

令和6年度 東京都立足立特別支援学校 年間指導計画

学部		高等部 普通科	学年	2年	学習グループ	A	教科等名	保健体育
年間授業時数		218.5	使用教室	校庭		体育館	使用教科書	改訂新版くらしに役立つ保健体育
曜日・校時 担当教員		水曜日 金曜日	3~4校時 5~6校時	MT	熊坂 哲兵	ST	林紀子、前田久美子、藤澤由佳、宇田川良行、池田光樹、船田麻里、坂本慎二、田中美奈、吉田穂太郎	
ねらい	(1)	社会参加を目指して体力・運動能力の維持向上を目指す						
	(2)	(体育) 色々な運動に興味関心を広げる						
	(3)	(保健) 男の人と女の人分かる						
学期	単元名	月	時数	主な学習内容		ねらい	手だて	
1 学期	体づくり運動 (朝体育)	通年	92.5	・ラジオ体操 ・ランニング ・整理運動		・体力を高める。	・コーンを使用し、走るコースを分かりやすくする。	
	オリエンテーション 保健 スポーツテスト	4	4	・授業のルール ・体調管理 ・50m走		・授業におけるルールを理解し安全に活動する。 ・ 教員と一緒に手洗い ができる。 ・スポーツテストの内容を理解して運動に取り組む。	・ルール設定の意味を説明し、ルール遵守の意識を高める。 ・教員が見本を示し、正しいやり方を身に付けられるようにする。	
	体育祭練習	4 5	16	・表現種目 ・競技種目 ・フォークダンス		・ 教員の支援を受けながら友達と交流を楽しむ。 ・ フォークダンスに親しむ。	・指導の際には、動作をイメージしやすいように端的な言葉を使用する。 ・簡単な動作で振り付けを構成する。 ・必要に応じて、身体支援を行う。 ・正しい方法を教員が見本として示す。	
	スポーツテスト	5	6	・スポーツテスト指定種目		・スポーツテストの内容を理解して運動に取り組む。	・正しい方法を教員が見本として示す。	
	オリンピック パラリンピック	6	4	・オリンピックパラリンピック種目		・ 教員と様々な運動に取り組む。	・実際に競技に使われている道具等を生徒が触れられるようにする。	
	保健	6	2	・ 人との距離の取り方 ・ プライベートゾーン ・ 公共の標識 (トイレ、風呂)		・ 多様性 が分かる。	・ イラストを提示して○×の確認 を行う。	
	水泳	7 9	22	・水慣れ ・着衣泳		・ 教員と一緒に安全に活動 できる。 ・リラックスした状態で水の抵抗や浮力を感じることができる。 ・顔を水につけることができる。	・恐怖心を抱かないように、水に慣れる活動から徐々に活動の幅を広げる。 ・安心して水中活動に取り組めるよう、浮力の面積の大きい教具から慣れていく。 ・着衣の状態と水着の状態の両方を体験して違いが分かるようにする。	
	体づくり運動	9 10	12	・体力を高める運動 ・体ほぐしの運動		・ 教員の支援を受けながら友達と交流を楽しむ。 ・ 基本の動き (歩く、走る、跳ぶ、転がる等) を身に付ける。 ・ 身体の柔軟性を高め、バランス感覚や回転感覚などの動きの基礎となる感覚を身に付ける。	・教員が見本を見せたり、補助をすることで、見通しをもち安心して運動に取り組める環境を整える。	
	球技	11 12	16	・サッカー		・ 教員と一緒に小集団で活動 できる。 ・ボールを蹴ることができる。 ・簡単なルールのゲームを行うことができる。	・生徒がボールを操作しやすいように、ボールの大きさ、重さを調整する。	
	表現活動	12	10	・集団行動 ・ダンス		・教員の支援を受けながら友達と交流を楽しむ。 ・ 基本の動き を身に付ける。	・教員が見本を見せたり、補助をすることで、見通しをもち安心して運動に取り組める環境を整える。	
2 学期	保健	12	2	・ 男の人と女の人との距離の取り方 ・ プライベートゾーン ・ 男女別標識 (トイレ、風呂)		・ 男の人と女の人 が分かる。	・ イラストを提示して○×の確認 を行う。	
