

年間授業計画 様式

国分寺 高等学校 令和7年度（3学年用） 教科 保健体育 科目 体育

教科：保健体育 科目：体育 単位数： 3 単位

対象学年組：第 3 学年 1 組～ 8 組

教科担当者：（1～8組：太田・榛葉・岡部・東原・山村・湯原）

使用教科書：（現代保健体育 ）

教科 保健体育 の目標：

【知識及び技能】自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行い、体力や運動能力を高める。

【思考力、判断力、表現力等】自己や集団で運動能力や運動の特性に応じた活動計画をたてて実施する。

【学びに向かう力、人間性等】運動の楽しさを実感し、自ら進んで活動する。また、仲間と強調協力して楽しく運動する。

科目 体育 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】
運動の特性を学び、技能習得や記録向上のための練習計画を作成する。	作成した活動計画をグループ内で発表し、わかりやすく伝える。	グループ学習の際に、他者の技能習得のためにアドバイスを伝える。準備運動やトレーニングを積極的に行う。また道具の準備や片付けなど率先して参加する。

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
A 単元 【知識及び技能】 ・選択した各種目でゲームを楽しむことができるようになる。 ・行動体力、防衛体力を高める。 【思考力、判断力、表現力等】 ・選択した各種目において適切な計画を立てるようになる。 ・自己の計画に従って授業をリードすることができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ・協調、協力して楽しく活動することができる。	・体力測定 ・ソフトボール、バスケットボール、バレーボール、テニスから1種目を選択 ・ダンス、水泳	【知識及び技能】 ・選択した種目の技能を観察する。 ・体力テストの成績。 【思考力、判断力、表現力等】 ・各種目において、長期計画に従い当該時間の授業が適切な計画であるか。 ・授業計画が、わかりやすく説明されているか。 【学びに向かう力、人間性等】 ・協調、協力して楽しく活動することができるか。	○	○	○	10
B 単元 【知識及び技能】 ・選択した各種目でゲームを楽しむことができるようになる。 ・行動体力、防衛体力を高める。 【思考力、判断力、表現力等】 ・選択した各種目において適切な計画を立てるようになる。 ・自己の計画に従って授業をリードすることができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ・協調、協力して楽しく活動することができる。	・体力測定 ・ソフトボール、バスケットボール、バレーボール、テニスから1種目を選択 ・水泳	【知識及び技能】 ・選択した種目の技能を観察する。 ・体力テストの成績。 【思考力、判断力、表現力等】 ・各種目において、長期計画に従い当該時間の授業が適切な計画であるか。 ・授業計画が、わかりやすく説明されているか。 【学びに向かう力、人間性等】 ・協調、協力して楽しく活動することができるか。 (授業観察)	○	○	○	11
C 単元 【知識及び技能】 ・選択した各種目でゲームを楽しむことができるようになる。 ・行動体力、防衛体力を高める。 【思考力、判断力、表現力等】 ・選択した各種目において適切な計画を立てるようになる。 ・自己の計画に従って授業をリードすることができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ・協調、協力して楽しく活動することができる。	・ソフトボール、バスケットボール、バレーボール、テニスから1種目を選択 ・ダンス、水泳	【知識及び技能】 ・選択した種目の技能を観察する。 【思考力、判断力、表現力等】 ・各種目において、長期計画に従い当該時間の授業が適切な計画であるか。 ・授業計画が、わかりやすく説明されているか。 【学びに向かう力、人間性等】 ・協調、協力して楽しく活動することができるか。 (授業観察)	○	○	○	11
D 単元 【知識及び技能】 ・選択した各種目でゲームを楽しむことができるようになる。 ・行動体力、防衛体力を高める。 【思考力、判断力、表現力等】 ・選択した各種目において適切な計画を立てるようになる。 ・自己の計画に従って授業をリードすることができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ・協調、協力して楽しく活動することができる。	・体力測定 ・ソフトボール、バスケットボール、バレーボール、テニスから1種目を選択 ・ダンス、水泳	【知識及び技能】 ・選択した種目の技能を観察する。 【思考力、判断力、表現力等】 ・各種目において、長期計画に従い当該時間の授業が適切な計画であるか。 ・授業計画が、わかりやすく説明されているか。 【学びに向かう力、人間性等】 ・協調、協力して楽しく活動することができるか。 (授業観察)	○	○	○	10

国分寺 高等学校 令和7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

教科担当者：（1組：束原） （2組：山村 ） （3～8組：岡部）

使用教科書：（ 現代高等保健体育 ）

使用教材：（ ）

教科 保健体育 の目標：

【知識及び技能】現代社会と健康について理解している。

【思考力、判断力、表現力等】現代社会と健康に関する情報から課題を発見し、健康に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに、それらを表現する。

