

令和6年度 浦添中学校 各教科シラバス

学 年	1 年	教科名	保健体育
教科担当			
教科書名	学研中学校体育実技、学研中学保健体育		
副 教 材	沖縄県版体育実技ノート・沖縄県版保健学習ノート		

「シラバス」とは、各教科の授業内容や学習の方法、評価の方法などを記した総合的な学習計画のことです。浦添中学校の「シラバス」は、生徒の皆さんが1年間、何を学び、どのように学習を進めていくかを示すことで、見通しを持って、計画的・主体的に授業に取り組めることをねらいとして作成しています。

また、各教科の評価の観点点が3観点としてシラバスに示してあります。

I「知識・技能」…各教科等で、学習する過程で身に付けた知識や技能の習得状況について評価を行います。また、それらを既に身に付けている知識や技能と関連付けたり活用したりする中で、他の学習や生活の場面でも活用できる程度に、概念として理解したり技能を習得したりしているかについて評価を行います。

II「思考・判断・表現」…各教科等の知識や技能を活用して課題を解決するために必要な思考力、判断力、表現力を身に付けているかを評価します。

III「主体的に学習に取り組む態度」…知識や技能を獲得したり、思考力、判断力、表現力を身に付けたりすることに向けた粘り強い取り組みの中で、自ら学習を調整しようとしているかを評価します。

生徒の皆さんは、各教科の授業における「学び」が実生活とつながっているということを実感し、各教科が示す「基礎的・基本的な知識・技能の確実な習得」ができるよう努力してください。さらに「各教科で学んだ基礎的・基本的な知識・技能を活用する活動(思考・判断・表現等)」に積極的に取り組んで下さい。この地道な努力が、「主体的に学ぶ力(=学びに向かう力)」を育成することにつながります。

1 (保健体育) 科の目標と評価について

教科 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。 (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。 (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。 〔保健分野〕(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。 (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。 (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。
評価 の 観 点	(知識・技能)○運動に関わる一般原則や運動に伴う事故の防止等を科学的に理解できる。○体力の必要性について理解できる。○基本的な技能を身に付けることができる。 (思考・判断・表現)○提示されたポイントと自己の動きを比較して課題を発見したり、仲間との関わり合いや健康・安全についての課題を発見したりすることができる。○学習した知識や技能を学習場面に適用したり、応用したりすることができる。○自己の課題に応じた取り組み方を工夫することができる。○自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。 (主体的に学習に取り組む態度)○各種目に積極的に取り組める。○フェアプレイを大切にできる。○仲間と協力し、話し合いに貢献できる。○一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にできる。○互いに助け合い教え合える。○健康・安全に留意することができる。
方 法 評 価	○成績は、毎学期の定期テストや単元テストの得点、授業中の技能テスト・問答・態度、各種提出物などを総合して評価します。 ○評価の観点は、「知識・技能」、「思考・判断・表現」、「主体的に取り組む態度」です。

2 (保健体育) 科の学習について

進 授 め 業 方 の	・学習課題等を捉え、自分なりの課題をもち、その解決に向け工夫して取り組みましょう。 ・先生の指示や友達の発言をしっかりと聞き、自分に取り入れましょう。 ・どの学習活動も粘り強く取り組みましょう。 ・学習カードなどは、この時間学んだことや次の時間の課題などを整理するようにしましょう。 ・ルールやマナーを守り、怪我や事故に気をつけ、安心・安全な活動につなげましょう。 ・全体の動きに機敏性を持たせるために集団行動を徹底しよう。 ・年間を通して準備運動を実施し、さらに補強運動をすることによって体力の向上を図ろう。 ・忘れ物をなくし、見学でも体育着に着替えよう。 ・教師の指示をよく守り、安全に留意して運動を行おう。
テ ス ト	○各学期の期末テストで、運動に関する知識や保健分野と体育理論の知識を定着させよう。 ○授業で扱った事項、および試験前に指定した範囲から出題されます。 ○試験範囲は、定期テスト1週間前までに発表します。

3 年間指導計画（その①）

4～5月	単元名（題材名）	体づくり運動		指導時数	7
	観点	知識	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度	
	概ね満足な姿（B規準）	・体づくり運動の意義には、心と体をほぐし、体を動かす楽しさや心地よさを味わう意義があることを理解している。 ・体づくり運動の意義には、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高める意義があることを理解している。 ※体づくり運動については「技能」に係る評価の対象がないことから、「技能」の評価基準は設定していない。	・学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。	・体づくり運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・健康・安全に留意している。	
	評価方法	・筆記テスト （ロイロノートの試験）	・観察 ・実技カード	・観察 ・実技カード	
	評価時期及び評価場面	・5月 ・単元テスト	・4～5月 ・授業中（観察） ・授業後（実技カード）	・4～5月 ・授業中（観察） ・授業後（実技カード）	
4～7月	単元名（題材名）	体育理論（運動やスポーツの多様性）		指導時数	3
	観点	知識	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度	
	概ね満足な姿（B規準）	・運動やスポーツは、体を動かしたり健康を維持したりするなどの必要性及び競い合うことや課題を達成することなどの楽しさから生みだされ発展してきたことを理解している。 ・運動やスポーツには、行うこと、見ること、支えること及び知ることなどの多様な関わり方があること理解している。 ・世代や機会に応じて、生涯にわたって運動やスポーツを楽しむためには、自己に適した多様な楽しみ方を見付けたり、工夫したりすることが大切であることを理解している。	・運動やスポーツが多様な関わり方や楽しみ方についての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、自己の意見を言語や記述を通して他者に伝え合っている。	・運動やスポーツが多様であることについての学習に積極的に取り組もうとしている。	
	評価方法	・筆記テスト （ロイロノートの試験）	・観察 ・保健ノート・提出物（記述）	・観察 ・保健ノート	
	評価時期及び評価場面	・5月 ・単元テスト	・4～5月 ・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出物）	・4～5月 ・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出物）	
5～9月	単元名（題材名）	水泳		指導時数	11
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	・水泳の各種目において用いられる技術の名称や運動局面の名称があり、それぞれの技術や局面で、動きを高めるための技術的なポイントがあることなどについて理解している。 ・足をプールの壁につけた姿勢から、スタートの合図と同時に顔を水中に沈め、抵抗の少ない流線型の姿勢をとって壁を蹴り泳ぎだすことができる。 ・一定のリズムで強いキックを打つことができる。 ・ブルとキック、ローリングの動作に合わせて横向きで呼吸をすることができる。	・提示された動きのポイントやつまづきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えることができる。 ・提供された練習方法から、自己の課題に応じて、泳法の習得に適した練習方法を選ぶことができる。 ・学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えることができる。	・水泳の学習に積極的に取り組もうとすることができる。 ・パディシステム、ルールやマナーを守ろうとすることができる。 ・水の安全に関する事故防止の心得を遵守するなど、健康・安全に留意することができる。	
	評価方法	・技能テスト ・単元テスト （ロイロノートの試験）	・観察 ・実技カードの記述 ・課題提出（ロイロノート）	・観察 ・保健ノート	
	評価時期及び評価場面	・6月（女子）9月（男子） ・技能テスト（技能） ・単元テスト（知識）	・5～9月前半（女子）後半（男子） ・授業中（観察） ・授業後（実技カード・提出物）	・5～9月前半（男子）後半（女子） ・授業中（観察） ・授業後（実技カード・提出物）	

