

令和3年度

年間授業計画

都立板橋高校

教科・科目	保健体育・体育	3単位	対象学年・組・区分	1年1234567必修
教科書 ・副教材等	現代高等保健体育 改訂版（大修館）	教科 担当者	保健体育科 笹川浩司、奥村秀章、渋谷国之、黒尾卓宏、晝間久美	

目 標	一学期	各種球技運動の基本的技能の習得及びルール(審判法)の理解。柔道・陸上競技・縄跳びを通じた体づくり運動。柔道を通して礼儀と受け身の習得を行う。
	二学期	各種球技運動の基本及び発展的技能の習得とゲームを楽しむことができる態度を養う。柔道・縄跳びを通じた体づくり運動。柔道では、相手に応じた攻防ができる。
	三学期	各種球技運動の基本の打ち方、技術の習得を図る。持久走の特性を理解し、一定の距離を走ることによって体力及び精神面での強化を図る。縄跳びを通じた体づくり運動。柔道では、安全管理の意識を持ち相手に応じた攻防ができる。

学期	月	単元	時間	学習内容
一学期	4月	体育理論	9h	体育理論は、運動・スポーツの文化的特徴。
	5月	体育理論、体づくり運動、陸上競技、バレーボール、ハンドボール、柔道、なわとび	9h	体育理論は、運動・スポーツの文化的特徴。陸上競技では、競技理解と実践。球技は基礎基本動作・ルール確認。基本の縄跳び運動。柔道は、礼法、受け身の習得。
	6月	体づくり運動、陸上競技、バレーボール、ハンドボール柔道、なわとび	12h	陸上競技では、競技理解と実践。球技は基礎基本動作・ルール確認。基本の縄跳び運動。柔道は、礼法、受け身の習得。
	7月	水泳、陸上競技、バレーボール、ハンドボール柔道、なわとび	6h	水泳4泳法の導入。陸上競技では、競技理解と実践。球技は基礎基本動作・ルール確認。基本の縄跳び運動。柔道は、礼法、受け身の習得。
二学期	8月			
	9月	水泳、バスケットボール、ソフトボール、バドミントン、柔道、サッカー	12h	水泳は、時間泳。球技は基礎基本動作・ルール確認。基本の縄跳び運動。柔道は、礼法、相手に応じた攻防。
	10月	バスケットボール、ソフトボール、バドミントン、柔道、サッカー	12h	球技は基礎基本動作・ルール確認。基本の縄跳び運動。柔道は、礼法、相手に応じた攻防。
	11月	バスケットボール、ソフトボール、バドミントン、柔道、サッカー	12h	バスケットボール、ハンドボール、バレーボール、バドミントン、ソフトボール、ラグビー、サッカーの基本動作・ルールの確認。基本の縄跳び運動。
	12月	バスケットボール、ソフトボール、バドミントン、柔道、サッカー	6h	バスケットボール、ハンドボール、バレーボール、バドミントン、ソフトボール、ラグビー、サッカーの基本動作・ルールの確認。基本の縄跳び運動。
三学期	1月	陸上(持久走) サッカー、バスケットボール	9h	持久走(タイムトライアル、時間走)。球技は、試合の企画運営、審判法理解。
	2月	陸上(持久走) サッカー、バスケットボール	12h	持久走(タイムトライアル、時間走)。球技は、試合の企画運営、審判法理解。
	3月	陸上(持久走) サッカー、バスケットボール	6h	持久走(タイムトライアル、時間走)。球技は、試合の企画運営、審判法理解。

評価の観点 ・方法	各種目に主体的・意欲的に取り組んでいる。目標としている技能を身につけている。役割を積極的に引き受け、その責任を果たしている。健康・安全の確保に努めている。 これらの観点を総合的に捉え、参加点・技能点として振り分け、各種目内で学期ごとの評価を行う。
--------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

令和3年度

年間授業計画

都立板橋高校

教科・科目	保健体育・保健	1単位	対象学年・組・区分	1年1234567必修
教科書 ・副教材等	現代高等保健体育 改訂版（大修館）	教科 担当者	保健体育科 奥村秀章、渋谷国之、晝間久美	

