学校番号	J1002

令和８年度　保健体育科

学年	１年	週授業コマ数	3	授業時数(45 分)		標準授業時数(50 分)	105
使用教科書	「最新中学保健体育」　（大修館書店出版）						
副教材等	「最新中学保健体育の学習１」　（大修館書店出版）						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

授業の進め方

●体育　・１年間を通しランニング、準備運動、トレーニングを継続して行い、基礎体力の向上をはかる。
・単元ごとのねらいに応じて、学習目標・計画をたて、練習する。
・ゲームなどを行い、記録をとりながら練習の成果をためす。

●保健　・使用教科書を中心に副教材を使用し授業を進める。

ノートの取り方

●単元ごとに提示されるワークシートを使用し、要点の整理や確認をする。
●副教材を使用し、要点の整理や確認をする。

家庭学習(予習・復習)のしかた

予習　保健の授業は授業中に次回の予告をするので教科書の該当ページを読んでおく。

復習　●体育・ワークシートを使い要点を整理し確認する。
●保健・副教材のまとめの問題をする。

２　学習の到達目標

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

（１）各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。

（２）運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。

（３）生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

３　評価の観点及びその趣旨

観点	a:知識・技能	b:思考・判断・表現	c:主体的に学習に取り組む態度
観点の趣旨	・各領域の運動の特性に応じた、基本的な技能を身につけている。 ・健康や安全について、基本的な知識を理解し、実践している。	・運動場面において、自己の課題解決に向けて考え、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 ・健康や安全について、課題解決をめざし、科学的に考えている。	・運動に関心を持ち、楽しさや喜びを経験できるよう、進んで取り組もうとしている。 ・健康や安全に関心を持ち、進んで学習に取り組もうとしている。

上に示す観点に基づいて、学習のまとまりごとに評価し、学年末に５段階の評定にまとめます。
学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

4　学習の活動

学期	単元名	学習内容	単元の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
1学期	体つくり運動	・集団行動を通して自分の身体の動きに気づく ・柔軟性を高める運動 ・巧緻性を高める運動 ・持久力を高める運動 ・ラジオ体操	a:体つくり運動の意義と行い方,体の動きを高める方法について理解している。 b:体力の程度等の違いに配慮して，自分自身に合ったやり方を選択しようとしている。 c:学習に積極的に取り組もうとし,健康・安全 に気を配っている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト	授業における観察
	陸上競技	・短距離走 クラウチングスタート 50、100m走計時 計測方法 ストップウォッチ使用法 リレー	a:陸上競技の特性や成り立ち，技術の名称や行い方，その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 基本的な正しい走り方を身につけながら,目標に挑戦したり,競争することができる。 b:動きなどの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができている。 c:学習に積極的に取り組み，勝敗などを認め，ルールやマナーを守ろうとしている。分担した役割を果たそうとしている。健康・安全に気を配っている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察
	器械運動	・跳び箱運動 切り返し系〔開脚跳び、かかえ込み跳びなど〕 回転系〔台上前転、前方倒立回転跳びなど〕	a:跳び箱運動の特性や成り立ち,技術の名称や行い方，その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに行うことができる。 b:技などの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができている。 c:学習に積極的に取り組み，よい演技を認めようとすること，一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとすることなどをし，健康・安全 に気を配っている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察

