

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	体づくり運動 (体ほぐし運動 体力を高める運動)	<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、関節への負担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伝えていく。 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。 仲間に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	陸上競技 (短距離走・リレー) (走り高跳び・ハードル走)	<p>〇知識</p> <ul style="list-style-type: none"> 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>〇技能</p> <p>短距離走・リレー</p> <ul style="list-style-type: none"> 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>走り高跳び</p> <ul style="list-style-type: none"> リズムカルな動きから真上に伸び上がるように踏み切り、はさみ跳びや背面跳びなどの空間動作で跳ぶことができる。 背面跳びでは踏み切り前の3〜5歩で弧を描くように走り、体を内側に倒す姿勢を取るようして踏み切りに移ることができる。 <p>ハードル走</p> <ul style="list-style-type: none"> スタートダッシュから1台目のハードルを勢いよく走り越すことができる。 遠くから踏み切り、振り上げ脚をまっすぐに振り上げ、ハードルを越え走り越すことができる。 インターバルでは、3又は5歩のリズムを最後のハードルまで維持して走ることができる。 	<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伝えていく。 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も、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く。 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く。 	<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	ダンス (創作ダンス)	<p>〇知識</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、見る人も拍手をしだ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>〇技能</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。 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"> 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く。 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く。 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く。 	<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。 仲間に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	球技 ベースボール型 (生徒の発達段階に応じた)	<p>〇知識</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>〇技能</p> <p>(基本的なバット操作)</p> <ul style="list-style-type: none"> 打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。 <p>(走塁)</p> <ul style="list-style-type: none"> 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走んだり戻ったりすることができる。 <p>(ボール操作)</p> <ul style="list-style-type: none"> ボールの正面に回り込んで、縦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ができる。 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。 <p>(守備位置での守備)</p> <ul style="list-style-type: none"> 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、ベースカバーやバックアップの基本的な動きをす 	<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伝えていく。 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も、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く。 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く。 	<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動きしたりして、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	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。 自己の動きや仲間との動きを分析するには、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。 <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泳ぐことができる。 プー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、キックの振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く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(ロングアームフイ)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入れている。 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	ネット型 (生徒の発達段階に応じて)	<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> <ul style="list-style-type: none"> サーブでは、ボールをねらった場所に打つことができる。 ボールを相手側のコートに空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。 ポジションの役割に応じて、拾ったりつないだり打ち返したりすることができる。 <p>(連携した動き)</p> <ul style="list-style-type: none"> ラリーの中で、味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすることができる。 連携プレイのための基本的なフォーメーションに応じた位置に動くことができる。 	<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入れている。 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動言したりして、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
	10 11	球技 ゴール型 (生徒の発達段階に応じて)	<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で自分の体を入れてボールをキープすることができる。 (空間を作り出すなどの動き) 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、練習の成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に入れている。 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、仲間とともに球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。 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。 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方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