【学びに向かう力、人間性等】健康に対する態度、与えられた課題に対して積極的に解決しようとする態度を身につけている。

科目 保健 の目標：

【知識・技能】		【思考・判断・表現】		【主体的に学習に取り組む態度】			
現代社会と健康について理解している		現代社会と健康に関する情報から課題を発見し、健康に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考しはんだんするとともに、それらを表現する		健康に対する態度、与えられた課題に対して積極的に解決しようとする態度を身につけている。			
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	身体の各器官にの構造や働き、それぞれにおける健康課題について理解する。	・オリ・骨格・循環器・筋肉・消化器・喫煙・飲酒 ・プリント ・各教室のプロジェクター使用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 定期テスト 【思考・判断・表現】 定期テスト 【主体的に学習に取り組む態度】 宿題プリント・定期テスト	○	○	○	10
	定期考査			○	○	○	1
2 学期	身体の各器官にの構造や働き、それぞれにおける健康課題について理解する。 生活習慣病の原因や予防、回復についての理解を深める。	生活習慣病（悪性新生物・脳血管疾患・心臓疾患・生活習慣病の予防・生活習慣病とは・メタボリックシンドローム）・呼吸器・内臓観察 ・プリント ・各教室のプロジェクター使用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 定期テスト 【思考・判断・表現】 定期テスト 【主体的に学習に取り組む態度】 宿題プリント・定期テスト	○	○	○	12
	定期考査			○	○	○	1
3 学期	感染症の原因や予防、回復についての理解を深める。 精神疾患の特徴や予防、回復について理解する。	感染症（新興感染症・再興感染症・予防接種・性感染症・感染症に関する法律・感染症対策）・精神疾患 ・プリント ・各教室のプロジェクター使用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 定期テスト 【思考・判断・表現】 定期テスト 【主体的に学習に取り組む態度】 宿題プリント・定期テスト	○	○	○	10
	定期考査			○	○	○	1
						合計	
							35

年間授業計画 様式

国分寺 高等学校 令和7年度（2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2学年 1組～8組

教科担当者：（1・2・3組）太田（4・5組）岡部（6・7・8組）湯原

使用教科書：（現代高等保健体育）

使用教材：（）

教科 保健体育

の目標：

- 【知識及び技能】 生涯を通じる健康について理解しているとともに、健康問題や労働と健康について理解する。
- 【思考力、判断力、表現力等】 生涯を通じる健康について、ライフステージごとの健康課題に着目して、適切な対応の方法を考え、それらを表現する。
- 【学びに向かう力、人間性等】 健康に対する態度、与えられた課題に対して積極的に解決しようとする態度を身につけている。

科目 保健

の目標：

【知識・技能】		【思考・判断・表現】		【主体的に学習に取り組む態度】				
生涯を通じる健康について理解している。		ライフステージごとの健康課題を発見し、健康に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考しはんだんするとともに、それらを表現する		健康に対する態度、与えられた課題に対して積極的に解決しようとする態度を身につけている。				
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	生涯を通じる健康について理解し、ライフステージに応じた健康課題に対応した理解と行動選択ができるようになる。する。	・思春期と健康・性意識と行動選択・妊娠、出産・避妊法と人工妊娠中絶・結婚生活と健康・中高年と健康 ・プリント、グループ学習 ・各教室のプロジェクター使用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 定期テスト 【思考・判断・表現】 定期テスト 【主体的に学習に取り組む態度】 宿題プリント・定期テスト	○	○	○	10	
	定期考査			○	○	○	1	
2 学期	健康を支える環境づくりについて理解し、環境問題や循環型社会、食品衛生や医薬品、保健行政サービスなどの理解を深め、具体的な行動選択ができることを目指す。	・労働災害・職業生活・環境汚染（大気汚染、水質汚濁、土壌汚染）・環境と県k法に関する対策・ゴミ処理と上下水道の整備・食品衛生・保健サービス・医療サービス・プリント、グループ学習・各教室のプロジェクター使用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 定期テスト 【思考・判断・表現】 定期テスト 【主体的に学習に取り組む態度】 宿題プリント・定期テスト	○	○	○	13	
	定期考査			○	○	○	1	
3 学期	保健分野のまとめとして、保健に関する調べ学習及び発表を行い、多様な内容の理解を深める。	・グループごとの調べ学習、パワーポイントの作成、プレゼンテーション ・各教室のプロジェクター使用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 定期テスト 【思考・判断・表現】 定期テスト 【主体的に学習に取り組む態度】 宿題プリント・定期テスト	○	○	○	10	
							合計	
								35

