学校番号	J0324

令和８年度　保健体育科

学年	1	週授業コマ数	3.5	授業時数(45 分)	122	標準授業時数(50 分)	105
使用教科書	最新中学校「保健体育」　（大修館書店出版）						
副教材等	中学体育実技（Gakken）、3 年間の保健資料ノート（新学社）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

（体育分野）
・集団行動の中で、安全に留意し、マナーやルールを守って行動する力を身につけよう。
・各種目の特性を理解し、自己の能力に応じて基礎・基本的な運動技能・体力や筋力を高めよう。
・仲間と協力することで、課題を発見し、解決できるよう工夫して取り組み、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。
・体育の授業を通して、運動をする楽しさを知り、生涯にわたって運動に親しめるようになろう。
（保健分野）
・思春期における心身の発達や体や心とのかかわりについて学び、よりよい生活ができる力を身につけよう。

2　学習の到達目標

(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めざし、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	各運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、伝統的な考え方、各領域に関連して高まる体力、健康・安全の留意点についての具体的な方法及び運動やスポーツの多様性、運動やスポーツが心身の発達に与える効果についての考え方を理解したうえで、各領域の運動の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。 心身の機能の発達と心の健康、について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。	運動を豊かに実践するための課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。また、体力を高めるための運動の組み合わせ方を工夫している。 心身の機能の発達と心の健康について、課題の解決を目指して科学的に考え、判断し、それらを表している。	運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、公正、協力、責任などに対する意欲をもち、健康・安全に留意して、学習に積極的に取り組もうとする。 心身の機能の発達と心の健康について関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。

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)
前期	**体つくり運動**	集団行動 ラジオ体操 体ほぐしの運動 体力テスト 体力を高める運動	【a】・体つくり運動の意義について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 ・体つくり運動の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・関節や筋肉の動きに合った合理的な運動の行い方を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。 【c】・体つくり運動等の学習に積極的に取り組もうとしている。・分担した役割を果たそうとしている。　・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワーク レポート 提出物

	球技 <

	器械運動	マット運動	【a】・器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。 【b】・学習する技の合理的な動き方のポイントを見付けている。 ・課題に応じて、技の習得に適した練習方法を選んでいる。 ・仲間と学習する場面で、仲間のよい動きなどを指摘している。 【c】・回転系や巧技系の技を組み合わせるための、滑らかな基本的な技ができる。 ・器械運動の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワーク レポート 提出物
後期	陸上競技	短距離走 リレー 長距離走 走り幅跳び	【a】・（短距離）滑らかな動きで速く走ることができる。 ・（長距離走）ペースを守り一定の距離を走ることができる。 ・（走り幅跳び）スピードに乗った助走からすばやく踏み切って跳ぶことができる。 ・陸上競技の特性や成り立ちについて、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。 【b】・技術を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けている。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。 【c】・陸上競技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。　・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワーク レポート 提出物

	球技	サッカー アルティメット	【a】ゴール前での攻防を展開するための操作と空間に走りこむなどの動きができる。 ・球技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・自己やチームの課題を見付けている。 ・提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイ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。 ・作戦などについて話合いに参加しようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度･姿勢 ワーク レポート 提出物

※　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

(2)女子　体育分野・体育実技：１００時数（45 分）　※評価方法は３ 学習評価に記載のとおり

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)
前期	**体つくり運動**	集団行動 ラジオ体操 体ほぐしの運動 体力テスト 体力を高める運動	【a】・体つくり運動の意義について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 ・体つくり運動の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・関節や筋肉の動きに合った合理的な運動の行い方を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。 【c】・体つくり運動等の学習に積極的に取り組もうとしている。・分担した役割を果たそうとしている。　・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度･姿勢 ワーク レポート 提出物

