

令和7年度 年間学習指導計画・評価計画 (保健体育科) (第1学年男女)

月	配当 時間	題材 単元名	指導目標	学習内容	評価の観点		
					知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
4月	5	体づくり運動	◇自己の体力の現状を知り、体力の高め方を学ばせる。	○体力テストの実施を通して、正しい測定の方法を覚え、協力して測定を行う。	・体づくり運動の学び方、楽しみ方、深め方を理解することができた。	・自己の課題解決への取り組みができた。	・安全に気を付けて、意欲的に取り組むことができた。
	3	体育理論 運動やスポーツの多様性 □運動やスポーツの必要性和楽しさ □運動やスポーツへの多様な関わり方 □運動やスポーツの多様な楽しみ方	◇運動やスポーツの必要性、楽しさ、多様な関わり方、楽しみ方を理解させる。	○スポーツを観る、調べるを体験を通して学ぶ。	・運動やスポーツには多様なかわり方があることについて理解できる。 ・生涯にわたって運動を楽しむためには自己に適した多様な楽しみ方を見つたり、工夫したりすることが大切であることを理解できる。 ・運動やスポーツは健康を維持する必要性や楽しさの追及から生みだされそのとらえ方が生涯スポーツへと変容してきたことを理解する。	・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自己の意見を他者に伝えていく。	・調べ学習を通して、運動やスポーツの、多様性の理解を深めることができた。 ・自己の課題の解決に向けた学習に「取り組もう」としている。
5月	12	陸上競技 短距離走・リレー	◇自分やチームの課題に見合った目標の設定と課題解決を図るための学習計画の立案をさせる。 ◇技術の名称や行い方を理解する。	○身に付けた個人技能と集団技能を活かし記録の向上を図る。	・自己やチームの記録に挑戦したり競争したりする楽しさや喜びを味わう。 ・クラウチングスタートを身に付ける。 ・リレーでは、次走者がスタートするタイミングや、受け渡すタイミングを合わせようとする。	・練習や競争する場で最善をつくす勝負を受け入れるなどの良い取り組みを見付け理由を添えて他者に伝えている。	・陸上競技の基本的な知識と正しい記録測定の仕方を身に付けられた。勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。
6月	8	球技 キックベース	◇自己やチームの課題に見合った目標の設定と課題解決を図らせる。 ◇ベース型の種目の特性を知り、個人技能と集団技能を身に付けさせる。 ◇チームで話し合い作戦を立てる。	○身に付けた個人技能と集団技能を試合の中で活かしながら、ゲームを進める。	・キックベースの基本的な知識と正しい審判の方法やルールを理解することができた。	・個人技能及び集団技能を活かして、ゲームを進めることができた。	・勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。 ・用具等の準備、片付け、審判などを分担し役割を果たそうとしている。
	4	保健 健康な生活と病気の予防 □健康の成り立ち □運動と健康 □食事と健康 □休養・睡眠と健康	◇健康な生活と病気の予防について、理解を深めさせる。 ◇自己の課題発見、課題解決のために自分の考えをまとめさせる。	○各項目についての理解を深め、課題解決を図りながら、日常生活での実践を心掛ける。	・各項目についての基礎的知識を理解することができた。	・自ら学ぶ姿勢を持ち、課題解決を図ることができた。	・健康な生活と病気の予防について、関心を持って取り組むことができた。
7月	8	水泳	◇3泳法の習得を目指すとともに、各泳法の泳力の向上を図る。	○3泳法を身に付けて、記録会で記録の向上を図る。	・水泳の基本的な知識とそれぞれの泳法の特性を理解することができた。	・3泳法の習得及びそれぞれの泳法の記録の向上を図ることができた。	・安全に気を付けて、意欲的に取り組むことができた。

