

令和3年度 年間授業計画&シラバス

東京都立足立高等学校定時制課程

対象学年	教科・科目名	担当者名
1 学年 (普通科・商業科)	保健体育科・体育	阿久井・益田・大島
使用教科書	出版社：大修館書店 教科書名：最新高等保健体育 [改訂版]	
指導のねらい 単位数 2 単位	計画的にさまざまなスポーツについて運動する能力や実践力を育て、生涯を通じて運動を生活の一部として取り入れることができるように、定期的・継続的に運動する習慣を身に付けさせ、明るく豊かな生活を営む態度を育成する。	
使用教材・授業形態	教科書・プリント等も使用した2クラス合同・男女別3展開授業	
学期・授業時数	単元名	
1 学期 2 4 時間	【種目】 ・陸上競技 ・バドミントン ・卓球	
2 学期 2 6 時間	【種目】 ・バスケットボール ・サッカー ・テニス	
3 学期 2 0 時間	【種目】 ・ビーチボールバレー ・バドミントン	
学習内容	準備運動 → 基礎練習 → ゲーム	
評価の観点と方法	<p>[授業態度に関する評価の観点]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・授業内規律（服装やシューズ着用など）が守られているか。 ・出席日数、遅刻・見学回数 <p>[授業内容に関する評価の観点]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・活動内容への取り組み姿勢 ・活動内容の技術技能 ・健康安全管理に対する態度 <p>[評価方法]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・準備・片付けへの参加態度の把握 ・ゲームを行い、ルールを理解ができているかの判断 ・技術テストの実施 	

令和3年度 年間授業計画&シラバス

東京都立足立高等学校定時制課程

対象学年	教科・科目名	担当者名
1 学年 (普通科・商業科)	保健体育科・保健	阿久井
使用教科書	出版社：大修館書店 教科書名：最新高等保健体育 [改訂版]	
指導のねらい 単位数 1 単位	健康・運動・スポーツについて、自分の課題を発見し、必要な情報を集め、考え、検討し、その情報を活用できるようになる。	
使用教材・授業形態	教科書：最新高等保健体育 [改訂版] 50大修館 保体305 授業形態：講座	
学期・授業時数	単元名	
1 学期 1 2 時間	オリエンテーション ①健康の考え方と成り立ち ②私たちの健康のすがた ③健康に関する意思決定・行動選択と環境づくり ④生活習慣病とその予防 ⑤食事と健康 ⑥運動・休養と健康 ⑦喫煙と健康 ⑧飲酒と健康 ほか考査2回と復習2回	
2 学期 1 3 時間	⑨薬物乱用と健康 ⑩感染症とその予防 ⑪性感染症・エイズとその予防 ⑫欲求と適応機制 ⑬心身の相関とストレス ⑭心の健康のために ⑮交通事故の現状と要因 ⑯交通事故を防ぐために ほか考査2回と復習2回	
3 学期 1 0 時間	⑰応急手当の意義とその基本 ⑱日常的な応急手当 ⑲心肺蘇生法の原理とおこない方 ほか考査1回と復習1回	
学習内容	導入 (全体おおまかな説明と注意点)・プリントによる学習・質疑応答・まとめの説明。自分で教科書や問題文を読んで、考え、意見をまとめる(記入する)ことを毎時間しっかり行わせる。主体的に教科書を読みプリントの課題に答えることを最低限の課題とする。さらに発展問題や応用問題やトピカルな問題に取り組ませる。興味関心を広げる。	
評価の観点と方法	しっかり授業に取り組んでいること。プリント1枚10点考査位階100点で計算し、半分を超えていれば、評定2とする。この基準の中で個々の生徒の課題を克服させる。	

令和3年度 年間授業計画&シラバス

東京都立足立高等学校定時制課程

対象学年	教科・科目名	担当者名
2 学年 (普通科・商業科)	保健体育科・体育	阿久井・益田・大島
使用教科書	出版社：大修館書店 教科書名：最新高等保健体育 [改訂版]	
指導のねらい 単位数 2 単位	計画的にさまざまなスポーツについて運動する能力や実践力を育て、生涯を通じて運動を生活の一部として取り入れることができるように、定期的・継続的に運動する習慣を身に付けさせ、明るく豊かな生活を営む態度を育成する。	
使用教材・授業形態	教科書・プリント等も使用した3クラス合同・男女別3展開授業	
学期・授業時数	単元名	
1 学期 2 4 時間	【種目】 ・陸上競技 ・バドミントン ・卓球	
2 学期 2 6 時間	【種目】 ・バスケットボール ・サッカー ・テニス	
3 学期 2 0 時間	【種目】 ・ビーチボールバレー ・バドミントン	
学習内容	準備運動 → 基礎練習 → ゲーム	
評価の観点と方法	<p>[授業態度に関する評価の観点]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・授業内規律（服装やシューズ着用など）が守られているか。 ・出席日数、遅刻・見学回数 <p>[授業内容に関する評価の観点]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・活動内容への取り組み姿勢 ・活動内容の技術技能 ・健康安全管理に対する態度 <p>[評価方法]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・準備・片付けへの参加態度の把握 ・ゲームを行い、ルールを理解ができているかの判断 ・技術テストの実施 	

