

学習目標（「身につけたい力」）
 ・心と体を一体として捉え、運動や健康・安全について主体的、対話的で深い学びを通じて、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育て、健康の保持増進の実践力を育成して体力の向上を図り、自ら明るく豊かな生活を営む態度を身に付ける。

学年	第1学年	第2学年	第3学年
時数	年間105時間	年間105時間	年間105時間
1学期	<p>○新体力テスト ・自分の体力・運動能力の現状を確かめるためにテストを実施し、各種目の測定方法や調べる内容を学習する。</p> <p>○体づくり運動・体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体力を向上させ、目的に適した運動を身に付け、組み合わせ方について学習する。</p> <p>○集団行動 ・横隊や整列の仕方、列の増減など、集団で行動するやり方を学習する。</p> <p>○陸上競技 ・短距離走・リレーを中心にスタートのやり方やバトンの受け渡し方を学習する。</p> <p>○保健1、心身の発達と心の健康 ①体の発育・発達 ②呼吸・循環機能の発達について学習する。</p> <p>○陸上競技 ・走り幅跳びの基本技能の習得を目指し、安全且つ効率的に跳躍する方法を学習する。</p> <p>○器械運動 ・マット運動・回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行える方法を学習する。</p>	<p>○新体力テスト ・自分の体力・運動能力の現状を確かめるためにテストを実施し、各種目の測定方法や調べる内容を学習する。</p> <p>○体づくり運動・健康や安全に気を配るとともに、運動の意義と行い方、計画の立て方を理解し、自己の体力や課題に応じた運動の取り組み方を学習する。</p> <p>○集団行動・横隊や整列の仕方、列の増減など、新しい集団で行動するやり方を学習する。</p> <p>○陸上競技 ・短距離走・リレーを中心にスタートのやり方やバトンの効率的な受け渡し方を学習する。</p> <p>○保健2、健康と環境 ①環境の変化に体はどう対応するか ②快適な環境の条件 ③部屋の空気をきれいに ④水とわたしたちの生活について学習する。</p> <p>○陸上競技 ・走り高跳びの基本技能の習得を目指し、安全且つ効率的に跳躍する方法を学習する。</p> <p>○球技（ネット型） ・バレーボール・ラリーを続け、ボールや用具の操作と定位置に戻る動きで空いた場所を攻める方法を学習する。</p>	<p>○新体力テスト ・自分の体力・運動能力の現状を確かめるためにテストを実施し、各種目の測定方法や調べる内容を学習する。</p> <p>○体づくり運動・体を動かす楽しさや心地よさを味わい、健康の保持増進と体力の向上を図り、目的に適した運動方法について学習する。</p> <p>○集団行動・横隊や整列の仕方、列の増減など、新しい集団で行動するやり方を学習する。</p> <p>○陸上競技 ・短距離走・リレーを中心にスタートのやり方やバトンの効率的な受け渡し方、ハードル走を学習する。</p> <p>○保健3、健康な生活と病気の予防 ①喫煙と健康 ②飲酒と健康 ③薬物乱用と健康 ④喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけについて学習する。</p> <p>○球技（ゴール型） ・バスケットボール ・攻撃を重視し、空間に仲間と連携して走り込み、マークをかわして攻防を展開する方法を学習する。</p>

	<p>○水泳</p> <ul style="list-style-type: none"> ・水泳の基礎・基本となる技能を学習し、クロール・平泳ぎで長い距離を泳げるように取り組む。 	<p>○水泳</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各種泳法(クロール・平泳ぎ・背泳ぎ中心)の技能を高め、個人メドレーができることを目標に学習する。 	<p>○水泳</p> <ul style="list-style-type: none"> ・得意種目の強化を図り、バタフライにも挑戦し、学習して総合的な(4泳法)水泳能力の向上を図る。
学年	第1学年	第2学年	第3学年
2 学 期	<p>○水泳</p> <ul style="list-style-type: none"> ・水泳の基礎・基本となる技能を学習し、クロール・平泳ぎで長い距離を泳げるように取り組む。 <p>○ダンス (現代的なリズムダンス)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動やイメージ課題を手がかりにし、動きについて学習する。 <p>○球技(ゴール型)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・アルティメット ・攻撃を重視し、空間に仲間と連携して走り込み、マークをかわして攻防を展開する方法を学習する。 <p>○球技(ゴール型)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・サッカー ・ボール操作と空間に走り込む動きによってゴール前での攻防を展開する方法を学習する。 <p>○球技(ゴール型)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バスケットボール ・基本技能の習得を目指し、身につけた技能を生かし、ルールに則ってゲームが行えるように学習する。 <p>○保健</p>	<p>○水泳</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各種泳法(クロール・平泳ぎ・背泳ぎ中心)の技能を高め、個人メドレーができることを目標に学習する。 <p>○球技(ベースボール型)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ソフトボール ・攻撃と守備の仕方を中心にボール操作、連携した守備位置によって攻防を展開する方法を学習する。 <p>○球技(ゴール型)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・アルティメット ・攻撃を重視し、空間に仲間と連携して走り込み、マークをかわして攻防を展開する方法を学習する。 <p>○器械運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・跳び箱運動・回転系や跳躍系の技を動きが途切れることなく行い、組み合わせる方法を学習する。 <p>○陸上競技</p> <ul style="list-style-type: none"> ・長距離走 ・長い時間走り続けるための呼吸法や走り方を学習する。 <p>○武道</p> <ul style="list-style-type: none"> ・柔道 ・伝統的な行動の仕方(礼法、克己心など)を学習する。 ・基本動作を学習し、投げ技と安全な身の処理方法を学習する。 <p>○保健</p>	<p>○水泳</p> <ul style="list-style-type: none"> ・得意種目の強化を図り、バタフライにも挑戦し、学習して総合的な(4泳法)水泳能力の向上を図る。 <p>○球技(ネット型)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バレーボール・役割に応じたボール操作と連携した動きで空いた場所をめぐる攻防方法について学習する。 <p>○球技(ゴール型)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バスケットボール ・攻撃を中心に、空間に仲間と連携して走り込み、マークをかわし、ゴール下で攻防を展開する方法を学習する。 <p>○陸上競技</p> <ul style="list-style-type: none"> ・長距離走 ・自分でペースをはかり、自己記録を伸ばすための方法や走り方を学習する。 <p>○器械運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鉄棒の基本的な技能や連続した動きに挑戦し、その技能を学習する。 <p>○保健</p> <ul style="list-style-type: none"> ⑤感染症とその予防 ⑥性感染症とその予防／エイズ ⑦保健・医療機関の利用 ⑧医薬品の有効利用 ⑨共に健康に生きる社会について学習する。

