

令和3年度 年間授業計画

東京都立瑞穂農芸高等学校

教科	科目	講座名	単位数	対象学年	履修形態
保健体育	体育	体育	3	1	必履修

使用教科書 および 使用教材

教科書	教材
現代高等保健体育	

年間計画表

学期	月	指導内容	予定時数	具体的な指導目標
一 学 期	4	(1)①サッカー②ソフトボール③バスケットボール (2)柔道・ダンス	8	(1)①パス・トスなどの基本技術を習得する。 (1)②捕球とスローイングの基本技術を習得する。 (1)③パス・ドリブル・シュートなどの基本技術を習得する。 (2)基本動作の習得 (3)年度の初めに自己の体力の現状を把握し、体力向上や各単元の技能向上につなげる。
	5	(1)①サッカー②ソフトボール③バスケットボール (2)柔道・ダンス (3)スポーツテスト	7	
	6	(1)スポーツテスト (2)①サッカー②ソフトボール③バスケットボール (3)柔道・ダンス	11	(1)自己の体力の現状を把握し、体力向上や各単元の技能向上につなげる。 (2)①パス・トスなどの基本技術を習得する。
	7	(1)①サッカー②ソフトボール③バスケットボール (2)柔道・ダンス	7	(2)②捕球とスローイングの基本技術を習得する。 (2)③パス・ドリブル・シュートなどの基本技術を習得する。 (3)基本動作の習得
二 学 期	9	(1)①サッカー②ソフトボール③バスケットボール (2)柔道・ダンス	13	
	10	(1)①サッカー②ソフトボール③バスケットボール (2)①柔道②ダンス	10	(1)①パスやトスを習得し、ゲームのルールを理解する。 (1)②シートノックを通してゲームのルールを理解する。 (1)③ゲームのルールを理解する。
	11	(1)①サッカー②ソフトボール③バスケットボール (2)①柔道②ダンス	11	(2)①投げ技の習得。 (2)②班別に創作活動をしていく。 (3)周回コースを走り、ラップタイムの向上を目指す。
	12	(1)①サッカー②ソフトボール③バスケットボール (2)①柔道②ダンス (3)持久走	10	
三 学 期	1	(1)①サッカー②ソフトボール③バスケットボール (2)①柔道②ダンス (3)持久走	11	(1)ルールを理解し、ゲームにおいて積極的に動けるようにする。 (2)①投げ技の習得及び試合のルールを学ぶ。 (2)②創作作品の発表会を行う。 (3)マラソン大会に向け、周回コースを走り、ラップタイムの向上を目指す。
	2	(1)①サッカー②ソフトボール③バスケットボール (2)①柔道②ダンス (3)持久走	10	
	3	(1)①サッカー②ソフトボール③バスケットボール (2)①柔道②ダンス (3)持久走	7	