令和3年度 年間授業計画&シラバス

東京都立足立高等学校定時制課程

対象学年	教科・科目名	担当者名
2 学年 (普通科・商業科)	保健体育科・保健	益田
使用教科書	出版社：大修館書店 教科書名：最新高等保健体育〔改訂版〕	
指導のねらい 単位数 1 単位	自己の健康、他者の健康について考え、課題を発見し、解決できる能力を養う。 「健康を守り保つこと」を知り、『生きる知恵』を身につけさせる。	
使用教材・授業形態	授教科書：最新高等保健体育〔改訂版〕 50大修館 保体305 授業形態：講座	
学期・授業時数	単元名	
1 学期 1 2 時間	オリエンテーション ⑰応急手当の意義とその基本 ⑱日常的な応急手当 ⑲心肺蘇生法の原理とおこない方 2生涯を通じる健康 ①思春期と健康 ②性への関心・欲求と性行動 ③妊娠・出産と健康 ④避妊法と人工妊娠中絶 ⑤結婚生活と健康 ほか考査1回と復習1回	
2 学期 1 3 時間	⑥中高年期と健康 ⑦医薬品とその活用 ⑧医療サービスとその活用 ⑨保健サービスとその活用 ⑩さまざまな保健活動や対策 3 社会生活と健康 ①大気汚染と健康 ②水質汚濁、土壌汚染と健康 ③環境汚染を防ぐ取り組み ほか考査1回と復習1回	
3 学期 1 0 時間	④ごみの処理と上下水道の整備 ⑤食品の安全を守る活動 ⑥働くことと健康 働く人の健康づくり ほか考査1回と復習1回	
学習内容	<ul style="list-style-type: none"> ・教科書・プリントによる学習。 ・教科書「学習のねらい」「キーワード」の確認。 ・教科書内容説明。質疑応答。 ・プリントによるまとめ学習。 	
評価の観点と方法	<ul style="list-style-type: none"> ・出席率 ・授業態度（忘れ物、授業妨害、授業不参加、提出物） ・定期考査 	

令和3年度 年間授業計画&シラバス

東京都立足立高等学校定時制課程

対象学年	教科・科目名	担当者名
3 学年 (普通科・商業科)	保健体育科・体育	阿久井・益田・荒川
使用教科書	出版社：大修館書店 教科書名：現代高等保健体育	
指導のねらい 単位数 2 単位	計画的にさまざまなスポーツについて運動する能力や実践力を育て、生涯を通じて運動を生活の一部として取り入れることができるように、定期的・継続的に運動する習慣を身に付けさせ、明るく豊かな生活を営む態度を育成する。	
使用教材・授業形態	教科書・プリント等も使用した男女混合・3クラス合同、3展開授業	
学期・授業時数	単元名	
1 学期 2 4 時間	【種目】 ・陸上競技 ・バドミントン ・卓球 ・テニス ・バスケットボール	
2 学期 2 6 時間	【種目】 ・バドミントン ・卓球 ・テニス ・バスケットボール	
3 学期 2 0 時間	【種目】 ・バドミントン ・卓球 ・テニス ・バスケットボール	
学習内容	準備運動 → 基礎練習 → ゲーム	
評価の観点と方法	<p>[授業態度に関する評価の観点]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・授業内規律（服装やシューズ着用など）が守られているか。 ・出席日数、遅刻・見学回数 <p>[授業内容に関する評価の観点]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・活動内容への取り組み姿勢 ・活動内容の技術技能 ・健康安全管理に対する態度 <p>[評価方法]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・準備・片付けへの参加態度の把握 ・ゲームを行い、ルールを理解ができているかの判断 ・技術テストの実施 	