	球技	バレーボール タグラグビー	【a】（タグラグビー） ・パスやランプレーで攻撃したり、タグを取って守備をしたりすることができる。 ・空いた場所をめぐる攻防を展開するためのボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動きができる。 （共通） ・球技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・自己やチームの課題を見付けている。 ・提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイ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。 ・作戦などについて話合いに参加しようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。　・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワーク レポート 提出物
	水泳	クロール 平泳ぎ	【a】（クロール）手と足、呼吸のバランスをとり速く泳ぐことができる。 （平泳ぎ）手と足、呼吸のバランスをとり長く泳ぐことができる。 ・水泳の特性や成り立ちについて、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。 【b】・泳法を身に付けるための運動の行い方のポイントを身に付けている。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じて協力の仕方を見付けている。 【c】・水泳の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。　・仲間の学習を援助しようとしている。 ・水泳の事故防止に関する心得など健康・安全に留意している。			

	器械運動	マット運動	【a】・器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。 【b】・学習する技の合理的な動き方のポイントを見付けている。 ・課題に応じて、技の習得に適した練習方法を選んでいる。 ・仲間と学習する場面で、仲間のよい動きなどを指摘している。 【c】・回転系や巧技系の技を組み合わせるための、滑らかな基本的な技ができる。 ・器械運動の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワーク レポート 提出物
後期	陸上競技	短距離走 リレー 走り幅跳び 長距離走	【a】・（短距離）滑らかな動きで速く走ることができる。 ・（長距離走）ペースを守り一定の距離を走ることができる。 ・（走り幅跳び）スピードに乗った助走からすばやく踏み切って跳ぶことができる。 ・陸上競技の特性や成り立ちについて、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。 【b】・技術を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けている。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。 【c】・陸上競技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワーク レポート 提出物

	球技	サッカー	【a】・ゴール前での攻防を展開するためのボール操作と空間に走りこむなどの動きができる。 ・球技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・自己やチームの課題を見付けている。 ・提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイ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。 ・作戦などについて話合いに参加しようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワーク レポート 提出物
	ダンス	ダンス	【a】・リズムの特徴をとらえ、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。 ・表現の仕方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と学習する場面で、仲間のよい動きや表現などを指摘している。 【c】・ダンスの学習に積極的に取り組もうとしている。 ・よさを認め合おうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。			

(3)体育分野・体育理論：３時数（45 分）

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)
後期	スポーツの多様性	1. 運動やスポーツの必要性と楽しさ 2．運動やスポーツへのかかわり方 3．運動やスポーツの多様な楽しみ方	【a】・運動やスポーツの必要性と楽しさや多様性について、言ったり書き出したりしている。 【c】運動やスポーツが多様であることについて、情報を集めたり、意見を交換したりするなどの活動を通して、学習に積極的に取り組もうとしている。 【b】運動やスポーツが多様であることについて、出された意見や集めた情報を分析したり、整理したりしている。	定期考査	振り返り 記述問題	授業態度 発表 提出物 ワーク

(4)保健分野：１４時数（45 分）

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)
前期	健康な生活と病気の予防	1. 健康の成り立ち 2. 運動と健康 3. 食生活と健康 4. 休養・睡眠と健康	【c】・健康に関する資料等を見たり、自分たち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。 ・課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 【b】・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、選んだりするなどして、それらを説明している。 ・学習したことを自分たちの生活や事例などと比較したり、関係を見付けたりするなどして、筋道を立ててそれらを説明している。 【a】・理解したことを言ったり、書き出したりしている。 ・リラクゼーションの方法を実践できるようにする。	定期考査	振り返り記述問題	授業態度 発表 提出物 ワーク
後期	心身の発達と心の健康	1. 体の発育・発達 2. 呼吸器・循環器の発育・発達 3. 生殖機能の成熟(1) 4. 生殖機能の成熟(2) 5. 性への関心と性情報への対処 6. 知的機能・情意機能の発達 7. 社会性の発達と自立 8. 自己形成 9. 欲求とその充足 10. 心と体のかかわりとストレス 11. ストレスへの対処のしかた	【c】・健康に関する資料等を見たり、自分たち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。 ・課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 【b】・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、選んだりするなどして、それらを説明している。 ・学習したことを自分たちの生活や事例などと比較したり、関係を見付けたりするなどして、筋道を立ててそれらを説明している。 【a】・理解したことを言ったり、書き出したりしている。 ・リラクゼーションの方法を実践できるようにする。	定期考査	振り返り記述問題	授業態度 発表 提出物 ワーク