目 標	一学期	我が国の健康水準・健康であるための成立要因や条件について理解させ、飲酒や喫煙等の生活習慣について考える。
	二学期	薬物乱用・感染症・エイズの予防対策の重要性について認識させる。ストレス社会への対処の仕方や身体への影響を理解させ、健康を維持できる能力を身に付ける。
	三学期	交通安全、交通事故の現状を理解させるとともに応急手当や心肺蘇生法等を知り、社会に貢献できることを認識する。

学期	月	単元	時間	学習内容
一学期	4月	現代社会と健康	3h	私たちの健康のすがた、健康のとらえ方
	5月	現代社会と健康	3h	健康と意志決定・行動選択、健康に関する環境づくり、生活習慣病とその予防
	6月	現代社会と健康	4h	食事と健康、運動と健康、休養・睡眠と健康、喫煙と健康
	7月	現代社会と健康	1h	飲酒と健康
二学期	8月	現代社会と健康	1h	薬物乱用と健康
	9月	現代社会と健康	4h	現代の感染症、感染症の予防
	10月	現代社会と健康	4h	性感染症・エイズとその予防、欲求と適応機制、心身の相関とストレス
	11月	現代社会と健康	4h	ストレスへの対処、心の健康と自己実現、交通事故の現状と要因
	12月	現代社会と健康	2h	交通社会における運転者の資質と責任
三学期	1月	現代社会と健康	3h	安全な交通社会づくり
	2月	現代社会と健康	4h	応急手当の意義とその基本、心肺蘇生法
	3月	現代社会と健康	2h	日常的な応急手当

評価の観点	・個人生活や社会生活における健康・安全について関心を持ち、それらの保持増進に努めるため意欲的に学習に取り組もうとする。
・方法	・個人生活や社会生活における健康・安全に関する諸問題について、その解決を目指して深く考え、自ら判断し、それらを適切に表している。 ・個人生活及び社会生活における健康・安全に関する諸問題について、それらの解決に役立つ基礎的な知識を理解している。

令和3年度

年間授業計画

都立板橋高校

教科・科目	保健体育・体育	3単位	対象学年・組・区分	2年1234567必修
教科書 ・副教材等	現代高等保健体育 改訂版（大修館）	教科 担当者	保健体育科 笹川浩司、奥村、渋谷国之、黒尾卓宏、晝間久美	

目 標	一学期	各種球技運動の基本的技能の習得及びルール（審判法）の理解。補強トレーニングを通して体づくり運動。柔道を通して礼儀と受け身の習得を行う。
	二学期	各種球技運動の基本及び発展的技能の習得とゲームを楽しむことができる態度を養う。柔道では、相手に応じた攻防ができる。
	三学期	バスケットボール・サッカーの戦術を理解させ、技術の習得を図る。柔道では、相手の動きに対応した攻防ができる。持久走の特性を理解し、一定の距離を走ることによって体力及び精神面での強化を図る。

学期	月	単元	時間	学習内容
一学期	4月	体育理論、体づくり運動、バドミントン、テニス、サッカー、ソフトボール	9h	体育理論は、運動・スポーツの学び方。各種球技における基本スキルの復習と向上。
	5月	体育理論、体づくり運動、バドミントン、テニス、サッカー、ソフトボール、バレーボール、柔道	9h	柔道は、受け身。体育理論は、運動・スポーツの学び方。各種球技における基本スキルの復習と向上。
	6月	バドミントン、テニス、サッカー、ソフトボール、バレーボール、柔道	12h	柔道は、受け身、投げ技の理解。各種球技における基本スキルの復習と向上。陸上競技は、ハードルの基本動作。基本の縄跳び運動。
	7月	水泳、バドミントン、テニス、サッカー、ソフトボール、バレーボール、柔道	6h	水泳4泳法習得。柔道は、受け身、投げ技の理解。各種球技における基本スキルの復習と向上。陸上競技は、ハードルの基本動作。基本の縄跳び運動。
二学期	8月			
	9月	水泳、ソフトボール、テニス、サッカー、バレーボール、バスケットボール、柔道	12h	水泳4泳法と記録会。柔道は、受け身、投げ技の理解。各種球技における基本スキルの復習と向上。陸上競技は、ハードルの基本動作。基本の縄跳び運動。
	10月	ソフトボール、テニス、サッカー、バレーボール、バスケットボール、柔道	12h	柔道は、受け身、投げ技の理解。各種球技における基本スキルの復習と向上。陸上競技は、ハードルの基本動作。基本の縄跳び運動。
	11月	ソフトボール、テニス、サッカー、バレーボール、バスケットボール、柔道	12h	バレーボール、ソフトボール、サッカー、テニスの基本動作・ルール確認。
	12月	ソフトボール、テニス、サッカー、バレーボール、バスケットボール、柔道	6h	バレーボール、ソフトボール、サッカー、テニスの基本動作・ルール確認。
三学期	1月	陸上(持久走)、バスケットボール、フットサル、ハンドボール	9h	持久走(タイムトライアル、時間走)。各種球技におけるスキルの発展。復習と向上。
	2月	陸上(持久走)、バスケットボール、フットサル、ハンドボール	12h	持久走(タイムトライアル、時間走)。各種球技におけるスキルの発展。復習と向上。
	3月	陸上(持久走)、バスケットボール、フットサル、ハンドボール	6h	持久走(タイムトライアル、時間走)。各種球技におけるスキルの発展。復習と向上。

