

学期	月	単元	評価基準・評価方法			ICTの活用
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度	
1	4	3	<ul style="list-style-type: none"> 定期的・計画的に運動を継続することは、心身の健康、健康や体力の保持増進につながる意義があることについて、言ったり書き出ししたりしている。 運動を安全に行うには、関節への負荷がかかりすぎないようにすることや軽い運動から始めるなど、徐々に筋肉を温めてから行うことについて、言ったり書き出ししたりしている。 実生活で運動を継続するには、行いやすいこと、無理のない計画であることなどが大切であることについて、言ったり書き出ししたりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ねらいや体力の程度を踏まえ、自己や（仲間）の課題に応じた強度、時間、回数、頻度を設定している。 健康や安全を確保するために、体力や体調に応じた運動の計画等について振り返っている。 課題を解決するために仲間と話し合う活動を行い、最適な練習方法や課題解決に向けた方法を仲間へ伝えている。 体力の程度や性別等の違いに配慮して、仲間とともに体づくり運動を楽しむための活動の方法を見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> 体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 仲間課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。 一人一人に応じた動きなどの違いを大切にしようとしている。 自己や仲間の課題解決に向けた話合いに貢献しようとしている。 健康・安全を確保している。 	タブレット端末
	5	6	<p>陸上競技 (短距離走・リレー 走り高跳び・ハードル走)</p> <p>○知識 陸上競技の各種目で用いられる技術の名称があり、それぞれの技術には、記録の向上につながる重要な動きのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 自己の動きや仲間の動き方を分析するには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出ししたりしている。</p> <p>○技能 短距離走・リレー スタートダッシュでは地面を力強くキックして、徐々に上体を起こしていき加速することができる。 後半でスピードが著しく低下しないよう、力みのないリズムカルな動きで走ることができる。 リレーでは、次走者はスタートを切った後スムーズに加速して、スピードを十分に高めることができる。</p> <p>走り高跳び リズムカルな助走から力強い踏み切りに移ることができる。 跳躍の頂点とバーの位置が合うように、自己に合った踏切位置で踏み切ることができる。 脚と腕のタイミングを合わせて踏み切り、大きなはさみ動作で跳ぶことができる。</p> <p>ハードル走 遠くから踏み切り、勢いよくハードルを走り越すことができる。 抜き足の膝を折りたたんで前に運ぶなどの動作でハードルを越すことができる。 インターバルを3又は5歩でリズムカルに走ることができる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 選択した運動について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間へ伝えている。 自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。 体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに陸上競技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 陸上競技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> 陸上競技の学習に自主的に取り組もうとしている。 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している。 仲間と互いに合意した役割について自己の責任を果たそうとしている。 一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 健康・安全を確保している。 	タブレット端末
	5	6	<p>ダンス (創作ダンス)</p> <p>○知識 ダンスの交流や発表の仕方には、簡単な作品の見せ合いや発表会などがあること、見る人も拍手をしたりリズムをとるなどしたりして交流し合う方法があることについて、学習した具体例を挙げている。 自己の動きや仲間の動き方を分析するには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出ししたりしている。 いろいろな動きと関連させた柔軟運動やリズムカルな全身運動をすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出ししたりしている。</p> <p>○技能 簡単なリズムの取り方や動きで、音楽のリズムと同調したり、弾む動きをしたりして自由に踊ることができる。 リズムの取り方や動きの連続のさせ方を組み合わせ、動きに変化を付けて踊ることができる。 リズムや音楽に合わせて、独自のリズムパターンや動きの連続や群の構成でまとまりを付けて踊ることができる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 表したいテーマにふさわしいイメージや、踊りの特徴を捉えた表現の仕方を見付けている。 健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 体力の程度や性別等の違いに配慮して、仲間とともにダンスを楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ダンスの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> ダンスの学習に自主的に取り組もうとしている。 仲間課題を伝え合ったり教え合ったりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 作品創作などについての話合いに貢献しようとしている。 一人一人の違いに応じた表現や交流、発表の仕方などを大切にしようとしている。 健康・安全を確保している。 	タブレット端末
	6		<p>球技 ベースボール型 (生徒の発達段階に応じて)</p> <p>○知識 球技の各型において用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて、言ったり書き出ししたりしている。 練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出ししたりしている。</p> <p>○技能 <基本的なバット操作> 投球の方向と平行に立ち、肩越しにバットを構えることができる。 地面と水平になるようにバットを振り抜くことができる。 <走塁> スピードを落とさずに、タイミングを合わせて塁を駆け抜けることができる。 打球の状況によって塁を進んだり戻ったりすることができる。 <ボール操作> ボールの正面に回り込んで、緩い打球を捕ることができる。 投げる腕を後方に引きながら投げ手と反対側の足を踏み出し、体重を移動させながら、大きな動作でねらった方向にボールを投げる。 守備位置から塁上へ移動して、味方からの送球を受けることができる。 <定位置での守備> 決められた守備位置に繰り返し立ち、準備姿勢をとることができる。 各ポジションの役割に応じて、ベースカパーやバックアップの基本的な動きをす</p>	<ul style="list-style-type: none"> 合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間へ伝えている。 自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。 体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法を見付けている。 球技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> 球技の学習に自主的に取り組もうとしている。 相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 作戦などについての話合いに貢献しようとしている。 一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 互いに練習相手になったり仲間助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 健康・安全を確保している。 	タブレット端末