※概ね満足な姿はB規準であり、これより優れているものがA、これに満たないものをCと評価する。

※生徒の実態に応じて、指導時期や指導時数、評価時期の方が変更になる場合もあります。

3 年間指導計画（その②）

5～9月	単元名（題材名）	ダンス		指導時数	11
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	・ダンスは、様々な文化の影響を受け発展してきたこと、それぞれのダンスには、表現の仕方に違いがあることを理解することができる。 ・自然な弾みやスイングなどの動きで、気持ちよく音楽のビートに乗れるように、簡単な繰り返しのリズムで踊ることができる。 ・気持ちよく音楽のビートに乗れるように、簡単な繰り返しのリズムで曲に合わせて踊ることができる。 ・軽快なリズムに乗って弾みながら、相手の動きに合わせてたりずらしたり、手をつなぐなど相手と対応しながら踊ることができる。	・提示された踊りのポイントやつまづきの事例を参考に、仲間やグループの課題や出来映えを伝えることができる。 ・仲間と話し合う場で、提示された参加の仕方に当てはめ、グループへの関わり方を見付けている。 ・体力の程度や性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための表現や交流を行う方法を見付け、仲間に伝えることができる。	・ダンスの学習に積極的に取り組もうとしている。 ・一人一人の違いに応じた表現や交流の仕方などを認めようとしている。 ・仲間の手助けをしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。	
	評価方法	・技能テスト ・単元テスト（ロイロノートの試験）	・観察 ・実技カードの記述 ・課題提出（ロイロノート）	・観察 ・保健ノート	
	評価時期及び評価場面	・6月（男子）9月（女子） ・技能テスト（技能） ・単元テスト（知識）	・5～9月前半（男子）後半（女子） ・授業中（観察） ・授業後（実技カード・提出物）	・5～9月前半（男子）後半（女子） ・授業中（観察） ・授業後（実技カード・提出物）	
9～11月	単元名（題材名）	健康な生活と疾病の予防		指導時数	5
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	・健康は、主体と環境の相互作用の下に成り立っていること。また、疾病は、主体の要因と環境の要因が関わり合って発生すること。健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があることを理解し、書いたり語群から選択することができる。	・健康な生活と疾病の予防における事柄や情報などについて、保健に関わる原則や概念を基に整理したり、個人生活と関連付けたりして、自他の課題を発見している。 ・健康の成り立ちと疾病の発生要因や、生活習慣と健康について、習得した知識を自他の生活に適用したり、課題解決に役立てたりして、健康の保持増進をする方法を見いだすことなどを他者と話し合ったり、ノートなどに記述したりして伝え合っている	・健康の成り立ちと疾病の発生要因について、課題の解決についての学習に積極的に取り組もうとしている。	
	評価方法	・筆記テスト（ロイロノートの試験）	・観察 ・保健ノート・提出物（記述）	・観察 ・保健ノート	
	評価時期及び評価場面	・11月 ・単元テスト	・9～11月 ・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出物）	・9～11月 ・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出物）	
9月	単元名（題材名）	陸上競技（短距離走・リレー）		指導時数	5
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	・陸上競技の短距離・リレー種目において用いられる技術の名称が、それぞれの技術で動きのポイントがあることを理解することができる。 ・リレーでは、次走者がスタートするタイミングやバトンを受け渡すタイミングを合わせることができる。	・選択した運動について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えることができる。	・陸上競技の学習に積極的に取り組もうとすることができる。 ・健康・安全に留意することができる。	
	評価方法	・技能テスト ・単元テスト（ロイロノートの試験）	・観察 ・実技カードの記述 ・課題提出（ロイロノート）	・観察 ・保健ノート	
	評価時期及び評価場面	・9月 ・技能テスト（技能） ・単元テスト（知識）	・9月 ・授業中（観察） ・授業後（実技カード・提出物）	・9月 ・授業中（観察） ・授業後（実技カード・提出物）	