12	武道 (柔道)	<p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> 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>○技能</p> <p>柔道</p> <p>(基本動作)</p> <ul style="list-style-type: none"> 姿勢と組み方は、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。 崩しては、相手の動きの変化に応じて相手の体軸を不安定にし、技をかけやすい状態をつくることができる。 <p>(受け身)</p> <ul style="list-style-type: none"> 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。 <p>(固め技)</p> <ul style="list-style-type: none"> 取はけさ固めをかけることができる。 取は腰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ができる。 <p>(投げ技)</p> <ul style="list-style-type: none"> 取は大腰をかけて投げ、受け受け身をとることができる。 取は体落としをかけて投げ、受け受け身をとることができる。 取は膝車をかけて投げ、受け受け身をとることができる。 	<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、練習の成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に入れている。 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。 	<ul style="list-style-type: none"> 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	

3	1	ダンス (現代的なリズムのダンス) BREAK	<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。 ・自己の動きや仲間と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テップの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へ伝えていく。 ・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について探っている。 ・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感動の方法や修習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。 ・仲間に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。 ・作品制作などについての話し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
	2 3	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 (回転系)</p> <p>(回転技群(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(手や足の支えで回転する))</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、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>跳び箱運動 (切り返し系)</p> <p>(切り返し跳び箱グループ(跳び箱上を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"> ・箱み切りから上体を助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。 <p>(回転系)</p> <p>(回転跳び箱グループ(跳び箱上を回転しながら跳び越す))</p> <ul style="list-style-type: none"> ・着手後前方に回転するための勢いを出し出す箱み切りの動き方、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。 	<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へ伝えていく。 ・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く。 ・選択した技に必要な準備運動や自己を取り組む補助運動を選んでいく。 ・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探っている。 ・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く。 ・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く。 	<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
通年	保健	①環境への適応能力	<p>①環境への適応能力</p> <p>体には環境に対する適応能力があること、環境の変化が適応能力の限界を超えると健康に重大な影響が出ることから、気象情報の適切な利用が有効であることを理解している。</p>	<p>環境への適応能力について、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。</p>	<p>環境への適応能力についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	
		②活動に適する環境	<p>②活動に適する環境</p> <p>快適で健康的な生活を送るための温度条件や明るさには至適範囲があり、その範囲は学習や作業などの種類によって異なることを理解している。</p>	<p>至適条件や明るさの至適範囲について、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。</p>	<p>至適条件や明るさの至適範囲についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	
		③飲料水の衛生管理	<p>③飲料水の衛生管理</p> <p>水は生命の維持や健康にとって重要であること、飲料水には水質基準があり、浄水場で浄化し検査していることを理解している。</p>	<p>健康や生活における水の役割や飲料水の条件について、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。</p>	<p>健康や生活における水の役割や飲料水の条件についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	
		④室内の空気の衛生的管理	<p>④室内の空気の衛生的管理</p> <p>室内の二酸化炭素は、呼吸などにより増加し、空気の汚れの指標となること、定期的な換気は室内の二酸化炭素の濃度を衛生的に管理できることを理解している。また、一酸化炭素は、人体に有害であることを理解している。</p>	<p>空気の汚れと換気について、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。</p>	<p>空気の汚れと換気についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	
		⑤生活にまつ薬物の衛生的処理	<p>⑤生活にまつ薬物の衛生的処理</p> <p>人間の生活に伴って生じた薬棄物は、その種類に即して自然環境を汚染しないように衛生的に処理する必要があることを理解している。</p>	<p>生活に伴って生じた薬棄物の衛生的な処理の必要性について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。</p>	<p>生活に伴って生じた薬棄物の衛生的な処理の必要性についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	
		⑥感染症の予防	<p>⑥感染症の予防</p> <p>感染症は、病原体に感染することによって起こる病気であり、病原体の感染には、自然環境と社会環境、主体の条件が関係することを理解している。</p>	<p>感染症の原因について、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。</p>	<p>感染症の原因についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	
		⑦感染症の予防	<p>⑦感染症の予防</p> <p>感染症を予防するには、発生源をなくす、感染経路を遮断する、予防接種で免疫を付けるなど体の抵抗力を高めることが有効であることを理解している。また、感染症にかかった場合は、できるだけ早く適切な治療を受けることが重要であることを理解している。</p>	<p>感染症の予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。</p>	<p>感染症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。</p>	
		⑧性感染症の予防	<p>⑧性感染症の予防</p> <p>性感染症は、感染経路が性的接触で、感染者の粘膜などに含まれる病原体に感染する病気であること、感染のリスクを軽減する効果的な予防方法を身に付ける必要があることを理解している。</p>	<p>性感染症の予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。</p>	<p>性感染症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。</p>	
		⑨エイズの予防	<p>⑨エイズの予防</p> <p>エイズはHIVが引き起こす免疫の病気であり、その感染経路には性的接触による感染、血液を介した接触、母子感染があり、性的接触をしないことが予防として有効であることを理解している。</p>	<p>エイズの予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。</p>	<p>エイズ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。</p>	