7	9	水泳 (4泳法、長く泳ぐ)	<p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> 水泳の各種目で用いられる技術の名称があり、それぞれの技術には、効率的に泳ぐためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 自己の動きや仲間の動き方を分析するには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出ししたりしている。 <p>○技能</p> <p>[泳法]</p> <p>クロール</p> <ul style="list-style-type: none"> 水面上の腕は、ローリングの動きに合わせてリラックスして前方へ動かすことができる。 <p>平泳ぎ</p> <ul style="list-style-type: none"> 肩より前で、両手で逆ハート型を描くように強くかくことができる。 プルのかき終わりに合わせて顔を水面上に出して呼吸を行い、キックの蹴り終わりに合わせて伸び(グライド)をとり、1回のストロークで大きく進むことができる。 <p>背泳ぎ</p> <ul style="list-style-type: none"> 水面上の腕は肘を伸ばし、肩を支点にして肩の延長線上に小指側からまっすぐ入水することができる。 一連のストロークで、肩をスムーズにローリングさせることができる。 <p>バタフライ</p> <ul style="list-style-type: none"> 腕を前方に伸ばし、手のひらが胸の前を通るようなキーホールの形を描くようにして腰や太ももくらいまで大きくかく動き(ロングアームフル)で進むことができる。 手の入水時のキック、かき終わりの時のキック及び呼吸動作を一定のリズムで行うことができる。 <p>複数の泳法で泳ぐ</p> <ul style="list-style-type: none"> これまで学習したクロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライの4種目から2~4種目を選択し、続けて泳ぐことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 各泳法について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 各泳法に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 (パティ)やグループで分担した役割に関する成果や改善すべきポイントについて自己の活動を振り返っている。 体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに水泳を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 水泳の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> 水泳の学習に自主的に取り組もうとしている。 一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 水の事故防止の心得を遵守するなど健康・安全を確保している。 	タブレット端末
9	10	陸上競技 (長距離走)	<p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> 球技の各型において用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて、言ったり書き出ししたりしている。 練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出ししたりしている。 <p>○技能</p> <p>ゴール型</p> <p>〈安定したボール操作〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ゴールの枠内にシュートをコントロールすることができる。 味方が操作しやすいパスを送ることができる。 守備者とボールの間に自分の体を入れてボールをキープすることができる。 <p>〈空間を作りだすなどの動き〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ゴール前に広い空間を作りだすために、守備者を引きつけてゴールから離れることができる。 パスを出した後に次のパスを受ける動きをすることができる。 ボール保持者が進行できる空間を作りだすために、進行方向から離れることができる。 ゴールとボール保持者を結んだ直線上で守ることができる。 ゴール前の空いている場所をカバーすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。 体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法を見付けている。 球技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> 球技の学習に自主的に取り組もうとしている。 相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 作戦などについての話合いに貢献しようとしている。 一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 健康・安全を確保している。 	タブレット端末
2	9	器械運動 (マット運動・跳び箱運動)	<p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> 技の行い方は技の課題を解決するための合理的な動き方のポイントがあり、同じ系統の技には共通性があることについて、学習した具体例を挙げている。 自己の動きや仲間の動き方を分析するには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出ししたりしている。 技と関連させた補助運動や部分練習を取り入れることにより、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出ししたりしている。 発表会での評価方法、運営の仕方などがあることについて、学習した具体例を挙げている。 <p>○技能</p> <p>マット運動</p> <p>〈回転系〉</p> <p>《接転技群(背中をマットに接して回転する)》</p> <ul style="list-style-type: none"> 体をマットに順々に接触させて回転するための動き方、回転力を高めるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて回ることができる。 開始姿勢や終末姿勢、組合せの動きや支持の仕方などの条件を変えて回ることができる。 学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで回ることができる。 <p>《ほん転技群(手や足の支えて回転する)》</p> <ul style="list-style-type: none"> 全身を支えたり、突き放したりするための着手の仕方、回転力を高めるための動き方、起き上がりやすくなるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて回転することができる。 開始姿勢や終末姿勢、支持の仕方や組合せの動きなどの条件を変えて回転することができる。 学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで回転することができる。 <p>跳び箱運動</p> <p>〈切り返し系〉</p> <p>《切り返し跳びグループ(跳び箱上に支持して回転方向を切り替えて跳び越す)》</p> <ul style="list-style-type: none"> 跳び箱の切り返しから体を前方に振り込みながら着地する動き方、突き放しによって直立体勢に戻して着地するための動き方 	<ul style="list-style-type: none"> 技の行い方や技の組合せ方について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 選択した技に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 仲間やグループで分担した役割に関する成果や改善すべきポイントについて自己の活動を振り返っている。 体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに器械運動を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 器械運動の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> 器械運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 自己の状況にかかわらず、互いに教え合おうとしている。 仲間に課題を伝え合ったり補助し合ったりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 健康・安全を確保している。 	タブレット端末

