライン教材の活用	【知識・技能】 安全な社会生活について、理解を深めるとともに、技能を身に付けている。 【思考・判断・表現】 安全な社会生活について、自他や社会の課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えようとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 安全な社会生活について、健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、活力ある生活を営む態度もって取り組もうとしている。	○	○	○	
	定期考査			○	○		1 合計 3

令和４年度　授業実施計画書

学　年	２　年
教 科 名	保健体育
科 目 名	保　健
単 位 数	1
必修選択区分	必履修
使用教科書	現代高等保健体育　改訂版（大修館書店）
使用副教材	

学習の目標	1学期	個人生活及び社会生活における健康・安全に関する理解を通して、自己の健康を適切に管理し改善していく、思考力・判断力などの資質や能力を身に付ける。
	2学期	生涯にわたって健康を保持増進していくためには、生涯の各段階の健康課題に応じた自己の健康管理と環境が重要であることを理解する。
	3学期	心身の健康の保持増進の実践力を育成するため、知識を活用する学習活動を取り入れ、思考力・判断力などの資質や能力を身に付ける。
担当者からのコメント		個人生活及び社会生活における健康・安全に関する内容を重視する観点から、単なる暗記や知識理解にとどまらず、適切な意志決定や行動選択ができるよう指導していく。

成績評価	観点	関心・意欲・態度　健康課題について関心をもち、課題の解決に向けて意欲的に取り組もうとする。 思考・判断　健康課題の解決を目指して総合的に考え、判断し、それらを表している。 知識・理解　健康課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。
	方法	テスト、課題、ノート、授業への取り組む姿勢を総合的に判断する。

授業計画	学期		時間	指導内容	備考
	1学期	中間	6	生涯を通じる健康	定期考査は期末考査のみである。
		期末	6	生涯を通じる健康	
	2学期	中間	7	生涯を通じる健康	定期考査は期末考査のみである。
		期末	7	生涯を通じる健康 社会生活と健康	
	3学期	学年末	9	社会生活と健康 １・２年のまとめ	学年末考査は１・２年の総復習とする。

東京都立八王子東高等学校

令和４年度　授業実施計画書

学　年	２　年
教 科 名	保健体育
科 目 名	体　育
単 位 数	2
必修選択区分	必履修
使用教科書	現代高等保健体育　改訂版（大修館書店）
使用副教材	

学習の目標	1学期	競技の特性や魅力に応じて「ゴール型」「ダンス」「水泳」の運動を楽しみ、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成する。
	2学期	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、計画的な実践を通して、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。
	3学期	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能力を育てる。
担当者からのコメント		豊かなスポーツライフを継続する資質や能力の育成、健康の保持増進のための実践力の育成、体力の向上を１年次に引き続き育てていく。

成績評価	観点	運動への関心・意欲・態度　授業への取り組み、出席状況、 運動の技能　各種目でのスキルの到達度 運動の知識・理解　各種目の技術の特性・構造やルールの理解度、安全に対する配慮 運動への思考・判断　自己の能力に応じた課題設定、課題解決、練習の工夫
	方法	担当教諭によるスキルテスト、出席状況、授業への取り組みなどを総合的に評価する。

授業計画	学期		時間	指導内容	備考
	1学期	中間	12	・ サッカー　・ ソフト　・ ダンス	体力テストは授業内で行う。 水泳の時期は２時間とも水泳を行う。
		期末	12	・ サッカー　・ ダンス　・ 水泳	
	2学期	中間	14	・ 水泳　・ サッカー　・ ダンス	水泳課題は バタフライ及び背泳ぎ
		期末	14	・ サッカー　・ ソフト　・ ダンス	
	3学期	学年末	18	・ 持久走（時間走、1500m走）	持久走は校内敷地を走る。