		⑩医薬品の有効利用	<p>⑩医薬品の有効利用</p> <p>医薬品には、主作用と副作用があること、医薬品は正しく使用する必要があることについて理解している。また、心身の状態が不調である場合は、できるだけ早く医療機関で受診することが重要であることを理解している。</p>	<p>医薬品の有効利用について、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。</p>	<p>医薬品の有効利用についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	
		⑪保健・医療機関の利用	<p>⑪保健・医療機関の利用</p> <p>健康の保持増進や病気の予防には、地域の保健所、保健センターなどが行われていることを理解している。</p>	<p>個人の健康を守る社会の取り組みについて、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。</p>	<p>個人の健康を守る社会の取り組みについての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	
		⑫健康を守る社会の取り組み	<p>⑫健康を守る社会の取り組み</p> <p>健康の保持増進や病気の予防には、健康増進法などの法律に基づいて、健康診断や健康相談などが行われていることを理解している。</p>	<p>社会の取り組みについて、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。</p>	<p>個人の健康を守る社会の取り組みについての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	
通年	体育理論	①現代社会におけるスポーツの文化的意義	<p>①現代社会におけるスポーツの文化的意義</p> <p>スポーツは、文化的な生活を営み、よりよく生きていくために重要であることを理解している。</p>	<p>スポーツの文化的意義について、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。</p>	<p>スポーツの文化的意義についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	
		②国際的なスポーツ大会の役割	<p>②国際的なスポーツ大会の役割</p> <p>オリンピックやパラリンピックおよび国際的なスポーツ大会などは、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしていることを理解している。</p>	<p>国際的なスポーツ大会の文化的な役割について、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。</p>	<p>国際的なスポーツ大会の文化的な役割についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	
		③人々を結び付けるスポーツ	<p>③人々を結び付けるスポーツ</p> <p>スポーツは、民族や国、人種や性、障がいの違いなどをこえて人々を結び付けていることを理解している。</p>	<p>人々を結び付けるスポーツについて、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。</p>	<p>人々を結び付けるスポーツについての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	

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	体づくり運動 (体ほぐし運動 体力を高める運動)	<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、腕節への負担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、徐々に筋肉を逞めで行うことについて、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)の課題に合った強度、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、体力や体調に合った運動の新習慣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。 一人一人に合っ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し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	陸上競技 (走り高跳び・ハードル走)	<ul style="list-style-type: none"> 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。 短距離走・リレー <ul style="list-style-type: none"> 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。 後半でスピードが落ちて低下しないよう、力みのないリズムカラン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。 走り高跳び <ul style="list-style-type: none"> リズムカラン動き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、自己に合った踏み切り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。 ハードル走 <ul style="list-style-type: none"> 速くから踏み切り、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。 インナーバレルを3又は5歩でリズムカランに走ることができる。 	<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、体調や環境に合っ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態度で、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、自己に選んだ「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。 一人一人の違いに合っ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	ダンス (創作ダンス)	<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ラン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。 簡単なリズムの取り方や動きで、音楽のリズムに同期したり、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"> 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、体調や環境に合っ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、自己に選んだ「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し合いに貢献しようとしている。 一人一人の違いに合った表現や交流、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	球技 ベースボール型 (生徒の発達段階に応じて)	<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。 技能 (基本的なバット操作) <ul style="list-style-type: none"> 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) <ul style="list-style-type: none"> 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) <ul style="list-style-type: none"> ボールの正面に回り込んで、縦い打球を捕ることができる。 投げたボール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ることができる。 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。 (守備位置での守備) <ul style="list-style-type: none"> 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、ベースカバーやバックアップの基本的な動きをする。 	<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、体調や環境に合っ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態度で、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、自己に選んだ「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し合いに貢献しようとしている。 一人一人の違いに合っ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と助言したりして、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	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。 