令和3年度 年間授業計画&シラバス

東京都立足立高等学校定時制課程

対象学年	教科・科目名	担当者名
3 学年 (普通科)	保健体育科 ライフスポーツ (選択)	阿久井・益田
使用教科書	出版社：大修館書店 教科書名：現代高等保健体育	
指導のねらい 単位数 2 単位	計画的にさまざまなスポーツについて運動する能力や実践力を育て、生涯を通じて運動を生活の一部として取り入れることができるように、定期的・継続的に運動する習慣を身に付けさせ、明るく豊かな生活を営む態度を育成する。	
使用教材・授業形態	教科書・プリント等も使用した選択希望者による一斉授業	
学期・授業時数	単元名	
1 学期 2 4 時間	【種目】 ・バスケットボール ・バドミントン ・バレーボール ・陸上競技	
2 学期 2 6 時間	【種目】 ・テニス ・サッカー ・ゴルフ ・バドミントン ・卓球	
3 学期 6 時間	【種目】 ・バスケットボール ・バドミントン ・卓球	
学習内容	準備運動 → 基礎練習 → ゲーム	
評価の観点と方法	<p>[授業態度に関する評価の観点]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・授業内規律（服装やシューズ着用など）が守られているか。 ・出席日数、遅刻・見学回数 <p>[授業内容に関する評価の観点]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・活動内容への取り組み姿勢 ・活動内容の技術技能 ・健康安全管理に対する態度 <p>[評価方法]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・準備・片付けへの参加態度の把握 ・ゲームを行い、ルールを理解ができているかの判断 ・技術テストの実施 	

令和3年度 年間授業計画&シラバス

東京都立足立高等学校定時制課程

対象学年	教科・科目名	担当者名
4 学年 (普通科・商業科)	保健体育科・体育	阿久井・益田・荒川
使用教科書	出版社：大修館書店 教科書名：現代高等保健体育	
指導のねらい 単位数 1 単位	計画的にさまざまなスポーツについて運動する能力や実践力を育て、生涯を通じて運動を生活の一部として取り入れることができるように、定期的・継続的に運動する習慣を身に付けさせ、明るく豊かな生活を営む態度を育成する。	
使用教材・授業形態	教科書・プリント等も使用した男女混合・3クラス合同、3展開授業	
学期・授業時数	単元名	
1 学期 1 2 時間	【種目】 ・陸上競技 ・バドミントン ・卓球 ・テニス ・バスケットボール	
2 学期 1 3 時間	【種目】 ・バドミントン ・卓球 ・テニス ・バスケットボール	
3 学期 3 時間	【種目】 ・バドミントン ・卓球 ・テニス ・バスケットボール	
学習内容	準備運動 → 基礎練習 → ゲーム	
評価の観点と方法	<p>[授業態度に関する評価の観点]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・授業内規律（服装やシューズ着用など）が守られているか。 ・出席日数、遅刻・見学回数 <p>[授業内容に関する評価の観点]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・活動内容への取り組み姿勢 ・活動内容の技術技能 ・健康安全管理に対する態度 <p>[評価方法]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・準備・片付けへの参加態度の把握 ・ゲームを行い、ルールを理解ができているかの判断 ・技術テストの実施 	

令和3年度 年間授業計画&シラバス

東京都立足立高等学校定時制課程

対象学年	教科・科目名	担当者名
4 学年 (普通科・商業科)	保健体育科 ライフスポーツ (選択)	阿久井・益田
使用教科書	出版社：大修館書店 教科書名：現代高等保健体育	
指導のねらい 単位数 2 単位	計画的にさまざまなスポーツについて運動する能力や実践力を育て、生涯を通じて運動を生活の一部として取り入れることができるように、定期的・継続的に運動する習慣を身に付けさせ、明るく豊かな生活を営む態度を育成する。	
使用教材・授業形態	教科書・プリント等も使用した選択希望者による一斉授業	
学期・授業時数	単元名	
1 学期 2 4 時間	【種目】 ・バスケットボール ・バドミントン ・バレーボール ・陸上競技	
2 学期 2 6 時間	【種目】 ・テニス ・サッカー ・ゴルフ ・バドミントン ・卓球	
3 学期 6 時間	【種目】 ・バスケットボール ・バドミントン ・卓球	
学習内容	準備運動 → 基礎練習 → ゲーム	
評価の観点と方法	<p>[授業態度に関する評価の観点]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・授業内規律（服装やシューズ着用など）が守られているか。 ・出席日数、遅刻・見学回数 <p>[授業内容に関する評価の観点]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・活動内容への取り組み姿勢 ・活動内容の技術技能 ・健康安全管理に対する態度 <p>[評価方法]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・準備・片付けへの参加態度の把握 ・ゲームを行い、ルールを理解ができているかの判断 ・技術テストの実施 	