評価の観点 ・方法	各種目に主体的・意欲的に取り組んでいる。目標としている技能を身につけている。役割を積極的に引き受け、その責任を果たしている。健康・安全の確保に努めている。 これらの観点を総合的に捉え、参加点・技能点として振り分け、各種目内で学期ごとの評価を行う。
--------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

令和3年度

年間授業計画

都立板橋高校

教科・科目	保健体育・保健	1単位	対象学年・組・区分	2年1234567必修
教科書 ・副教材等	現代高等保健体育 改訂版（大修館）	教科 担当者	保健体育科 笹川浩司、黒尾卓宏、柴崎正太	

目 標	一学期	思春期から中高年期までの健康にかかわることを中心に学習する。
	二学期	私たちの健康を支えている保健・医療のしくみや、それらの活用のしかたについて学習する。私たちを取り巻く自然環境やそれを良好に維持するしくみについて学ぶ。
	三学期	健康に関連する環境・食品の問題や、働くことと健康の関係について学習する。

学 期	月	単 元	時間	学 習 内 容
一 学 期	4月	生涯を通じる健康	3h	思春期と健康、性意識と性行動の選択
	5月	生涯を通じる健康	3h	結婚生活と健康、妊娠出産と健康
	6月	生涯を通じる健康	4h	家族計画と人工妊娠中絶、加齢と健康、高齢者のための社会的取り組み
	7月	生涯を通じる健康	1h	保健制度とその活用
二 学 期	8月	生涯を通じる健康	1h	医療制度とその活用
	9月	生涯を通じる健康	4h	医薬品と健康、さまざまな保健活動や対策
	10月	社会生活と健康	4h	大気汚染と健康、水質汚濁・土壌汚染と健康
	11月	社会生活と健康	4h	健康被害の防止と環境対策、環境衛生活動のしくみと働き
	12月	社会生活と健康	2h	食品衛生活動のしくみと働き
三 学 期	1月	社会生活と健康	3h	食品と環境の保健と私たち
	2月	社会生活と健康	4h	働くことと健康、労働災害と健康
	3月	社会生活と健康	2h	健康的な職業生活

評価の観点	<ul style="list-style-type: none"> ・個人生活や社会生活における健康・安全について関心をもち、それらの保持増進に努めるため意欲的に学習に取り組もうとする。 ・個人生活や社会生活における健康・安全に関する諸問題について、その解決をめざして深く考え、自ら判断し、それらを適切に表している。 ・個人生活および社会生活における健康・安全に関する諸問題について、それらの解決に役立つ基礎的な知識を理解している。 ・授業への取り組みのようす
・方法	

令和3年度

年間授業計画

都立板橋高校

教科・科目	保健体育・体育	2単位	対象学年・組・区分	3年1234567必修
教科書 ・副教材等	現代高等保健体育 改訂版（大修館）	教科 担当者	保健体育科 笹川浩司、奥村秀章、渋谷国之、黒尾卓宏、柴崎正太	

目 標	一学期	生涯体育・スポーツを目指し、自己の能力・適性に応じて、主体的に運動実践を行うことができる。
	二学期	生涯体育・スポーツを目指し、自己の能力・適性に応じて、主体的に運動実践を行うことができる。
	三学期	生涯体育・スポーツを目指し、自己の能力・適性に応じて、主体的に運動実践を行うことができる。