	<p>③性機能の成熟 ④性とどう向き合うか ⑤考え、感動し、決断する心 ⑥人とのかかわり ⑦自分らしさ ⑧欲求やストレスへの対処について学習する。</p> <p>○体育理論 ・運動やスポーツの必要性和楽しさ、多様な関わり方、学び方を学習する。</p>	<p>⑤生活排水の処理 ⑥ごみの処理 ⑦環境の汚染と保全 3 障害の防止 ①障害の原因と防止 ②交通事故の現状と原因 ③交通事故の防止 ④自然災害に備えてについて学習する。</p> <p>○保健 ⑤応急手当の意義と手順 ⑥意識がない場合の手当 ⑦きずの手当について学習する。</p> <p>○体育理論 ・運動やスポーツが心身に及ぼす効果や社会性の発達に及ぼす効果など、安全な運動方法を学習する。</p>	<p>○体育理論 ・現代生活におけるスポーツの文化的意義、国際的なスポーツ大会などが果たす文化的な役割、人々を結び付けるスポーツの文化的な働きを学習する。</p>
学年	第1学年	第2学年	第3学年
3 学 期	<p>○武道 ・柔道 ・伝統的な行動の仕方（礼法、克己心など）を学習します。 ・基本動作を学習し、投げ技と安全な身の処理方法を学習する。</p> <p>○球技（ネット型） ・バレーボール ・基本技能の習得を目指し、ルールに則ってゲームが進められるように学習する。</p> <p>○球技（ベースボール型） ・キックベース ・捕球の仕方や投げ方、ルールを学習し、基本技能の習得とルールに則ってゲームが進めるように学習する。</p>	<p>○武道 ・柔道 ・伝統的な行動の仕方（礼法、克己心など）を学習します。 ・基本動作を学習し、投げ技と安全な身の処理方法を学習する。</p> <p>○球技（ネット型） ・バトミントン ・相手のコートの開いているスペースにシャトルを打ち込み、攻防する方法を学習する。</p> <p>○球技（ゴール型） ・サッカー ・ボール操作と空間に走り込む動きによってゴール前での攻防を展開する方法を学習する。</p> <p>○球技（ネット型） ・卓球 ・基本技能の習得を目指し、ルールに則ってゲームが進められるように学習する。</p>	<p>○球技（ネット型） ・バトミントン ・ルールに則ってゲームを行い、自分たちで攻防する方法を学習する。</p> <p>○球技（ゴール型） ・サッカー ・ボール操作と空間に走り込む動きによってゴール前での攻防を展開する方法を学習する。</p> <p>○球技（ベースボール型） ・ソフトボール ・安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作、連携した守備位置によって攻防を展開する方法を学習する。</p>

評価の観点と評価内容の予定

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
主な評価方法とその内容 全学年共通	<ul style="list-style-type: none"> ○定期考査 ○学習カード等の記入内容 ○授業での発言等 ○新体力テスト ○授業内での各種運動技能 ○各種目の記録 ○実技テスト 	<ul style="list-style-type: none"> ○授業の取り組み ○学習カードやノートの提出状況と記入内容 ○定期考査 ○自己評価 ○練習の工夫 	<ul style="list-style-type: none"> ○授業の取り組み ○準備片づけ ○練習の工夫 ○授業での発言等 ○出欠席, 見学状況 ○体育着等の忘れ物 ○実技テスト ○定期考査 ○学習カードやノートの提出と記入内容