※概ね満足な姿はB規準であり、これより優れているものがA、これに満たないものをCと評価する。

※生徒の実態に応じて、指導時期や指導時数、評価時期の方が変更になる場合もあります。

3 年間指導計画（その③）

10～12月	単元名（題材名）	球技（バレーボール）※2～3クラス2展開		指導時数	11
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	- 球技の各型の各種目において用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることを理解することができる。 - ボールの中心を打ちサービスすることができる。 - 相手の打球に備えた準備姿勢をとることができる。 - 味方が操作しやすい位置にボールを繋ぐことができる。	- 動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。 - 練習やゲームの場面で分担した役割に応じた活動の仕方を見つけている。 - 健康・安全についての気を付けるポイントについて伝え合っている。	- 球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 - 健康・安全に留意している。 - 練習の補助をしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。	
	評価方法	・技能テスト・単元テスト（ロイロノートの試験）	・観察・実技カードの記述 ・課題提出（ロイロノート）	・観察 ・保健ノート	
	評価時期及び評価場面	・10～12月 ・技能テスト（技能） ・単元テスト（知識）	・10～12月 ・授業中（観察） ・授業後（実技カード・提出物）	・10～12月 ・授業中（観察） ・授業後（実技カード・提出物）	
10～12月	単元名（題材名）	球技（ソフトボール）※2～3クラス2展開		指導時数	11
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	- 球技の各型の各種目において用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることを理解することができる。 - 投球の方向と平行に立ち、肩越しにバットを構えることができる。 - スピードを落とさずに、タイミングを合わせて塁を駆け抜けることができる。 - ボールの正面に回り込んで緩い打球を捕ることができる。	- 提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 - 練習やゲームの場面で、最善を尽くす、フェアなプレイなどのよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている。 - 健康・安全についての気を付けるポイントについて伝え合っている。	- 球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 - 健康・安全に留意している。 - マナーを守ったり相手の健闘を認めたりして、フェアなプレイを守ろうとしている。	
	評価方法	・技能テスト・単元テスト（ロイロノートの試験）	・観察・実技カードの記述 ・課題提出（ロイロノート）	・観察 ・実技カード	
	評価時期及び評価場面	・10～12月 ・技能テスト（技能） ・単元テスト（知識）	・10～12月 ・授業中（観察） ・授業後（実技カード・提出物）	・10～12月 ・授業中（観察） ・授業後（実技カード・提出物）	
11～3月	単元名（題材名）	心身の機能の発達と心の健康		指導時数	11
	観点	知識	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度	
	概ね満足な姿（B規準）	心身の機能の発達と心の健康について理解を深めるとともに、ストレスへの対処をすること。身体には、多くの器官が発育し、それに伴い、様々な機能が発達する時期があること。また、発育・発達の時期やその程度には、個人差があること。思春期には、内分泌の働きによって生殖に関わる機能が成熟すること。また、成熟に伴う変化に対応した適切な行動が必要となること。知的機能、情意機能、社会性などの精神機能は、生活経験などの影響を受けて発達すること。また、思春期においては、自己の認識が深まり、自己形成がなされること。精神と身体は、相互に影響を与え、関わっていること。欲求やストレスは、心身に影響を与えることがあること。また、心の健康を保つには、欲求やストレスに適切に対処する必要があることを理解し、書いたり語群から選択することができる。	- 心身の機能の発達と心の健康における事柄や情報などについて、保健に関わる原則や概念を基に整理したり、個人生活と関連付けたりして、自他の課題を発見している。 - 心身の機能の発達について、習得した知識を自他の生活に適用したり、課題解決に役立てたりして、発達の状況に応じた健康を保持増進する方法を見いだすこと。	心身の機能の発達と心の発達について、課題の解決についての学習に積極的に取り組もうとしている。	
	評価方法	・筆記テスト（ロイロノートの試験）	・観察 ・保健ノート・提出物（記述）	・観察 ・保健ノート	
	評価時期及び評価場面	・2月 ・単元テスト	・11～2月 ・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出物）	・11～2月 ・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出物）	

※概ね満足な姿はB規準であり、これより優れているものがA、これに満たないものをCと評価する。

※生徒の実態に応じて、指導時期や指導時数、評価時期の方が変更になる場合もあります。

3 年間指導計画（その④）

1月	単元名（題材名）	陸上競技（長距離走）		指導時数	5
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	・長距離走において用いられる技術の名称があり、それぞれの技術で動きのポイントがあることを理解することができる。 ・ペースを一定にして走ることができる。	・練習や競争する場面で、最善を尽くす、勝敗を受け入れるなどのよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている	・陸上競技の学習に積極的に取り組もうとしている ・用具等の準備や後片付け、記録などの分担した役割を果たそうとしている。	
	評価方法	・技能テスト ・単元テスト （ロイロノートの試験）	・観察 ・実技カードの記述 ・課題提出（ロイロノート）	・観察 ・実技カード	
	評価時期及び評価場面	・1月 ・単元テスト	・1月 ・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出物）	・1月 ・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出物）	
1～2月	単元名（題材名）	器械運動（マット運動）		指導時数	11
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	・技の名称は、運動の基本形態を示す名称と、運動の経過における課題を示す名称によって名づけられていることを理解することができる。 ・体をマットに順々に接触させて回転するための動き方や回転力を高めるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして回ることができる。 ・全身を支えたり突き放したりするための着手の仕方、回転力を高めるための動き方、起き上がりやすくなるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして回転することができる。 ・バランスよく姿勢を保つための力の入れ方、バランスの崩れを復元させるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして静止することができる。	・提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。 ・学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や発表を行う方法を見付け、仲間に伝えている。	・器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・練習の補助をしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。 ・よい技や演技に称賛の声をかけるなど、仲間の努力を認めようとしている。	
	評価方法	・技能テスト ・単元テスト （ロイロノートの試験）	・観察 ・実技カードの記述 ・課題提出（ロイロノート）	・観察 ・実技カード	
	評価時期及び評価場面	・1～2月 ・単元テスト ・技能テスト	・1～2月 ・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出物）	・1～2月 ・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出物）	
2～3月	単元名（題材名）	球技Ⅱ（サッカー・バスケット）※2～3クラス2展開		指導時数	11
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	※球技Ⅱについては評価時期が評価交換に間に合わないことから、「技能」の評価基準は設定していない。	※球技Ⅱについては評価時期が評価交換に間に合わないことから、「思考・判断・表現」の評価基準は設定していない。	・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・健康・安全に留意している。	
	評価方法			・観察	
	評価時期及び評価場面			・2月 ・授業中（観察）	