	武道	1 2	16	・相撲		・ 示範に注目 できる。 ・裸足になって、地面を押すことができる。	・教員が見本を見せたり、補助をすることで、見通しをもち安心して運動に取り組める環境を整える。 ・押す面積を大きくして、力を発揮しやすいようにする	
	陸上競技 体づくり運動 ダンス	2 3	14	・持久走 ・体力を高める運動 ・体ほぐしの運動 ・フォークダンス		・ 決められた時間動き続ける ・ 基本の動き (歩く、走る、跳ぶ、転がる等) を身に付ける。 ・ 身体の柔軟性を高め、バランス感覚や回転感覚などの動きの基礎となる感覚を身に付ける。 ・ フォークダンスに親しむ	・教員が見本を見せたり、補助をすることで、見通しをもち安心して運動に取り組める環境を整える。	
3 学期	武道	1 2	16	・相撲		・ 示範に注目 できる。 ・裸足になって、地面を押すことができる。	・教員が見本を見せたり、補助をすることで、見通しをもち安心して運動に取り組める環境を整える。 ・押す面積を大きくして、力を発揮しやすいようにする	
	陸上競技 体づくり運動 ダンス	2 3	14	・持久走 ・体力を高める運動 ・体ほぐしの運動 ・フォークダンス		・ 決められた時間動き続ける ・ 基本の動き (歩く、走る、跳ぶ、転がる等) を身に付ける。 ・ 身体の柔軟性を高め、バランス感覚や回転感覚などの動きの基礎となる感覚を身に付ける。 ・ フォークダンスに親しむ	・教員が見本を見せたり、補助をすることで、見通しをもち安心して運動に取り組める環境を整える。	

令和6年度 東京都立立特別支援学校 年間指導計画

学部	高等部 普通科	学年	2年	学習グループ	Bグループ	教科等名	保健体育
年間授業時数	218.5	使用教室	グラウンド		体育館	使用教科書	改訂新版くらしに役立つ保健体育
曜日・校時 担当教員	水曜日	3～4校時	MT	本庄 緑	ST	林紀子、前田久美子、藤澤由佳、宇田川良行、池田光樹、船田麻里、坂本慎二、田中美奈、吉田精太郎	
	金曜日	5～6校時	MT	本庄 緑	ST	林紀子、柴原真実、岡田雅人、前田久美子、藤澤由佳、宇田川良行、池田光、船田麻里、坂本慎二、田中美奈	
ねらい	(1) 自立した社会参加を目指して体力・運動能力の維持・向上を目指す						
	(2) (体育) 自分の好きな活動がわかる						
	(3) (保健) 異性と接する時のルールがわかる						
学期	単元名	月	時数	主な学習内容	ねらい	手だて	
1 学期	体づくり運動 (朝体育)	通年	92.5	・ラジオ体操 ・ランニング	・体力を高める。	・コーンやバーを使用し、走るコースを分かりやすくする。	
	オリエンテーション 保健 スポーツテスト	4	4	・授業のルール ・応急手当 ・生活習慣 ・50m走	・授業におけるルールを理解し安全に活動する。 ・怪我をしたことを伝えられる。 ・手洗い、うがいができる。 ・体調の変化を感じられる。 ・スポーツテストの内容を理解して運動に取り組む。	・ルール設定の意味を説明し、ルール遵守の意識を高める。 ・場面を想定したロールプレイング学習を行い理解を深める。	
	体育祭練習 (ダンス・体づくり)	4 5	16	・表現種目 ・競技種目 ・フォークダンス	・周りの友達と言葉やジェスチャー等で交流できる。 ・フォークダンスの様々な音楽に合わせて体を動かす。	・動きをキーワード化し伝えることで、生徒が動きのイメージをもちやすくする。	
	スポーツテスト	5	6	・スポーツテスト指定種目 ・記録の向上に向けて意欲的に取り組む	・スポーツテストの内容を理解して運動に取り組む。	・正しい方法を教員が見本として示す。 ・前年度の記録を参考記録として提示する。	
	オリンピック パラリンピック	6	4	・オリンピック、パラリンピック種目	・オリンピック、パラリンピック等のスポーツの名前がわかる。	・オリンピックやパラリンピックの映像を見せて、観戦することの楽しみに触れられるようにする。 ・実際に競技に使われている道具等を生徒が触れられるようにする。	
