

2024年度 学校案内



東京都立光丘高等学校

TOKYO デジタルリーディングハイスクール指定校
<https://www.metro.ed.jp/hikarigaoka-h/>

アドミッション・ポリシー

- 人の話を聴き、共感する心もちつつ、自分の意見を持ち、自分の言葉で表現できる生徒
- 仲間を大切にし、学び合い、育ち合うことにより、自らを高めようとする生徒
- 地道な努力を続ける忍耐力を持ち、その自信に裏打ちされた自己肯定感をもつ生徒

グラデュエーション・ポリシー

- いつも感謝を忘れず、自他を尊重し、共に社会を支えることにやりがいをもてる人間

教育目標 — 信愛・気魄・創造 —

しんあい
信愛
豊かな人間性

人間尊重を心がけ、常に誠意をもって人に接し、人から信じられ愛される人間になる

きはく
気魄
気力・体力
気概・忍耐力

なにごとにも責任をもってやりとげる気概と忍耐力を養う

そうぞう
創造
学力
自己創造力

広い視野にたって、常に新しいものを創りだすように努力する

学校長挨拶 校長 瀧本 秀人

あなたは自分の将来をどのように描いていますか？どんなことを望んでいますか？難しい質問だと思います。あなたはこのことに答える前に、まだ多くのことを学んでいかなければならないかもしれません。光丘高校はみなさんの将来に向き合い、一人ひとりが自分らしい人生を切り拓くために必要な資質や能力を育成する様々な取り組みを行っています。

昨年度より、東京都教育委員会から「学びの基盤プロジェクト」協力校として、学びの在り方について研究を行っています。また、今年度からは「TOKYO デジタル・リーディング・ハイスクール」の指定を受け、個別最適化された学習方法の研究にも取り組んでいます。これらの取り組みはあなたの好奇心を刺激し、知的な力や、表現力、判断力を得る良い機会を与えてくれると思います。この不確実な時代に私たちが社会を改善するためには様々な力が必要だと考えます。自己を高めること。しかし、一人で行動しても大きな変化はありません。協力して取り組むこと。そして、一人ひとりが自分の可能性を発揮できる未来を目指します。光丘高校であなたの夢を叶えてください。



特色ある教育活動

- 大学進学にも対応した選択が可能。
- 2年での文系・理系選択。
- 3年での多様な自由選択科目。
- 国語 12 単位以上、数学 9 単位以上、英語 13 単位以上 基礎から応用まで幅広く対応。
- 現代の国語、数学 I では習熟度別、論理・表現 I では少人数授業をそれぞれ実施。
- 東京都教育委員会「スキルアップ推進校」に指定され、グローバルスキルとデジタルスキルの向上を目指します。方策として英検対策の講習が無料で受けられます。また Word・Excel・PowerPoint を学ぶ講座を夏季休業期間に無料で実施します。

▼ 令和 6 年度入学生 教育課程表（3 年間で学ぶこと）

| 単位 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | |
|-----------|----|---|----------|-------------------|-------------------|---------------------|--------------------|----------|------------|--------------|----------|----------|------------------|----------|---------|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--|
| 1 年 | 共通 | 現代の国語 (2) | 言語文化 (2) | 芸術 I (2) | 英語コミュニケーション I (3) | 論理・表現 I (2) | 情報 I (2) | 数学 I (3) | 数学 A (2) | 体育 (3) | 保健 (1) | 生物基礎 (2) | 化学基礎 (2) | 地理総合 (2) | 探究 (1) | LHR (1) | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 年 | 文系 | 論理国語 (2) | 文学国語 (2) | 古典探究 (2) | 数学 II (4) | 芸術 II (2) | 英語コミュニケーション II (4) | 家庭総合 (2) | 体育 (3) | 保健 (1) | 物理基礎 (2) | 公共 (2) | 歴史総合 (2) | 探究 (1) | LHR (1) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 理系 | | | 数学 B (2) | | | | | | | | | | | | 化学/生物 (2) | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 年 | 文系 | 論理国語 (2) | 文学国語 (2) | 古典探究 (2) | 日本史探究 / 世界史探究 (4) | 英語コミュニケーション III (4) | 体育 (2) | 家庭総合 (2) | 必修選択科目 (2) | 自由選択科目 (0~8) | 探究 (1) | LHR (1) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 理系 | | | 理系数学演習 / 数学 C (2) | | | | | | | | | 物理 / 化学 / 生物 (4) | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 年必修選択科目 | | 政治・経済 (2) 化学 (2) 生物 (2) 生涯スポーツ (2) 音楽 III (2) 美術 III (2) 書道 III (2) 論理・表現 II (2) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 年自由選択科目 | | 文章表現演習 (2) 地理演習 (2) 日本史演習 (2) 世界史演習 (2) 数学 III (4) 文系数学演習 (2) 物理基礎演習 (2) 化学基礎演習 (2) 生物基礎演習 (2) 幼児音楽 (2) 生活書道 (2) 受験英語 (上級) (2) 論理・表現 II (2) 中国語 (2) 情報 II (2) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