※概ね満足な姿はB規準であり、これより優れているものがA、これに満たないものをCと評価する。

※生徒の実態に応じて、指導時期や指導時数、評価時期の方が変更になる場合もあります。

令和6年度 浦添中学校 各教科シラバス

学 年	2年	教科名	保健体育
教科担当			
教科書名	学研中学校体育実技、学研中学保健体育		
副 教 材			

「シラバス」とは、各教科の授業内容や学習の方法、評価の方法などを記した総合的な学習計画のことです。浦添中学校の「シラバス」は、生徒の皆さんが1年間、何を学び、どのように学習を進めていくかを示すことで、見通しを持って、計画的・主体的に授業に取り組めることをねらいとして作成しています。 また、各教科の評価の観点点が3観点としてシラバスに示してあります。 I「知識・技能」…各教科等で、学習する過程で身に付けた知識や技能の習得状況について評価を行います。また、それらを既に身に付けている知識や技能と関連付けたり活用したりする中で、他の学習や生活の場面でも活用できる程度に、概念として理解したり技能を習得したりしているかについて評価を行います。 II「思考・判断・表現」…各教科等の知識や技能を活用して課題を解決するために必要な思考力、判断力、表現力を身に付けているかを評価します。 III「主体的に学習に取り組む態度」…知識や技能を獲得したり、思考力、判断力、表現力を身に付けたりすることに向けた粘り強い取り組みの中で、自ら学習を調整しようとしているかを評価します。 生徒の皆さんは、各教科の授業における「学び」が実生活とつながっているということを実感し、各教科が示す「基礎的・基本的な知識・技能の確実な習得」ができるよう努力してください。さらに「各教科で学んだ基礎的・基本的な知識・技能を活用する活動(思考・判断・表現等)」に積極的に取り組んで下さい。この地道な努力が、「主体的に学ぶ力(=学びに向かう力)」を育成することにつながります。	
--	--

1 (保健体育) 科の目標と評価について

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。 (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。 (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。 〔保健分野〕(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。 (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。 (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。
評価の観点	(知識・技能)○運動に関わる一般原則や運動に伴う事故の防止等を科学的に理解できる。○体力の必要性について理解できる。○基本的な技能を身に付けることができる。 (思考・判断・表現)○提示されたポイントと自己の動きを比較して課題を発見したり、仲間との関わり合いや健康・安全についての課題を発見したりすることができる。○学習した知識や技能を学習場面に適用したり、応用したりすることができる。○自己の課題に応じた取り組み方を工夫することができる。○自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。 (主体的に学習に取り組む態度)○各種目に積極的に取り組める。○フェアプレイを大切にできる。○仲間と協力し、話し合いに貢献できる。○一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にできる。○互いに助け合い教え合える。○健康・安全に留意することができる。
方 評 法 価	○成績は、毎学期の定期テストや単元テストの得点、授業中の技能テスト・問答・態度、各種提出物などを総合して評価します。 ○評価の観点は、「知識・技能」、「思考・判断・表現」、「主体的に取り組む態度」です。

2 (保健体育) 科の学習について

進 授 め 業 方 の	・学習課題等を捉え、自分なりの課題をもち、その解決に向け工夫して取り組みましょう。 ・先生の指示や友達の発言をしっかりと聞き、自分に取り入れましょう。 ・どの学習活動も粘り強く取り組みましょう。 ・学習カードなどは、この時間学んだことや次の時間の課題などを整理するようにしましょう。 ・ルールやマナーを守り、怪我や事故に気をつけ、安心・安全な活動につなげましょう。 ・全体の動きに機敏性を持たせるために集団行動を徹底しよう。 ・年間を通して準備運動を実施し、さらに補強運動をすることによって体力の向上を図ろう。 ・忘れ物をなくし、見学でも体育着に着替えよう。 ・教師の指示をよく守り、安全に留意して運動を行おう。
テ 定 ス 期 ト	○各学期の期末テストで、運動に関する知識や保健分野と体育理論の知識を定着させよう。 ○授業で扱った事項、および試験前に指定した範囲から出題されます。 ○試験範囲は、定期テスト1週間前までに発表します。

3 年間指導計画（その①）

4～5月	単元名（題材名）	体づくり運動		指導時数	7
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	・体づくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などについて理解している。 ※「体づくり運動」の体ほぐしの運動は、技能の習得・向上をねらいとするものでないこと、体の動きを高める運動は、ねらいに応じて運動を行うことが主な目的となることから、「技能」の評価規準は設定していない。	・自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	・体づくり運動に積極的に取り組むとともに、仲間の学習を援助しようとする、一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとする、話し合いに参加しようとするなどをして、健康・安全に気を配ったりしている。	
	評価方法	・筆記テスト （ロイロノートの試験）	・観察 ・実技カード	・観察 ・実技カード	
	評価時期及び評価場面	・5月 ・単元テスト	・4～5月 ・授業中（観察） ・授業後（実技カード）	・4～5月 ・授業中（観察） ・授業後（実技カード）	
4～7月	単元名（題材名）	体育理論（スポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方）		指導時数	3
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	・運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方について理解している。 ※体育理論については「技能」に係る評価の対象がないことから、「技能」の評価規準は設定していない。	・運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方について、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、他者に伝えている。	・運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方についての学習に積極的に取り組もうとしている。	
	評価方法	・筆記テスト （ロイロノートの試験）	・観察 ・保健ノート・提出物（記述）	・観察 ・保健ノート	
	評価時期及び評価場面	・5月 ・単元テスト	・4～5月 ・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出物）	・4～5月 ・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出物）	
5～9月	単元名（題材名）	水泳		指導時数	11
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	・水泳の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 ・平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり長く泳ぐことができる。	・泳法などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。	・水泳に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどをして、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全に気を配ったりしている。	
	評価方法	・技能テスト ・単元テスト （ロイロノートの試験）	・観察 ・実技カードの記述 ・課題提出（ロイロノート）	・観察 ・保健ノート	
	評価時期及び評価場面	・6月（女子）9月（男子） ・技能テスト（技能） ・単元テスト（知識）	・5～9月前半（女子）後半（男子） ・授業中（観察） ・授業後（実技カード・提出物）	・5～9月前半（男子）後半（女子） ・授業中（観察） ・授業後（実技カード・提出物）	