評価の観点・方法

105

・評価の観点・・・ 関心、意欲、態度、知識、理解
 ・評価方法・・・ 技能の到達状況及び出席状況を総合的に評価する

令和3年度 年間授業計画

東京都立瑞穂農芸高等学校

教科	科目	講座名	単位数	対象学年	履修形態
保健体育	保健	保健	1	1	必履修

使用教科書 および 使用教材

教科書	教材
現代高等保健体育	

年間計画表

学期	月	指導内容	予定時数	具体的な指導目標
一 学 期	4	①オリエンテーション ②私たちの健康のすがた	2	①年間授業の進み方や評価方法の説明をして理解させる。 ②平均寿命や乳児死亡率などを健康指標として、諸外国や過去の日本との比較から、現在の日本の健康水準をとらえる。また、以前に比べ感染症が減り、生活習慣病が増えてきたことやその背景についても学ぶ。
	5	①健康のとらえ方 ②健康と意思決定・行動選択	4	①WHOの健康の定義をはじめ、健康についてのいくつかの考え方、とらえ方を学ぶ。 ②健康で充実した生活を送るためには、適切な意思決定・行動選択が必要であり、それらには個人的な要因と社会的な要因が影響を及ぼしていることを理解できるようにする。
	6	①健康に関する環境づくり ②生活習慣病とその予防 ③食事と健康 ④運動と健康	4	①健康づくりを支える環境づくりを通して、ヘルスプロモーションの考え方について理解を深めさせる。 ②生活習慣病の発病や進行の概要と早期発見・早期治療の重要性についても理解を深めさせる。 ③健康の保持増進にとって望ましい食生活を学ぶ。 ④健康からみた運動の意義を学ぶ。
	7	①休養・睡眠と健康	2	①私たちは、適切な休養をとることによって疲労回復、さらに活力をよみがえらせることができる。より良い休養・睡眠のあり方について理解させる。
二 学 期	9	①喫煙と健康 ②飲酒と健康	3	①喫煙は、喫煙者自身やその周囲の人の健康問題にとどまらず、医療費の増大や労働力の損失など社会全体の問題であることを理解させる。 ②飲酒による健康への短期的影響、長期的影響について、飲酒開始の要因と飲酒による社会問題について理解させる。
	10	①薬物乱用と健康 ②現代の感染症	4	①薬物乱用が心身の健康に及ぼす影響や薬物乱用の開始の要因、薬物乱用が引き起こす社会問題について理解させる。 ②感染症の発生や流行は自然環境や社会環境の影響を受けるので、時代や地域によって異なってくることを、近年の新興感染症や再興感染症の発生や流行の背景について学ぶ。
	11	①感染症の予防 ②性感染症・エイズとその予防 ③欲求と適応機制	4	①感染予防の原則を学びそれらには社会全体で行う部分と個人で行う部分があることを理解させる。 ②性感染症の基本知識を学び、それらの予防対策を個人及び社会の両面から理解させる。 ③心の動きが主に大脳によって営まれていることを理解し、欲求が満たされない場合の適応機制的動きを理解させる。
	12	①心身の相関とストレス ②ストレスの対処	3	①心身の相関では、心と体がお互いに双方向の影響を与えることを理解させる。ストレスについては、日常的な用語の使い方は区別して、科学的なメカニズムを理解させる。 ②心の健康な状態を保持・増進するためにストレス対処と自己実現を学んでいく。
三 学 期	1	①心の健康と自己実現 ②交通事故の現状と要因 ③交通社会における運転手の資質と責任	3	①自己実現のためには、長い人生の過程をできる限り具体的にイメージして考えることが大切であることを理解させる。 ②交通事故の発生状況を学び、主体要因、環境要因、車両要因が関わりあって交通事故が発生することを理解させる。 ③交通事故を防ぐために、適切な行動をとる能力はもちろん、生命を尊重する態度が重要であることを理解させる。
	2	①安全な交通社会づくり ②応急手当の意義とその基本 ③心肺蘇生法	4	①安全のためには個人の意識はもちろん、社会の在り方や車両の改善も必要であることを理解させる。 ②応急手当の意義を学び、手当の基本的な手順を理解させる。 ③心肺蘇生法に関心を持ち、心肺蘇生法の正しい技術を支える根拠となる原理を理解させる。
	3	①日常的な応急手当 ②オリンピック・パラリンピック	2	①日常生活の中でけがなどの適切な判断と応急手当の方法を身につけさせ、その予防にも心がけることの必要性を理解させる。 ②東京開催に備え、歴史や種目等について触れる。