※表中の () 内の数字は週当たりの授業時間数を示しています。

※1・2年の芸術は、音楽・美術・書道から1科目を選択します。

※選択科目の取り方などには条件がある場合があります。詳しくはお問い合わせください。

※カリキュラム変更の可能性があります。

進路実現に向けて

▼主な進路状況 (過去3年間)



▼進路指導関連行事



公務員受験指導 就職講演会 卒業生進路体験談 進路指導風景

主な指定校推薦・学校名 (令和4年度指定校)

指定校推薦の大学・短期大学・専門学校は他にもあります。

| 大学 (50音順) | 短期大学 (50音順) | 専門学校 (分野別) |
|------------------------------|------------------------------|-------------------------|
| 亜細亜大学 | 秋草学園短期大学 | 看護 |
| 跡見学園女子大学 | 大妻女子大学短期大学部 | 板橋中央看護専門学校 |
| 嘉悦大学 | 国際学院埼玉短期大学 | 帝京高等看護学院 |
| 関東学院大学 | 国際短期大学 | 聖和看護専門学校 |
| 工学院大学 | 駒沢女子短期大学 | 医療 (理学療法・臨床検査・放射線・歯科衛生) |
| 国土館大学 | 淑徳大学短期大学部 | 東都リハビリテーション学院 |
| こども教育宝仙大学 | 上智大学短期大学部 | 西武学園医学技術専門学校 |
| 駒澤女子大学 | 城西短期大学 | 東洋公衆衛生学院 |
| 埼玉学園大学 | 女子栄養大学短期大学部 | 東京柔道整復専門学校 |
| 埼玉工業大学 | 白梅学園短期大学 | アポロ歯科衛生士専門学校 |
| 実践女子大学 | 聖徳大学短期大学部 | 教育・福祉 |
| 十文字学園女子大学 | 星美学園短期大学 | 竹早教育保育士養成所 |
| 淑徳大学 | 帝京短期大学 | 聖徳大学幼児教育専門学校 |
| 十文字学園女子大学 | 真静学園短期大学 | 東京教育専門学校 |
| 城西国際大学 | 戸板女子短期大学 | 東京保育専門学校 |
| 城西国際大学 | 聖学院大学 | 草苑保育専門学校 |
| 尚美学園大学 | 西武文理大学 | 東京YMCA社会体育保育専門学校 |
| 女子栄養大学 | 大正大学 | 工業 |
| 白梅学園大学 | 東洋大学 (理工・総合情報・生命) | 専門学校中央工学校 |
| 駿河台大学 | 東洋大学 (イフンゴコース) (教育・経済・経営・社会) | 駿台トラベル&ホテル専門学校 |
| 城西国際大学 | 東洋学園大学 | 東京YMCA 国際ホテル専門学校 |
| 東京電機大学 | 日本経済大学 | ホスピタリティツーリズム専門学校 |
| 東京福祉大学 | 大東文化大学 | 専門学校日本ホテルスクール |
| 東京富士大学 | 高千穂大学 | 専門学校中央工学校 |
| 東京保健医療専門職大学 | 拓殖大学 | 日本電子専門学校 |
| 東洋大学 (理工・総合情報・生命) | 多摩大学 | 東京電子専門学校 |
| 東洋大学 (イフンゴコース) (教育・経済・経営・社会) | | 日本工学院 |
| 東洋学園大学 | | 文化教養 |
| 日本経済大学 | | 駿河台大学 |
| 日本工業大学 | | 駿河台大学 |
| 日本文化大学 | | 聖学院大学 |
| 日本薬科大学 | | 西武文理大学 |
| 文化学園大学 | | 大正大学 |
| | | 東洋大学 |
| | | 東洋学園大学 |
| | | 日本経済大学 |
| | | 大東文化大学 |
| | | 高千穂大学 |
| | | 拓殖大学 |
| | | 多摩大学 |