9月	8	陸上競技 ハードル走	◇自分の課題に見合った目標の設定と課題解決を図るための学習計画の立案をさせる。 ◇安全な用具の使い方と正しい記録測定の方法を学ばせる。	○自分の課題に気づき、一定のリズムでハードル走をし、記録の向上を図る。	・ハードルを越えながらインターバルを一定のリズムで走れる。 ・速くから踏み切り、勢いよくハードルを飛び越すことができる。 ・抜き足の膝を折りたたんで、前に運ぶことができる。	・自己の技能に見合った目標や課題の設定ができた	・課題解決に向けて、運動の取り組み方を工夫することができた。 ・用具等の準備や片付け、記録などを分担し役割を果たそうとし、安全に気負付け、意欲的に取り組むことができた。
9月 10月	8	器械運動 マット運動	◇自己の技能に見合った課題の設定をさせる。 ◇器械運動の特性を知り、技の習得、挑戦ができるようにさせる。	○自分の技能に適した技を完成させて、発表をする。	・器械運動の特性を理解し、発表会での技を完成することができた。	・参考資料等を活用して、工夫をしながら練習することができた。 ・自己の技能に見合った目標や課題の設定ができた。	・練習の補助をしたり、仲間に助言をしたり、仲間の学習の援助をしようとしている。 ・よい技や演技や称賛の声をかけるなど仲間の努力を認めようとする。
10月 11月	8	保健 心身の発達と心の健康 □体の発育・発達 □呼吸器・循環器の発育・発達 □生殖機能の成熟(1) □生殖機能の成熟(2) □性への関心と性情報への対処 □知的機能・情意機能の発達 □社会性の発達と自立 □自己形成	◇心身の機能の発達について、理解を深めさせる。 ◇自己の課題発見、課題解決のために自分の考えをまとめさせる。	○各項目についての理解を深め、課題解決を図りながら、日常生活での実践を心掛ける。	・各項目についての基礎的知識を理解することができた。	・自ら学ぶ姿勢を持ち、課題解決を図ることができた。	・心身の機能の発達と心の健康について、関心を持って取り組むことができた。
11月	8	ダンス	◇各グループで係分担任をして、協力して作品を作り上げるようにさせる。 ◇ダンスの特性を知り、表現の仕方を身に付けさせる。 ◇お互いの発表を鑑賞する態度を身に付けさせる。	○グループ内で振り付けや用具などの仕事を分担しながら、ダンスを完成させて、発表をする。	・ダンスの特性を理解しながら、表現の仕方を身に付けることができた。	・グループで協力して、学習を進めることができた。 ・表現などの自己の課題を発見し、解決への工夫をするともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える。	・発表会での鑑賞態度、評価の仕方を身に付けることができた。 ・発表会までの見通しを持った学習計画を作成することができた。 ・積極的に取り組む。仲間との交流など話し合いに参加し一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとする。
12月	7	球技 サッカー	◇サッカーの特性を知り、個人技能と集団技能を身に付けさせる。 ◇チームで話し合い、練習計画、作戦を立てられるようにさせる。	○身に付けた個人技能と集団技能を試合の中で活かしながら、チームで作戦を立てながら試合を展開する。	・それぞれの種目の特性を理解することができた。		・各グループ（チーム）で、教え合い、協力して学習への取り組みができた。
1月	8	柔道	◇礼法の意味を理解し、基本動作を身に付けさせる。 ◇柔道の特性を知り、お互いを尊重しながら安全に学習に取り組む態度を身に付けさせる。	○正しい基本動作や礼法を身に付けて、安全な受け身の仕方、固め技、投げ技を身に付ける。	・必要な礼法を学び、正しい基本動作を身に付けることができた。	・安全な受け身の仕方を身に付け、固め技や投げ技に挑戦することができた。	・柔道の特性を知り、相手を尊重して心の鍛錬、修養ができた。

1月 2月	4	保健 心身の発達と心の健康 □欲求とその充足 □心と体のかかわりとストレス □ストレスへの対処のしかた □リラクゼーションの方法	◇心身の機能の発達について、理解を深めさせる。 ◇自己の課題発見、課題解決のために自分の考えをまとめさせる。	○各項目についての理解を深め、課題解決を図りながら、日常生活での実践を心掛ける。	・各項目についての基礎的知識を理解することができた。	・自ら学ぶ姿勢を持ち、課題解決を図ることができた。	・心身の機能の発達と心の健康について、関心を持って取り組むことができた。
2月	6	球技 ソフトボール	◇ソフトボールの特性を知り、個人技能と集団技能を身に付けさせる。 ◇チームで話し合い、練習計画、作戦を立てられるようにさせる。	○身に付けた個人技能と集団技能を試合の中で活かしながら、チームで作戦を立てながら試合を展開する。	・それぞれの種目の特性を知り、個人技能及び集団技能を高めることができた。	・それぞれの種目の特性を理解して、段階的な学習計画を立てることができた。	・各グループ（チーム）で、教え合い、協力して学習への取り組みができた。
3月	8	球技 バレーボール	◇自己やチームの課題に見合った目標の設定と課題解決を図らせる。 ◇バレーボールの特性を知り、個人技能と集団技能を身に付けさせる。	○身に付けた個人技能と集団技能を試合の中で活かしながら、ゲームを進める。	・バレーボールの基本的な知識と正しい審判の方法やルールを理解することができた。	・個人技能及び集団技能を活かして、ゲームを進めることができた。	・何を学び、何を身に付けるのかを考えて、自己の目標を設定することができた。
合計	105						

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
評価方法	授業観察・発表会 試合（ゲーム展開） 授業プリント　ワーク 振り返りカード 実技テスト 定期考査	授業観察・発表会 試合（ゲーム展開） 授業プリント　ワーク 自己評価カード 学習計画ノート 定期考査	授業観察・発表会 試合（ゲーム展開） 授業プリント　ワーク 自己評価カード 学習計画ノート