評価の観点・方法

35

- ・評価の観点・・・ 関心、意欲、態度、知識、理解
- ・評価方法・・・ テストや発問による学習の理解状況及び授業態度を総合的に評価する

令和3年度 年間授業計画

東京都立瑞穂農芸高等学校

教科	科目	講座名	単位数	対象学年	履修形態
保健体育	体育	体育	2	2	必履修

使用教科書 および 使用教材

教科書	教材
現代高等保健体育	

年間計画表

学期	月	指導内容	予定時数	具体的な指導目標
一 学 期	4	(1)球技①テニス・ハンドボール(男子) (1)球技②サッカー・バドミントン(女子)	4	(1)①②状況に応じたボールやシャトルの操作の個人技能、および集団の中で予測した動きができるようになる。
	5	(1)球技①テニス・ハンドボール(男子) (1)球技②サッカー・バドミントン(女子) (2)スポーツテスト	8	(1)①②状況に応じたボールやシャトルの操作の個人技能、および集団の中で予測した動きができるようになる。 (2)自己の体力の現状を把握し、体力向上や各単元の技能向上につなげる。所定の種目を測定する。
	6	(1)スポーツテスト (2)球技①テニス・ハンドボール(男子) (2)球技②サッカー・バドミントン(女子)	8	(1)自己の体力の現状を把握し、体力向上や各単元の技能向上につなげる。所定の種目を測定する。 (2)①ゲームにおいて攻防を意識したボール操作や空間を埋める動きができるようになる。
	7	(1)球技①テニス・ハンドボール(男子) (1)球技②サッカー・バドミントン(女子)	4	(2)②ゲームにおいて攻防を意識したボールやシャトルの操作、および攻防を意識した動きができるようになる。安定した用具の操作ができるようになる。
二 学 期	9	(1)球技①テニス・ハンドボール(男子) (1)球技②サッカー・バドミントン(女子)	8	
	10	(1)球技①テニス・ハンドボール(男子) (1)球技②サッカー・バドミントン(女子)	10	(1)①ゲームにおいて攻防を意識したボール操作や動きができるようになる。 (1)①②ゲームにおいて攻防を意識したボールやシャトルの操作、および攻防を意識した動きができるようになる。
	11	(1)球技①テニス・ハンドボール(男子) (1)球技②サッカー・バドミントン(女子) (2)持久走	8	(1)①ゲームにおいて攻防を意識したボール操作や空間を埋める動きができるようになる。
	12	(2)持久走	4	(1)①②ゲームにおいて攻防を意識したボールやシャトルの操作、および攻防を意識した動きができるようになる。安定した用具の操作ができるようになる。 (2)毎回記録計測を行い、記録の向上を図る。
三 学 期	1	(1)持久走	6	(1)毎回記録計測を行い、記録の向上を図る。
	2	(1)持久走 (2)縄跳び	6	(1)毎回記録計測を行い、記録の向上を図る。 (2)個人カードを作成し、種類・回数等記録し、到達の目標を確認しながら取り組めるようになる。
	3	(1)縄跳び	4	(1)個人カードを作成し、種類・回数等記録し、到達の目標を確認しながら取り組めるようになる。