2学期	バスケットボール	・パス ・ドリブル ・シュート ・ルール理解 ・ゲーム	a:・球技の特性や成り立ち，技術の名称や行い方，その運動に関連して高まる体力などについて理解している・ゴール型では，ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防をすることができる。 b:・攻防などの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに，自己や仲間の考えたことを他者に伝えている c:・球技に積極的に取り組むとともに，フェアなプレイを守ろうとすること，作戦などについての話合いに参加しようとすること、健康・安全に気を配ったりしている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察
	水泳	・クロール ストローク、キック、ブレス、コンビネーション	a:水泳の特性や成り立ち，技術の名称や行い方，その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 クロールの正しい泳法を身につけている。長い距離を連続して泳ぐことができる。 b:・泳法などの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫している。 c:学習に積極的に取り組み，勝敗などを認め，ルールやマナーを守ろうとしている。 水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全に気を配っている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察
	フットボール	・キック インサイドキック アウトサイドキック ・パス ・ドリブル ・ルールの理解 ・ゲーム	a:サッカーの特性や成り立ち，技術の名称や行い方，その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 基本的なキック,パス,ドリブルの技術を身につけ、簡易ルールによるゲームをすることができる。 b:攻防などの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。 c:学習に積極的に取り組み，フェアプレイを守ろうとすること，作戦などについての話合いに参加しようとすること，仲間の学習を援助しようとすることなどをし，健康・安全に気を配っている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察

3学期	バレーボール	・パス オーバーハンドパス アンダーハンドパス ・サーブ アンダーハンドサーブ ・ルールの理解 ・ゲーム	a:バレーボールの特性や成り立ち，技術の名称や行い方，その運動に関連して高まる体力などについて理解している。基本的なパスやサーブの技術を身につけ、簡易ルールによるゲームをすることができる。 b:攻防などの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。 c:学習に積極的に取り組み，フェアプレイを守ろうとすること，作戦などについての話合いに参加しようとすること，仲間の学習を援助しようとすることなどをし，健康・安全に気を配っている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察
	持久走	・ペース走 ・時間走 ・駅伝	a:持久走の特性や成り立ち,技術の名称や行い方，その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 自分のペースを守って、決められた時間や距離を走ることができる。 b:動きなどの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができている。 c:学習に積極的に取り組み，勝敗などを認め，ルールやマナーを守ろうとしている。分担した役割を果たそうとしている。健康・安全に気を配っている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察
	ダンス	・ステップ ・フォークダンス ・創作ダンス	a:ダンスの特性や由来，表現の仕方，その運動に関連して高まる体力などについて理解している・創作ダンスでは，多様なテーマから表したいイメージを捉え，動きに変化を付けて即興的に表現したり，変化のあるひとまとまりの表現にしたりして踊ることができる。 b:表現などの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに，自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 c:学習に積極的に取り組み，交流などの話合いに参加しようとすること，一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとすることなどをしたり，健康・安全に気を配ったりしている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察

	柔道	・道着の着方 ・受け身の基本 ・前回り受け身 （個人・ペア） ・受け身ゲーム	a:・武道の特性や成り立ち，伝統的な考え方，技の名称や行い方，その運動に関連して高まる体力などについて理解している・柔道では，相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて，投げたり抑えたりするなどの簡易な攻防をすることができる b:攻防などの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。 c:武道に積極的に取り組むとともに，相手を尊重し，伝統的な行動の仕方を守ろうとすること，分担した役割を果たそうとすること，禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ったりしている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察
1，2，3学期	体育理論・	「運動やスポーツの多様性」	:スポーツの多様性について理解し実践しようとしている。 b:スポーツの多様性について課題を発見し，その解決に向けて思考し判断している。 c スポーツの多様性について:の学習に自主的に取り組もうとしている。	授業における発言・観察 ノート	授業における発言・観察 ノート	授業における発言・観察
	保健分野	「健康な生活と疾病の予防①」 「心身の機能の発達と心の健康」	a:思春期の体の発育・発達と心の発達について理解する。体と心は,相互に影響を与え深くかかわっていることを理解する。 b:心身の機能の発達と心の健康について，課題を発見し，その解決に向けて思考し判断している。 c:心身の発達と心の健康についての学習に自主的に取り組もうとしている。 a：健康の保持増進には、年齢、食事、睡眠の調和の取れた生活を続ける理解する。必要があることを理解する。 b：健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し，その解決に向けて思考し判断している。 c：健康な生活と疾病の予防についての学習に自主的に取り組もうとしている。	授業における発言・観察 ノート	授業における発言・観察 ノート	授業における発言・観察