東京都立八王子東高等学校

令和４年度　授業実施計画書

学　年	２　年
教 科 名	保健体育
科 目 名	体　育
単 位 数	2
必修選択区分	必履修
使用教科書	現代高等保健体育　改訂版（大修館書店）
使用副教材	

学習の目標	１学期	運動の合理的、計画的な実践を通して、勝敗を競う楽しさや喜び、技を高めて勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、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する。
	２学期	競技の特性の応じて「ゴール型」、「ネット型」の運動を楽しみ、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成する。
	３学期	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能力を育てる。
担当者からのコメント		豊かなスポーツライフを継続する資質や能力の育成、健康の保持増進のための実践力の育成、体力の向上を１年次に引き続き育てていく。

成績評価	観点	運動への関心・意欲・態度　　授業への取り組み、出席状況、 運動の技能　　各種目でのスキルの到達度 運動の知識・理解　　各種目の技術の特性・構造やルールの理解度、安全に対する配慮 運動への思考・判断　　自己の能力に応じた課題設定、課題解決、練習の工夫
	方法	担当教諭によるスキルテスト、出席状況、授業への取り組みなどを総合的に評価する。

授業計画	学期		時間	指導内容	備考
	１学期	中間	12	・　バレーボール ・　剣道 または 柔道	体力テストは授業内で行う。 水泳の時期は２時間とも水泳を行う。
		期末	12	・　バレーボール ・　剣道 または 柔道 ・　水泳	
	２学期	中間	14	・　水泳 ・　ハンドボール ・　器械体操	水泳課題は バタフライ及び背泳ぎ 選択種目は人数が均等になるようにする。
		期末	14	・　ハンドボール ・　器械体操	
	３学期	学年末	18	・　持久走（時間走、2000m走）	持久走は校内敷地を走る。

東京都立八王子東高等学校

令和４年度　授業実施計画書

学　年	３　年
教 科 名	保健体育
科 目 名	体　育
単 位 数	2
必修選択区分	必履修
使用教科書	現代高等保健体育　改訂版（大修館書店）
使用副教材	

学習の目標	1学期	・　２学年までの学習を基礎に、球技種目（９種目から１種目を選択）をグループ学習する。 ・　生涯体育を見据え、生徒が活動を計画・実行し評価しながら授業を進める。 ・　自己の体力や技能にあった運動を考え実施することができる資質や能力を養う。 ・　受験に備え、体力の保持・増進を図る。
	2学期	・　球技種目（１学期と異なる種目を選択）をグループ学習する。（授業の進め方は１学期同様） ・　生涯体育を見据え、生徒が活動を計画・実行し評価しながら授業を進める。 ・　自己の体力や技能にあった運動を考え実施することができる資質や能力を養う。 ・　受験に備え、体力の保持・増進を図る。
	3学期	個別指導となるため、各生徒の課題を解決する。
担当者からのコメント		３学年は、男女共修とする。また、生徒自身が計画して授業をおこなうため、 １・２学年以上に責任感や協調性、積極性が求められる。

成績評価	観点	運動への関心・意欲・態度　　授業への取り組み、出席状況、提出物 運動の技能　　各種目でのスキルの到達度 運動の知識・理解　　各種目のルールの理解度、安全に対する配慮 運動への思考・判断　　活動（練習）計画の作成とその工夫
	方法	１．担当教諭によるスキルテスト　　２．生徒による相互評価（スキルテスト） ３．レポート　　４．グループノート　　５．個人カード（反省、課題等の記録） ６．出席状況　　７．授業への取り組み 以上を総合的に評価する。

授業計画	学期		時間	指導内容	備考
	1学期	中間	9	活動計画（ノート）に従って活動し、授業後に個人カードを記録し、次回の授業の際に担当に提出する。	個人カード、グループノートは毎回指導する。テスト（生徒）は評価が適正になるよう指導する。
		期末	10	スキルテスト（教諭、生徒）の実施。レポートの提出。 水泳（１００m個人メドレー計測）	
	2学期	中間	12	活動計画（ノート）に従って活動し、授業後に個人カードを記録し、次回の授業の際に担当に提出する。	個人カード、グループノートは毎回指導する。テスト（生徒）は評価が適正になるよう指導する。
		期末	10	スキルテスト（教諭、生徒）の実施。レポートの提出。	
	3学期	学年末	14	個別指導	生徒別に課題を設定し指導する。

東京都立八王子東高等学校