

令和5年度 保健体育科（体育）年間指導計画

学期	月	週	1学年園芸科体育		
			A	B	
1 学 期	4	1	体づくり運動(6)	体づくり運動(6)	
		2			
		3			体育理論(3)
	5	6	4	サッカー(20)	サッカー(20)
			5		
			6		
			7		
	7	8	8	バスケットボール(18)	バレーボール(18)
			9		
			10		
	2 学 期	9	11	陸上競技(12)	陸上競技(12)
			12		
			13		
10		14	14	体づくり運動(4)	体づくり運動(4)
			15		
			16		
			17		
11		18	18	体育理論(3)	体育理論(3)
			19		
			20		
12	21	21	バドミントン(15)	卓球(15)	
		22			
		23			
		24			
		25			
3 学 期	1	26	武道 ダンス (15)	武道 ダンス (15)	
		27			
		28			
	2	29	29	選択(9) 器械運動/陸上競技 球技	選択(9) 器械運動/陸上競技 球技
			30		
			31		
3	32	32			
		33			
		34			
		35			

令和5年度 保健体育科（体育）年間指導計画

学期	月	週	1学年普通科体育		
			A	B	C
1 学 期	4	1	体づくり運動(6)	体づくり運動(6)	体づくり運動(6)
		2			
		3			
	5	4	体育理論(3)	体育理論(3)	体育理論(3)
		5			
	6	6	サッカー(11)	バレーボール(11)	卓球(11)
		7			
		8			
		9			
	7	10	バドミントン(11)	バスケットボール(11)	サッカー(11)
		11			
		12			
		13			
2 学 期	9	14	陸上競技(8)	陸上競技(8)	陸上競技(8)
		15			
		16			
	10	17	体づくり運動(4)	体づくり運動(4)	体づくり運動(4)
		18			
		19			
		20			
	11	21	体育理論(3)	体育理論(3)	体育理論(3)
		22			
		23			
24					
25					
12	26	ソフトボール(11)	バレーボール(11)	バスケットボール(11)	
	27				
	28				
3 学 期	1	29	武道ダンス (13)	武道ダンス (13)	武道ダンス (13)
		30			
		31			
	2	32			
		33			
		34			
3	35				

令和5年度 保健体育科（体育）年間指導計画

学期	月	週	2学年体育		
			A	B	C
1 学期	4	1	体づくり運動(6)	体づくり運動(6)	体づくり運動(6)
		2			
		3			
	5	4	体育理論(3)	体育理論(3)	体育理論(3)
		5			
	6	6	サッカー(11)	バレーボール(11)	卓球(11)
		7			
		8			
		9			
	7	10	バドミントン(11)	バスケットボール(11)	サッカー(11)
		11			
		12			
		13			
2 学期	9	14	陸上競技(8)	陸上競技(8)	陸上競技(8)
		15			
		16			
	10	17	体づくり運動(4)	体づくり運動(4)	体づくり運動(4)
		18			
		19			
		20			
	11	21	体育理論(3)	体育理論(3)	体育理論(3)
		22			
		23			
24					
25					
12	26	ソフトボール(11)	バレーボール(11)	バスケットボール(11)	
	27				
	28				
3 学期	1	29	武道ダンス (13)	武道ダンス (13)	武道ダンス (13)
		30			
		31			
	2	32			
		33			
		34			
3	35				

令和5年度 保健体育科（体育）年間指導計画

学期	月	週	3学年園芸科体育	
			A	B
1 学期	4	1	体づくり運動(6)	体づくり運動(6)
		2		
		3		
	5	4	サッカー(12)	サッカー(12)
		5		
		6		
	6	7	バレーボール(12)	バスケットボール(12)
		8		
		9		
	7	10	バスケットボール(15)	卓球(15)
		11		
		12		
	2 学期	9	13	陸上競技(12)
14				
15				
10		16	体づくり運動(4)	体づくり運動(4)
		17		
		18		
11		19	体育理論(3)	体育理論(3)
		20		
		21		
12		22	卓球(15)	バドミントン(15)
		23		
		24		
1		25	ソフトボール(15)	ソフトボール(15)
	26			
	27			
2	28			
	29			
	30			
3	31			
	32			
	33			
3 学期	3	34		
		35		

令和5年度 保健体育科（体育）年間指導計画

学期	月	週	3学年普通科体育			
			A	B	C	
1 学期	4	1	体づくり運動(6)	体づくり運動(6)	体づくり運動(6)	
		2				
		3				体育理論(3)
	5	6	4	サッカー(18)	バレーボール(18)	卓球(18)
			5			
			6			
			7			
			8			
			9			
	7	10	11	卓球(18)	バドミントン(18)	バスケットボール(18)
			12			
			13			
			14			
2 学期	9	15	陸上競技(11)	陸上競技(11)	陸上競技(11)	
		16				
		17				
	10	20	18	体づくり運動(4)	体づくり運動(4)	体づくり運動(4)
			19			
			21			
			22			
	11	23	23	バドミントン(14)	バスケットボール(14)	ソフトボール(14)
			24			
			25			
26						
27						
12	28	28	選択Ⅴ(15) 器械運動 陸上競技/球技	選択Ⅴ(15) 器械運動 陸上競技/球技	選択Ⅴ(15) 器械運動 陸上競技/球技	
		29				
		30				
3 学期	1	31	器械運動 陸上競技/球技	器械運動 陸上競技/球技	器械運動 陸上競技/球技	
		32				
	2	33	/	/	/	
		34				
		35				