※　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	J0324

令和８年度　保健体育科

学年	2	週授業コマ数	3.5	授業時数(45 分)	122	標準授業時数(50 分)	105
使用教科書	最新　中学校保健体育（大修館書店）						
副教材等	中学体育実技（Gakken）、3 年間の保健資料ノート（新学社）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

（体育分野）
・集団行動の中で、安全に留意し、マナーやルールを守って行動する力を身につけよう。
・各種目の特性を理解し、自己の能力に応じて基礎・基本的な運動技能・体力や筋力を高めよう。
・仲間と協力することで、課題を発見し、解決できるよう工夫して取り組み、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。
・体育の授業を通して、運動をする楽しさを知り、生涯にわたって運動に親しめるようになろう。
（保健分野）
・生活習慣病の原因を知り、喫煙・飲酒等、病気にかかる危険性を下げて健康を保持増進する方法を選択できる力を身につけよう。
・傷害の防止やけがをした時の対処法について理解し、自身の生活に活かそう。

2　学習の到達目標

(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めざし、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	各運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、伝統的な考え方、各領域に関連して高まる体力、健康・安全の留意点についての具体的な方法及び運動やスポーツの多様性、運動やスポーツが心身の発達に与える効果についての考え方を理解したうえで、各領域の運動の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。 心身の機能の発達と心の健康、について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。	運動を豊かに実践するための課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。また、体力を高めるための運動の組み合わせ方を工夫している。 心身の機能の発達と心の健康について、課題の解決を目指して科学的に考え、判断し、それらを表している。	運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、公正、協力、責任などに対する意欲をもち、健康・安全に留意して、学習に積極的に取り組もうとする。 心身の機能の発達と心の健康について関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。

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

(1)男子　体育分野・体育実技：１００時数（45 分）　※評価方法は３ 学習評価に記載のとおり

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)
前期	**体つくり運動**	集団行動 ラジオ体操 体ほぐしの運動 体力テスト 体力を高める運動	【a】・体つくり運動の意義について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 ・体つくり運動の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・関節や筋肉の動きに合った合理的な運動の行い方を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。 【c】・体つくり運動等の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度･姿勢 ワーク レポート 提出物
	ダンス	ダンス	【a】・リズムの特徴をとらえ、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。 ・ダンスの特性について、学習した具体例を挙げている。 ・踊りの由来について、学習した具体例を挙げている。 ・表現の仕方について、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。 【b】・自分の興味や関心に合ったテーマや踊りを設定している。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と学習する場面で、仲間のよい動きや表現などを指摘している。 【c】・ダンスの学習に積極的に取り組もうとしている。 ・よさを認め合おうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度･姿勢 ワーク レポート 提出物

	水泳	クロール 平泳ぎ 背泳ぎ	【a】（クロール）手と足、呼吸のバランスをとり速く泳ぐことができる。 （平泳ぎ）手と足、呼吸のバランスをとり長く泳ぐことができる。 （背泳ぎ）手と足、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで泳ぐことができる。 ・水泳の特性や成り立ちについて、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。 【b】・泳法を身に付けるための運動の行い方のポイントを身に付けている。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じて協力の仕方を見付けている。 【c】・水泳の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・水泳の事故防止に関する心得など健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワーク レポート 提出物
	球技	ソフトボール	【a】・攻防を展開するための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の動きができる。 ・球技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・自己やチームの課題を見付けている。 ・提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイ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。 ・作戦などについて話合いに参加しようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワーク レポート 提出物

後期	武道	柔道	【a】・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に応じた基本動作から、基本となる技ができる。 ・武道の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・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りしている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・技を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けている。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・武道の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・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。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・禁じ技を用いないなど健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワーク レポート 提出物
	器械運動	跳び箱	【a】・器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。 【b】・学習する技の合理的な動き方のポイントを見付けている。 ・課題に応じて、技の習得に適した練習方法を選んでいる。 ・仲間と学習する場面で、仲間のよい動きなどを指摘している。 【c】・回転系や巧技系の技を組み合わせるための、滑らかな基本的な技ができる。。 ・器械運動の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワーク レポート 提出物