評価の観点・方法

70

・評価の観点・・・ 関心、意欲、態度、知識、理解
 ・評価方法・・・ 技能の到達状況及び出席状況を総合的に評価する

令和3年度 年間授業計画

東京都立瑞穂農芸高等学校

教科	科目	講座名	単位数	対象学年	履修形態
保健体育	保健	保健	1	2	必履修

使用教科書 および 使用教材

教科書	教材
現代高等保健体育・現代高等保健体育ノート	

年間計画表

学期	月	指導内容	予定時数	具体的な指導目標
一学期	4	①オリエンテーション ②思春期と健康	3	①一年間の授業の進め方や評価基準などの説明をし理解させる。 ②思春期の特徴について体と心の面から理解させる。そのため不安や悩みへどのように対処すればよいかについて理解させる。
	5	①思春期と健康 ②性意識と性行動の選択 ③性意識と性行動の選択	3	①思春期の特徴について体と心の面から理解させる。そのため不安や悩みへどのように対処すればよいかについて理解させる。②③性意識に関する男女の特性を踏まえて異性を尊重する態度が必要であること、及び性に対する情報などに適切に対処して行動することの必要性を理解させる。
	6	①結婚生活と健康 ②結婚生活と健康 ③妊娠・出産と健康 ④妊娠・出産と健康	4	①②健康な結婚生活を送るためには、心身の発達や本人・家族の健康が大きく影響することを理解させる。 ③④受精・妊娠・出産の一連の過程を理解し、胎児や母親の心身の健康問題、予防や健康のための支援について理解させる。妊娠・出産期を健康に過ごすためには、妊婦の心身の状態や日常生活への配慮と周囲の支援、公的サービスの活用が必要であることを理解させる。
	7	①妊娠・出産と健康	3	①受精・妊娠・出産の一連の過程を理解し、胎児や母親の心身の健康問題、予防や健康のための支援について理解させる。妊娠・出産期を健康に過ごすためには、妊婦の心身の状態や日常生活への配慮と周囲の支援、公的サービスの活用が必要であることを理解させる。
二学期	9	①家族計画と人工妊娠中絶 ②家族計画と人工妊娠中絶 ③家族計画と人工妊娠中絶	3	①②③家族計画の意義や方法やお互いのコミュニケーションの意義やそれに基づく妊娠、出産、人工妊娠中絶の意思決定ができるようになるための指導をする。望まない妊娠の結果おこなわれる人工妊娠中絶が女性の心身に与える深刻な影響について理解させる。
	10	①加齢と健康 ②加齢と健康 ③高齢者のための社会的取り組み ④高齢者のための社会的取り組み	4	①②加齢にともなう心身の変化を、形態面と機能面から理解させる。さらに、高齢者の健康には、生きがいや家族・地域社会との交流が大切であり、それらに対して自らがどのように貢献できるかを考えさせる。 ③④高齢者の心身の健康を支援するための社会的対策が種々行われていることを理解させる。
	11	①保健制度とその活用 ②保健制度とその活用 ③医療制度とその活用 ④医療制度とその活用	4	①②保健制度は、個人や環境の健康を直接的に支援するためのものである。保健制度を自分にかかわるものとして理解し、自分や家族のライフステージでどのように生かすとよいか学ぶ。③④さまざまな医療機関の活動内容を理解し、その利用に当たり医療費が支払われる仕組みを学ぶ。
	12	①医薬品と健康 ②医薬品と健康	3	①②医薬品の有効性や安全性がどのように認められているかなど医薬品に関わる社会的側面を総合的に知ることができるようにする。
三学期	1	①さまざまな保健活動や対策 ②さまざまな保健活動や対策 ③大気汚染と健康 ④大気汚染と健康	4	①②日本や世界において、どのような保健活動や対策が行われているかを理解させる。 ③④大気汚染の汚染源と汚染物質、それによる健康被害について理解させる。こんにちでは自動車の排出ガスが問題の中心になってきたことを理解させ、さらに地球規模で発生する大気汚染についても学ぶ。
	2	①水質汚濁・土壌汚染と健康 ②水質汚濁・土壌汚染と健康 ③オリンピックと国際理解 ④オリンピックと国際理解	4	①②大気だけではなく、水や土も生命の健康にとって重要なものである。水質汚濁や土壌汚染はどのようにして起きているのか、またそれらによって生じる健康被害について学ぶ。③ ④オリンピックの歴史や競技種目に学び、TOKYO2020に向けて興味関心をわかせる。
	3			

