

○教科目標【体育分野】

|               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 教科の目標         | 体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。<br>(１) 各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。<br>(２) 運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。<br>(３) 生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。 |
| 体育分野<br>学年の目標 | (１) 運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、運動を豊かに実践することができるようにするため、運動、体力の必要性について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。<br>(２) 運動についての自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。<br>(３) 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たす、一人一人の違いを認めようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動をする態度を養う。                         |

○年間指導計画・評価計画【体育分野】

| 期           | 月  | 領域・内容（予定時数）                       | 時数 | 指導<br>要領     | 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<br>学<br>期 | 4  | ○体育理論<br>運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方 | 3  | H<br><br>(２) | ・運動やスポーツが心身両面への効果があることを理解している。<br>・運動やスポーツには技術や技能の学び方があることを理解している。<br>・健康・安全に留意する必要について理解している。                                                       | ・話し合い活動やワークシート等への記載において、自己の考えを表現し、他者に伝えようとする。                                                            | ・学習に自主的かつ積極的に取り組もうとする。                                                                                         |
|             |    | ○体づくり運動<br>体ほぐし、体力を高める運動          | 7  | Aアイ          | ・運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などを理解している。<br>・目的に適した運動を身に付け、組み合わせている。                                                                                          | ・話し合い活動やワークシート等への記載において、自己の考えを表現し、他者に伝えようとする。                                                            | ・学習に自主的かつ積極的に取り組もうとする。<br>・一人一人の違いを理解し、認め合いながら取り組もうとする。                                                        |
|             | 5  | ○陸上競技<br>短距離走・リレー                 | 5  | Cア           | ・効果的な腕振りと脚の動きを理解し、調和させた滑らかな動きができる。<br>・クラウチングスタートを理解し、加速ができる。<br>・タイミングの合ったスムーズなバトンパスを理解し、身に付けている。                                                   | ・自己の課題を見つけようとする。<br>・教材や資料等を活用し、課題解決に向けて思考・判断しようとする。<br>・話し合い活動やワークシート等への記載において、自己の考えを表現し、他者に伝えようとする。    | ・学習に自主的かつ積極的に取り組もうとする。<br>・一人一人の違いを理解し、認め合いながら取り組もうとする。                                                        |
|             | 6  | ○陸上競技<br>ハードル走                    | 5  | Cイ           | ・スタートから1台目のハードルを勢いよく走り越すことができる。<br>・遠くから踏み切り、振り上げ足をまっすぐに振り上げて抜き足を折りたたむ技能を理解し、ハードルを低く走り越すことができる。<br>・インターバルを3歩又は5歩のリズムを維持して走ることができる。<br>・タイムを短縮できている。 | ・自己や仲間の課題を見つけようとする。<br>・教材や資料等を活用し、課題解決に向けて思考・判断しようとする。<br>・話し合い活動やワークシート等への記載において、自他の考えを表現し、他者に伝えようとする。 | ・学習に自主的かつ積極的に取り組もうとする。<br>・一人一人の違いを理解し、認め合いながら取り組もうとする。<br>・健康や安全に留意して取り組もうとする。                                |
| 2<br>学<br>期 | 7  | ○陸上競技<br>走り高跳び                    | 5  | Cイ           | ・走り高跳びの技能構造を理解し、リズムカルな助走から力強く踏み切り、大きな動作のはさみ跳びで跳躍できる。                                                                                                 | ・自己の課題を見つけようとする。<br>・教材や資料等を活用し、課題解決に向けて思考・判断しようとする。<br>・話し合い活動やワークシート等への記載において、自己の考えを表現し、他者に伝えようとする。    | ・学習に自主的かつ積極的に取り組もうとする。<br>・一人一人の違いを理解し、認め合いながら取り組もうとする。<br>・健康や安全に留意して取り組もうとする。                                |
|             | 8  | ○球技<br>ネット型：バレーボール                | 6  | Eイ           | ・基本的なサービスやパスの技能構造を理解し、身に付けている。<br>・ゲームにおいて、空いている場所にボールを返すことができる。<br>・一定の時間、安定してラリーを続けることができる。                                                        | ・正確なサービスやパス、やさしいアタックができる。<br>・ボール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ができる。                                      | ・学習に自主的かつ積極的に取り組もうとする。<br>・互いに協力し、自己の責任を果たして取り組もうとする。<br>・一人一人の違いを理解し、認め合いながら取り組もうとする。<br>・健康や安全に留意して取り組もうとする。 |
|             | 9  | ○水泳<br>クロール                       | 8  | Dアイ<br>ウエ    | ・各泳法を身に付け、長く泳いだり、速く泳いだりできる。                                                                                                                          | ・自己の課題を見つけようとする。                                                                                         | ・学習に自主的かつ積極的に取り組もうとする。                                                                                         |
|             | 10 | 平泳ぎ                               |    |              | ・㊶強いキックとS字プル、スムーズな呼吸を理解し、身に付けている。                                                                                                                    | ・教材や資料等を活用し、課題解決に向けて思考・判断しようとする。                                                                         | ・一人一人の違いを理解し、認め合いながら取り組もうとする。                                                                                  |
|             |    | 背泳ぎ                               |    |              | ・㊶長く伸びるキックと逆ハートのプル、呼吸を理解し、身に付けている。                                                                                                                   | ・話し合い活動やワークシート等への記載において、自己の考えを表現し、他者に伝えようとする。                                                            | ・健康や安全に留意して取り組もうとする。                                                                                           |
|             | 11 | バタフライ                             |    |              | ・㊶ビート板を使ったドルフィンキックと呼吸を理解し、身に付けている。                                                                                                                   |                                                                                                          |                                                                                                                |