※　表中の観点について　a:知識・技能　b:思考・判断・表現　c:主体的に学習に取り組む態度

学校番号	J1002

令和８年度　保健体育科

学年	２年	週授業コマ数	３	授業時数(45 分)		標準授業時数(50 分)	105
使用教科書	「最新中学保健体育」　（大修館書店出版）						
副教材等	「最新中学保健体育の学習２」　（大修館書店出版）						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

授業の進め方

●体育　・１年間を通しランニング、準備運動、トレーニングを継続して行い、基礎体力の向上をはかる。
・単元ごとのねらいに応じて、学習目標・計画をたて、練習する。
・ゲームなどを行い、記録をとりながら練習の成果をためす。

●保健　・使用教科書を中心に副教材を使用し授業を進める。

ノートの取り方

●単元ごとに提示されるワークシートを使用し、要点の整理や確認をする。
●副教材を使用し、要点の整理や確認をする。

家庭学習(予習・復習)のしかた

予習　保健の授業は授業中に次回の予告をするので教科書の該当ページを読んでおく。

復習　●体育・ワークシートを使い要点を整理し確認する。
●保健・副教材のまとめの問題をする。

２　学習の到達目標

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

（１）各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。
（２）運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
（３）生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

３　評価の観点及びその趣旨

観点	a:知識・技能	b:思考・判断・表現	c:主体的に学習に取り組む態度
観点の趣旨	・各領域の運動の特性に応じた、基本的な技能を身につけている。 ・健康や安全について、基本的な知識を理解し、実践している。	・運動場面において、自己の課題解決に向けて考え、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 ・健康や安全について、課題解決をめざし、科学的に考えている。	・運動に関心を持ち、楽しさや喜びを経験できるよう、進んで取り組もうとしている。 ・健康や安全に関心を持ち、進んで学習に取り組もうとしている。

上に示す観点に基づいて、学習のまとまりごとに評価し、学年末に５段階の評定にまとめます。学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

4　学習の活動

学期	単元名	学習内容	単元の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
1学期	体つくり運動	・集団行動を通して自分の身体の動きに気づく ・ダイナミックストレッチで体の可動域を広げる ・ラジオ体操	a:実生活で運動を継続しやすい，無理のない運動の仕方を理解しようとしている。 b:体力の程度等の違いに配慮して，自分自身に合ったやり方を選択しようとしている。 c:体つくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。	授業における観察	授業における観察	授業における観察
	器械運動	・マット運動 回転系（前方系、後方系、側方系） 巧技系（柔軟系・バランス系）	a:マット運動の基本的な技を滑らかに行うことができる。 b:技などの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができている。 c:積極的に取り組むとともに，よい演技を認めようとすること，一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとすることなどをしたり，健康・安全 に気を配ったりしている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察
	陸上競技	・短距離走 ・リレー ・ハードル走	a:陸上競技の技術の名称や行い方，体力の高め方，運動観察の方法などについて理解している。 b:動きなどの自己や仲間の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。 c:陸上競技に自主的に取り組むとともに，勝敗などを冷静に受け止め，ルールやマナーを大切にしようとすること，自己の責任を果たそうとすること，一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとすることなどや，健康・安全を確保したりしている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察

2学期	ソフトボール	・捕球と送球 キャッチボール、ゴロ、フライ ・打撃と守備 フリーバッティング ・ルールの理解 ・ゲーム	a:・ソフトボールの特性や成り立ち，技術の名称や行い方，その運動に関連して高まる体力などについて理解している・基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位置での守備などによって攻防をすることができる。 b:・攻防などの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。 c:・学習に積極的に取り組み、フェアプレイを守ろうとすること，作戦などについての話合いに参加しようとすること、健康・安全に気を配ったりしている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察
	水泳	・クロール ・平泳ぎ ・背泳ぎ (ストローク、キック、コンビネーション)	a:・水泳の特性や成り立ち，技術の名称や行い方，その運動に関連して高まる体力などについて理解している。手と足の動き，呼吸のバランスをとり泳ぐことができる。 b:・泳法などの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫している。 c:水泳に積極的に取り組むとともに，勝敗などを認め，ルールやマナーを守ろうとしている。水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全に気を配ったりしている	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察
	バレーボール	・パス オーバーハンドパス アンダーハンドパス ・サーブ アンダーハンドサーブ ・ルールの理解 ・ゲーム	a:バレーボールの特性や成り立ち，技術の名称や行い方，その運動に関連して高まる体力などについて理解している。基本的なパスやサーブの技術を身につけ、簡易ルールによるゲームをすることができる。 b:攻防などの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。 c:学習に積極的に取り組み，フェアプレイを守ろうとすること，作戦などについての話合いに参加しようとすること，仲間の学習を援助しようとすることなどをし，健康・安全に気を配っている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察