・踏の勢が上昇と前方に振りぬがなげすも動き方、突き放しによって直立姿勢に戻して着地するための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて跳び越すことができる。

- ・着手位置、姿勢などの条件を変えて跳び越すことができる。
- ・学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで跳び越すことができる。

〈回転系〉

《回転跳びグループ(跳び箱上を回転しながら跳び越す)》

- ・着手後も前方に回転するための勢いを生み出す踏み切りの動き方、突き放しによって空中に飛び出して着地するための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて跳び越すことができる。
- ・着手位置、姿勢などの条件を変えて跳び越すことができる。
- ・学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで跳び越すことができる。

	12	<p>武道 (柔道)</p>	<p>○知識 ・武道を学習することは、自国の文化に誇りをもつことや、国際社会で生きていく上で有意義であることについて、言ったり書き出したりしている。 ・武道には、各種目で用いられる技の名称や武道特有の運動観察の方法である見取り稽古の仕方があることについて、言ったり書き出したりしている。 ・武道では、攻防に必要な補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 ・試合の行い方には、簡易な試合におけるルール、審判及び運営の仕方があることについて、学習した具体例を挙げている。</p> <p>○技能 柔道 〔基本動作〕 ・姿勢と組み方では、相手の動きの変化に応じやすい自然体で組むことができる。 ・崩しでは、相手の動きの変化に応じて相手の体勢を不安定にし、技をかけやすい状態をつくることができる。 〔受け身〕 ・相手の投げ技に応じて横受け身、後ろ受け身、前回り受け身をとることができる。 〔固め技〕 ・取はけさ固めをかけることができる。 ・取は横四方固めをかけることができる。 ・取は上四方固めをかけることができる。 ・受けは固め技に対して逃げるすることができる。 〔投げ技〕 ・取は大腰をかけて投げ、受は受け身をとることができる。 ・取は体落としをかけて投げ、受は受け身をとることができる。 ・取は膝車をかけて投げ、受は受け身をとることができる。</p>	<p>・合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、練習の成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 ・相手を尊重するなどの伝統的な行動をする場面で、よりよい所作について、自己や仲間の活動を振り返っている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに武道を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・武道の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。</p>	<p>・武道の学習に自主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大切にしようとしている。 ・仲間と互いに合意した役割について自己の責任を果たそうとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 ・健康・安全を確保している。</p>	<p>タブレット端末</p>
--	----	--------------------	--	---	--	----------------