光丘高校 (ひかこう) の魅力

落ち着いた雰囲気

- 都立高校の中でも有数の落ち着いた雰囲気。
- きめ細かい指導と、毅然とした対応。
- きちんとした対応による、いじめ防止。
- 保護者の感想「校内での身だしなみが、きちんとして、服装では、上級生下級生の区別がつかないほど、着崩しがみられない。」
- 近隣の方から「服装等、落ち着いた生徒さんで好感が持てる。」との声。

進路指導

- 令和5年3月卒、進路決定率 91% !!
- 四大合格 99 (48.5%)、GMARCH (過去6年中大1)、四工大 (芝浦、東京都市、工学院、東京電機) 1、日東駒専 5、大東亜帝国 14
- 専門学校合格 55 (27.0%)、都立看護専門学校 2 (広尾看護1、府中看護1)、私立看護専門学校 3
- 民間就職 17名 (10.8%) (希望者 100% 達成) きめ細かい指導で進学率も上昇傾向にあります。

学習

- 数学、国語で習熟度別授業、英語で少人数指導を実施。習熟度に対応したクラスを設置し、大学進学対応できる力の育成。
- 東京都教育委員会研究校として、AI学習ソフト「すらら」を無料で使用できる。
- 東京都教育委員会「スキルアップ」推進校指定。英検対策の講習を無料で受けられる。また Word・Excel・PowerPoint を学ぶ無料講座を夏季休業期間に実施。

部活動

- 文化スポーツ等特別推薦「硬式野球」「男子バスケットボール」「サッカー」「剣道」
- 過去4年間の主な成績
全国大会に3部活動出場「剣道：全国高校選抜剣道大会男子団体」「茶道：全国高校生総合文化祭 (文化部のインターハイ) 東京都代表」「演劇：全国高校総合文化祭 (文化部のインターハイ) 優秀校公演」

行事

- 4月遠足、5月体育祭、9月文化祭、11月修学旅行 (2学年次)。
- 生徒が自律的主体的に動くようにした充実感溢れた学校行事。
- コロナ禍のもと、できる範囲の中で最大限実施。生徒の感想「昨年は、コロナ禍の中、文化祭ができて感謝」という声。

施設設備

- 都立高校の標準的なモデル高校として、1976年 (46年前) に、グラントハイツ跡地に建設。明るく、広々とした校舎。
- サッカー高体連公式試合が行える広い校庭。テニスコートは常に高コンディション。

光丘高校の学校行事



※学校行事は、年度により変更になる可能性があります。

1 学期

4

- 入学式
- 新入生オリエンテーション
- スポーツテスト
身体測定
- 遠足
- 実力テスト

5

- 防災訓練
- 生徒総会
- 中間考査
- 体育祭

6

- 授業公開
- 面談週間
- 芸術鑑賞教室

7

- 期末考査**
- 夏期講習
- 中学生向け
学校見学会

8

- 部活動合宿
- 夏期講習
- 中学生向け
学校見学会

9

- 光陵祭 (文化祭)
- 実力テスト**

10

- 中間考査**
- 授業公開
- 中学生向け
学校説明会

11

- 面談週間
- 中学生向け
学校説明会
- 修学旅行

12

- 交通安全教室
- 期末考査**

1

- 入学者選抜
(推薦)
- 実力テスト**

2 学期

2

- 入学者選抜
(一般)