3学期	フットボール	・キック インサイドキック ・パス ・ドリブル ・ルールの理解 ・ゲーム	a:サッカーの特性や成り立ち，技術の名称や行い方，その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 基本的なキック,パス,ドリブルの技術を身につけ、簡易ルールによるゲームをすることができる。 b:攻防などの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。 c:学習に積極的に取り組み，フェアプレイを守ろうとすること，作戦などについての話合いに参加しようとすること，仲間の学習を援助しようとすることなどをし，健康・安全に気を配っている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察
	持久走	・ペース走 ・時間走 ・駅伝	a:・陸上競技の特性や成り立ち，技術の名称や行い方，その運動に関連して高まる体力などについて理解している。ペースを守って走ることができる b:動きなどの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。 c:・陸上競技に積極的に取り組むとともに，勝敗などを認め，ルールやマナーを守ろうとすること，分担した役割を果たそうとすること，一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとすることなどをしたり，健康・安全に気を配ったりしている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察
	ダンス	ダンス ・現代的なﾘｽﾞﾑのﾀﾞﾝｽ ・創作ダンス	a:・ダンスの特性や由来，表現の仕方，その運動に関連して高まる体力などについて理解している・創作ダンスでは，多様なテーマから表したいイメージを捉え，動きに変化を付けて即興的に表現したり，変化のあるひとまとまりの表現にしたりして踊ることができる。 b:表現などの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに，自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 c:ダンスに積極的に取り組むとともに，交流などの話合いに参加しようとすること，一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとすることなどをしたり，健康・安全に気を配ったりしている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察

	柔道	・道着の着方 ・受け身の基本 ・前回り受け身 （個人・ペア） ・固め技 ・約束練習	a:・武道の特性や成り立ち，伝統的な考え方，技の名称や行い方，その運動に関連して高まる体力などについて理解している・柔道では，相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて，投げたり抑えたりするなどの簡易な攻防をすることができる b:攻防などの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。 c:武道に積極的に取り組むとともに，相手を尊重し，伝統的な行動の仕方を守ろうとすること，分担した役割を果たそうとすること，禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ったりしている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察
1・2・3学期	体育理論	スポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方	a:スポーツの意義や効果・学び方や安全な行い方について理解し実践しようとしている。 b:スポーツの意義や効果・学び方や安全な行い方について課題を発見し，その解決に向けて思考し判断している。 c スポーツの意義や効果・学び方や安全な行い方について:の学習に自主的に取り組もうとしている。	授業における発言・観察 ノート	授業における発言・観察 ノート	授業における発言・観察
	保健分野	「健康な生活と疾病の予防②」 「障害の防止」	a:健康な生活と疾病の予防について，課題を発見し，その解決に向けて思考し判断している。傷害の防止について理解しているとともに，応急手当についての技能を身に付けている。 b:健康な生活と疾病の予防について，課題を発見し，その解決に向けて思考し判断している。傷害の防止について，危険の予測やその回避の方法を考えている。 c:健康な生活と疾病の予防、傷害の防止についての学習に自主的に取り組もうとしている。	授業における発言・観察 ノート	授業における発言・観察 ノート	授業における発言・観察