評価の観点・方法

35

評価の観点・・・保健への関心・意欲・態度

評価の方法・・・保健についての知識・理解を学期ごとの期末考査、及びノート・プリント等により評価する

令和3年度 年間授業計画

東京都立瑞穂農芸高等学校

教科	科目	講座名	単位数	対象学年	履修形態
保健体育	体育	体育	2	3	必履修

使用教科書 および 使用教材

教科書	教材
現代高等保健体育	

年間計画表

学期	月	指導内容	予定時数	具体的な指導目標
一 学 期	4	(1)①球技・ソフトボール(男子) (1)②球技・バスケットボール(女子) (1)③球技・卓球(女子)	6	(1)①ソフトボール:捕球とスローイングの基本技術を習得する。 (1)②バスケットボール:状況に応じたボール操作と空間を埋める動きができるようになる。 (1)③卓球:状況に応じたボール操作や安定した用具の操作ができるようになる。
	5	(1)①球技・ソフトボール(男子) (1)②球技・バスケットボール(女子) (1)③球技・卓球(女子)	8	
	6	(1)①球技・ソフトボール(男子) (1)②球技・バスケットボール(女子) (1)③球技・卓球(女子) (2)スポーツテスト	10	(1)①ソフトボール ②バスケットボール ③卓球 ・ゲームにおいて攻防を意識したボール操作や空間を埋める動きができるようになる。安定した用具の操作ができるようになる。(2)スポーツテスト ・年度の初めに自己の体力の現状を把握し、体力向上や各単元の技能向上につなげる。所定の種目を測定する。
	7	(1)①球技・ソフトボール(男子) (1)②球技・バスケットボール(女子) (1)③球技・卓球(女子)	4	
二 学 期	9	(3)選択種目	10	(3)月毎にグラウンド、体育館・武道場でできる種目を生徒が選択し、自主的な運営・活動を通じて、生涯にわたり運動できる基礎を育むようにする。
	10	(3)選択種目	10	(3)月毎にグラウンド、体育館・武道場でできる種目を生徒が選択し、自主的な運営・活動を通じて、生涯にわたり運動できる基礎を育むようにする。
	11	(3)選択種目	8	(3)月毎にグラウンド、体育館・武道場でできる種目を生徒が選択し、自主的な運営・活動を通じて、生涯にわたり運動できる基礎を育むようにする。
	12	(3)選択種目	6	(3)月毎にグラウンド、体育館・武道場でできる種目を生徒が選択し、自主的な運営・活動を通じて、生涯にわたり運動できる基礎を育むようにする。
三 学 期	1	(3)選択種目	8	(3)月毎にグラウンド、体育館・武道場でできる種目を生徒が選択し、自主的な運営・活動を通じて、生涯にわたり運動できる基礎を育むようにする。
	2	卒業考査及び自宅学習期間のため授業なし		
	3	卒業考査及び自宅学習期間のため授業なし		

評価の観点・方法

70

- 評価の観点
・関心・意欲・態度・知識・理解・運動の技能
- 評価方法
・記録測定、技能の到達状況(テスト)、出席率、見学状況

令和3年度 年間授業計画

東京都立瑞穂農芸高等学校

教科	科目	講座名	単位数	対象学年	履修形態
保健体育	体育	スポーツⅡ	2	3	自由選択

使用教科書 および 使用教材

教科書	教材
現代高等保健体育	

年間計画表

学期	月	指導内容	予定時数	具体的な指導目標
一学期	4	①アルティメット	8	①アルティメット 楽しさや喜びに触れ、その技能を身に付けることができるようにする。簡易化されたゲームで、ボール(ディスク)操作やボール(ディスク)を受けるための動きによって、攻防を展開できるようにする。
	5	②ターゲットバードゴルフ	8	②ターゲットバードゴルフ ・生涯スポーツであるゴルフのやり方やルールを修得するとともに仲間とコミュニケーションをとりながらゲームを楽しむ。
	6	③ソフトボール	10	③ソフトボール ・状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防を展開することができるようになる。また、仲間とコミュニケーションをとりながらゲームを楽しむ。
	7	④ハンドボール	4	④ハンドボール ・状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって攻防を展開できるようにする。また、仲間とコミュニケーションをとりながらゲームを楽しむ。
二学期	9	⑤バドミントン	10	⑤バドミントン ・状況に応じたシャトル操作や安定した用具の操作ができるようにし、駆け引きや勝敗を楽しみながらゲームができるようになる。 ・シングルスやダブルスを通じて、駆け引きや勝敗を楽しみながらゲームができるようになる。
	10	⑥バスケットボール	10	⑥バスケットボール ・状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって攻防を展開できるようにする。また、仲間とコミュニケーションをとりながら、ゲームを楽しむ。
	11	⑦バレーボール	8	⑦バレーボール ・状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって攻防を展開できるようにする。また、仲間とコミュニケーションをとりながら、ゲームを楽しむ。
	12	⑦選択種目	4	グラウンド、体育館・武道場でできる種目を生徒が選択し、自主的な運営・活動を通じて、生涯にわたり運動できる基礎を育むようにする。
三学期	1	⑦選択種目	8	グラウンド、体育館・武道場でできる種目を生徒が選択し、自主的な運営・活動を通じて、生涯にわたり運動できる基礎を育むようにする。
	2	卒業考査及び自宅学習期間のため授業なし		
	3	卒業考査及び自宅学習期間のため授業なし		

評価の観点・方法

70

- 評価の観点
・関心・意欲・態度・知識・理解・運動の技能
- 評価方法
・記録測定、技能の到達状況(テスト)、出欠席、見学状況