令和４年度（２０２２年度）　保健体育科　年間指導計画【第１学年】

評価 方法	ア 定期テスト	イ 単元テスト	ウ 提出物（問題集・ワーク・課題プリント等）
	エ 宿題	オ 授業ノート	カ ワークシート・振り返りシート（ポートフォリオ）
	キ 発言・発表	ク 授業態度	ケ 実技テスト

教科横断的視点：他教科関連（教科名）　内容

月	章	時数	学習内容	評価規準		
				知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
4		7	体つくり運動	体つくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などについて理解している。（ア）	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とともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。（アカキ）	体つくり運動に積極的に取り組もうとするとともに、仲間の学習を援助しようとしたり、一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとしたり、話合いに参加しようとしたり、健康・安全に気を配ったりしている。（ウカク）
	1	3	体育理論 社会（公民） 国や地方公共団体が果たす役割	運動やスポーツの多様性について、理解している。（ア）	運動やスポーツが多様であることについて、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考・判断するとともに、それらを他者に伝えたり、表したりしている。（アカキ）	運動やスポーツが多様であることについて関心をもち、主体的に学習の進め方を工夫・調整し、粘り強く学習に取り組もうとしている。（ウカク）
		8	陸上競技 （短距離走・リレー）	・陸上競技について、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、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。（ア） ・短距離走・リレーでは、滑らかな動きで速く走ることやバトンの受渡しでタイミングを合わせることができる。（ケ）	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しているとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。（アカキ）	陸上競技に積極的に取り組もうとするとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしたり、分担した役割を果たそうとしたり、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしたり、健康・安全に気を配ったりしている。（ウカク）
5		8	ダンス （ソーラン節）	・ダンスについて、感じを込めて踊ったりみんなで踊ったりする楽しさや喜びを味わい、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	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しているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に	ダンスに積極的に取り組もうとするとともに、仲間の学習を援助しようとしたり、交流などの話合いに参加しようとしたり、一人一人の違い

月	章	時数	学習内容	評価規準		
				知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
6				などについて理解している。(ア) ・ソーラン節では、その踊り方の特徴を捉え、音楽に合わせて特徴的なステップや動きで踊ることができる。(ケ)	伝えている。(アカキ)	に応じた表現や役割を認めようとしたり、健康・安全に気を配ったりしている。(ウカク)
	1	5	保健 家庭 栄養素の種類と働き・健康によい食習慣	健康の成り立ちと疾病の発生要因および生活習慣と健康について、理解している。(ア)	健康の成り立ちと疾病の発生要因および生活習慣と健康に関わる事象や情報を基に課題を発見し、健康の保持増進のための原則や概念を明らかにするため科学的に思考・判断して、それらを他者に伝えたり、表したりしている。(アカキ)	健康の成り立ちと疾病の発生要因および生活習慣と健康について関心をもち、主体的に学習の進め方を工夫・調整し、粘り強く学習に取り組もうとしている。(ウカク)
7		１０	水泳 (クロール・平泳ぎ)	・水泳について、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、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。(ア) ・クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり速く泳ぐことができる。(ケ) ・平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり長く泳ぐことができる。(ケ)	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とともに、自己の考えたことを他者に伝えている。(アカキ)	水泳に積極的に取り組もうとするともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしたり、分担した役割を果たそうとしたり、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしたり、水泳の事故防止に関する心得を遵守したり、健康・安全に気を配ったりしている。(ウカク)
9		１０	器械運動 (マット運動・跳び箱運動)	・器械運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、器械運動の特性や成り立ち、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。(ア) ・マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを組み合わせることができる。(ケ) ・跳び箱運動では、切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技や発展技を行うことができる。(ケ)	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しているとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。(アカキ)	器械運動に積極的に取り組もうとするとともに、よい演技を認めようとしたり、仲間の学習を援助しようとしたり、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしたり、健康・安全に気を配ったりしている。(ウカク)
10						

月	章	時数	学習内容	評価規準		
				知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
		7	球技 （バレーボール）	・球技について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、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。（ア） ・ネット型では、ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動きによって空いた場所をめぐる攻防をすることができる。（ケ）	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しているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。（アカキ）	球技に積極的に取り組もうとするとともに、フェアなプレイを守ろうとしたり、作戦などについての話合いに参加しようとしたり、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとしたり、仲間の学習を援助しようとしたり、健康・安全に気を配ったりしている。 （ウカク）
11		4	球技（Tボール）	・球技について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、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。（ア） ・ベースボール型では，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。（ケ）	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しているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。（アカキ）	球技に積極的に取り組もうとするとともに、フェアなプレイを守ろうとしたり、作戦などについての話合いに参加しようとしたり、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとしたり、仲間の学習を援助しようとしたり、健康・安全に気を配ったりしている。 （ウカク）
	2	6	保健 家庭 幼児の発達	身体機能の発達、生殖に関わる機能の成熟、精神機能の発達について理解している。（ア）	心身の機能の発達と心の健康に関わる事象や情報を基に課題を発見し、疾病等のリスクを軽減したり、生活の質を高めたりすることなどと関連づけて解決方法を考え、適切な方法を選択し、それらを他者に伝えたり、表したりしている。（アカキ）	心身の機能の発達と心の健康について関心をもち、主体的に学習の進め方を工夫・調整し、自他の健康の保持増進や回復についての学習に粘り強く取り組もうとしている。（ウカク）
12		8	武道 （柔道）	・武道について、技ができる楽しさや喜びを味わい、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。（ア） ・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。（ケ）	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しているとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。（アカキ）	武道に積極的に取り組もうとするとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしたり、分担した役割を果たそうとしたり、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしたり、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。（ウカク）

月	章	時数	学習内容	評価規準		
				知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
1		6	ダンス （ヒップホップ）	・ダンスについて、感じを込めて踊ったりみんなで踊ったりする楽しさや喜びを味わい、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。（ア） ・ヒップホップダンスでは、リズムの特徴を捉え、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ことができる。（ケ）	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しているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。（アカキ）	ダンスに積極的に取り組もうとするとともに、仲間の学習を援助しようとしたり、交流などの話合いに参加しようとしたり、一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとしたり、健康・安全に気を配ったりしている。（ウカク）
1 2		14	球技 （バスケットボール・サッカー）	・球技について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、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。（ア） ・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。（ケ）	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しているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。（アカキ）	球技に積極的に取り組もうとするとともに、フェアなプレイを守ろうとしたり、作戦などについての話合いに参加しようとしたり、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとしたり、仲間の学習を援助しようとしたり、健康・安全に気を配ったりしている。（ウカク）
2		4	陸上競技 （長距離走）	・陸上競技について、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、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。（ア） ・長距離走では、自己に合ったピッチとストライドで、上下動の少ない動きで走り、ペースを一定にして走ることができる。（ケ）	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しているとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。（アカキ）	陸上競技に積極的に取り組もうとするとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしたり、分担した役割を果たそうとしたり、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしたり、健康・安全に気を配ったりしている。（ウカク）
3	2	5	保健 理科 生命を維持する働き	自己形成および欲求やストレスへの対処と心の健康について理解し、ストレスへの対処の仕方を身につけている。（ア）	心身の機能の発達と心の健康に関わる事象や情報を基に課題を発見し、疾病等のリスクを軽減したり、生活の質を高めたりすることなどと関連づけて解決方法を考え、適切な方法を選択し、それらを他者に伝えたり、表したりしている。（アカキ）	心身の機能の発達と心の健康について関心をもち、主体的に学習の進め方を工夫・調整し、自他の健康の保持増進や回復についての学習に粘り強く取り組もうとしている。（ウカク）