自己の動きや仲間と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。 <p>○技能</p> <p>【泳法】</p> <p>クロール</p> <ul style="list-style-type: none"> 水面上の胸は、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。 ブルのかき終わりに合わせて肩を水面上に出して呼吸を行い、キックの振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"> 水面上の胸は肘を伸ばし、肩を支点にして肩の延長線上に小指側からまっすぐく入水することができる。 足のストロークで、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(ロングアームプル)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>種別の泳法で泳ぐ</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出している。 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。 (バディ)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、変える、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	ネット型 (生徒の発達段階に応じて)	<p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> 球技には、集団対集団、個人対個人で攻防を展開し、勝敗を楽しむことや喜びを味わえる特性があることについて、言ったり書き出したりしている。 学校で行う球技は近代になって開発され、今日では、オリンピック・パラリンピック競技大会においても主要な競技として行われていることについて、言ったり書き出したりしている。 球技の各型の各項目に対して用いられる技術には名称があり、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。 対戦相手との競争において、技能の程度に応じた作戦や戦術を遊ぶことが有効であることについて、言ったり書き出したりしている。 球技は、それぞれの型や運動種目によって主として高まる体力要素が異なることについて、学習した具体例を挙げている。 <p>○技能</p> <p>【ボールや用具の操作】</p> <ul style="list-style-type: none"> サーブでは、ボールやラケットの中心付近で捉えることができる。 味方が操作しやすい位置にボールをつなぐことができる。 相手側のコートに空いた場所にボールを返すことができる。 <p>【定位置に戻るなどの動き】</p> <ul style="list-style-type: none"> 相手の打球に備えた準備姿勢をとることができる。 プレイを開始するときは、各ポジションの定位置に戻るることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や相談を伝えている。 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。 学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間伝えていく。 練習やゲームの場面で、両方を尽くす、フェアなプレイなどのよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている。 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。 仲間と話し合う場面で、提示された参加の仕方に当てはめ、チームへの関わり方を見付けている。 体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習やゲームを行う方法を見付け、仲間伝えていく。 	<ul style="list-style-type: none"> 球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 マナーを守ったり相手の健康を認めたりして、フェアなプレイをしようとしている。 作戦などについての話し合いに参加しようとしている。 一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを認めようとしている。 練習の補助をしたり仲間に助言したりして、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。 	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。 (空間を作りだすなどの動き) ゴール前に近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取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出している。 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。 相手やチームの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。 練習やゲームの場面で、両方を尽くす、フェアなプレイなどのよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている。 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。 仲間と話し合う場面で、提示された参加の仕方に当てはめ、チームへの関わり方を見付けている。 体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習やゲームを行う方法を見付け、仲間伝えていく。 	<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し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
12	武道 (柔道)	<p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> 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、簡単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>○技能</p> <p>【基本動作】</p> <ul style="list-style-type: none"> 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。 <p>【固め技】</p> <ul style="list-style-type: none"> 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ることができる。 <p>【投げ技】</p> <ul style="list-style-type: none"> 取は大鎌をかけて投げ、受けは受け身をとることができる。 取は体端としをかけて投げ、受けは受け身をとることができる。 取は鎌を掛けて投げ、受けは受け身をとることができる。 	<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、練習の成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に出している。 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。 相手やチームの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。 練習やゲームの場面で、両方を尽くす、フェアなプレイなどのよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている。 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。 仲間と話し合う場面で、提示された参加の仕方に当てはめ、チームへの関わり方を見付けている。 体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習やゲームを行う方法を見付け、仲間伝えていく。 	<ul style="list-style-type: none"> 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。 	タブレット端末	

3	1	ダンス (現代的なリズムのダンス) LOOK	<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ミ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、準ひ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、ビートのきいたプレイクダンスでは膝の上下に合わせて膝を動かしたりストン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、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。 ・プ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と広げている。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に合わせ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開き方を見付けている。 	<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。 ・仲間の助けを借りたりして、仲間の学習を援助しようとしている。 ・簡単な作品制作などについての話し合いに参加しようとしている。 ・一人一人の違いに合わせ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