令和5年度 保健体育科（体育）年間指導計画

学期	月	週	3学年 生涯スポーツ		
			実 技	理 論	
1 学 期	4	1	種目選定 指導案作成 授業計画作成	○オリエンテーション	
		2		(1) スポーツの歴史と文化	
		3		①スポーツの歴史的発展と変化	
	5	4	課題研究発表発表 (21)	②現代のスポーツ	
		5		(2) スポーツと現代社会	
		6		①現代スポーツとオリンピックムーブメント	
	6	7	課題研究発表発表 (21)	②ドーピングとスポーツマンシップ	
		8		③スポーツの経済効果とスポーツ産業	
		9		(3) 運動のしくみ	
	7	10	課題研究発表発表 (21)	①運動やスポーツの技術と技能	
		11		②運動技能の上達過程	
		12		③運動技能の高め方	
		13		④運動課題の設定と解決方法	
2 学 期	9	課題研究発表 (21)	(4) 運動と体力の高め方		
			①運動やスポーツの種類に応じた体力		
			②自分の体力を知り、体力を高めるために		
			③活動時の健康と安全の確保の仕方		
	10	課題研究発表 (21)	(5) 生活のなかのスポーツ		
			①ライフステージに応じたスポーツの楽しみ方		
			②スポーツライフの設計		
	11	課題研究発表 (21)	③スポーツライフの実践		
			(6) スポーツ振興と自然環境		
			①スポーツを支援する取り組み		
			②スポーツの拡大と環境保護		
12	選択球技 (22)	世界オリンピックズ協会による活動			
		フィードバック効果			
		運動観察と動画の活用			
		オーバートレーニングとは			
3 学 期	1	選択球技 (22)	スポーツを楽しもう		
			課題学習①		
			課題学習②		
	2		選択球技 (22)	○年間まとめ	
				33	
				34	
				35	

令和5年度 保健体育科（保健）年間指導計画

学期	月	週	1学年					
			単元	学習内容				
1 学期	4	1	○オリエンテーション					
		2	第1節 健康の考え方	①国民健康水準の向上と変化する健康問題				
		3		②健康の保持増進とヘルスプロモーション				
		4		◎第1節 まとめ				
	5	5	第2節 健康の増進と病気の予防	①感染症の予防				
		6		◎事例研究①				
		7		②性感染症とその予防				
	6	8	第1章 現代社会と健康	◎第2節 まとめ				
		9		第3節 生活習慣病などの予防と回復	①生活習慣病の予防			
		10			②食事と健康			
	11	③健康と運動・休養・睡眠						
	2 学期	9		14	第4節 喫煙・飲酒・薬物乱用と健康	④がんの発生と予防		
						15	◎第3節 まとめ	
16						第5節 精神疾患の予防と回復	①喫煙と健康	
17							②飲酒と健康	
10		18		第2章 安全な社会生活	第1節 安全な社会づくり	◎事例研究①		
		19				③薬物乱用とその予防		
		20				◎事例研究②		
11		21			第2節 応急手当	第2節 応急手当	◎第4節 まとめ	
		22					①脳と神経の働き	
		23	②欲求不満と適応機制					
	24	③心の健康と精神疾患						
	25	④精神疾患の予防と回復のために						
12	26	第2章 安全な社会生活	第1節 安全な社会づくり		◎研究事例①			
	27				◎第5節 まとめ			
	28			①交通事故と安全の確保				
3 学期	1		第2章 安全な社会生活	第2節 応急手当	②安全・安心な社会づくり			
					29		第2節 応急手当	◎第1節 まとめ
					30			①適切な応急手当の手順
	31				②心肺蘇生法の実践			
	32				③日常的な応急手当			
33	◎研究事例①							
3	34			○年間まとめ				
	35			○年間まとめ				

令和5年度 保健体育科（保健）年間指導計画

学期	月	週	2学年		
			単元	学習内容	
1 学期	4	1	○オリエンテーション		
		2	第3章 生涯を通じる健康 第1節 生涯の各段階における健康	①思春期と健康	
	3	②思春期の体と健康			
	5	4		③結婚生活と健康	
		5		④新しい生命の誕生	
		6		⑤家族計画と不妊治療	
	6	7		◎事例研究	
		8		⑥加齢と健康	
		9		◎第1節 まとめ	
	7	10		第2節 保健・医療の制度と機関	①労働者の健康・安全と健康問題
		11			②労働災害・職業病とその予防
		12	③労働者の健康づくりと「働き方改革」		
		13	◎研究事例①		
9	14	◎第2節 まとめ			
	15	第4章 健康と支える環境づくり 第1節 環境と食品健康	①環境汚染の広がりとその影響		
			②大気汚染の健康への影響と対策		
			③水質汚濁と土壌汚染の健康への影響と対策		
			④廃棄物処理と健康		
16	⑤環境衛生活動				
17	◎研究事例①				
10	18		⑥食品の安全性の確保		
	19		◎第1節 まとめ		
	11	第2節 保健・医療制度と機関	①保健・医療制度		
			②地域の保健機関・医療機関の活用		
			◎研究事例①		
20	③医薬品と健康				
21	④さまざまな保健活動や社会対策				
22	⑤健康に関する環境づくりと社会参加				
23	◎第2節 まとめ				
12	24		第2節 保健・医療制度と機関	①保健・医療制度	
	25	②地域の保健機関・医療機関の活用			
2 学期	1	26	◎研究事例①		
		27	③医薬品と健康		
		28	④さまざまな保健活動や社会対策		
	2	29	⑤健康に関する環境づくりと社会参加		
		30	◎第2節 まとめ		
		31	課題学習①		
		32	課題学習②		
3	33	課題学習③			
	34	課題学習④			
	35	課題学習⑤			
			○年間まとめ		