※概ね満足な姿はB規準であり、これより優れているものがA、これに満たないものをCと評価する。

※生徒の実態に応じて、指導時期や指導時数、評価時期の方が変更になる場合もあります。

3 年間指導計画（その②）

5～9月	単元名（題材名）	空手		指導時数	11
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	・伝統的な考え方、特性や成り立ち、技の名称や技術的なポイントなどについて理解している。 ・基本となる技ができる。 ・形を正しく演武することができる。	・合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫している。 ・自己で考えたことを他者に伝えている。	・学習に積極的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。 ・健康・安全に気を配っている。	
	評価方法	・技能テスト ・単元テスト（ロイロノートの試験）	・観察 ・実技カードの記述 ・課題提出（ロイロノート）	・観察 ・保健ノート	
	評価時期及び評価場面	・6月（男子）9月（女子） ・技能テスト（技能） ・単元テスト（知識）	・5～9月前半（男子）後半（女子） ・授業中（観察） ・授業後（実技カード・提出物）	・5～9月前半（男子）後半（女子） ・授業中（観察） ・授業後（実技カード・提出物）	
9～11月	単元名（題材名）	健康な生活と病気の予防		指導時数	7
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	・生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病の多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できること。喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。また、これらの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があることを理解している。	・健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。	・健康な生活と疾病の予防についての学習に自主的に取り組もうとしている。	
	評価方法	・筆記テスト（ロイロノートの試験）	・観察 ・保健ノート・提出物（記述）	・観察 ・保健ノート	
	評価時期及び評価場面	・11月 ・単元テスト	・9～11月 ・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出物）	・9～11月 ・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出物）	
9月	単元名（題材名）	陸上競技（短距離走・リレー）		指導時数	5
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	・短距離走・リレーでは、滑らかな動きで速く走ることやバトンの受渡しでタイミングを合わせることができる。	・動きなどの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。	・陸上競技に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとすること、分担した役割果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどをして、健康・安全に気を配っている。	
	評価方法	・技能テスト ・単元テスト（ロイロノートの試験）	・観察 ・実技カードの記述 ・課題提出（ロイロノート）	・観察 ・保健ノート	
	評価時期及び評価場面	・9月 ・技能テスト（技能） ・単元テスト（知識）	・9月 ・授業中（観察） ・授業後（実技カード・提出物）	・9月 ・授業中（観察） ・授業後（実技カード・提出物）	

※概ね満足な姿はB規準であり、これより優れているものがA、これに満たないものをCと評価する。

※生徒の実態に応じて、指導時期や指導時数、評価時期の方が変更になる場合もあります。

3 年間指導計画（その③）

10～12月	単元名（題材名）	球技（バレーボール）※2～3クラス2展開		指導時数	11
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	・球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 ・ボールや用具の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をすることができる。	・攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	・球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとする、仲間の学習を援助しようとするなどをして、健康・安全に気を配っている。	
	評価方法	・技能テスト ・単元テスト（ロイロノートの試験）	・観察 ・実技カードの記述 ・課題提出（ロイロノート）	・観察 ・保健ノート	
	評価時期及び評価場面	・10～12月 ・技能テスト（技能） ・単元テスト（知識）	・10～12月 ・授業中（観察） ・授業後（実技カード・提出物）	・10～12月 ・授業中（観察） ・授業後（実技カード・提出物）	
10～12月	単元名（題材名）	球技（ソフトボール）※2～3クラス2展開		指導時数	11
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	・球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 ・基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位置での守備などによって攻防をすることができる。	・攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	・球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとする、仲間の学習を援助しようとするなどをして、健康・安全に気を配っている。	
	評価方法	・技能テスト ・単元テスト（ロイロノートの試験）	・観察 ・実技カードの記述 ・課題提出（ロイロノート）	・観察 ・実技カード	
	評価時期及び評価場面	・10～12月 ・技能テスト（技能） ・単元テスト（知識）	・10～12月 ・授業中（観察） ・授業後（実技カード・提出物）	・10～12月 ・授業中（観察） ・授業後（実技カード・提出物）	
11～3月	単元名（題材名）	傷害の防止		指導時数	6
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	・交通事故や自然災害などによる傷害は、人的要因や環境要因などが関わって発生すること。交通事故などによる傷害の多くは、安全な行動、環境の改善によって防止できること。自然災害による傷害は、災害発生時だけでなく、二次災害によっても生じること。また、自然災害による傷害の多くは、災害に備えておくこと、安全に避難することによって防止できることを理解している。 ・応急手当を適切に行うことによって、	・傷害の防止について、危険の予測やその回避の方法を考えているとともに、それらを表現している。	・傷害の防止についての学習に自主的に取り組もうとしている。	
	評価方法	・筆記テスト（ロイロノートの試験）	・観察 ・保健ノート・提出物（記述）	・観察 ・保健ノート	
	評価時期及び評価場面	・2月 ・単元テスト	・11～2月 ・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出物）	・11～2月 ・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出物）	