	2	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 (回転系)</p> <p>《回転技群(背中をマットに接して回転する)》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体をマットに横た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行うことができる。 ・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>《はん転技群(手や足の支えで回転する)》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・全身を支えたり、突き放しするための動きの仕方、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 (切り返し系)</p> <p>《切り返し跳びグループ(跳び箱上を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"> ・踏み切りから上体を前方に振り込みながら着手する動き方、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。 <p>(回転系)</p> <p>《回転跳びグループ(跳び箱上を回転しながら跳び越す)》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・着手後前方に回転するための跳び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。 	<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と広げている。 ・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く。 ・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、体調や環境に合わせた適切な練習方法等について振り返っている。 ・仲間やグループで取り組んだ活動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開き方を見付けている。 	<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、互いに話し合おうとしている。 ・仲間に課題を伝え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。 ・一人一人の違いに合わせ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
	3	2	3			
通年	保健	1	<p>1 傷害の原因と防止</p> <p>多くの傷害は、心身の状態や行動のしかたなどの人的要因と、生活環境における施設・設備の状態や気象条件などの環境要因が関わり合って発生することを理解している。</p>	<p>傷害の発生要因とその防止について、危険の予測やその回避の方法を考えているとともに、それらを表現している。</p>	<p>傷害の発生要因とそ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。</p>	
		2	<p>2 交通事故の現状と原因</p> <p>交通事故による傷害を防止するには、車両の特性を知り、交通法規を守り、心身の状態を把握し、車両、道路、気象条件などの周囲の状況に応じて、安全に行動することが必要であることを理解している。</p>	<p>交通事故の発生要因とその防止について、危険の予測やその回避の方法を考えているとともに、それらを表現している。</p>	<p>交通事故の発生要因とそ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。</p>	
		3	<p>3 交通事故の防止</p> <p>個人としては交通法規を守ることで、社会としては安全な環境づくりが事故を防ぐことを理解している。</p>	<p>交通事故の防止について、危険予測・危険回避の方法や定型的な車両点検を考えているとともに、それらを表現している。</p>	<p>交通事故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。</p>	
		4	<p>4 犯罪被害の防止</p> <p>犯罪被害の防止は、人的要因や環境要因などが関わり合っており、人的要因に対しては、危険を予測し、判断して、犯罪を避ける行動をとること、環境要因に対しては、周囲の人の関心を高めることなどの対策があることを理解している。</p>	<p>犯罪被害とその防止について、危険の予測やその回避の方法を考えているとともに、それらを表現している。</p>	<p>犯罪被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。</p>	
		5	<p>5 自然災害に備える</p> <p>自然災害による傷害は地震、台風、大雨、噴火、火山の噴火、霧雪、大雪などによるものと、それに伴って発生する二次災害によるものがあること、日頃から災害時の安全の確保に備えておくこと、災害情報を正確に把握すること、災害時には避難の指示や避難場所、避難経路、避難する際の注意事項などを理解している。</p>	<p>自然災害による傷害の発生要因とその防止について、危険の予測やその回避の方法を考えているとともに、それらを表現している。</p>	<p>自然災害による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。</p>	
		6	<p>6 けがの手当</p> <p>・出血があるときの応急手当の基本や方法について理解し、正しい応急手当の方法を身に付けている。</p> <p>・打撲腫などの外傷の応急手当の基本や方法について理解し、正しい応急手当の方法を身に付けている。</p>	<p>けが・外傷があるときの応急手当について、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。</p>	<p>けが・外傷があるときの応急手当についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	
		7	<p>7 生活習慣病とその予防</p> <p>生活習慣病は、日常生活習慣が主な要因となって起こること。また、生活習慣病の多くは、適切な運動、食事、喫煙や過度の飲酒をしない、口腔の衛生を保つことなどの生活習慣を身に付けることによって予防できることを理解している。</p>	<p>生活習慣病とその予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。</p>	<p>生活習慣病とそ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。</p>	
		8	<p>8 がんの予防</p> <p>がんは、異常な細胞であるがん細胞が増殖する病気であり、その要因には様々なものがあること、がんの予防には、適切な生活習慣を身に付けることなどが有効であることを理解している。</p>	<p>がんとその予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。</p>	<p>がんとそ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。</p>	
		9	<p>9 喫煙と健康</p> <p>たばこの煙の中の有害物質により、喫煙すると毛細血管の収縮、心臓への負担、運動能力の低下など様々な急性影響が現れること。また、発癌的な喫煙により、がんや心臓病など様々な病気を起こしやすくなることを理解している。また、未成年者の喫煙は、体に大きな影響を及ぼし、依存症になりやすいことを理解している。</p>	<p>喫煙と健康について、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。</p>	<p>喫煙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。</p>	
		10	<p>10 飲酒と健康</p> <p>飲酒をする時、エチルアルコールによって思考力、自制力、運動能力が低下したり、事故などを起こしたりすること、急激に大量の飲酒をする時、急性中毒で死に至ることもあることを理解している。また、増量的な飲酒により、肝臓病や脳の病変など様々な病気を起こしやすくなること、未成年者の飲酒は、体に大きな影響をおよぼし、依存症になりやすいことを理解している。</p>	<p>飲酒と健康について、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。</p>	<p>飲酒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。</p>	
		11	<p>11 薬物乱用と健康</p> <p>薬物を乱用すると強い急性の錯乱状態や急死などを引き起こすこと、中断すると精神や身体に苦痛を感じるようになるなど様々な被害が生じること、家庭・学校・地域社会にも深刻な影響を及ぼすことを理解している。</p>	<p>薬物乱用と健康について、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。</p>	<p>薬物乱用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。</p>	