※　表中の観点について　a:知識・技能　b:思考・判断・表現　c:主体的に学習に取り組む態度

学校番号	J1002

令和８年度　保健体育科

学年	３年	週授業コマ数	３	授業時数(45 分)		標準授業時数(50 分)	105
使用教科書	「新中学保健体育」　(株式会社学研教育みらい出版)						
副教材等	「新中学保健体育ノート３」　(株式会社　学研教育みらい出版)						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

授業の進め方

●体育　・１年間を通しランニング、準備運動、トレーニングを継続して行い、基礎体力の向上をはかる。
・単元ごとのねらいに応じて、学習目標・計画をたて、練習する。
・ゲームなどを行い、記録をとりながら練習の成果をためす。

●保健　・使用教科書を中心に副教材を使用し授業を進める。

ノートの取り方

●単元ごとに提示されるワークシートを使用し、要点の整理や確認をする。
●副教材を使用し、要点の整理や確認をする。

家庭学習(予習・復習)のしかた

予習　保健の授業は授業中に次回の予告をするので教科書の該当ページを読んでおく。

復習　●体育・ワークシートを使い要点を整理し確認する。
●保健・副教材のまとめの問題をする。

２　学習の到達目標

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

（１）各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。
（２）運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
（３）生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

３　評価の観点及びその趣旨

観点	a:知識・技能	b:思考・判断・表現	c:主体的に学習に取り組む態度
観点の趣旨	・選択領の運動の特性に応じた、基本的な技能を身につけている。 ・健康や安全について、基本的な知識を理解し、実践している。	・生涯にわたって運動を豊かに実践するための課題を発見し、解決に向けて考え、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 ・健康や安全について、課題解決をめざし、科学的に考えている。	・運動に関心を持ち、楽しさや喜びを経験できるよう、進んで取り組もうとしている。 ・健康や安全に関心を持ち、進んで学習に取り組もうとしている。

上に示す観点に基づいて、学習のまとまりごとに評価し、学年末に５段階の評定にまとめます。学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

4　学習の活動

学期	単元名	学習内容	単元(題材)の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
1学期	体つくり運動	・集団行動を通して自分の身体の動きに気づく ・ダイナミックストレッチで体の可動域を広げる ・ラジオ体操	a:実生活で運動を継続する際行いやすい，無理のない運動の仕方を理解しようとしている。 b:体力の程度等の違いに配慮して，自分自身に合ったやり方を選択しようとしている。 c:体つくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。	授業における観察	授業における観察	授業における観察
	陸上競技	・短距離走 ・リレー ・ハードル走	a:陸上競技の技術の名称や行い方，体力の高め方，運動観察の方法などについて理解している。 b:動きなどの自己や仲間の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。 c:陸上競技に自主的に取り組むとともに，勝敗などを冷静に受け止め，ルールやマナーを大切にしようとすること，自己の責任を果たそうとすること，一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとすることなどや，健康・安全を確保したりしている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察
	柔道	・基本の受け身 ・前回り受け身 (個人・ペア) ・受け身ゲーム ・投げ技 ・約束練習	a:伝統的な考え方,技の名称や見取りけいこの行い方,体力の高め方について理解している。 相手の動きに応じた基本動作や基本技や連絡技を用い，投げたり抑えたりするなどの攻防をすることができる b:攻防などの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。 c:学習に積極的に取り組み，相手を尊重し，伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。分担した役割を果たそうとしている。健康・安全を確保している。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察