	保健	6	2	・人との距離の取り方 ・プライベートゾーン ・身を守る対処法(断り方、相談)	・人と接する時のルールがわかる。	・イラストを提示して○×の確認をする。 ・○×で×の場合は、なぜ×なのか理由を考え発表する時間をとる。また、×の場合の対処法を考え発表する時間をとる。 ・相談する人や窓口を具体的に提示する。	
	水泳	7 9	22	・着衣泳 ・水慣れ ・けのび ・パタ足 ・クロール	・水の中は危険だということを理解できる。 ・け伸びやパタ足の姿勢や動きを正しく身につける。 ・正しいストロークを身につけ、泳ぎの効率を高める。	・着衣の状態と水着の状態の両方を体験させて違いが分かるようにする。 ・恐怖心を抱かないように、水に慣れる活動から徐々に活動の幅を広げる。	
	武道	9 10	12	・相撲	・指示を聞いたり、師範をまねたりできる。 ・武道の伝統的な考え方を理解し、相手を尊重して練習や試合を行う。	・教員が見本を見せたり、補助をすることで、見通しをもち安心して運動に取り組める環境を整える。	
	球技	11 12	16	・サッカー	・仲間と一緒に活動できる。 ・簡単なルールや順番を守れる。 ・基本の動き(蹴る、止める)を習得する。	・ルールを工夫し、みんながボールに触り、ボール操作を楽しめるようにする。	
	表現活動	12	10	・集団行動 ・ダンス	・教員の支援を受けながら友達と交流を楽しむ。 ・基本の動きを身につける。	・教員が見本を見せたり、補助をすることで、見通しをもち安心して運動に取り組める環境を整える。	
保健	12	2	・男の人と女の人の距離の取り方 ・プライベートゾーン ・身を守る対処法(断り方、相談)	・異性と接する時のルールがわかる。	・イラストを提示して○×の確認をする。 ・○×で×の場合は、なぜ×なのか理由を考え発表する時間をとる。また、×の場合の対処法を考え発表する時間をとる。 ・相談する人や窓口を具体的に提示する。		
3 学期	球技	1 2	16	・卓球	・ルールを守り、仲間と協力して試合ができる。 ・基本的な技術を習得する。	・技術練習を毎回行う。 ・ルールを簡易化し、ラリーが続くように工夫する。	
	陸上競技 体づくり運動 ダンス	2 3	14	・持久走 ・体力を高める運動 ・体ほぐしの運動 ・フォークダンス	・決められた時間歩いたり、走ったりして運動を続ける。 ・周りの友達と言葉やジェスチャー等で交流できる。 ・フォークダンスの様々な音楽に合わせて体を動かす。	・自分の周数を確認できるように、視覚的な支援をする。 ・動きをキーワード化し伝えることで、生徒が動きのイメージをもちやすくする。	

令和6年度 東京都立立特別支援学校 年間指導計画

学部		高等部 普通科	学年	2年	学習グループ	Cグループ	教科等名	保健体育
年間授業時数		218.5	使用教室	グラウンド		体育館	使用教科書	改訂新版くらしに役立つ保健体育
曜日・校時 担当教員		水曜日	3～4校時	MT	竹内 祐	ST	林紀子、前田久美子、藤澤由佳、宇田川良行、池田光希、船田麻里、坂本慎二、田中美奈、吉田精太郎	
		金曜日	5～6校時	MT	竹内 祐	ST	林紀子、柴原那実、岡田雅人、前田久美子、藤澤由佳、宇田川良行、池田光希、船田麻里、坂本慎二、田中美奈	
ねらい	(1) 自立した社会参加を目指して体力・運動能力の維持・向上を目指す							
	(2) (体育) 自分の得意不得意の種目を知る							
	(3) (保健) 男女の違いがわかり、望ましい男女交際が理解できる							
学期	単元名	月	時数	主な学習内容		ねらい	手だて	
1 学期	体づくり運動 (朝体育)	通年	92.5	・ラジオ体操 ・ランニング		・体力を高める。	・コーンやバーを使用し、走るコースを分かりやすくする。	
