

令和7年度 第1学年 保健体育科 年間指導計画

月	単元名・項目名	時数	○主な学習内容(何を学ぶか) ●学習方法(どのように学ぶか)	評 価 規 準		
				知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
4	体づくり運動 スポーツテスト	4	○集団行動における集団規律の徹底、体づくり運動によって体を動かす楽しさや心地よさを味わい、健康の保持増進や体力向上を図る。 ○記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、各種目特有の技能を身に付けることができるようになる。 ●複数の陸上競技を組み合わせて、走・跳の技能習得。	【知識】 ・運動を継続する意義について、理解したことを言ったり書き出したししている。 【技能】 ・陸上競技に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・短距離、リレーでは、中間走へのつなぎを滑らかにするなどして速く走ることができる。 ・ハードル走では、スピードを維持した走りからハードルを低く越すことができる。	・体ほぐしのねらいを踏まえて自己の課題に応じた活動を選んでいる。 ・仲間と学習する場面で、体力の違いに自己の課題に応じた運動の行い方の改善すべきポイントを見付けている。 ・自己の課題に応じて、適切な練習方法を選んでいる。	・体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・陸上競技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。
		4				
5	陸上競技 (短距離、リレー、ハードル走)	10				
6	球技 (ネット型)	8	○勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦に応じた技能で仲間と連携したゲームを展開できるようにする。 ●ボールを使った基本技術、ゲーム。	【知識】 ・球技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・ネット型では、空いた場所をめぐる攻防を展開するためのボール操作や安定した用具の操作と連携した動きができる。	・提供された作戦や戦術から自己のチームや相手チームの特徴を踏まえた作戦や戦術を選んでいる。 ・仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。	・球技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。
	水泳	10	○記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、効率的に泳ぐことができるようにする。 ●各泳法をグループワークで学ぶ	【知識】 ・水泳に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・複数の泳法で泳ぐこと、又はリレーをすることができる。	・選択した泳法について事故の改善すべきポイントを見付けている。 ・仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。	・水泳の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。 ・水泳の事故防止に関する心得など健康・安全を確保している。
7	体育理論 「運動やスポーツの多様性」	3	○運動やスポーツの多様性について理解を深めることができるようにする。 ●ICT、グループワーク活用。	【知識】 ・運動やスポーツの多様性について理解したことを言ったり、書き出したししている。	・運動やスポーツの多様性について、運動・スポーツに関する資料等で調べたことを基に課題や解決の方法を見付けたり、それらを説明している。	・運動やスポーツの多様性について、運動・スポーツに関する資料を見たり、自分達の生活を振り返りたりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。
	保健 「健康な生活と疾病の予防」	6	○健康な生活と疾病の予防について理解を深めることができるようにする。 ●ICT、グループワーク活用。	【知識】 ・健康の成り立ちと疾病の発生の要因について理解したことを言ったり、書き出したししている。 ・生活行動・生活習慣と健康について理解したことを言ったり、書き出したししている。	・健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料等で調べたことを基に課題や解決の方法を見付けたり、それらを説明している。	・健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料を見たり、自分達の生活を振り返りたりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。
8・9	水泳	5	○記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、効率的に泳ぐことができるようにする。 ●各泳法をグループワークで学ぶ	【知識】 ・水泳に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・複数の泳法で泳ぐこと、又はリレーをすることができる。	・選択した泳法について事故の改善すべきポイントを見付けている。 ・仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。	・水泳の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。 ・水泳の事故防止に関する心得など健康・安全を確保している。
9	柔道	8	○技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、得意技を身に付けることができるようにする。 ●相手の動きに応じた基本動作から、技能の向上を踏まえて、簡単な試合で攻防が展開できるようにする。	【知識】 ・武道の伝統的な考え方について、理解したことを言ったり書き出したししている。 ・武道に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・柔道では、相手を崩して投げたり、抑えたりなどの攻防を展開するための相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技、得意技、連絡技のいずれかができる。	・自己の技能・体力の程度に応じた得意技を身に付けている。 ・健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選んでいる。	・武道の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・相手を尊重し伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。 ・健康・安全を確保している。
