

令和5年度 年間計画・評価計画

教科	保健体育	学年	第1学年
----	------	----	------

【教科の目標】

○体育分野

- (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うことができるようにするとともに、知識や技能を身に付け、運動を豊かに実践することができるようにする。
- (2) 運動を適切に行うことによって、体力を高め、心身の調和的発達を図る。
- (3) 運動における競争や協同の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たすなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、最善を尽くして運動をする態度を育てる。

○保健分野

個人生活における健康・安全に関する理解を通して、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。

【年間指導計画】

学期	月	単元・題材	学習活動
1 学 期	4	○集団行動	・ 自己の体に関心をもち、自己の体力や生活に応じた課題をもって体の調子を整えるなどの体ほぐし運動を行い、体力を高める。
		・ ○体づくり運動	
	5	○新体力テスト	
	6	○器械運動 (マット運動)	・ 自己の能力に適した技を選択し、個々の技ができるようにするとともに、それらを組み合わせ、技がなめらかに流れるように技能を高める。
	7	○球技 (バレーボール)	・ 個人的技能を高めながら、ルールを理解してゲームを行うことができる。また、チームで話し合い、作戦を立てる。
8	○水泳		
		○保健 (健康な生活と疾病の予防)	・ 自己の能力に適した課題をもって、クロール、平泳ぎの練習を行い、正しいフォームを身に付ける。 ・ 健康の成り立ちや疾病も発生要因について学ぶ。 ・ 運動、食生活、休養や睡眠と健康との関係について学ぶ。
	9	○ダンス	・ ソーラン節を通してダンスの楽しさを感じる。また、グループで、それぞれの感じ方や動きを率直に話し合う。簡単な作品にまとめ、発表し合い、仲間とともに踊る楽しさを味わう。
	10	○陸上競技 (短距離走・リレー)	
			・ クラウチングスタートのやり方や短距離走に合ったフォームを身に付ける。 ・ 記録の向上を目指して、仲間同士で協力して練習し、技能向上の喜びや楽しさを味わう。
2 学 期	1	○ダンス	・ ソーラン節を通してダンスの楽しさを感じる。また、グループで、それぞれの感じ方や動きを率直に話し合う。簡単な作品にまとめ、発表し合い、仲間とともに踊る楽しさを味わう。
	0	○陸上競技 (短距離走・リレー)	
	1	○球技	・ 記録の向上を目指して、仲間同士で協力して練習し、技能向上の喜びや楽しさを味わう。 ・ ボールやバットに慣れ、ボールを打ち返したり、キャッチしたり

	(ソフトボール)	できるようにする。
1 1 1 2	○武道 (柔道) ・ ○保健 (心身の機能の発達と 心の健康)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 礼儀作法や相手を尊重する態度を重視するとともに、基本動作と基本的な技を身に付け、自己の技能に応じた練習を行う。 ・ 年齢に伴う身体機能の発達について学ぶ。 ・ 思春期の生殖機能の成熟を理解するとともに、こうした変化に対応するための適切な行動が必要となることを学ぶ。 ・ 知的機能や情意機能の発達について学ぶ。 ・ 思春期は自立のために必要な時期で、社会性は年齢を重ねながら様々な経験や人との関わりで、徐々に発達することを学ぶ。 ・ 思春期には、自己理解が深まり、自己形成がなされていくことを学ぶ。 ・ 欲求に適切に対応することによって心の安定が図れることを学ぶ。
1 2	○球技 (卓球, バドミントン)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 仲間と協力して練習を行い、用具の操作と球を打つ動きを身に付け、ラリーを続けるゲームを楽しむことができる。
3	○球技 (バスケットボール) ○体育理論	<ul style="list-style-type: none"> ・ 協力して練習やゲームを行い、ゲームを通して自分やチームの課題を明らかにする。 ・ パス、シュート、ドリブル、ピボットなど基本的な技能を身に付け、その技能をゲームで発揮できるよう工夫する。 ・ 技能を活用してゲームを行い、個人的技能を高め、チームで作戦を立てながら協力してゲームをする。 ・ 運動やスポーツは、健康を維持したり、体力を向上させたりするなどの必要性から生み出され発展してきたことを学ぶ。 ・ 運動やスポーツには、「行う」・「見(観)る」・「支える」・「調べる」などの多様なかわり方があり、どれも運動やスポーツを発展させる価値ある活動であることを学ぶ。