※概ね満足な姿はB規準であり、これより優れているものがA、これに満たないものをCと評価する。

※生徒の実態に応じて、指導時期や指導時数、評価時期の方が変更になる場合もあります。

3 年間指導計画（その④）

1月	単元名(題材名)	陸上競技(長距離走)		指導時数	5
	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	
	概ね満足な姿(B規準)	・陸上競技の特性や成り立ち,技術の名称や行い方,その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 ・長距離走では,ペースを守って走ることができる。	・動きなどの自己の課題を発見し,合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに,自己の考えたことを他者に伝えている。	・陸上競技に積極的に取り組むとともに,勝敗などを認め,ルールやマナーを守ろうとすること,分担した役割を果たそうとすること,一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどをしたり,健康・安全に気を配ったりしている。	
	評価方法	・技能テスト ・単元テスト (ロイロノートの試験)	・観察 ・実技カードの記述 ・課題提出(ロイロノート)	・観察 ・実技カード	
	評価時期及び評価場面	・1月 ・単元テスト	・1月 ・授業中(観察) ・授業後(保健ノート・提出物)	・1月 ・授業中(観察) ・授業後(保健ノート・提出物)	
1～2月	単元名(題材名)	器械運動(跳び箱運動)		指導時数	11
	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	
	概ね満足な姿(B規準)	・器械運動の特性や成り立ち,技の名称や行い方,その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 ・跳び箱運動では,切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに行うこと,条件を変えた技や発展技を行うことができる。	・技などの自己の課題を発見し,合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに,自己の考えたことを他者に伝えている。	・器械運動に積極的に取り組むとともに,よい演技を認めようとする,仲間の学習を援助しようとする,一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどをしたり,健康・安全に気を配ったりしている。	
	評価方法	・技能テスト ・単元テスト (ロイロノートの試験)	・観察 ・実技カードの記述 ・課題提出(ロイロノート)	・観察 ・実技カード	
	評価時期及び評価場面	・1～2月 ・単元テスト ・技能テスト	・1～2月 ・授業中(観察) ・授業後(保健ノート・提出物)	・1～2月 ・授業中(観察) ・授業後(保健ノート・提出物)	
2～3月	単元名(題材名)	球技Ⅱ(サッカー・バスケット)※2～3クラス2展開		指導時数	14
	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	
	概ね満足な姿(B規準)	※球技Ⅱについては評価時期が評価交換に間に合わないことから,「技能」の評価基準は設定していない。	※球技Ⅱについては評価時期が評価交換に間に合わないことから,「思考・判断・表現」の評価基準は設定していない。	・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・健康・安全に留意している。	
	評価方法			・観察	
	評価時期及び評価場面			・2月 ・授業中(観察)	

※概ね満足な姿はB規準であり、これより優れているものがA、これに満たないものをCと評価する。

※生徒の実態に応じて、指導時期や指導時数、評価時期の方が変更になる場合もあります。

令和6年度 浦添中学校 各教科シラバス

学 年	3年	教科名	保健体育
教科担当			
教科書名	学研中学校体育実技、学研中学保健体育		
副 教 材			

「シラバス」とは、各教科の授業内容や学習の方法、評価の方法などを記した総合的な学習計画のことです。浦添中学校の「シラバス」は、生徒の皆さんが1年間、何を学び、どのように学習を進めていくかを示すことで、見通しを持って、計画的・主体的に授業に取り組めることをねらいとして作成しています。 また、各教科の評価の観点点が3観点としてシラバスに示してあります。 I「知識・技能」…各教科等で、学習する過程で身に付けた知識や技能の習得状況について評価を行います。また、それらを既に身に付けている知識や技能と関連付けたり活用したりする中で、他の学習や生活の場面でも活用できる程度に、概念として理解したり技能を習得したりしているかについて評価を行います。 II「思考・判断・表現」…各教科等の知識や技能を活用して課題を解決するために必要な思考力、判断力、表現力を身に付けているかを評価します。 III「主体的に学習に取り組む態度」…知識や技能を獲得したり、思考力、判断力、表現力を身に付けたりすることに向けた粘り強い取り組みの中で、自ら学習を調整しようとしているかを評価します。 生徒の皆さんは、各教科の授業における「学び」が実生活とつながっていることを実感し、各教科が示す「基礎的・基本的な知識・技能の確実な習得」ができるよう努力してください。さらに「各教科で学んだ基礎的・基本的な知識・技能を活用する活動(思考・判断・表現等)」に積極的に取り組んで下さい。この地道な努力が、「主体的に学ぶ力(=学びに向かう力)」を育成することにつながります。			
---	--	--	--

1 (保健体育) 科の目標と評価について

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い、生涯にわたって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。 (2) 運動についての自己や仲間の課題を発見し、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。 (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、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって運動に親しむ態度を養う。 〔保健分野〕(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。 (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。 (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。
評価の観点	(知識・技能)○運動に関わる一般原則や運動に伴う事故の防止等を科学的に理解できる。○体力の必要性について理解できる。○基本的な技能を身に付けることができる。 (思考・判断・表現)○提示されたポイントと自己の動きを比較して課題を発見したり、仲間との関わり合いや健康・安全についての課題を発見したりすることができる。○学習した知識や技能を学習場面に適用したり、応用したりすることができる。○自己の課題に応じた取り組み方を工夫することができる。○自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。 (主体的に学習に取り組む態度)○各種目に積極的に取り組める。○フェアプレイを大切にできる。○仲間と協力し、話し合いに貢献できる。○一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にできる。○互いに助け合い教え合える。○健康・安全に留意することができる。
評価方法	○成績は、毎学期の定期テストや単元テストの得点、授業中の技能テスト・問答・態度、各種提出物などを総合して評価します。 ○評価の観点は、「知識・技能」、「思考・判断・表現」、「主体的に取り組む態度」です。