10	陸上競技 (長距離走)	5	○記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、各種目特有の技能を身に付けることができるようになる。 ●複数の陸上競技を組み合わせて、走・跳の技能習得。	【知識】 ・陸上競技に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・長距離走では、自己に適したペースを維持して走ることができる。	・自己の課題に応じた運動の行い方の改善すべきポイントを見付けている。 ・自己の課題に応じて、適切な練習方法を選んでいる。	・陸上競技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。
11	ダンス (現代的なリズムのダンス、創作ダンス)	8	○感じを込めて踊ったり、皆で自由に踊ったりする楽しさや喜びを味わい、イメージを深める表現や踊りを通して交流や発表ができるようになる。 ●動きに変化をつけて表現することや、個性を生かした簡単な作品にまとめて踊れるようにする。	【知識】 ・ダンスの名称や用語について、学習した具体例を挙げている。 ・ダンスに関連して高まる体力について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を捉え、変化のある動きを組み合わせて、リズムに乗って全身で踊るための動きができる。	・発表や仲間との交流の場面では、互いの違いやよさを指摘している。 ・健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選んでいる。	・ダンスの学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。 ・互いの違いやよさを認め合おうとしている。
12	球技 (ゴール型)	10	○勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦に応じた技能で仲間と連携したゲームを展開できるようにする。 ●ボールを使った基本技術、ゲーム。	【知識】 ・球技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・ゴール型では、ゴール前への侵入などから攻防を展開するための安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きができる。	・提供された作戦や戦術から自己のチームや相手チームの特徴を踏まえた作戦や戦術を選んでいる。 ・仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。	・球技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。
	保健 「健康な生活と疾病の予防」	6	○健康な生活と疾病の予防について理解を深めることができるようにする。 ●ICT、グループワーク活用。	【知識】 ・喫煙、飲酒、薬物乱用と健康について理解したことを言ったり、書き出したししている。 ・保健、医療機関や医薬品の有効利用について理解したことを言ったり、書き出したししている。	・健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料等で調べたことを基に課題や解決の方法を見付けたり、それらを説明している。	・健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料を見たり、自分達の生活を振り返りたりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。
1	器械運動 (マット運動、跳び箱運動)	8	○技ができる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技で演技することができるようにする。 ●マット運動、跳び箱運動	【知識】 ・器械運動に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ・技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・マット運動では、回転系や巧技系の技で構成し演技するための、滑らかな安定した基本技、条件を変えた技、発展技のいずれかができる。 ・跳び箱運動では、切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに安定して、条件を変えた技、発展技のいずれかができる。	・自己の課題に応じて、学習する技の合理的な動き方の改善すべきポイントを見付けている。 ・仲間と学習する場面で、仲間の動きと自己の動きの違いなどを指摘している。	・器械運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・よい演技をこなそうとしている。 ・健康・安全に確保している。
2・3	球技 (ベースボール型)	10	○勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦に応じた技能で仲間と連携したゲームを展開できるようにする。 ●ボールを使った基本技術、ゲーム。	【知識】 ・球技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・ベースボール型では、攻防を展開するための安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と連携した守備などのうごきができる。	・提供された作戦や戦術から自己のチームや相手チームの特徴を踏まえた作戦や戦術を選んでいる。 ・仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。	・球技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。
	保健 「健康な生活と疾病の予防」	6	○健康な生活と疾病の予防について理解を深めることができるようにする。 ●ICT、グループワーク活用。	【知識】 ・個人の健康を守る社会の取り組みについて理解したことを言ったり、書き出したししている。	・健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料等で調べたことを基に課題や解決の方法を見付けたり、それらを説明している。	・健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料を見たり、自分達の生活を振り返りたりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。
評 価 方 法				出欠表による参加状況。 授業中での姿容。	授業観察による判断の的確性。	各種実技試験及び計画による記録の合計点。
比率				1/3	1/3	1/3

令和7年度 第2学年 保健体育科 年間指導計画

月	単元名・項目名	時数	○主な学習内容(何を学ぶか) ●学習方法(どのように学ぶか)	評 価 規 準		
				知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