学期	月	単元	時間	学習内容
一学期	4月	体育理論	6h	体力テスト 各種球技における基本スキルの復習と向上、応用スキルの向上、自主的ゲーム運営の向上 水泳は、個人メドレー及び時間泳。 体育理論は、豊かなスポーツライフの設計。
	5月	体づくり運動、種目選択(ソフトボール・バドミントン・バスケットボール・フットサル、テニス、卓球)	6h	
	6月	水泳、体育理論、種目選択(ソフトボール・バレーボール・バスケットボール・フットサル、テニス、卓球、アルティメット)	8h	
	7月	水泳、体育理論、種目選択(ソフトボール・バレーボール・バスケットボール・フットサル、テニス、卓球、アルティメット)	4h	
二学期	8月			各種球技における基本スキルの復習と向上、応用スキルの向上、自主的ゲーム運営の向上 水泳は、個人メドレー及び時間泳。 体育理論は、豊かなスポーツライフの設計。
	9月	水泳、種目選択(ソフトボール・バレーボール・バスケットボール・フットサル、テニス、卓球、アルティメット)	8h	
	10月	種目選択(ソフトボール・バレーボール・バスケットボール・フットサル、テニス、卓球、アルティメット)	8h	
	11月	体づくり運動、種目選択(ソフトボール・バドミントン・バスケットボール・フットサル、テニス、卓球)	8h	
	12月	種目選択(ソフトボール・バレーボール・バスケットボール・フットサル、テニス、卓球、アルティメット)	4h	
三学期	1月	種目選択(ソフトボール・バレーボール・バスケットボール・フットサル、テニス、卓球、アルティメット)	6h	種目選択とゲーム運営
	2月	学年のまとめ	8h	学年のまとめ
	3月	学年のまとめ	4h	学年のまとめ

評価の観点 ・方法	各種目に主体的・意欲的に取り組んでいる。目標としている技能を身につけている。役割を積極的に引き受け、その責任を果たしている。健康・安全の確保に努めている。 これらの観点を総合的に捉え、参加点・技能点として振り分け、各種目内で学期ごとの評価を行う。
--------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

令和3年度

年間授業計画

都立板橋高校

教科・科目	体育・スポーツⅡ	2単位	対象学年・組・区分	3年1234567必修選択
教科書 ・副教材等	現代高等保健体育 改訂版（大修館）	教科 担当者	保健体育科 笹川浩司、晝間久美	

目 標	一学期	バスケットボール・バドミントン・バレーボール・サッカー・フットサル・ソフトボール・テニス・軟式野球・アルティメット等の種目における基本スキルの復習と応用スキル習得とゲーム運営を通じて生涯体育に通じる運動への意欲的参加態度を育成する
	二学期	バスケットボール・バドミントン・バレーボール・サッカー・フットサル・ソフトボール・テニス・軟式野球・アルティメット等の種目における基本スキルの復習と応用スキル習得とゲーム運営を通じて生涯体育に通じる運動への意欲的参加態度を育成する
	三学期	バスケットボール・バドミントン・バレーボール・サッカー・フットサル・ソフトボール・テニス・軟式野球・アルティメット等の種目における基本スキルの復習と応用スキル習得とゲーム運営を通じて生涯体育に通じる運動への意欲的参加態度を育成する

学期	月	単元	時間	学習内容
一学期	4月	バスケットボール バドミントン バレーボール サッカー フットサル ソフトボール テニス 軟式野球 アルティメット	6h	各種競技の基本スキルの復習と向上、応用スキルの向上、自主的ゲーム運営
	5月		6h	
	6月		8h	
	7月		4h	
二学期	8月	バスケットボール バドミントン バレーボール サッカー フットサル ソフトボール テニス 軟式野球 アルティメット		各種競技の基本スキルの復習と向上、応用スキルの向上、自主的ゲーム運営
	9月		8h	
	10月		8h	
	11月		8h	
	12月		4h	
三学期	1月	上記各競技	6h	各種競技の基本スキルの復習と向上、応用スキルの向上、自主的ゲーム運営
	2月	学年のまとめ	8h	学年のまとめ
	3月	学年のまとめ	4h	学年のまとめ

評価の観点 ・方法	各種目に主体的・意欲的に取り組んでいる。目標としている技能を身につけている。役割を積極的に引き受け、その責任を果たしている。健康・安全の確保に努めている。これらの観点を総合的に捉え、参加点・技能点として振り分け、各種目内で学期ごとの評価を行う。
--------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------