3

- 卒業式
- 球技大会
- 学年末考査**

3 学期

部活動

運動系 (13)

- サッカー部
- 男子バスケットボール部
- バドミントン部
- 陸上競技部
- 柔道部
- 硬式テニス部
- ダンス部
- 女子バレーボール部
- 女子バスケットボール部
- 卓球部
- 剣道部
- 水泳部
- 硬式野球部

文化系 (12)

- 写真部
- 科学部
- 美術部
- マイコン部
- 中国語部
- 書道部
- 吹奏楽部
- 演劇部
- 茶道部
- 軽音楽部
- 文芸部
- E.S.S.部



女子バレーボール部



男子バスケットボール部



女子バスケットボール部



サッカー部



バドミントン部



卓球部



陸上競技部



剣道部



柔道部



水泳部



硬式テニス部



硬式野球部



ダンス部



写真部



吹奏楽部



科学部



演劇部



美術部



茶道部



マイコン部



軽音楽部



中国語部



文芸部



書道部



E.S.S.部

▼部活動見学について

本校では、部活動見学を受け付けています。興味のある中学生は、希望の部の顧問までお問い合わせください。

▼文化・スポーツ推薦について

本校では、文化・スポーツ等特別推薦を実施しています。令和5年度入試は、剣道、サッカー、硬式野球、男子バスケットボール、で実施しました。※実施する種目は、変更する場合があります。選抜は実技・面接・調査書で行います。



主な活動 近年の全国大会出場部活動

剣道部 令和元年度 全国高等学校剣道選抜大会出場 (男子団体)
演劇部 令和3年度 全国高等学校総合文化祭優秀校特別推薦 国立劇場出演
茶道部 令和3年度 全国高校生伝統文化フェスティバル 一茶道フェスティバル (京都) 東京都代表

剣道部
 ◎文化スポーツ等特別推薦実施部活動
 令和4年度 全国高等学校剣道大会東京都予選男子団体ベスト8 敢闘賞
 令和4年度 東京都新人戦男子団体ベスト8 敢闘賞
 令和4年度 全国高等学校剣道大会東京都予選女子団体ベスト16

サッカー部
 ◎文化スポーツ等特別推薦実施部活動
 令和元年度 全国高校総合体育大会 東京都支部予選 決勝進出
 令和元年度 全国高等学校選手権大会 東京都地区予選 決勝進出

男子バスケットボール部
 ◎文化スポーツ等特別推薦実施部活動
 令和4年度 新人戦第4支部大会 3回戦出場
 令和4年度 東京都総合体育大会 3回戦出場
 令和5年度 東京都春季大会 出場

硬式野球部
 ◎文化スポーツ等特別推薦実施部活動
 全国高等学校野球選手権大会西東京大会 出場
 秋季東京都高等学校野球大会 一次予選
 春季東京都高等学校野球大会 一次予選

陸上競技部
 令和3年度 東京都新人大会 円盤投げ7位 (ファイナリスト)
 令和3年度 東京都新人大会 やり投げ都大会決勝進出 (ファイナリスト)
 東京都高校駅伝出場

女子バスケットボール部
 令和4年度 新人大会出場 3回戦出場
 令和5年度 春季大会 2回戦出場
 令和5年度 東京都総合体育大会 3回戦出場

女子バレーボール部
 令和2年度 全国高校選手権都予選出場
 令和3年度 春季リーグ戦 3位
 令和4年度 春季リーグ戦 2位

柔道部
 令和元年度 都学年別大会 1学年ベスト32、3学年ベスト8
 令和3年度 男子団体支部予選 第5位都大会出場
 令和3年度 女子団体支部予選 第3位都大会出場

バドミントン部
 令和4年度 東京都春季高校バドミントン大会兼関東大会東京都予選 男子団体準々決勝進出
 令和4年度 東京都高等学校バドミントン新人大会兼全国高等学校選抜大会都予選大会 女子団体ベスト16