4	体づくり運動 スポーツテスト	4	○集団行動における集団規律の徹底・体づくり運動によって体を動かす楽しさや心地よさを味わい、健康の保持増進や体力の向上を図る。 ●全体で集団行動に取り組む・手軽な運動や律動的な運動	【知識】 ・運動を継続する意義について、理解したことを言ったり書き出したししている。 ・運動を安全に行う上で必要となる体の構造について理解したことを言ったり書き出したししている。	・体ほぐしのねらいを踏まえて自己の課題に応じた活動を選んでいる。 ・仲間と学習する場面で、体力の違いに配慮した補助の仕方を見付けている。	・体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・健康安全を確保しようとしている。
		4				
5	陸上競技 (短距離、リレー、ハードル走)	10	○記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、各種目特有の技能を身に付けることができるようにする。 ●複数の陸上競技を組み合わせて、走・跳の技能習得。	【知識】 ・陸上競技に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・短距離、リレーでは、中間走へのつなぎを滑らかにするなどして速く走ることができる。 ・ハードル走では、スピードを維持した走りからハードルを低く越すことができる。	・自己の課題に応じた運動の行い方の改善すべきポイントを見付けている。 ・自己の課題に応じて、適切な練習方法を選んでいる。	・陸上競技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。
6	球技 (ゴール型)	10	○勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームが展開できるようにする。 ●ボールを使った基本技術、ゲーム。	【知識】 ・球技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・ゴール型では、ゴール前への侵入などから攻防を展開するための安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きができる。	・提供された作戦や戦術から自己のチームや相手チームの特徴を踏まえた作戦や戦術を選んでいる。 ・仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。	・球技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。
	水泳	10	○記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、効率的に泳ぐことができるようにする。 ●各泳法をグループワークで学ぶ	【知識】 ・水泳に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・複数の泳法で泳ぐこと、又はリレーをすることができる。	・選択した泳法について事故の改善すべきポイントを見付けている。 ・仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。	・水泳の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合いようとしている。 ・水泳の事故防止に関する心得など健康・安全を確保している。
7	体育理論 「運動やスポーツの効果・学び方・安全」	3	○文化としてのスポーツについて理解を深めることができるようにする。 ●ICT、グループワーク活用。	【知識】 ・運動やスポーツの効果・学び方・安全について理解したことを言ったり、書き出したししている。	・運動やスポーツの効果・学び方・安全について、運動・スポーツに関する資料等で調べたことを基に課題や解決の方法を見付けたり、それを説明している。	・運動やスポーツの効果・学び方・安全について、運動・スポーツに関する資料を見たり、自分達の生活を振り返りなどなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。
	保健 「健康な生活と疾病の予防」	6	○健康な生活と疾病の予防について理解を深めることができるようにする。 ●ICT、グループワーク活用。	【知識】 ・健康の成り立ちと疾病の発生の要因について理解したことを言ったり、書き出したししている。 ・生活行動・生活習慣と健康について理解したことを言ったり、書き出したししている。	・健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料等で調べたことを基に課題や解決の方法を見付けたり、それを説明している。	・健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料を見たり、自分達の生活を振り返りなどなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。
8・9	水泳	5	○記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、効率的に泳ぐことができるようにする。 ●各泳法をグループワークで学ぶ	【知識】 ・水泳に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・複数の泳法で泳ぐこと、又はリレーをすることができる。	・選択した泳法について事故の改善すべきポイントを見付けている。 ・仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。	・水泳の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合いようとしている。 ・水泳の事故防止に関する心得など健康・安全を確保している。
9	陸上競技 (走高跳)	10	○記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、各種目特有の技能を身に付けることができるようにする。 ●複数の陸上競技を組み合わせて、走・跳の技能習得。	【知識】 ・陸上競技に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切り滑らかな空間動作で跳ぶことができる。	・自己の課題に応じた運動の行い方の改善すべきポイントを見付けている。 ・自己の課題に応じて、適切な練習方法を選んでいる。	・陸上競技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。
