

令和4年度 年間授業計画

東京都立墨田川高等学校

教科・科目	保健体育・体育	講座名	体育（2）	対象年次	2
教科担任				単位数	2
教科書	保健体育（大修館）				
副教材等					

学習目標	運動の安全で合理的な実践を通じ、運動に親しむ資質や能力を育てるとともに、計画的に運動をする習慣を育て実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる。
------	--

月	期間	単元	配当時間	学習内容	学習上の留意点
4月 ～ 5月	第一回定期考査	ガイダンス 体づくり運動 体育理論 球技	12h	○オリエンテーション（授業上の注意） ○体づくり運動（体ほぐし運動・体力を高める運動） ○体育理論（スポーツの技術、戦術、ルールの変化） ○球技 男子：ソフトボール 女子：バスケットボール・バレーボール（選択）	〈体ほぐし運動〉 ・体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体力を高め、目的に適した運動を身につける。 〈体育理論〉
5月 ～ 7月	第二回定期考査	球技 水泳	12h	○球技 男子：ソフトボール 女子：バスケットボール・バレーボール（選択） ○新体力テスト ○水泳（オリエンテーション・水慣れ） （2泳法の習得：背泳ぎ・バタフライ）	・スポーツの技術や戦術、ルールは用具や用品、施設などの改良によって変わり続けている。 〈球技〉
7月 ～ 10月	第三回定期考査	水泳 球技	14h	○水泳（2泳法の習得・タイム計測） ○球技 男子：ソフトボール 女子：バスケットボール・バレーボール（選択）	・基礎技術の習得及び試合のための戦術、技術の向上を目指す。 ・審判法を習得し、試合の運営を出来るようにする。 〈水泳〉
10月 ～ 12月	第四回定期考査	球技 体づくり運動 体育理論	14h	○球技 男子：バスケットボール・バレーボール（選択） 女子：ソフトボール ○体づくり運動（体ほぐし運動・体力を高める運動） ○体育理論（運動・スポーツの効果的な学習の仕方）	・各泳法、手と足、呼吸のバランスをとり安定して、早く泳げるようにする。 〈体育理論〉
12月 ～ 3月	第五回定期考査	球技 長距離走	18h	○球技 男子：バスケットボール・バレーボール（選択） 女子：ソフトボール ○長距離走（オリエンテーション、クーパー走） （授業内記録会に向けての準備）	・学習の段階に応じた練習方法、課題の設定方法を考える。 〈長距離走〉 ・ペースを守り一定の距離を走れるようにする。 ・記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わう。
評価の観点・方法		1 運動・健康・安全への関心・意欲・態度 2 運動・健康・安全についての思考・判断 3 運動の技能 4 運動・健康・安全についての知識・理解			

令和4年度 年間授業計画

東京都立墨田川高等学校

教科・科目	保健体育・保健	講座名	保健（後半）	対象年次	2
教科担任				単位数	1
教科書	保健体育（大修館）				
副教材等					

学習目標	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ようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。
------	---

月	期間	単元	配当時間	学習内容	学習上の留意点
4月 ～ 5月	第一回定期考査	ガイダンス 第1章 現代社会と健康	6 h	○オリエンテーション [22] 応急手当の意義とその基本 [23] 心肺蘇生法 [24] 日常的な応急手当 [1] 思春期と健康	適切な応急手当は、傷害や疾病の悪化を軽減でき正しい手順や方法がある。心肺蘇生等の応急手当は、速やかに行う必要がある。生涯にわたって健康を保持増進するには、生涯の各段階の健康課題に応じた自己の健康管理及び環境づくりが大切である。医療制度や地域の保健所、保健センター、医療機関などを適切に活用することが重要である。
5月 ～ 7月	第二回定期考査	第2章 生涯を通じる健康	6 h	[2] 性意識と性行動の選択 [3] 結婚生活と健康 [4] 妊娠・出産と健康 [5] 家族計画と人工妊娠中絶	医薬品は、有効性や安全性が審査されており、販売には制限がある。疾病からの回復や悪化の防止には、医薬品を正しく使用することが有効である。我が国や世界では、健康課題に対応して様々な保健活動や対策などが行われている。人間の生活や産業活動は、自然環境を汚染し健康に影響を及ぼす。それらを防ぐには、汚染の防止及び改善の対策をとる必要がある。
7月 ～ 10月	第三回定期考査	第2章 生涯を通じる健康	7 h	[6] 加齢と健康 [7] 高齢者のための社会的取り組み [8] 保健制度とその活用 [9] 医療制度と活用	環境衛生活動は、学校や地域の環境を健康に適したものとするよう基準が設定されている。食品衛生活動は、食品の安全性を確保するよう基準が設定されている。労働災害の防止には、作業形態や作業環境の変化に起因する傷害や職業病などを踏まえた適切な健康管理及び安全管理をする必要がある。
10月 ～ 12月	第四回定期考査	第3章 社会生活と健康	7 h	[10] 医薬品と健康 [11] さまざまな保健活動や対策 [1] 大気汚染と健康 [2] 水質汚濁・土壌汚染と健康 [3] 健康被害の防止と環境対策	
12月 ～ 3月	第五回定期考査	第3章 社会生活と健康	9 h	[4] 環境衛生活動のしくみと働き [5] 食品衛生活動のしくみと働き [6] 食品と環境の保健と私たち [7] 働くことと健康 [8] 労働災害と健康 [9] 健康的な職業生活	