硬式テニス部
 令和2年度 男子都立対抗戦 (団体戦) 4回戦進出
 令和3年度 選手権大会 男子団体 3回戦進出
 令和3年度 選手権大会 女子団体 3回戦進出

水泳部
 練馬区民水泳大会等出場 2位、3位

卓球部
 令和4年度 東京都新人大会 出場
 令和5年度 東京都春季大会 出場
 令和5年度 東京都総合体育大会 出場

ダンス部
 SSDW CONTEST 参加
 TECHNOS DANCE PARK 参加
 DANCE STADIUM 新人戦 参加

演劇部
 令和2年度 城西地区大会予選通過東京都大会出場 落合橋一賞受賞
 令和3年度 全国高等学校総合文化祭優秀校特別推薦 国立劇場出演

写真部
 光陵祭オンライン文化祭動画作成
 生徒会誌「こもれび」掲載写真撮影

吹奏楽部
 東京都高等学校文化連盟音楽部門 中央大会出演
 東京都高等学校文化連盟音楽部門 第3地区祭出演
 体育祭・光陵祭など行事で演奏。地域イベントに出演

科学部
 光陵祭で実験ショー開演実験などを、部員一人一人が研究テーマを決め行っている。
美術部
 毎年、高文連の中央展に出品

茶道部
 令和3年度 全国高校生伝統文化フェスティバル 一茶道フェスティバル (京都) 東京都代表として参加
 令和4年度 全国高校生総合文化祭 (文化部のインターハイ) 東京都代表として出場

マイコン部
 pc室にて、部員のスキル向上、各自の目的についてプログラミングなどに取り組んでいます。
軽音楽部
 令和3年度 Sneaker Ages 全国高等学校軽音楽大会関東甲信越大会出場

中国語部
 週2回ほど、ネイティブの講師の先生に来ていただき、発音・あいさつ・日常会話・中国文化などについて学習しています。

文芸部
 おすすめの本を紹介、ポップや新聞製作、各種コンクールへの応募をしています。
書道部
 令和元年度 第25回全日本高等学校書道コンクール 全日本高等学校書道教育研究会賞受賞2点優良賞7点

E.S.S.部
 英検取得等への取り組み 全国高等学校生徒英作文コンテスト応募

地域の活動やボランティア活動に参加しています
 陸上部…「練馬こぶしハーフマラソン」参加
 剣道部…全日本少年少女武道 (剣道) 大会等役員等
 柔道部…「国際色豊かなまち 光が丘から「スポーツ・文化を通じ、世界へ羽ばたこう!」~2019~」参加
 茶道部…平成20年度から光が丘地区祭で茶会参加 毎年8月15日練馬区役所アトリウムにて呈茶 毎年東京大茶会 (浜離宮) にて点前披露
 ダンス部…光が丘さこい祭りに参加、ねりパフォに参加
 写真部/吹奏楽部/美術部/茶道部/書道部…光が丘地区祭に参加
 軽音部/茶道部…平成31年度練馬ファミリーまつりに参加
 吹奏楽部…光が丘公園でのイベントに出演

本校の制服



冬服



夏服

※夏服にはポロシャツもあります。

地域・ボランティア交流活動

地域のイベントやボランティア活動にも積極的に参加しています。



光が丘地区祭



光が丘地区祭



練馬ファミリーまつり



よきこい祭り IN 光が丘



青少年育成第六地区主催の七夕会の準備ボランティア



公園清掃

生徒会より

光丘高校は、個性豊かな仲間や、生徒思いの先生方と穏やかにのびのびと学校生活を送ることができる学校です。進路活動も活発で、先生方の手厚いサポートのおかげで早い段階から将来のことを考え、行動に移せます。

部活動や学校行事も生徒一人一人が主体的になって行動し、自分たちの手で作り上げるので、大きな達成感と貴重な経験が得られることでしょう。

私は生徒会長として、生徒会の仲間と協力し、生徒の意見を取り入れながら、光丘高校がさらに豊かな学校になるように努力しています。皆さんも光丘高校に入学して良い思い出がたくさんできるようにいっしょに頑張りましょう！