9	柔道	8	○技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、得意技を身に付けることができるようにする。 ●相手の動きに応じた基本動作から、技能の上達を踏まえて、簡単な試合で攻防が展開できるようにする。	【知識】 ・武道の伝統的な考え方について、理解したことを言ったり書き出したししている。 ・武道に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・柔道では、相手を崩して投げたり、抑えたりなどの攻防を展開するための相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技、得意技、連絡技のいずれかができる。	・自己の技能・体力の程度に応じた得意技を身に付けている。 ・健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選んでいる。	・武道の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・相手を尊重し伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。 ・健康・安全を確保している。
10	陸上競技 (長距離走)	5	○記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、各種目特有の技能を身に付けることができるようにする。 ●複数の陸上競技を組み合わせて、走・跳の技能習得。	【知識】 ・陸上競技に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・長距離走では、自己に適したペースを維持して走ることができる。	・自己の課題に応じた運動の行い方の改善すべきポイントを見付けている。 ・自己の課題に応じて、適切な練習方法を選んでいる。	・陸上競技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。
11	球技 (ベースボール型)	10	○勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームが展開できるようにする。 ●ボールを使った基本技術、ゲーム。	【知識】 ・球技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・ベースボール型では、攻防を展開するための安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と連携した守備などの動きができる。	・提供された作戦や戦術から自己のチームや相手チームの特徴を踏まえた作戦や戦術を選んでいる。 ・仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。	・球技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。
12	ダンス (現代的なリズムのダンス、創作ダンス)	8	○感じを込めて踊ったり、皆で自由に踊ったりする楽しさや喜びを味わい、イメージを深めた表現や踊りを通して交流や発表ができるようにする。 ●動きに変化をつけて表現することや、個性を生かした簡単な作品にまとめて踊れるようになる。	【知識】 ・ダンスの名称や用語について、学習した具体例を挙げている。 ・ダンスに関連して高まる体力について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を捉え、変化のある動きを組み合わせて、リズムに乗って全身で踊るための動きができる。	・発表や仲間との交流の場面では、互いの違いやよさを指摘している。 ・健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選んでいる。	・ダンスの学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。 ・互いの違いやよさを認め合おうとしている。
	保健 「健康な生活と疾病の予防」	6	○健康な生活と疾病の予防について理解を深めることができるようにする。 ●ICT、グループワーク活用。	【知識】 ・喫煙、飲酒、薬物乱用と健康について理解したことを言ったり、書き出したししている。 ・保健、医療機関や医薬品の有効利用について理解したことを言ったり、書き出したししている。	・健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料等で調べたことを基に課題や解決の方法を見付けたり、それを説明している。	・健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料を見たり、自分達の生活を振り返りなどなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。
1	球技 (ネット型)	8	○勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームが展開できるようにする。 ●ボールを使った基本技術、ゲーム。	【知識】 ・球技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・ネット型では、空いた場所をめぐる攻防を展開するためのボール操作や安定した用具の操作と連携した動きができる。	・提供された作戦や戦術から自己のチームや相手チームの特徴を踏まえた作戦や戦術を選んでいる。 ・仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。	・球技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。
2・3	器械運動 (跳び箱運動)	8	○技ができる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技で演技することができるようにする。 ●跳び箱運動	【知識】 ・器械運動に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ・技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・跳び箱運動では、切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに安定して、条件を変えた技、発展技のいずれかができる。	・自己の課題に応じて、学習する技の合理的な動き方の改善すべきポイントを見付けている。 ・仲間と学習する場面で、仲間の動きと自己の動きの違いなどを指摘している。	・器械運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・よい演技を演えようとしている。 ・健康・安全に確保している。
	保健 「健康な生活と疾病の予防」	6	○健康な生活と疾病の予防について理解を深めることができるようにする。 ●ICT、グループワーク活用。	【知識】 ・個人の健康を守る社会の取り組みについて理解したことを言ったり、書き出したししている。	・健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料等で調べたことを基に課題や解決の方法を見付けたり、それを説明している。	・健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料を見たり、自分達の生活を振り返りなどなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。
評 価 方 法				出欠表による参加状況。 授業の中での姿容。	授業観察による判断の確信性。	各種目実技試験及び計測による記録の合計点。
