

令和7年度 保健体育科（体育分野） 1学年 指導・評価計画

学期	題材名	教材名	評価の観点			評価規準	主な評価方法	主な評価基準 (おおむね満足できる B)
			知識技能	思考判断表現	態度			
1	体づくり運動	ラジオ体操	○	○	○	ラジオ体操を正しく身につけている。	授業観察 学習カード 実技テスト 定期テスト	・ラジオ体操を覚え、正確に順番通りできる。
	陸上競技	短距離走 (50m)	○	○	○	クラウチングスタートの知識を身につけている。	授業観察 学習カード 実技テスト 定期テスト	・クラウチングスタートで、スタートダッシュできる。
		リレー				バトンパスの知識を身につけている。		・ある程度のスピードで、バトンの受け渡しができる。
	水泳	クロール 平泳ぎ (25m)	○	○	○	クロール・平泳ぎの泳法の知識や技能を身につけている。	授業観察 学習カード 実技テスト 定期テスト	・クロールと平泳ぎを正しいフォームで泳げる。
器械運動	マット運動	○	○	○	いろいろな技に挑戦して、理解して身につけている。	授業観察 学習カード 実技テスト 定期テスト	・どの技もある一定の形を表現できる。	
2	水泳	クロール 平泳ぎ (25m)	○	○	○	クロール・平泳ぎの泳法の知識や技能を身につけている。	授業観察 学習カード 実技テスト 定期テスト	・クロールと平泳ぎを正しいフォームで泳げる。
	球技	バレーボール	○	○	○	パス、サーブの技能を理解して身につけている。	授業観察 学習カード 実技テスト 定期テスト	・オーバーハンドパスやアンダーハンドパスができる。 ・アンダーハンドサービスができる。
	陸上競技	ハードル走	○	○	○	ハードリングの知識や技能を身につけている。	授業観察 学習カード 実技テスト 定期テスト	・振り上げ足と抜き足の技能を覚え、一定のリズムでハードリングできる。
	武道	柔道	○	○	○	受け身の知識と技能を身につけている。	授業観察 学習カード 実技テスト 定期テスト	・前回り受け身、固め技ができる。
3	ダンス	ヒップホップ	○	○	○	いろいろなステップを理解して身につけている。	授業観察 学習カード 実技テスト 定期テスト	・いろいろなステップを覚え、曲に合わせて踊ることができる。
	陸上競技	長距離走 (2000m)	○	○	○	長く走るための知識や技能、体力を身につけている。	授業観察 学習カード 実技テスト 定期テスト	・自分のペースで走り切ることができる。
	球技	サッカー	○	○	○	ドリブル、パス、シュートの技能を身につけている。	授業観察 学習カード 実技テスト 定期テスト	・守備者がいない位置でシュートができる。 ・マークされていない味方にパスを出すことができる。