		12	<p>12 喫煙、飲酒、薬物乱用のきっかけ</p> <p>喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、好奇心、なげやりな気持ち、過度のストレスなどの心理状態、断りにくい人間関係、宣伝・広告や入手し易さなどの社会環境によって動機づけられること、それらに適切に対処する必要があることを理解している。</p>	<p>喫煙、飲酒、薬物乱用のきっかけについて、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。</p>	<p>喫煙、飲酒、薬物乱用のきっかけについての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	
通年	体育理論	1	<p>1 運動やスポーツの効果</p> <p>運動やスポーツは、体の発達やその機能の維持、体力の向上などの効果や自らの健康、ストレスの解消などの心理的効果およびルールやマナーについて合意したり、適切な人間関係を築いたりするなどの社会性を高める効果が期待できることを理解している。</p>	<p>運動やスポーツが心身や社会性におよぼす効果について、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ことともに、他者に広げている。</p>	<p>運動やスポーツが心身や社会性におよぼす効果についての学習に積極的に取り組もうとしている。</p>	
		2	<p>2 運動やスポーツの安全な行い方</p> <p>運動やスポーツを行う際は、その特性や目的、発達の段階や体調などを踏まえて運動を進めると、健康・安全に留意する必要があることを理解している。</p>	<p>安全な運動やスポーツの行い方について、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ことともに、他者に広げている。</p>	<p>安全な運動やスポーツの行い方についての学習に積極的に取り組もうとしている。</p>	
		3	<p>3 人々を結び付けるスポーツ</p> <p>スポーツは、民族や国、人種や性、障がいの違いなどをこえて人々を結び付けていることを理解している。</p>	<p>人々を結び付けるスポーツについて、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ことともに、他者に広げている。</p>	<p>人々を結び付けるスポーツについての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	

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	<p>・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、書ったり書き出したたりしている。</p> <p>・運動を安全に行うには、関節への負担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、書ったり書き出したたりしている。</p> <p>・自己の動きや仲間との動きを分析するには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、書ったり書き出したたりしている。</p>	<p>・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。</p> <p>・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について振り返っている。</p> <p>・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から伝えている。</p> <p>・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つけている。</p>	<p>・体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。</p> <p>・仲間に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。</p> <p>・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。</p> <p>・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。</p> <p>・健康・安全を確保している。</p>	タブレット端末
	5	6	<p>○知識</p> <p>・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、学習した具休例を挙げている。</p> <p>・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、書ったり書き出したたりしている。</p> <p>○技能</p> <p>短距離走・リレー</p> <p>・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。</p> <p>・後半でスピードが著しく落ちないように、力みのないリズムカルな動きで走ることができる。</p> <p>・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</p> <p>・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。</p> <p>・跳躍の床点とバーの位置が合うように、自己に合った適切な位置で踏み切ることができる。</p> <p>・脚と腕のタイミングを合わせて踏み切り、大きな踏み切り動作で跳ぶことができる。</p> <p>ハードル走</p> <p>・速くから踏み切り、勢いよくハードルを走り越すことができる。</p> <p>・現段階の膝を折り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。</p> <p>・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>	<p>・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に伝える。</p> <p>・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。</p> <p>・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。</p> <p>・ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする態度で、よりよいプレーや行為について、自己の活動を振り返っている。</p> <p>・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つけている。</p> <p>・陸上競技の学習成果を踏まえて、自己に達した「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つけている。</p>	<p>・陸上競技の学習に自主的に取り組もうとしている。</p> <p>・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。</p> <p>・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。</p> <p>・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。</p> <p>・健康・安全を確保している。</p>	タブレット端末
	5	6	<p>○知識</p> <p>・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、学習した具休例を挙げている。</p> <p>・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、書ったり書き出したたりしている。</p> <p>・いろいろな動きに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、書ったり書き出したたりしている。</p> <p>○技能</p> <p>・簡単なリズムの取り方や動きで、音楽のリズムに同期したり、弾む動きをしたりして自由に踊ることができる。</p> <p>・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。</p> <p>・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>	<p>・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つけている。</p> <p>・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。</p> <p>・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つけている。</p> <p>・ダンスの学習成果を踏まえて、自己に達した「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つけている。</p>	<p>・ダンスの学習に自主的に取り組もうとしている。</p> <p>・仲間に課題を伝え合うなどして、互いに助け合い教え合おうとしている。</p> <p>・作品制作などについての話合いに貢献しようとしている。</p> <p>・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。</p> <p>・健康・安全を確保している。</p>	タブレット端末