2学期	ソフトボール	・捕球と送球 キャッチボール、ゴロ、フライ ・打撃と守備 フリーバッティング ・ルールの理解 ・ゲーム	a:・ソフトボールの特性や成り立ち，技術の名称や行い方，その運動に関連して高まる体力などについて理解している・基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位置での守備などによって攻防をすることができる。 b:・攻防などの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。 c:・学習に積極的に取り組み、フェアプレイを守ろうとすること，作戦などについての話合いに参加しようとすること、仲間の学習を援助しようとすることなどをし、健康・安全に気を配ったりしている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察
	水泳	・クロール ・平泳ぎ ・背泳ぎ ・バタフライ (ストローク、キック、コンビネーション)	a:水泳の技術の名称や行い方，体力の高め方，運動観察の方法などについて理解している。手と足の動き，呼吸のバランスを保ち，安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができる。 b: 泳法などの自己や仲間の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫している。 c:水泳に自主的に取り組むとともに，勝敗などを冷静に受け止め，ルールやマナーを大切にしようとすること，自己の責任を果たそうとすること， 水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保している。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察
	バレーボール	・パス オーバーハンドパス アンダーハンドパス ・サーブ ﾌﾛｰﾀｰｻｰﾋﾞｽ ・ルール理解 ・ゲーム	a:バレーボールの特性や成り立ち，技術の名称や行い方，その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 基本的なパスやサーブの技術を身につけ、簡易ルールによるゲームをすることができる。 b:攻防などの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。 c:学習に積極的に取り組み，フェアプレイを守ろうとすること，作戦などについての話合いに参加しようとすること，仲間の学習を援助しようとすることなどをし，健康・安全に気を配っている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察

3学期	フットボール	・キック インサイドキック アウトサイドキック ・パス ・ドリブル ・ルールの理解 ・ゲーム	a:サッカーの特性や成り立ち，技術の名称や行い方，その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 基本的なキック,パス,ドリブルの技術を身につけ、簡易ルールによるゲームをすることができる。 b:攻防などの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。 c:学習に積極的に取り組み，フェアプレイを守ろうとすること，作戦などについての話合いに参加しようとすること，仲間の学習を援助しようとすることなどをし，健康・安全に気を配っている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察
	持久走	・ペース走 ・時間走 ・駅伝	a:陸上競技の技術の名称や行い方，体力の高め方，運動観察の方法などについて理解している。自己に適したペースを維持して走ることができる。 b:動きなどの自己や仲間の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。 c:陸上競技に自主的に取り組むとともに，勝敗などを冷静に受け止め，ルールやマナーを大切にしようとすること，自己の責任を果たそうとすること，一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとすることなどや，健康・安全を確保しようとしている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察
	ダンス	・現代的なリズムダンス ・創作ダンス	a:ダンスの名称や用語，踊りの特徴と表現の仕方，交流や発表の仕方，運動観察の方法，体力の高め方などについて理解している。表したいテーマにふさわしいイメージを捉え，個や群で，緩急強弱のある動きや空間の使い方で変化を付けて即興的に表現したり，簡単な作品にまとめたりして踊ることができる。 b:表現などの自己や仲間の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに，自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 c:ダンスに自主的に取り組むとともに， 互いに助け合い教え合おうとすること，作品や発表などの話合いに貢献しようとすること，一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしようとすることなどをしたり，健康・安全を確保したりしている。	授業における観察 実技テスト	授業における観察 実技テスト ワークシート	授業における観察

	体育理論	「文化としてのスポーツの意義」	a:文化としてのスポーツの意義について理解している。 b:文化としてのスポーツの意義について、課題を発見し、解決に向けて思考し判断している。 c:文化としてのスポーツの意義についての学習に自主的に取り組もうとしている。	授業における発言・観察 ノート	授業における発言・観察 ノート	授業における発言・観察
1・2・3学期	保健分野	「健康と環境」 「健康な生活と疾病の予防③」	a: 健康と環境は密接な関わりがあり,水・空気などの要素が大きな影響を及ぼしていることを理解している。 b: 健康と環境に関する情報から課題を発見し,その解決に向けて思考し判断し, それらを表現している。 c: 健康と環境についての学習に自主的に取り組もうとしている。 a:感染症の予防は、発生源をなくすこと、感染経路を遮断すること、抵抗力を高めることによって予防できることを理解している。 b:健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し, その解決に向けて思考し判断している。 c:健康な生活と疾病の予防についての学習に自主的に取り組もうとしている。	授業における発言・観察 ノート	授業における発言・観察 ノート	授業における発言・観察

※　表中の観点について　a:知識・技能　b:思考・判断・表現　c:主体的に学習に取り組む態度令和