2 (保健体育) 科の学習について

進授業方の	・学習課題等を捉え、自分なりの課題をもち、その解決に向け工夫して取り組みましょう。 ・先生の指示や友達の発言をしっかりと聞き、自分に取り入れましょう。 ・どの学習活動も粘り強く取り組みましょう。 ・学習カードなどは、この時間学んだことや次の時間の課題などを整理するようにしましょう。 ・ルールやマナーを守り、怪我や事故に気をつけ、安心・安全な活動につなげましょう。 ・全体の動きに機敏性を持たせるために集団行動を徹底しよう。 ・年間を通して準備運動を実施し、さらに補強運動をすることによって体力の向上を図ろう。 ・忘れ物をなくし、見学でも体育着に着替えよう。 ・教師の指示をよく守り、安全に留意して運動を行おう。
定期テスト	○各学期の期末テストで、運動に関する知識や保健分野と体育理論の知識を定着させよう。 ○授業で扱った事項、および試験前に指定した範囲から出題されます。 ○試験範囲は、定期テスト1週間前までに発表します。

3 年間指導計画（その①）

○月	単元名（題材名）	集団活動・体づくり運動・新体力テスト		指導時数	7時間
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	○知識 ・運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などについて理解している。 ※「体づくり運動」の体ほぐしの運動は、技能の習得・向上をねらいとするものでないこと、実生活に生かす運動の計画は、運動の計画を立てることが主な目的となることから、「技能」の評価基準は設定しない。	・自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	・体づくり運動に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとし、話し合いに貢献しようとするなどをしたり、健康・安全を確保したりしている。	
	評価方法	・単元テスト（ロイロノートの試験） ・技能テスト	・観察 ・実技カードの記述 ・課題提出（ロイロノート）	・観察 ・実技カード	
	評価時期及び評価場面	・4月 ・単元テスト ・技能テスト	・授業中（観察） ・授業後（実技ノート・提出物）	・授業中（観察） ・授業後（実技ノート・提出物）	
○月	単元名（題材名）	水泳		指導時数	11時間
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	○知識 ・技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。 ○技能 ・クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができる。 ・平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができる。 ・複数の泳法で泳ぐこと、またはリレーをすることができる。	・泳法などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。	・水泳に自主的に取り組むとともに、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し、自己の責任を果たそうとし、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどをしたり、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保したりしている。	
	評価方法	・単元テスト（ロイロノートの試験） ・技能テスト	・観察 ・実技カードの記述 ・課題提出（ロイロノート）	・観察 ・実技カード	
	評価時期及び評価場面	・5～7月 ・単元テスト ・技能テスト	・授業中（観察） ・授業後（実技ノート・提出物）	・授業中（観察） ・授業後（実技ノート・提出物）	
○月	単元名（題材名）	武道（空手）		指導時数	11時間
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	○知識 ・伝統的な考え方、技の名称や看取り稽古の仕方体力の高め方などについて理解している。 ○技能 ・空手では、相手の動きの変化に応じた基本動作ができる。 ・基本となる技、得意技、連続技のいずれかができる。 ・試合で攻防を展開することができる。	・攻防などの自己や仲間の課題を発見している。 ・合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫している。 ・自己の考えたことを他者に伝えている。	・学習に自主的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。 ・健康・安全を確保している。	
	評価方法	・単元テスト（ロイロノートの試験） ・技能テスト	・観察 ・実技カードの記述 ・課題提出（ロイロノート）	・観察 ・実技カード	
	評価時期及び評価場面	・5～7月 ・単元テスト ・技能テスト	・授業中（観察） ・授業後（実技ノート・提出物）	・授業中（観察） ・授業後（実技ノート・提出物）	

※概ね満足な姿はB規準であり、これより優れているものがA、これに満たないものをCと評価する。

※生徒の実態に応じて、指導時期や指導時数、評価時期の方が変更になる場合もあります。

3 年間指導計画（その②）

○月	単元名（題材名）	陸上競技（短距離走）		指導時数	5時間
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	○知識 ・技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。 ○技能 ・中間走へのつながりを滑らかにして速く走ることやバトンの受け渡しで兎相車のスピードを十分高めることができる。	・動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。	・陸上競技に自主的に取り組むとともに、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、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする、などをしたり、健康・安全を確保したりしている。	
	評価方法	・単元テスト（ロイロノートの試験） ・技能テスト	・観察 ・実技カードの記述 ・課題提出（ロイロノート）	・観察 ・実技カード	
	評価時期及び評価場面	・9月 ・単元テスト ・技能テスト	・授業中（観察） ・授業後（実技ノート・提出物）	・授業中（観察） ・授業後（実技ノート・提出物）	
○月	単元名（題材名）	球技（バレーボール・ソフトボール）		指導時数	11時間
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	○知識 ・技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。 ○技能 ・ネット型では、役割に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防をすることができる。 ・ベースボール型では、安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と連携した守備などによって攻防をすることができる。	・攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	・球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い教え合おうとする、などをしたり、健康・安全を確保したりしている。	
	評価方法	・単元テスト（ロイロノートの試験） ・技能テスト	・観察 ・実技カードの記述 ・課題提出（ロイロノート）	・観察 ・実技カード	
	評価時期及び評価場面	・10～12月 ・単元テスト ・技能テスト	・授業中（観察） ・授業後（実技ノート・提出物）	・授業中（観察） ・授業後（実技ノート・提出物）	
○月	単元名（題材名）	陸上競技（長距離走）		指導時数	5時間
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	○知識 ・技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。 ○技能 ・長距離走では、自己に適したペースを維持して走ることができる。	・動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。	・陸上競技に自主的に取り組むとともに、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、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする、などをしたり、健康・安全を確保したりしている。	
	評価方法	・単元テスト（ロイロノートの試験） ・技能テスト	・観察 ・実技カードの記述 ・課題提出（ロイロノート）	・観察 ・実技カード	
	評価時期及び評価場面	・1月 ・単元テスト ・技能テスト	・授業中（観察） ・授業後（実技ノート・提出物）	・授業中（観察） ・授業後（実技ノート・提出物）	