	陸上競技	長距離走 ハードル走	【a】　（長距離走） ・ペースを守り一定の距離を走ることができる。 （ハードル走） ・滑らかな動きで速く走ることができる。 ・陸上競技の特性や成り立ちについて、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。 【b】・技術を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けている。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。 【c】・陸上競技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度･姿勢 ワーク レポート 提出物

	球技	テニス ハンドボール	【a】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・球技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・自己やチームの課題を見付けている。 ・提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイ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。 ・作戦などについて話合いに参加しようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。 【a】ゴール前での攻防を展開するためのボール操作と空間に走りこむなどの動きができる。 ・球技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・自己やチームの課題を見付けている。 ・提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイ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。 ・作戦などについて話合いに参加しようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワーク レポート 提出物

(2)女子　体育分野・体育実技：１００時数（45 分）　※評価方法は３ 学習評価に記載のとおり

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)
前期	**体つくり運動**	集団行動 ラジオ体操 体ほぐしの運動 体力テスト 体力を高める運動	【a】・体つくり運動の意義について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 ・体つくり運動の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・関節や筋肉の動きに合った合理的な運動の行い方を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。 【c】・体つくり運動等の学習に積極的に取り組もうとしている。・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度･姿勢 ワーク レポート 提出物

	球技 <

	陸上競技	ハードル走	【a】・滑らかな動きで速く走ることができる。 ・陸上競技の特性や成り立ちについて、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。 【b】・技術を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けている。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。 【c】・陸上競技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度･姿勢 ワーク レポート 提出物
	水泳	クロール 平泳ぎ 背泳ぎ	【a】（クロール）手と足、呼吸のバランスをとり速く泳ぐことができる。 （平泳ぎ）手と足、呼吸のバランスをとり長く泳ぐことができる。 （背泳ぎ）手と足、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで泳ぐことができる。 ・水泳の特性や成り立ちについて、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。 【b】・泳法を身に付けるための運動の行い方のポイントを身に付けている。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じて協力の仕方を見付けている。 【c】・水泳の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・水泳の事故防止に関する心得など健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度･姿勢 ワーク レポート 提出物

	武道	柔道	【a】・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に応じた基本動作から、基本となる技ができる。 ・武道の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・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りしている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・技を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けている。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・武道の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・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。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・禁じ技を用いないなど健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワーク レポート 提出物
後期	陸上競技	ハードル走	【a】・滑らかな動きで速く走ることができる。 ・陸上競技の特性や成り立ちについて、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。 【b】・技術を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けている。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。 【c】・陸上競技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワーク レポート 提出物

後期	器械運動	跳び箱	【a】・器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。 【b】・学習する技の合理的な動き方のポイントを見付けている。 ・課題に応じて、技の習得に適した練習方法を選んでいる。 ・仲間と学習する場面で、仲間のよい動きなどを指摘している。 【c】・回転系や巧技系の技を組み合わせるための、滑らかな基本的な技ができる。。 ・器械運動の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度･姿勢 ワーク レポート 提出物
	球技	ハンドボール	【a】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・球技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・自己やチームの課題を見付けている。 ・提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイ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。 ・作戦などについて話合いに参加しようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度･姿勢 ワーク レポート 提出物

	球技	テニス	【a】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・球技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・自己やチームの課題を見付けている。 ・提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイ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。 ・作戦などについて話合いに参加しようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワーク レポート 提出物
	陸上競技	長距離走	【a】・ペースを守り一定の距離を走ることができる。 ・陸上競技の特性や成り立ちについて、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。 【b】・技術を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けている。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。 【c】・陸上競技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワーク レポート 提出物

(3)体育分野・体育理論：３時数（45 分）

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)

後期	スポーツの効果と安全	1. スポーツが体と心に及ぼす効果 2. スポーツと社会性 3. スポーツの学び方 4. スポーツの安全な行い方	【a】・運動やスポーツの必要性と楽しさや多様性について、言ったり書き出したりしている。 【b】運動やスポーツが多様であることについて、出された意見や集めた情報を分析したり、整理したりしている。 【c】運動やスポーツが多様であることについて、情報を集めたり、意見を交換したりするなどの活動を通して、学習に積極的に取り組もうとしている。	定期考査	振り返り記述問題	授業態度 発表 提出物 ワーク