|             |    |                    |                     |     |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------|----|--------------------|---------------------|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3<br>学<br>期 | 12 | ○球技<br>ゴール型：バレーボール | 9                   | E ア | <ul style="list-style-type: none"><li>・ドリブルやパス、ボールキープなどの技能構造を理解している。</li><li>・簡易なゲームにおいて身に付けたドリブルやパス、ボールキープなどの基本的なボール操作ができる。</li><li>・簡易なゲームにおいて空間に走り込む動きや、守備時に相手にマークに付くなどの動きを理解し、実践できる。</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>・自己や仲間の課題を見つけようとする。</li><li>・教材や資料等を活用し、課題解決に向けて思考・判断しようとする。</li><li>・話し合い活動やワークシート等への記載において、自他の考えを表現し、他者に伝えようとする。</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>・学習に自主的かつ積極的に取り組もうとする。</li><li>・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する。</li><li>・互いに協力し、自己の責任を果たして取り組もうとする。</li><li>・一人一人の違いを理解し、認め合いながら取り組もうとする。</li><li>・健康や安全に留意して取り組もうとする。</li></ul> |
|             |    | ○球技<br>ゴール型：ハンドボール | 8                   | E ア | <ul style="list-style-type: none"><li>・ドリブルやパス、ボールキープなどの基本技能を理解し、基本的なボール操作ができる</li><li>・簡易なゲームにおいて、身に付けたドリブルやパス、ボールキープなどの操作ができる。</li></ul>                                                         | <ul style="list-style-type: none"><li>・自己の課題を見つけようとする。</li><li>・教材や資料等を活用し、課題解決に向けて思考・判断しようとする。</li><li>・話し合い活動やワークシート等への記載において、自己の考えを表現し、他者に伝えようとする。</li></ul>    | <ul style="list-style-type: none"><li>・学習に自主的かつ積極的に取り組もうとする。</li><li>・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する。</li><li>・互いに協力し、自己の責任を果たして取り組もうとする。</li><li>・一人一人の違いを理解し、認め合いながら取り組もうとする。</li><li>・健康や安全に留意して取り組もうとする。</li></ul> |
|             | 1  | ○器械運動<br>跳び箱運動     | 8                   | B ア | <ul style="list-style-type: none"><li>・開脚跳び、かかえ込み跳びのなめらかな跳躍方法を理解し、開脚伸身跳びや屈伸跳びに段階的に発展できる。</li><li>・回転系の頭はね跳びを理解し、前方倒立回転跳びに段階的につなげられる。</li></ul>                                                     | <ul style="list-style-type: none"><li>・自己の課題を見つけようとする。</li><li>・教材や資料等を活用し、課題解決に向けて思考・判断しようとする。</li><li>・話し合い活動やワークシート等への記載において、自己の考えを表現し、他者に伝えようとする。</li></ul>    | <ul style="list-style-type: none"><li>・学習に自主的かつ積極的に取り組もうとする。</li><li>・互いに協力し、自己の責任を果たして取り組もうとする。</li><li>・一人一人の違いを理解し、認め合いながら取り組もうとする。</li><li>・健康や安全に留意して取り組もうとする。</li></ul>                                          |