比率				1/3	1/3	1/3

令和7年度 第3学年 保健体育科 年間指導計画

月	単元名・項目名	時数	○主な学習内容(何を学ぶか) ●学習方法(どのように学ぶか)	評 価 規 準		
				知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
4	体づくり運動 スポーツテスト	4	○集団行動における集団規律の徹底・体づくり運動によって体を動かす楽しさや心地よさを味わい、健康の保持増進や体力の向上を図る。 ●全体で集団行動に取り組む・手軽な運動や律動的な運動	【知識】 ・運動を継続する意義について、理解したことを言ったり書き出したたりしている。 ・運動を安全に行う上で必要となる体の構造について理解したことを言ったり書き出したたりしている。	・体ほぐしのねらいを踏まえて自己の課題に応じた活動を選んでいる。 ・仲間と学習する場面で、体力の違いに配慮した補助の仕方を見付けている。	・体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・健康安全を確保しようとしている。
		4				
5	陸上競技 (短距離、リレー、ハードル走、走高跳)	10	○記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、各種目特有の技能を身に付けることができるようにする。 ●複数の陸上競技を組み合わせて、走・跳の技能習得。	【知識】 ・陸上競技に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・短距離、リレーでは、中間走へのつなぎを滑らかにするなどして速く走ることができる。 ・ハードル走では、スピードを維持した走りからハードルを低く越すことができる。 ・走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切り滑らかな空間動作で跳ぶことができる。	・自己の課題に応じた運動の行い方の改善すべきポイントを見付けている。 ・自己の課題に応じて、適切な練習方法を選んでいる。	・陸上競技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。
6	ダンス (現代的なリズムのダンス、創作ダンス)	8	○感じを込めて踊ったり、皆で自由に踊ったりする楽しさや喜びを味わい、イメージを確かな表現や踊りを通して交流や発表ができるようにする。 ●動きに変化をつけて表現することや、個性を生かした簡単な作品にまとめて踊れるようにする。	【知識】 ・ダンスの名称や用語について、学習した具体例を挙げている。 ・ダンスに関連して高まる体力について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を捉え、変化のある動きを組み合わせて、リズムに乗って全身で踊るための動きができる。	・発表や仲間との交流の場面では、互いの違いやよさを指摘している。 ・健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選んでいる。	・ダンスの学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。 ・互いの違いやよさを認め合おうとしている。
7	水泳	10	○記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、効率的に泳ぐことができるようにする。 ●各泳法をグループワークで学ぶ	【知識】 ・水泳に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・複数の泳法で泳ぐこと、又はリレーをすることができる。	・選択した泳法について事故の改善すべきポイントを見付けている。 ・仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。	・水泳の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。 ・水泳の事故防止に関する心得など健康・安全を確保している。
	体育理論 「文化としてのスポーツ」	3	○文化としてのスポーツについて理解を深めることができるようにする。 ●ICT、グループワーク活用。	【知識】 ・文化としてのスポーツについて理解したことを言ったり、書き出したたりしている。	・文化としてのスポーツについて、運動・スポーツに関する資料等で調べたことを基に課題や解決の方法を見付けたり、それらを説明している。	・文化としてのスポーツについて、運動・スポーツに関する資料を見たり、自分達の生活を振り返ったりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。
	保健 「健康な生活と疾病の予防」	6	○健康な生活と疾病の予防について理解を深めることができるようにする。 ●ICT、グループワーク活用。	【知識】 ・健康の成り立ちと疾病の発生の要因について理解したことを言ったり、書き出したたりしている。 ・生活行動・生活習慣と健康について理解したことを言ったり、書き出したたりしている。	・健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料等で調べたことを基に課題や解決の方法を見付けたり、それらを説明している。	・健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料を見たり、自分達の生活を振り返ったりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。
8・9	水泳	5	○記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、効率的に泳ぐことができるようにする。 ●各泳法をグループワークで学ぶ	【知識】 ・水泳に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・複数の泳法で泳ぐこと、又はリレーをすることができる。	・選択した泳法について事故の改善すべきポイントを見付けている。 ・仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。	・水泳の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。 ・水泳の事故防止に関する心得など健康・安全を確保している。
9	球技 (バスボール型)	10	○勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームが展開できるようにする。 ●ボールを使った基本技術、ゲーム。	【知識】 ・球技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・バスボール型では、攻防を展開するための安定したバント操作と走塁での攻撃、ボール操作と連携した守備などのうごきができる。	・提供された作戦や戦術から自己のチームや相手チームの特徴を踏まえた作戦や戦術を選んでいる。 ・仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。	・球技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。