	6		<p>○知識</p> <p>・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、学習した具休例を挙げている。</p> <p>・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、書ったり書き出したたりしている。</p> <p>・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、書ったり書き出したたりしている。</p> <p>○技能</p> <p>〈基本的なバット操作〉</p> <p>・投擲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。</p> <p>・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。</p> <p>〈連投〉</p> <p>・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。</p> <p>・打球の状況によって塁を運んだり戻ったりすることができる。</p> <p>〈ボール操作〉</p> <p>・ボールの正面に回り込んで、強い打球を捕ることができる。</p> <p>・投げた球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ができる。</p> <p>・守備位置から空上へ移動して、味方からの送球を受けることができる。</p> <p>〈定位置での守備〉</p> <p>・決められた守備位置に降り直し立ち、準備姿勢をとることができる。</p> <p>・各ポジションの役割に応じて、ベースカバーやバックアップの基本的な動きをする。</p>	<p>・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。</p> <p>・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、自己の考えを伝えている。</p> <p>・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。</p> <p>・ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする態度で、よりよいプレーや行為について、自己の活動を振り返っている。</p> <p>・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つけている。</p> <p>・球技の学習成果を踏まえて、自己に達した「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つけている。</p>	<p>・球技の学習に自主的に取り組もうとしている。</p> <p>・相手を尊重するなどのフェアなプレーを大切にしようとしている。</p> <p>・作戦などについての話合いに貢献しようとしている。</p> <p>・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。</p> <p>・互いに練習相手になったり仲間を助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。</p> <p>・健康・安全を確保している。</p>	タブレット端末

7	9	<p>水泳 (4泳法、長く泳ぐ)</p>	<p>○知識 ・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。 ・自己の動きや仲間と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にしている。 ○技能 クロール ・水面上の観察は、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。 平泳ぎ ・肩より前で、両手で逆ハート型を大きく泳ぐことができる。 ・アールの連続的に行い、キックの蹴り終わりに合わせて伸び(グライド)をとる。1回のストロークで大きく進むことができる。 背泳ぎ ・水面上の観察は肩を伸ばし、肩を支点にして肩の延長線上の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。 バタフライ ・腕を前方に伸ばし、手のひらが腕の前方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(ロングアームプッシュ)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。 複数の泳法で泳ぐ ・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。</p>	<p>・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伝えていく。 ・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。 ・(バディ)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。</p>	<p>・水泳の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・相手の意見を聞きながら、互いに協力し合おうとしている。 ・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。</p>	タブレット端末
9	10	<p>陸上競技 (長距離走)</p>	<p>○知識 ・競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にしている。 ・練習やゲーム中の技能を経験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にしている。 ○技能 ゴール型 (安定したボール操作) ・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。 (空間を作りだすなどの動き) ・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。 ・ボール保持者が進めたい方向に進むことができる。 ・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。</p>	<p>・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伝えていく。 ・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態度で、よりよいプレーや行為について、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、仲間とともに競技を楽しむための活動の方法を見付けている。 ・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。</p>	<p>・競技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・相手の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し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。</p>	タブレット端末
2	9	<p>9</p>	<p>10</p>	<p>10</p>	<p>10</p>	<p>10</p>
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にしている。 ・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にしている。 ・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にしている。 ・試合の行い方には、簡易な試合におけるルール、審判及び審判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。 ○技能 柔道 【基本動作】 ・姿勢と組み方は、相手の動きの変化に前しやすい自然体で進むことができる。 ・崩しでは、相手の動きの変化に応じて相手の姿勢を不安定にし、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構架け身、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。 ・取は構内固めをかけることができる。 ・取は上段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ことはできる。 【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。 ・取は膝を掛けて投げ、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伝えていく。 ・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。 ・相手の尊重するなどの伝統的な行動をする態度で、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。 ・相手の尊重し、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>	タブレット端末

3	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。 自己の動きや仲間と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ナ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。 ○技能 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、律動をきかして自由で踊ることができる。 全員でビートに合わせて舞んだり、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の構成をまとまりを付けて踊ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> グループに帰して、表したいテーマにふさわしいイメージや、踊りの特徴を採った表現の仕方を身に付けている。 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その理由を仲間と伝えている。 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身に付けている。 ダンスの学習成果を踏まえて、自己に選んだ「する、みる、伝える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を身に付けている。 	<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、仲間の学習を補助しようとしている。 簡単な作品制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