	1	ダンス (現代的なリズムのダンス) HIPHOPダンス	<p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ダンスの交流や発表の仕方には、簡単な作品の見せ合いや発表会などがあること、見る人も拍手をしたりリズムをとるなどしたりして交流し合う方法があることについて、学習した具体例を挙げている。 ・自己の動きや仲間の動き方を分析するには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 ・いろいろな動きと関連させた柔軟運動やリズムカルな全身運動をすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 <p>○技能</p> <ul style="list-style-type: none"> ・簡単なリズムの取り方や動きで、音楽のリズムに同調したり、弾む動きをしたりして自由に踊ることができる。 ・全身でビートに合わせて弾んだり、ビートのきいたブレイクダンスでは膝の上下に合わせて腕を動かしたりストップするようにしたりして踊ることができる。 ・リズムの取り方や動きの連続のさせ方を組み合わせて、動きに変化を付けて踊ることができる。 ・リズムや音楽に合わせて、独自のリズムパターンや動きの連続や群の構成でまとまりを付けて踊ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループに応じて、表したいテーマにふさわしいイメージや、踊りの特徴を捉えた表現の仕方を見付けている。 ・ブレイクダンスの特徴に合わせて、よい動きや表現と自己や仲間の動きや表現を比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 ・体力の程度や性別等の違いに配慮して、仲間とともにダンスを楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・ダンスの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ダンスの学習に積極的に取り組もうとしている。 ・仲間の手助けをしたり助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。 ・簡単な作品創作などについての話合いに参加しようとしている。 ・一人一人の違いに応じた表現や交流の仕方などを認めようとしている。 ・健康・安全に留意している。 	タブレット端末
3	2 3	陸上競技 (長距離走)	<p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> ・球技の各型において用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて、言ったり書き出したりしている。 ・練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 <p>○技能</p> <p>ゴール型</p> <p>〈安定したボール操作〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゴールの枠内にシュートをコントロールすることができる。 ・味方が操作しやすいパスを送ることができる。 ・守備者とボールの間に自分の体を入れてボールをキープすることができる。 <p>〈空間を作り出すなどの動き〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゴール前に広い空間を作り出すために、守備者を引きつけてゴールから離れることができる。 ・パスを出した後に次のパスを受ける動きをすることができる。 ・ボール保持者が進行できる空間を作り出すために、進行方向から離れることができる。 ・ゴールとボール保持者を結んだ直線上で守ることができる。 ・ゴール前の空いている場所をカバーすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 ・ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法を見付けている。 ・球技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・球技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・作戦などについての話合いに貢献しようとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 ・健康・安全を確保している。 	タブレット端末