【評価の観点と方法】

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
学習の過程を通じた知識及び技能の習得状況について評価を行うとともに、それらを概念等として理解したり、技能を習得したりしているかどうか。	知識や技能を活用して、課題を解決するため等のために必要な思考力・判断力・表現力を身に付けているかどうか。	「知識・技能」や「思考・判断・表現」を身に付けたりすることに向けた粘り強い取組の中で、自らの学習を調整しようとしているかどうか。
実技テスト、ペーパーテスト、文章記述	実技テスト、文章記述、授業での観察、グループやペアでの話し合い	学習カードやレポートにおける記述、授業での観察、授業への意欲・学習態度・約束の遵守

【学習へのアドバイス】

○体育分野

- ・ 服装、時間、さまざまな約束事をしっかりと守り、安全に気をつけながら活動しましょう。
- ・ 基礎体力を向上させましょう（準備運動をしっかりと行うこと）。
- ・ グループ学習を通して、互いに見合っ指摘し合うことで、技能を向上させましょう。

○保健分野

- ・ 「こころ」と「からだ」の発達は互いに密接に関わりあっています。自分の「こころ」や「からだ」のことに敏感になり、安全で健康な生活を送るための様々な知識を学びましょう。

令和5年度 年間計画・評価計画

教科	保健体育	学年	第2学年
----	------	----	------

【教科の目標】

○体育分野

- (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うことができるようにするとともに、知識や技能を身に付け、運動を豊かに実践することができるようにする。
- (2) 運動を適切に行うことによって、体力を高め、心身の調和的発達を図る。
- (3) 運動における競争や協同の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たすなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、最善を尽くして運動をする態度を育てる。

○保健分野

個人生活における健康・安全に関する理解を通して、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。

【年間指導計画】

学期	月	単元・題材	学習活動
1 学 期	4	○集団行動	・自己の体に関心をもち、自己の体力や生活に応じた課題をもって体の調子を整えるなどの体ほぐし運動を行い、体力を高める。
		・ ○体づくり運動	
	5	○新体力テスト	
	6	○器械運動 (跳び箱運動)	・自己の能力に適した技を選択し、個々の技ができるようにするとともに、それらを組み合わせ、技がなめらかに流れるように技能を高める。
	7	○球技 (バレーボール)	・個人的技能を高めながら、ルールを理解してゲームを行うことができる。また、チームで話し合い、作戦を立てる。
8	○水泳		
		○保健 (傷害の防止)	・自己の能力に適した課題をもって、クロール、平泳ぎの練習を行い、正しいフォームを身に付ける。 ・交通事故や自然災害などによる傷害は、人的要因と環境要因などが関わって発生することを学ぶ。 ・周囲の状況と傷病者の状態を確認し、適切な手当や通報する必要があることを学ぶ。
	9	○ダンス	・創作ダンスを通してダンスの楽しさを感じる。また、グループで、それぞれの感じ方や動きを率直に話し合う。簡単な作品にまとめ、発表し合い、仲間とともに踊る楽しさを味わう。 ・クラウチングスタートのやり方や短距離走に合ったフォームを身に付ける。 ・記録の向上を目指して、仲間同士で協力して練習し、技能向上の喜びや楽しさを味わう。 ・自分の能力に応じた課題を見つけ、練習の方法を工夫して課題を解決し、個人的技能を高める。
	10	○陸上競技 (短距離走・リレー、走り高跳び)	
	11		
2 学 期	1	○ダンス	・創作ダンスを通してダンスの楽しさを感じる。また、グループで、それぞれの感じ方や動きを率直に話し合う。簡単な作品にまとめ、発表し合い、仲間とともに踊る楽しさを味わう。 ・クラウチングスタートのやり方や短距離走に合ったフォームを身に付
	0	○陸上競技	
	1		