|             |    | 2                  | ○陸上競技<br>長距離走       | 6   | C イ                                                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"><li>・無理のないフォーム及びピッチとストライドを理解し、一定の距離を目標タイムの達成に向けた自己のペースを維持して走ることができる。</li><li>・記録が向上している。</li></ul>                               | <ul style="list-style-type: none"><li>・自己の課題を見つけようとする。</li><li>・教材や資料等を活用し、課題解決に向けて思考・判断しようとする。</li><li>・話し合い活動やワークシートの記載において自己の考えを表現する。</li></ul>                                                                     |
|             | 3  |                    | ○ダンス<br>現代的なリズムのダンス | 8   | G ウ                                                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"><li>・基本的なステップを理解し、身に付けている。</li><li>・リズムの特徴を捉えて「変化」「まとまり」「ずらし」を組み合わせ、リズムに乗って全身で踊ることができる。</li></ul>                                | <ul style="list-style-type: none"><li>・自己の課題を見つけようとする。</li><li>・教材や資料等を活用し、課題解決に向けて思考・判断しようとする。</li><li>・話し合い活動やワークシート等への記載において、自己の考えを表現し、他者に伝えようとする。</li></ul>                                                        |
|             |    | ○球技<br>ゴール型：サッカー   | 8                   | E ア | <ul style="list-style-type: none"><li>・ドリブルやパス、ボールキープなどの基本技能を理解し、基本的なボール操作ができる</li><li>・簡易なゲームにおいて、身に付けたドリブルやパス、ボールキープなどの操作ができる。</li></ul>                                                         | <ul style="list-style-type: none"><li>・自己の課題を見つけようとする。</li><li>・教材や資料等を活用し、課題解決に向けて思考・判断しようとする。</li><li>・話し合い活動やワークシート等への記載において、自己の考えを表現し、他者に伝えようとする。</li></ul>    | <ul style="list-style-type: none"><li>・学習に自主的かつ積極的に取り組もうとする。</li><li>・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する。</li><li>・互いに協力し、自己の責任を果たして取り組もうとする。</li><li>・一人一人の違いを理解し、認め合いながら取り組もうとする。</li><li>・健康や安全に留意して取り組もうとする。</li></ul> |
|             |    | ○武道<br>柔道          | 8                   | F ア | <ul style="list-style-type: none"><li>・崩しや体さばきからの段階的な基本の投げ技を理解し、それに応じた横受け身、後ろ受け身ができる。</li><li>・自由練習やごく簡易な試合で、身に付けた技を用いて投げたり抑えたりするなどの簡易な攻防ができる。</li></ul>                                           | <ul style="list-style-type: none"><li>・自己の課題を見つけようとする。</li><li>・教材や資料等を活用し、課題解決に向けて思考・判断しようとする。</li><li>・話し合い活動やワークシート等への記載において、自己の考えを表現し、他者に伝えようとする。</li></ul>    | <ul style="list-style-type: none"><li>・学習に自主的かつ積極的に取り組もうとする。</li><li>・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する。</li><li>・一人一人の違いを理解し、認め合いながら取り組もうとする。</li><li>・健康や安全に留意して取り組もうとする。</li></ul>                                     |
| 合計          |    |                    | 9 4                 |     |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                        |