通年	保健	①健康の成り立ちと疾病の発生要因 健康は、主体と環境の相互作用の下に成り立っていること、疾病は、主体の要因と環境の要因が関わり合って発生することを理解している。	健康の成り立ちについて、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。	健康の成り立ちについての学習に自主的に取り組もうとしている。
		②運動と健康 運動には、体の各器官のはたらきを刺激し発達を促す効果や、気分転換ができること、体力が向上することなどの効果があることを理解している。また、健康の保持増進には、適切に運動を続ける必要があることを理解している。	運動と健康について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。	運動と健康についての学習に自主的に取り組もうとしている。
		③食生活と健康 毎日の食生活は健康に深く関わっていること、また、毎日適切な時間に食事をすること、年齢や運動量によって栄養素のバランスや食事の量に配慮することが必要であることを理解している。	食生活と健康について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。	食生活と健康についての学習に自主的に取り組もうとしている。
		④休養・睡眠と健康 休養や睡眠には、心身の疲労を回復し、健康な状態を維持する効果があること、また、健康の保持増進には、適切に休養・睡眠をとる必要があることを理解している。	休養・睡眠と健康について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。	休養・睡眠と健康についての学習に自主的に取り組もうとしている。
		⑤調和のとれた生活 健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた運動、食事、休養・睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があることを理解している。	調和のとれた生活について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。	調和のとれた生活についての学習に自主的に取り組もうとしている。
		②呼吸器官・循環器官の発育・発達 呼吸器官・循環器官が発育・発達すると、1回の呼吸で交換できる酸素と二酸化炭素の量が増えたり、心臓の収縮する力が強くなったりすること、中学生の時期は適度な運動を行うことによって呼吸器官・循環器官がよりよく発達することを理解している。	呼吸器官・循環器官の発育・発達のしかたや中学生の時期の生活のしかたについて、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。	呼吸器官・循環器官の発育・発達のしかたや中学生の時期の生活のしかたについての学習に自主的に取り組もうとしている。
		③生殖機能の成熟 思春期には、下垂体から分泌される性腺刺激ホルモンのはたらきにより生殖器官の発育とともに生殖機能が発達することを理解している。 思春期になると、男子では射精、女子では月経が見られ、妊娠が可能となること、思春期は、生命を生み出すことのできる体へと成熟する時期であることを理解している。	生殖に関わる機能の成熟について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。 思春期の心の変化や異性の尊重、性情報への対処など性に関する適切な態度や行動の選択について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。	生殖に関わる機能の成熟についての学習に自主的に取り組もうとしている。 思春期の心の変化や異性の尊重、性情報への対処など性に関する適切な態度や行動の選択についての学習に自主的に取り組もうとしている。
		④異性の尊重と性情報への対処 異性の尊重には互いの性差や人格を尊重することの必要性や大切さを理解している。	心のはたらきや発達のしかたについて、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。	心のはたらきや発達のしかたについての学習に自主的に取り組もうとしている。
		⑤心の発達 知的機能、情意機能は生活経験や学習などの影響を受けながら、脳の発達とともに発達することを理解している。	互いのことを尊重し、言動に注意し、それらを表現しようとしている。	異性との関わりについての学習に自主的に取り組もうとしている。
		⑥自己形成と心の健康 中学生の時期は社会性が発達すること、自己を認識し、自分なりの価値観を身に付けていくなどの自己形成がなされることを理解している。	人との関わりと自己形成について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。	人との関わりと自己形成についての学習に自主的に取り組もうとしている。
⑦心と体の関わり 心と体の関わりには、自律神経の働きにより、心と体が影響し合う仕組みについて理解している	自律神経やホルモンの働きについて、課題を発見し、その解決に向けて、思考し判断しているとともに、それらを表現しようとしている。	心と体の関わりについての学習に自主的に取り組もうとしている。		
⑧欲求と心の健康 欲求には、生理的な欲求と心理的、社会的な欲求があること、心の健康を保つには、欲求に適切に対処することが必要であることを理解している。	欲求への適切な対処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とともに、それらを表現している。	欲求への適切な対処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。		
⑨ストレスによる健康への影響 心と体には、互いに影響を与え合っていること、心の状態が体にあらわれたり、体の状態が心にあらわれたりするものは、神経などはたらきによることを理解している。	心と体の関わりについて、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。	心と体の関わりについての学習に自主的に取り組もうとしている。		
⑩ストレスへの対処の方法 心の健康を保つには、ストレスに適切に対処することが必要であることを理解している。また、リラクゼーションなど、ストレスによる心身の負担を軽くするような対処の方法を身に付けている。	ストレスへの適切な対処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とともに、それらを表現している。	ストレスへの適切な対処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。		
通年	体育理論	①運動やスポーツの必要性和楽しさ 運動やスポーツは、体を動かしたり健康を維持したりするなどの必要性や、競い合うことや課題を達成することなどの楽しさから生みだされ発展してきたことを理解している。	運動やスポーツの必要性和楽しさについて、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えている。	運動やスポーツの必要性和楽しさについての学習に積極的に取り組もうとしている。