(4)保健分野：１４時数（45 分）

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)
前期	健康な生活と病気の予防	1. 生活習慣病とその予防(1) 2. 生活習慣病とその予防(2) 3. 喫煙と健康 4. 飲酒と健康 5. 薬物乱用と健康 6. 喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけ	【c】・健康に関する資料等を見たり、自分たち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。 ・課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 【b】・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、選んだりするなどして、それらを説明している。 ・学習したことを自分たちの生活や事例などと比較したり、関係を見付けたりするなどして、筋道を立ててそれらを説明している。 【a】・理解したことを言ったり、書き出したりしている。 ・リラクゼーションの方法を実践できるようにする。	定期考査	振り返り記述問題	授業態度 発表 提出物 ワーク

後期	傷害の防止	1. 1傷害の原因と防止 2. 交通事故の現状と原因 3. 交通事故の防止 4. 犯罪被害の防止 5. 自然災害に備えて 6. 応急手当の意義と基本 7. きずの手当て	【a】・理解したことを言ったり、書き出したりしている。 ・心肺蘇生法の方法を実践できるようにする。 【b】・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、選んだりするなどして、それらを説明している。 ・学習したことを自分たちの生活や事例などと比較したり、関係を見付けたりするなどして、筋道を立ててそれらを説明している。 【c】・健康に関する資料等を見たり、自分たち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。 ・課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	定期考査	振り返り記述問題	授業態度 発表 提出物 ワーク

※　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	J0324

令和８年度　保健体育科

学年	3	週授業コマ数	3.5	授業時数(45 分)	122	標準授業時数(50 分)	105
使用教科書	「中学保健体育」　(Gakken)						
副教材等	中学体育実技（Gakken）、3 年間の保健資料ノート（新学社）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・集団行動や各種目の中で、自己の能力に応じて基礎・基本的な運動技能・体力や筋力を高めよう。
・仲間と協力することで、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。
・体育の授業を通して、運動をする楽しさを知り、生涯にわたって運動に親しめるようになろう。
・健康に関わる環境について理解し、環境の変化に対応する力を身に付けよう。
・傷害の防止やけがをした時の対処法について理解し、自身の生活に活かそう。
・健康について知り、豊かな生活を送れるようになろう。

2　学習の到達目標

(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めざし、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	各運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、伝統的な考え方、各領域に関連して高まる体力、健康・安全の留意点についての具体的な方法及び運動やスポーツの多様性、運動やスポーツが心身の発達に与える効果についての考え方を理解したうえで、各領域の運動の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。 心身の機能の発達と心の健康、について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。	運動を豊かに実践するための課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。また、体力を高めるための運動の組み合わせ方を工夫している。 心身の機能の発達と心の健康について、課題の解決を目指して科学的に考え、判断し、それらを表している。	運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、公正、協力、責任などに対する意欲をもち、健康・安全に留意して、学習に積極的に取り組もうとする。 心身の機能の発達と心の健康について関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。

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

(1)男子　体育分野・体育実技：１００時数（45 分）　※評価方法は３ 学習評価に記載のとおり

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)
前期	**体つくり運動**	集団行動 ラジオ体操 体ほぐしの運動 体力テスト 実生活に生かす運動の計画	【a】・体つくり運動の意義について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 ・体つくり運動の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・関節や筋肉の動きに合った合理的な運動の行い方を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。 【c】・体つくり運動等の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワークレポート提出物

	球技	ハンドボール	【a】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・球技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・自己やチームの課題を見付けている。 ・提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイ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。 ・作戦などについて話合いに参加しようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワークレポート提出物
	器械運動	マット運動	【a】・器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。 【b】・学習する技の合理的な動き方のポイントを見付けている。 ・課題に応じて、技の習得に適した練習方法を選んでいる。 ・仲間と学習する場面で、仲間のよい動きなどを指摘している。 【c】・回転系や巧技系の技を組み合わせるための、滑らかな基本的な技ができる。 ・器械運動の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワークレポート提出物