※概ね満足な姿はB規準であり、これより優れているものがA、これに満たないものをCと評価する。

※生徒の実態に応じて、指導時期や指導時数、評価時期の方が変更になる場合もあります。

3 年間指導計画（その③）

○月	単元名（題材名）	球技（サッカー）		指導時数	11時間
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	○知識 ・技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。 ○技能 ・ゴール型では、安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きによってゴール前への進入などから攻防をすることができる。	・攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	・球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い教え合おうとすることなどをしたり、健康・安全を確保したりしている。	
	評価方法	・単元テスト（ロイロノートの試験） ・技能テスト	・観察 ・実技カードの記述 ・課題提出（ロイロノート）	・観察 ・実技カード	
	評価時期及び評価場面	・1月～2月 ・単元テスト ・技能テスト	・授業中（観察） ・授業後（実技ノート・提出物）	・授業中（観察） ・授業後（実技ノート・提出物）	
○月	単元名（題材名）	球技（バスケットボール）		指導時数	11時間
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	○知識 ・技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。 ○技能 ・ゴール型では、安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きによってゴール前への進入などから攻防をすることができる。	・攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	・球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い教え合おうとすることなどをしたり、健康・安全を確保したりしている。	
	評価方法	・単元テスト（ロイロノートの試験） ・技能テスト	・観察 ・実技カードの記述 ・課題提出（ロイロノート）	・観察 ・実技カード	
	評価時期及び評価場面	・1月～2月 ・単元テスト ・技能テスト	・授業中（観察） ・授業後（実技ノート・提出物）	・授業中（観察） ・授業後（実技ノート・提出物）	
○月	単元名（題材名）	球技（種目選択）		指導時数	14時間
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	○知識 ・技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。 ○技能 ・ゴール型では、安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きによってゴール前への進入などから攻防をすることができる。 ・ネット型では、役割に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防をすることができる。 ・ベースボール型では、安定したばつと操作と走塁での攻撃、ボール操作と連携した守備などによって攻防をすることができる。	・攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	・球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い教え合おうとすることなどをしたり、健康・安全を確保したりしている。	
	評価方法			・観察	
	評価時期及び評価場面	・2月～3月		・授業中（観察）	

※概ね満足な姿はB規準であり、これより優れているものがA、これに満たないものをCと評価する。

※生徒の実態に応じて、指導時期や指導時数、評価時期の方が変更になる場合もあります。

3 年間指導計画（その④）

○月	単元名（題材名）	体育分野（体育理論）		指導時数	3時間
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	・選択した運動の技の名称や 行い方、体力の高め方、運動 観察の方法、スポーツを行う 際の健康・安全の確保の仕方 についての具体的な方法及 び文化としてのスポーツの意 義についての考え方を理解し ているとともに、選択した領域 の運動の特性に応じた基本 的な技能を身につけている。	・生涯にわたって運動を豊か に実践するための自己や仲 間の課題を発見し、合理的な 解決に向けて、課題に応じた 運動の取り組み方や目的に 応じた運動の取り組み方を工 夫しているとともに、自己や仲 間の考えたことを他者に伝え ている。	・運動の楽しさや喜びを味わ うことができるよう、公正、協 力、責任、参画、共生などに対 する意欲を持ち、健康・安全を 確保して、学習に自主的に取 り組もうとしている。	
	評価方法	・筆記テスト （ロイロノートの試験）	・観察 ・保健ノート・提出物（記 述）	・観察 ・保健ノート	
	評価時期及び評価場面	・4月 ・単元テスト	・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出 物）	・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出 物）	
○月	単元名（題材名）	健康な生活と疾病の予防		指導時数	7時間
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	・感染症は、病原体が主な 要因となって発生すること。 また、感染症の多くは、発 生源をなくすこと、感染経 路を遮断すること、主体の 抵抗力を高めることによっ て予防できることを理解し ている。 ・健康の保持増進や疾病	・健康な生活と疾病の予防 について、課題を発見し、そ の解決に向けて思考し判 断しているとともに、それら を表現している。	・健康な生活と疾病の予防 についての学習に自主的 に取り組もうとしている。	
	評価方法	・筆記テスト （ロイロノートの試験）	・観察 ・保健ノート・提出物（記 述）	・観察 ・保健ノート	
	評価時期及び評価場面	・5～7月 ・単元テスト	・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出 物）	・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出 物）	
○月	単元名（題材名）	健康と環境		指導時数	9時間
	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	
	概ね満足な姿（B規準）	・身体には、環境に対してある 程度まで適応能力があるこ と。身体の適応能力を超えた 環境は、健康に影響を及ぼす ことがあること。また、快適で 能率の良い生活をおくるため の温度、湿度や明るさには一 定の範囲があることを理解し ている。 ・飲料水や空気は、健康と密	・健康と環境に関する情報か ら課題を発見し、その解決に 向けて思考し判断している とともに、それらを表現している。	・健康と環境についての学習 に自主的に取り組もうとして いる。	
	評価方法	・筆記テスト （ロイロノートの試験）	・観察 ・保健ノート・提出物（記 述）	・観察 ・保健ノート	
	評価時期及び評価場面	・9～12月 ・単元テスト	・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出 物）	・授業中（観察） ・授業後（保健ノート・提出 物）	

※概ね満足な姿はB規準であり、これより優れているものがA、これに満たないものをCと評価する。

※生徒の実態に応じて、指導時期や指導時数、評価時期の方が変更になる場合もあります。