評価の観点・方法	<ol style="list-style-type: none"> 生涯の各段階における健康課題への自らの適切な対応及び我が国の保健・医療制度や機関の適切な活用が重要であることに関心をもち、学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 健康課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動により、総合的に考え、判断し、表している。 課題解決に役立つ自らの適切な対応及び我が国の保健・医療制度や機関の適切な活用のための基礎的な事項を理解する。
----------	--

令和4年度 年間授業計画

東京都立墨田川高等学校

教科・科目	保健体育・体育	講座名	体育（3）	対象年次	3
教科担任				単位数	3
教科書	保健体育（大修館）				
副教材等					

学習目標	運動の安全で合理的な実践を通じ、運動に親しむ資質や能力を育てるとともに、計画的に運動をする習慣を育て実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる。
------	--

月	期間	単元	配当時間	学習内容	学習上の留意点
4月 ～ 5月	第一回定期考査	ガイダンス 体づくり運動 体育理論 球技	18h	○オリエンテーション（授業上の注意の確認） ○体づくり運動（体ほぐし運動・体力を高める運動） ○体育理論（豊かなスポーツライフ） ○1期選択授業（バドミントン・テニス・サッカーから1種目選択）	〈体づくり運動〉 ・体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体力を高め、目的に適した運動を身につける。
5月 ～ 7月	第二回定期考査	球技 水泳	18h	○1期選択授業（バドミントン・テニス・サッカーから1種目選択） ○新体力テスト ○水泳（4泳法の習得・個人メドレータイム測定）	〈体育理論〉 ・豊かなスポーツライフの設計の仕方を考える。 〈選択授業〉 ・自己の興味や適正に応じて種目を選択し、生徒主体の計画ノートによるグループ学習を行う。
7月 ～ 10月	第三回定期考査	水泳 球技	21h	○水泳（4泳法の習得・個人メドレータイム測定） ○1期選択授業（バドミントン・テニス・サッカーから1種目選択） 9月より ○2期選択授業（バスケットボール・バレーボール・テニス・ソフトボールから1種目選択）	・自ら課題を見つけ解決する力をつける。 ・基本、応用技能を習得する。 ・試合、審判法を習得し、試合の運営を出来るようにする。
10月 ～ 12月	第四回定期考査	球技 体づくり運動 体育理論	21h	○2期選択授業（バスケットボール・バレーボール・テニス・ソフトボールから1種目選択） ○体づくり運動（体ほぐし運動・体力を高める運動） ○体育理論（ライフスタイルに応じたスポーツとのかかわり方） 11月より ○3期選択授業（バスケットボール・バレーボール・テニス・ソフトボール・サッカーから1種目選択）	〈水泳〉 ・各泳法、手と足、呼吸のバランスをとり安定して、早く泳げるように4泳法の完成を目指す。 ・100m個人メドレーの完泳を目指す。
12月 ～ 3月	第五回定期考査	球技	27h	○3期選択授業（バスケットボール・バレーボール・テニス・ソフトボール・サッカーから1種目選択）	〈体育理論〉 ・生涯を通じて運動の機会を生み出す工夫を考える。

評価の観点・方法	1 運動・健康・安全への関心・意欲・態度 2 運動・健康・安全についての思考・判断 3 運動の技能 4 運動・健康・安全についての知識・理解
----------	---