1	(短距離走・リレー、走り高跳び) ○球技 (ソフトボール)	ける。 ・記録の向上を目指して、仲間同士で協力して練習し、技能向上の喜びや楽しさを味わう。 ・自分の能力に応じた課題を見つけ、練習の方法を工夫して課題を解決し、個人的技能を高める。 ・ボールやバットに慣れ、ボールを打ち返したり、キャッチしたりできるようにする。
1 1 1 2	○武道 (柔道) ・ ○保健 (健康な生活と病気の予防)	・ 礼儀作法や相手を尊重する態度を重視するとともに、基本動作と基本的な技を身に付け、自己の技能に応じた練習を行う。 ・ 生活習慣病とはどのような病気かを知り、その予防について学ぶ。 ・ 喫煙、飲酒、薬物は心身に影響を与え、健康を損なうことを学び、誘われたときの適切な対処方法についても学ぶ。
1 2	○球技 (卓球、バドミントン)	・ 仲間と協力して練習を行い、用具の操作と球を打つ動きを身に付け、ラリーを続けるゲームを楽しむことができる。
3	○球技 (バスケットボール) ○体育理論	・ 協力して練習やゲームを行い、ゲームを通して自分やチームの課題を明らかにする。 ・ パス、シュート、ドリブル、ピポットなど基本的な技能を身に付け、その技能をゲームで発揮できるよう工夫する。 ・ 技能を活用してゲームを行い、個人的技能を高め、チームで作戦を立てながら協力してゲームをする。 ・ 運動やスポーツは、ルールやマナーについて話し合う中で意見をまとめて合意するという過程を通して社会性を高めることができることを学ぶ。 ・ 運動やスポーツを通して、適切な人間関係を築くための社会性が高まることについて学習する。

【評価の観点と方法】

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
学習の過程を通じた知識及び技能の習得状況について評価を行うとともに、それらを概念等として理解したり、技能を習得したりしているかどうか。	知識や技能を活用して、課題を解決するため等のために必要な思考力・判断力・表現力を身に付けているかどうか。	「知識・技能」や「思考・判断・表現」を身に付けたりすることに向けた粘り強い取組の中で、自らの学習を調整しようとしているかどうか。
実技テスト、ペーパーテスト、文章記述	実技テスト、文章記述、授業での観察、グループやペアでの話し合い	学習カードやレポートにおける記述、授業での観察、授業への意欲・学習態度・約束の遵守

【学習へのアドバイス】

○体育分野

- ・ 服装、時間、さまざまな約束事をしっかりと守り、安全に気をつけながら活動しましょう。
- ・ 基礎体力を向上させましょう（準備運動をしっかりと行うこと）。
- ・ 集団行動や、グループ学習を通して、互いに見合っ指摘し合うことで、技能を向上させましょう。

○保健分野

- ・私たちは、環境問題や交通事故、自然災害などさまざまな危険と隣り合わせで生活していることを自覚し、自らの健康を守る安全で適切な行動ができる能力を身に付けましょう。
- ・私たちの健康を保持増進するためには、生活習慣や社会の取り組みが密接に関わり合っていることを理解し、生涯において健康な生活を送るための様々な知識を学びましょう。

令和5年度 年間計画・評価計画

教科	保健体育	学年	第3学年
----	------	----	------

【教科の目標】

○体育分野

- (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うことができるようにするとともに、知識や技能を身に付け、運動を豊かに実践することができるようにする。
- (2) 運動を適切に行うことによって、体力を高め、心身の調和的発達を図る。
- (3) 運動における競争や協同の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たすなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、最善を尽くして運動をする態度を育てる。

○保健分野

個人生活における健康・安全に関する理解を通して、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。

【年間指導計画】

学期	月	単元・題材	学習活動
1 学 期	4	○集団行動	・ 自己の体に関心をもち、自己の体力や生活に応じた課題をもって体の調子を整えるなどの体ほぐし運動を行い、体力を高める。
		・ ○体づくり運動	
	5	○新体力テスト	
	6	○器械運動 (マット運動)	・ 自己の能力に適した技を選択し、個々の技ができるようにするとともに、それらを組み合わせ、技がなめらかに流れるように技能を高める。
		○陸上競技 (走り高跳び)	・ 記録の向上を目指して、仲間同士で協力して練習し、技能向上の喜びや楽しさを味わう。 ・ 自分の能力に応じた課題を見つけ、練習の方法を工夫して課題を解決し、個人的技能を高める。
	7	○球技	・ 個人的技能を高めながら、ルールを理解してゲームを行うことができる。また、チームで話し合い、作戦を立てる。 ・ 仲間と協力して練習を行い、用具の操作と球を打つ動きを身に付け、ラリーを続けるゲームを楽しむことができる。 ・ 長く泳いでいられることを目指す。 ・ 自己の能力に適した課題をもって、クロール、平泳ぎの練習を行い、正しいフォームを身に付ける。 ・ 空気や飲料水は健康と密接な関わりがあることを学ぶ。 ・ 人間の生活によって生じた廃棄物は環境保全に配慮し衛生的に処理する必要があることを学ぶ。 ・ ごみ処理の問題や公害について学び、身体との関わりを学ぶ。
	・ (バレーボール)		
8	(バドミントン)		
		○水泳	
		○保健 (健康と環境)	
	9	○ダンス	・ 創作ダンスを通してダンスの楽しさを感じる。また、グループで、それぞれの感じ方や動きを率直に話し合う。簡単な作品にまとめ、発表し合い、仲間とともに踊る楽しさを味わう。 ・ クラウチングスタートのやり方や短距離走に合ったフォームを身に付ける。
	・		
10	○陸上競技 (短距離走・リレー、		

