

令和5年度 1年 保健体育科 年間指導計画・評価計画

1. 目指す生徒像

学年末の到達目	<ul style="list-style-type: none"> 運動の楽しさや喜びを味わい、運動や体力の必要性について理解し、基本的な技能を身に付ける。自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考・判断し、他者に伝える力を養う。健康や安全に留意し、自己の最善を尽くして運動する態度を養う。
知識・技能	<ul style="list-style-type: none"> 運動に親しむための理論について理解している。健康や安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。 運動の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。
思考力・判断力・表現力	<ul style="list-style-type: none"> 学習課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。また、健康や安全について、課題の解決を目指して考え、判断している。
学びに向かう力・人間性	<ul style="list-style-type: none"> 運動の楽しさや喜びを味わうため、運動の合理的な実践に積極的に取り組んでいる。また、個人の健康や安全に関心をもち、意欲的に取り組んでいる。

2. 評価方法

観点	①知識・技能	②思考・判断・表現	③主体的に学習に取り組む態度
主な評価方法	授業観察 筆記テスト 実技テスト	授業観察 筆記テスト 実技テスト	出欠・見学 忘れ物 積極的な活動 授業観察

3. 年間指導計画・評価規準

月	単元	時数	学習活動	①	②	③	評価規準 (おおむね満足できる B)
4	体づくり	4	体ほぐし運動 体力を高める運動	○	○	○	<ul style="list-style-type: none"> 学習に積極的に取り組むことができる。 関節や筋肉の働きにあった運動を行うことができる。 自分のねらいにあった体力を高める運動ができる。 運動の意義とその行い方について理解している。
4 5		10	短距離走 ハードル走	○	○	○	<ul style="list-style-type: none"> 記録や技術の向上に向けて意欲的に取り組むことができる。 自分に適した課題を見付け、練習方法を設定することができる。 ハードル走の基本技能が身に付いている。 技術・競技のルールや測定の方法を知っている。

6	陸上競技	4	体力テスト	○	○	○	<ul style="list-style-type: none"> ・体力テストに自らの課題を設定し、意欲的に取り組む ・自分の課題に適した練習方法を設定することができる。
7 9	水泳	16	クロール 平泳ぎ	○	○	○	<ul style="list-style-type: none"> ・続けて長く泳いだり、速く泳いだり、競い合ったりする水泳の楽しさや喜びを味わうことができる。 ・自他の安全に配慮しながら、自分に適した課題を見つけ、練習方法を設定することができる。 ・基礎・基本の技能を身に付け、25mを正しいフォームで泳ぐことができる。 ・水泳の特性や各泳法の技術の構造などを理解するとともに、競技やルールを理解している。
9 10	ダンス	8	現代的なリズムのダンス	○	○	○	<ul style="list-style-type: none"> ・ダンスの楽しさを味わいながら、進んで練習や発表に取り組むことができる。 ・グループや自分に適した課題を見付け、練習や動きを工夫することができる。 ・イメージにふさわしい動きや体で感じたリズムなどを率直に表現し、仲間とかかわりをもって踊ることができる。 ・ダンスの特性や学び方、発表・鑑賞の仕方を理解し、知識を身に付けている。
10	陸上競技	6	長距離走	○	○	○	<ul style="list-style-type: none"> ・記録や技術の向上に向けて意欲的に取り組むことができる。 ・自分に適した課題を見付け、練習方法を設定することができる。 ・長距離走の走り方を理解し、自分のペースで走ることができる。 ・技術・競技のルールや測定の方法を知っている。

11	器械運動	8	マット運動 跳び箱運動	○ ○ ○	○	<ul style="list-style-type: none"> ・技術の向上に向けて意欲的に取り組むことができる。 ・自分に適した課題を見付け、練習方法を設定することができる。 ・基礎・基本の技能を身に付け、一つ一つの技が正確にでき、発展技ができる。 ・器械運動の特性や技術を理解している。
12	武道	8	柔道	○ ○ ○	○	<ul style="list-style-type: none"> ・技の習得や上達を目指し、礼儀作法を重んじ、練習することができる。 ・自他の安全に配慮しながら、自分の適した課題を見付け、練習方法を設定することができる。 ・試合の中で相手の動きに応じて基本となる技をかけることができる。 ・柔道の特性や技術の構造などを理解するとともに、試合や審判の方法を知っている。
1	球技 ゴール型	8	サッカー	○ ○ ○	○	<ul style="list-style-type: none"> ・意欲的に取り組み、仲間と協力し分担した役割を果たすことができる。 ・自分（チーム）の課題を見付け、練習方法を設定し、仲間への的確な助言ができる。 ・基礎・基本の技能を身に付けゲームに生かし、練習やゲームを通して集団的スキルや個人的スキルを高めることができる。 ・特性や技術、ルールを理解している。
2	球技 ネット型	8	バレーボール	○ ○ ○	○	<ul style="list-style-type: none"> ・意欲的に取り組み、仲間と協力し分担した役割を果たすことができる。 ・自分（チーム）に適した課題を見付け、練習方法を設定することができる。 ・基礎・基本の技能を身に付けゲームに生かし、練習やゲームを通して集団的スキルや個人的スキルを高めることができる。 ・特性や技術、ルールを理解している。
3	球技 ベースボール型	6	ソフトボール	○ ○ ○	○	<ul style="list-style-type: none"> ・意欲的に取り組み、仲間と協力し分担した役割を果たすことができる。 ・自分（チーム）に適した課題を見付け、練習方法を設定することができる。 ・基礎・基本の技能を身に付けゲームに生かし、練習やゲームを通して集団的スキルや個人的スキルを高めることができる。 ・特性や技術、ルールを理解している。

通 年	保健	16	健康と環境 傷害の防止	○ ○	○ ○	○	<ul style="list-style-type: none"> ・学習に興味を持ち、積極的に取り組むことができる。 ・自分の生活や事例などと比較し関係を見付けることができる。 ・課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。
通 年	体育理論	3	運動やスポーツが心身の 発達に与える効果と 安全	○ ○ ○	○ ○	○	<ul style="list-style-type: none"> ・学習に積極的に取り組むことができる。 ・意見や情報を分析し、整理できる。 ・運動やスポーツが心身や社会性の発達に及ぼす効果について理解している。 ・安全な運動やスポーツの行い方を理解している。