	武道	柔道	【a】・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に応じた基本動作から、基本となる技ができる。 ・武道の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・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りしている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・技を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けている。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・武道の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・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。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・禁じ技を用いないなど健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワークレポート提出物

	水泳	クロール 平泳ぎ 背泳ぎ バタフライ	【a】（クロール）手と足、呼吸のバランスをとり速く泳ぐことができる。 （平泳ぎ）手と足、呼吸のバランスをとり長く泳ぐことができる。 （背泳ぎ）手と足、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで泳ぐことができる。 （バタフライ） 手と足､呼吸のバランスを保ち、きれいなフォームで泳ぐことができる。 ・水泳の特性や成り立ちについて、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。 【b】・泳法を身に付けるための運動の行い方のポイントを身に付けている。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じて協力の仕方を見付けている。 【c】・水泳の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・水泳の事故防止に関する心得など健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワークレポート提出物

後期	球技	バレーボール	【a】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・球技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・自己やチームの課題を見付けている。 ・提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイ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。 ・作戦などについて話合いに参加しようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワークレポート提出物

	ダンス	ダンス	【a】・リズムの特徴をとらえ、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。 ・ダンスの特性について、学習した具体例を挙げている。 ・踊りの由来について、学習した具体例を挙げている。 ・表現の仕方について、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。 【b】・自分の興味や関心に合ったテーマや踊りを設定している。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と学習する場面で、仲間のよい動きや表現などを指摘している。 【c】・ダンスの学習に積極的に取り組もうとしている。 ・よさを認め合おうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワークレポート提出物
	陸上競技	長距離走	【a】・ペースを守り一定の距離を走ることができる。 ・陸上競技の特性や成り立ちについて、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。 【b】・技術を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けている。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。 【c】・陸上競技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワークレポート提出物

	球技	硬式テニス	【a】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・球技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・自己やチームの課題を見付けている。 ・提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイ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。 ・作戦などについて話合いに参加しようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワークレポート提出物
		サッカー	【a】ゴール前での攻防を展開するためのボール操作と空間に走りこむなどの動きができる。 ・球技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・自己やチームの課題を見付けている。 ・提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイを守ろうとしている。 ・分担した	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワークレポート提出物

(2)女子　体育分野・体育実技：１００時数（45 分）　※評価方法は３ 学習評価に記載のとおり

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)
前期	**体つくり運動**	集団行動 ラジオ体操 体ほぐしの運動 体力テスト 実生活に生かす運動の計画	【a】・体つくり運動の意義について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 ・体つくり運動の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・関節や筋肉の動きに合った合理的な運動の行い方を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。 【c】・体つくり運動等の学習に積極的に取り組もうとしている。・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度･姿勢 ワーク レポート 提出物
	球技	ハンドボール	【a】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・球技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・自己やチームの課題を見付けている。 ・提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイ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。 ・作戦などについて話合いに参加しようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度･姿勢 ワーク レポート 提出物

	球技	バレーボール	【a】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・球技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・自己やチームの課題を見付けている。 ・提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイ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。 ・作戦などについて話合いに参加しようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワーク レポート 提出物
	水泳	クロール 平泳ぎ 背泳ぎ バタフライ	【a】（クロール）手と足、呼吸のバランスをとり速く泳ぐことができる。 （平泳ぎ）手と足、呼吸のバランスをとり長く泳ぐことができる。 （背泳ぎ）手と足、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで泳ぐことができる。 （バタフライ） 手と足、呼吸のバランスを保ち、きれいなフォームで泳ぐことができる。 ・水泳の特性や成り立ちについて、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。 【b】・泳法を身に付けるための運動の行い方のポイントを身に付けている。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じて協力の仕方を見付けている。 【c】・水泳の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・水泳の事故防止に関する心得など健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワーク レポート 提出物