	2 3	陸上競技 (長距離走)	<p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> 競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。 戦術や作戦に前して、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。 ○技能 ゴール型 (安定したボール操作) 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を自由に自分の体を入れてボールをキープすることができる。 (空間を作りだすなどの動き) 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。 ボール保持者が進め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と伝えている。 自己や仲間の技術的な練習やチームの作戦・戦術について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態度で、よりよいプレーや行為について、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、仲間とともに技術を学ぶための活動の方法を身に付けている。 守備者とボールの間を自由に自分の体を入れて「する、みる、伝える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を身に付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> 競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ー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	<p>①健康の成り立ちと疾病の発生要因</p> <p>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。</p>	健康の成り立ちについて、課題を見出し、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。	
			<p>②運動と健康</p> <p>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。</p>	運動と健康について、課題を見出し、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。	
			<p>③食生活と健康</p> <p>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など、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。</p>	食生活と健康について、課題を見出し、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。	
			<p>④休養・睡眠と健康</p> <p>休養や睡眠は、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、適切な休養・睡眠をとる必要があることを理解している。</p>	休養・睡眠と健康について、課題を見出し、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。	
			<p>⑤認知のとれた生活</p> <p>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・睡眠の認知のとれた生活を続ける必要があることを理解している。</p>	認知のとれた生活について、課題を見出し、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。	認知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。	
			<p>⑥呼吸器官・循環器官の発育・発達</p> <p>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り呼吸器官・循環器官がよりよく発達することを理解している。</p>	呼吸器官・循環器官の発育・発達のみかたや中学生の時期の生活のみかたについて、課題を見出し、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・発達のみかたや中学生の時期の生活のみかたについての学習に自主的に取り組もうとしている。	
			<p>⑦生殖機能の成熟</p> <p>思春期には、下部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。</p> <p>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。</p>	生殖に関わる機能の成熟について、課題を見出し、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。 <p>思春期の心の変化や異性の尊重、性情報への対応など性に関する適切な態度や行動の選択について、課題を見出し、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。</p>	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。 <p>思春期の心の変化や異性の尊重、性情報への対応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。</p>	
			<p>⑧異性の尊重と性情報への対応</p> <p>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。</p>	心のはたらきや発達のみかたについて、課題を見出し、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みかたについての学習に自主的に取り組もうとしている。	
			<p>⑨心の発達</p> <p>知的機能、情報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。</p>	互いのことを尊重し、意欲に注意し、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。	
			<p>⑩自己形成と心の健康</p> <p>中学生の時期は社会性が発達すること、自己を認識し、自分ら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。</p>	人との関わりと自己形成について、課題を見出し、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。	
			<p>⑪心と体の関わり</p> <p>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。</p>	自律神経やホルモンの働きについて、課題を見出し、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。	
			<p>⑫欲求と心の健康</p> <p>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。</p>	欲求への適切な対応と心の健康について、課題を見出し、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。	欲求への適切な対応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。	
			<p>⑬ストレスによる健康への影響</p> <p>心と体には、互いに影響を及ぼしていること、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の、神経などはたらきによることを理解している。</p>	心と体の関わりについて、課題を見出し、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。	
			<p>⑭ストレスへの対応の方法</p> <p>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応の方法を身に付けている。</p>	ストレスへの適切な対応と心の健康について、課題を見出し、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応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	<p>①運動やスポーツの必要性と楽しさ</p> <p>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。</p>	運動やスポーツの必要性と楽しさについて、自己の課題を見出し、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と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。		