10	陸上競技 (長距離走)	5	○記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、各種目特有の技能を身に付けることができるようにする。 ●複数の陸上競技を組み合わせて、走・跳の技能習得。	【知識】 ・陸上競技に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・長距離走では、自己に適したペースを維持して走ることができる。	・自己の課題に応じた運動の行い方の改善すべきポイントを見付けている。 ・自己の課題に応じて、適切な練習方法を選んでいる。	・陸上競技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。
11	器械運動 (マット運動、跳び箱運動)	8	○技ができる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技で演技することができるようにする。 ●マット運動、跳び箱運動	【知識】 ・器械運動に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ・技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・マット運動では、回転系や巧技系の技で構成し演技するための、滑らかな安定した基本技、条件を変えた技、発展技のいずれかができる。 ・跳び箱運動では、切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに安定して、条件を変えた技、発展技のいずれかができる。	・自己の課題に応じて、学習する技の合理的な動き方の改善すべきポイントを見付けている。 ・仲間と学習する場面で、仲間の動きと自己の動きの違いなどを指摘している。	・器械運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・よい演技を演じようとしている。 ・健康・安全に確保している。
12	球技 (ネット型)	8	○勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームが展開できるようにする。 ●ボールを使った基本技術、ゲーム。	【知識】 ・球技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・ネット型では、空いた場所をめぐる攻防を展開するためのボール操作や安定した用具の操作と連携した動きができる。	・提供された作戦や戦術から自己のチームや相手チームの特徴を踏まえた作戦や戦術を選んでいる。 ・仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。	・球技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。
	保健 「健康な生活と疾病の予防」	6	○健康な生活と疾病の予防について理解を深めることができるようにする。 ●ICT、グループワーク活用。	【知識】 ・喫煙、飲酒、薬物乱用と健康について理解したことを言ったり、書き出したたりしている。 ・保健、医療機関や医薬品の有効利用について理解したことを言ったり、書き出したたりしている。	・健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料等で調べたことを基に課題や解決の方法を見付けたり、それらを説明している。	・健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料を見たり、自分達の生活を振り返ったりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。
1	球技 (ゴール型)	10	○勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームが展開できるようにする。 ●ボールを使った基本技術、ゲーム。	【知識】 ・球技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・ゴール型では、ゴール前への侵入などから攻防を展開するための安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きができる。	・提供された作戦や戦術から自己のチームや相手チームの特徴を踏まえた作戦や戦術を選んでいる。 ・仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。	・球技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。
2・3	柔道	8	○技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、得意技を身に付けることができるようにする。 ●相手の動きに応じた基本動作から、技能の上達を踏まえて、簡単な試合で攻防が展開できるようにする。	【知識】 ・武道の伝統的な考え方について、理解したことを言ったり書き出したたりしている。 ・武道に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・柔道では、相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防を展開するための相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技、得意技、連絡技のいずれかができる。	・自己の技能・体力の程度に応じた得意技を身に付けている。 ・健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選んでいる。	・武道の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・相手を尊重し伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。 ・健康・安全を確保している。
	保健 「健康な生活と疾病の予防」	6	○健康な生活と疾病の予防について理解を深めることができるようにする。 ●ICT、グループワーク活用。	【知識】 ・個人の健康を守る社会の取り組みについて理解したことを言ったり、書き出したたりしている。	・健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料等で調べたことを基に課題や解決の方法を見付けたり、それらを説明している。	・健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料を見たり、自分達の生活を振り返ったりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。
評 価 方 法				出欠表による参加状況。 授業中での実況。	授業観察による判断の確性。	各種目実技試験及び計測による記録の合計点。
比率				1/3	1/3	1/3