	オリエンテーション 保健 スポーツテスト	4	4	・授業のルール ・応急手当 ・生活習慣 ・50m走		・怪我の応急手当ができる。 ・規則正しい生活について理解し自分の生活リズムを整えられる。	・ルール設定の意味を説明し、ルール遵守の意識を高める。 ・場面を想定したロールプレイング学習を行い理解を深める。	
	体育祭練習	4 5	16	・表現種目 ・競技種目 ・フォークダンス		・周りの友達と言葉を交わしながら運動できる。 ・フォークダンスを正しく踊れる。	・動きをキーワード化し伝えることで、生徒が動きのイメージをもちやすくする。	
	スポーツテスト	5	6	スポーツテスト指定種目		・スポーツテストの内容を理解して運動に取り組む。 ・記録の向上に向けて意欲的に取り組む。	・正しい方法を教員が見本として示す。 ・前年度の記録を参考記録として提示する。	
	オリンピック・パラリンピック	6	4	・オリンピック、パラリンピック種目		・スポーツをできる場や観戦できる場があることを知る。 ・オリンピック、パラリンピック種目を体験する。	・スポーツをできる場所や観戦できる場を具体的に提示したり、検索する方法を具体的に提示する。	
	保健	6	2	・性行為の責任 ・避妊の方法 ・性感染症とその予防 ・人工妊娠中絶と心身に及ぼす影響		・性による体の違いがわかり、望ましい交際が理解できる。	・PowerPointやKeynote等の視覚教材を使用する。 ・100%の避妊方法はないことを理解し、在学中の性交はデメリットが大きいことを伝える。	
	水泳	7 9	22	・着衣泳 ・クロール		・背浮きができ、水中での身の守り方がわかる。 ・正しいストロークを身に付け、泳ぎの効率を高める。 ・呼吸方法を覚えて長い距離を泳ぐ。	・着衣の状態と水着の状態の両方を体験して違いがわかるようにする。 ・ストロークの正しい動きを陸で十分に練習してから、水の中の動きにつなげる。	
	球技	9 10	16	・卓球		・ルールを守り、仲間と協力して試合ができる。 ・基本的な技術を習得する。	・技術練習を毎回行う。 ・ルールを簡易化し、ラリーが続くように工夫する。	
	武道	11 12	12	・剣道		・指示を理解し、活動できる。 ・相手の動きに応じた基本動作ができる。 ・武道の伝統的な考え方を理解し、相手を尊重して練習や試合を行う。	・教員が見本を見せたり、補助をすることで、見通しをもち安心して運動に取り組める環境を整える。	
	表現活動	12	10	・集団行動 ・ダンス		・教員の支援を受けながら友達と交流を楽しむ。 ・基本的な動きを身に付ける。	・教員が見本を見せたり、補助をすることで、見通しをもち安心して運動に取り組める環境を整える。	
保健	12	2	・男女の責任 ・避妊の方法 ・性感染症とその予防 ・人工妊娠中絶と心身に及ぼす影響		・男女の違いがわかり、望ましい男女交際が理解できる。	・PowerPointやKeynote等の視覚教材を使用する。 ・100%の避妊方法はないことを理解し、在学中の性交はデメリットが大きいことを伝える。		
3 学期	球技	1 2	16	・サッカー		・ルールを守り、仲間と協力して試合ができる。 ・基本的なボール操作ができる ・ボールをもたないときの動きがわかり、得点を狙ってゴールの空いている空間に走りこむことができる。	・教員が見本を見せたり、補助をすることで、見通しをもち安心して運動に取り組める環境を整える。 ・技術練習を毎回行う。	
	陸上競技 体づくり運動 ダンス	2 3	14	・持久走 ・体力を高める運動 ・体ほぐしの運動 ・フォークダンス		・決められた時間走り続ける。 ・周りの友達と言葉を交わしながら運動できる。 ・フォークダンスを正しく踊れる。	・自分の周数を確認できるように、視覚的な支援をする。 ・動きをキーワード化し伝えることで、生徒が動きのイメージをもちやすくする。	