	器械運動	マット運動	【a】・器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。 【b】・学習する技の合理的な動き方のポイントを見付けている。 ・課題に応じて、技の習得に適した練習方法を選んでいる。 ・仲間と学習する場面で、仲間のよい動きなどを指摘している。 【c】・回転系や巧技系の技を組み合わせるための、滑らかな基本的な技ができる。 ・器械運動の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度･姿勢 ワーク レポート 提出物
後期	球技	サッカー	【a】ゴール前での攻防を展開するためのボール操作と空間に走りこむなどの動きができる。 ・球技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・自己やチームの課題を見付けている。 ・提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイ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。 ･作戦などについて話合いに参加しようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度･姿勢 ワーク レポート 提出物

	ダンス	ダンス	【a】・リズムの特徴をとらえ、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。 ・ダンスの特性について、学習した具体例を挙げている。 ・踊りの由来について、学習した具体例を挙げている。 ・表現の仕方について、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。 【b】・自分の興味や関心に合ったテーマや踊りを設定している。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と学習する場面で、仲間のよい動きや表現などを指摘している。 【c】・ダンスの学習に積極的に取り組もうとしている。 ・よさを認め合おうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度･姿勢 ワーク レポート 提出物
	球技	バレーボール	【a】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・球技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・自己やチームの課題を見付けている。 ・提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイ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。 ・作戦などについて話合いに参加しようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度･姿勢 ワーク レポート 提出物

	陸上競技	長距離走	【a】・ペースを守り一定の距離を走ることができる。 ・陸上競技の特性や成り立ちについて、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。 【b】・技術を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けている。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。 【c】・陸上競技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワーク レポート 提出物
	球技	硬式テニス	【a】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・球技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・自己やチームの課題を見付けている。 ・提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイ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。 ・作戦などについて話合いに参加しようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワーク レポート 提出物

	球技	バドミントン	【a】ラケットの操作を円滑に行うことができる。 ・球技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称の行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 【b】・自己やペアの課題を見付けている。 ・提供された練習方法から、自己やペアの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 【c】・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイ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。 ・作戦などについて話合いに参加しようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。	実技テスト 定期考査	体育ノート 記述問題	授業を受ける態度・姿勢 ワークシート レポート 提出物

(3)体育分野・体育理論：３時数（45 分）

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)
後期	文化としてのスポーツ	1. スポーツの文化的意義 2. 国際的なスポーツ大会とその役割 3. 人々を結び付けるスポーツ	【a】・運動やスポーツの必要性と楽しさや多様性について、言ったり書き出したりしている。 【b】運動やスポーツが多様であることについて、出された意見や集めた情報を分析したり、整理したりしている。 【c】運動やスポーツが多様であることについて、情報を集めたり、意見を交換したりするなどの活動を通して、学習に積極的に取り組もうとしている。	定期考査	振り返り記述問題	授業態度 発表 提出物 ワーク

(4)保健分野：１４時数（45 分）

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)
前期	健康な生活と病気の予防	1. 感染症とその予防(1) 2. 性感染症とその予防/エイズ 3. 健康を守る社会の取り組み 4. 医療機関の利用と医薬品の使用	【a】・理解したことを言ったり、書き出したりしている。 【b】・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、選んだりするなどして、それらを説明している。 ・学習したことを自分たちの生活や事例などと比較したり、関係を見付けたりするなどして、筋道を立ててそれらを説明している。 【c】・健康に関する資料等を見たり、自分たち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。 ・課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	定期考査	振り返り記述問題	授業態度 発表 提出物 ワーク

後期	健康と環境	1。環境の変化と適応能力 2. 活動に適した環境 3. 室内の空気の条件 4. 水の役割と飲料水の確保 5. 生活排水の処理 6. ごみの処理 7. 環境の汚染と保全	【a】・理解したことを言ったり、書き出したりしている。 ・環境問題について発表できるようにする。 【b】・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、選んだりするなどして、それらを説明している。 ・学習したことを自分たちの生活や事例などと比較したり、関係を見付けたりするなどして、筋道を立ててそれらを説明している。 【c】・健康に関する資料等を見たり、自分たち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。 ・課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	定期考査	振り返り記述問題	授業態度 発表 提出物 ワーク

※　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