令和4年度生徒会長 福田 喜里奈

〈目安箱 設置〉

生徒会長の立候補時の、公約でした。意見・質問・相談を受け付けています。出された要望は、生徒会通信で生徒に伝え、実現に向けてできることから取り組んでいます。



〈アイシティ eco プロジェクトの開始〉

外部ボランティア（光が丘公園イベントボランティアなど）が中止になり、何か校内でできるボランティアを考え、始めました。多数の「コンタクト空ケース」が集まっています。



校内施設



剣道場



図書室



作法室



プール



校舎



テニスコート



体育館内部



柔道場



ピロティ



教室



トレーニング室



昇降口



グラウンド

学校見学会

7月22日(土)、8月8日(火)、
8月25日(金)

午前・午後 各1回

学校説明会

10月28日(土)、11月11日(土)、
12月9日(土)

午前・午後 各1回

入試相談会

1月13日(土)、2月2日(金)

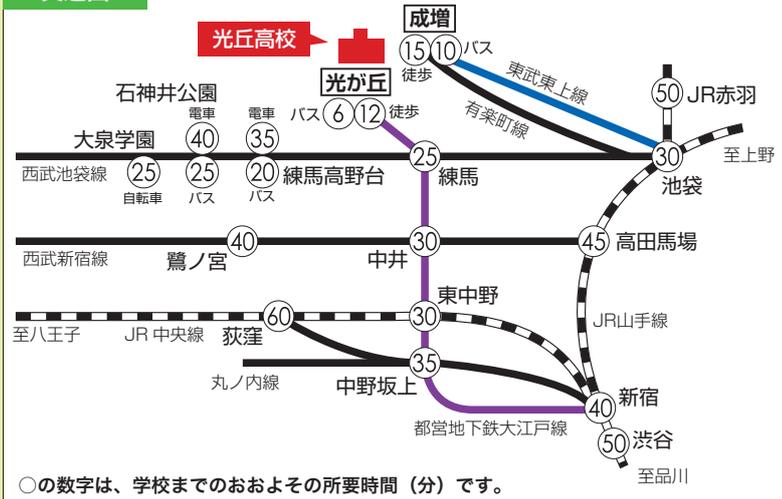
- インターネットによる事前予約制です。
- それぞれ間近になりましたら、学校ホームページに要項等をアップロードします。
- 来校される際は、上履き・靴袋を御持参下さい。また、自動車やバイクでの来校は御遠慮下さい。

アクセス

本校へのアクセス図



交通図



- の数字は、学校までのおおよその所要時間(分)です。
- ① 都営地下鉄大江戸線「光が丘」駅 A4出口より徒歩12分
A1,2出口より西武バス(練高01・02)成増駅行に乗りし5分、
「光丘高校」下車、徒歩1分
 - ② 東武東上線「成増」駅より 徒歩15分
 - ③ 東武東上線「成増」駅 または 東京メトロ有楽町線「地下鉄成増」駅より
南口4番のりば
西武バス(光31)光が丘駅行、(練高01)練馬高野台駅行、(練高02)南田中
車庫行
各経路バスに乗りし9分、「光丘高校」下車、徒歩1分
 - ④ 西武池袋線「練馬高野台」駅より
西武バス(練高01・02)成増駅行に乗りし18分、「光丘高校」下車、徒歩1分
 - ⑤ 西武池袋線「石神井公園」駅より
北口1番または2番のりば
西武バス(石02)成増駅南口行、(吉60)成増町行
国際興業バス(石02・03)成増駅南口行・練馬北町車庫行
各経路バスに乗りし17分、「土支田交番」下車、徒歩5分
 - ⑥ 西武池袋線「保谷」駅より
コミュニティバス「みどりバス」光が丘駅行に乗りし33分、「光丘高校角」下車、
徒歩1分

東京都立光丘高等学校

〒179-0071 東京都練馬区旭町2-1-35

TEL: 03-3977-1501 FAX: 03-3977-3794

リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。