		走り高跳び)	<ul style="list-style-type: none"> ・記録の向上を目指して、仲間同士で協力して練習し、技能向上の喜びや楽しさを味わう。 ・自分の能力に応じた課題を見つけ、練習の方法を工夫して課題を解決し、個人的技能を高める。
2 学 期	1 0 ・ 1 1	○ダンス ○陸上競技 (短距離走・リレー, 走り高跳び) ○ソフトボール	<ul style="list-style-type: none"> ・創作ダンスを通してダンスの楽しさを感じる。また、グループで、それぞれの感じ方や動きを率直に話し合う。簡単な作品にまとめ、発表し合い、仲間とともに踊る楽しさを味わう。 ・クラウチングスタートのやり方や短距離走に合ったフォームを身に付ける。 ・記録の向上を目指して、仲間同士で協力して練習し、技能向上の喜びや楽しさを味わう。 ・自分の能力に応じた課題を見つけ、練習の方法を工夫して課題を解決し、個人的技能を高める。 ・チームや自分の能力に応じた課題を見つけ、練習やゲームを通して課題を解決し、集団的技能や個人的技能を高める。
	1 1 ・ 1 2	○球技 (ソフトボール) ○球技 (卓球)	<ul style="list-style-type: none"> ・チームや自分の能力に応じた課題を見つけ、練習やゲームを通して課題を解決し、集団的技能や個人的技能を高める。 ・ねらった場所にサービスを行い、ボールの返球に対して、安定した動きで用具を操作する。
	1 ・ 2 ・ 3	○保健 (健康な生活と疾病の 予防) ○球技 (サッカー、バスケット ボール) ○体育理論	<ul style="list-style-type: none"> ・感染症と主体要因・環境要因との関係を考え、適切な対処方法や感染源、感染経路について学ぶ。 ・STDやエイズなどが近年増加していることを知り、予防策や正しい知識と適切な行動が大切であることを学ぶ。 ・医薬品の正しい使い方について学ぶ。 ・健康とは、個人だけではなく、国や地方の行政、さらに世界の人々が支え合うことによって守られていることを学ぶ。 ・仲間と協力して練習やゲームを行い、ゲームを通して自己やチームの課題を明らかにする。 ・パス、シュート、ドリブル、トラップなど基本的な技能を高め、その技能をゲームで発揮する。 ・作戦に応じて、仲間と連携してゲームを展開する。 ・オリンピックや国際的なスポーツ大会は、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしていることを学ぶ。

【評価の観点と方法】

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
学習の過程を通じた知識及び技能の習得状況について評価を行うとともに、それらを概念等として理解したり、技能を習得したりしているかどうか。	知識や技能を活用して、課題を解決するため等のために必要な思考力・判断力・表現力を身に付けているかどうか。	「知識・技能」や「思考・判断・表現」を身に付けたりすることに向けた粘り強い取組の中で、自らの学習を調整しようとしているかどうか。

実技テスト，ペーパーテスト，文章記述	実技テスト，文章記述，授業での観察，グループやペアでの話し合い	学習カードやレポートにおける記述，授業での観察，授業への意欲・学習態度・約束の遵守
--------------------	---------------------------------	---

【学習へのアドバイス】

○体育分野

- ・服装，時間，さまざまな約束事をしっかりと守り，安全に気をつけながら活動しましょう。
- ・基礎体力を向上させましょう。
- ・グループ学習を通して，互いに見合って指摘し合うことで，技能を向上させましょう。

○保健分野

- ・私たちの健康を保持増進するためには，生活習慣や社会の取り組みが密接に関わり合っていることを理解し，生涯において健康な生活を送るための様々な知識を学びましょう。