○教科目標【保健分野】

|               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 教科の目標         | <p>体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。</p> <p>（１）各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。</p> <p>（２）運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。</p> <p>（３）生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。</p> |
| 保健分野<br>学年の目標 | <p>（１）個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。</p> <p>（２）健康についての自他の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。</p> <p>（３）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。</p>                                                                                                                                                            |

○年間指導計画・評価計画【保健分野】

| 期                                                 | 月  | 領域・内容（予定<br>時数）                                                                              | 時数 | 指導<br>要領                       | 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<br>学<br>期<br><br>2<br>学<br>期<br><br>3<br>学<br>期 | 6  | ○健康な生活と疾病の予防<br><br>・生活習慣病などの予防<br><br>・喫煙、飲酒、薬物乱用と健康                                        | 4  | （１）<br>ア<br><br>（ウ）<br><br>（エ） | ・生活習慣の乱れが生活習慣病などにつながることを理解している。<br>・がんの予防について理解している。<br><br>・喫煙、飲酒、薬物乱用が心身に与える影響と、健康を損なう原因、さらに心理状態や社会環境などの要因に対する適切な対処を理解している。                                                                                           | ・自己の課題を見つけようとする。<br>・教材や資料等を活用し、課題解決に向けて思考・判断しようとする。<br>・話し合い活動やワークシート等への記載において、自己の考えを表現し、他者に伝えようとする。 | ・自他の健康や安全に関心を持ち、意欲的に取り組もうとする。 |
|                                                   | 7  |                                                                                              |    |                                |                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                       |                               |
|                                                   | 8  |                                                                                              |    |                                |                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                       |                               |
|                                                   | 9  |                                                                                              |    |                                |                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                       |                               |
|                                                   | 10 |                                                                                              |    |                                |                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                       |                               |
|                                                   | 11 |                                                                                              |    |                                |                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                       |                               |
|                                                   | 12 |                                                                                              |    |                                |                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                       |                               |
|                                                   | 1  | ○傷害の防止<br><br>・交通事故や自然災害などによる傷害の発生要因<br><br>・交通事故などによる傷害防止<br><br>・自然災害による傷害の防止<br><br>・応急手当 | 7  | （３）                            | ・人的要因や環境要因などの関わりにより傷害が発生することを理解している。<br>・安全な行動や環境の改善によって傷害を防止できることを理解している。<br>・自然災害発生による傷害と二次災害による傷害を理解している。<br>・自然災害への備えと傷害の防止について理解している。<br>・傷病者が発生したときの様々な応急手当について理解し、簡易な手当ができる。<br>・心肺蘇生法の手順を理解し、必要な状況をイメージして実践できる。 | ・自己の課題を見つけようとする。<br>・教材や資料等を活用し、課題解決に向けて思考・判断しようとする。<br>・話し合い活動やワークシート等への記載において、自己の考えを表現し、他者に伝えようとする。 | ・自他の健康や安全に関心を持ち、意欲的に取り組もうとする。 |
|                                                   | 2  |                                                                                              |    |                                |                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                       |                               |
|                                                   | 3  |                                                                                              |    |                                |                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                       |                               |
|                                                   |    |                                                                                              |    |                                |                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                       |                               |
|                                                   |    |                                                                                              |    |                                |                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                       |                               |
|                                                   |    |                                                                                              |    |                                |                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                       |                               |
| 合計                                                |    | 11                                                                                           |    |                                |                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                       |                               |