

令和8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	平尾尚美・當間康樹・宮城篤		
教科書名	学研中学校体育実技、学研中学保健体育		
副教材	沖縄時事出版体育実技ノート、沖縄時事出版保健学習ノート		

「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	<p>[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。</p> <p>(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育てる。</p> <p>(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、自己の最善を尽くして運動をする態度を育てる。</p> <p>[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。</p>
評価の観点	<p>(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。</p> <p>(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。</p> <p>(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。</p>
方 法 評 価	<p>○成績は、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。</p> <p>○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。</p>

2 保健体育科の学習について

進 授 業 方 法	<ul style="list-style-type: none"> ・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 単 元 ス ト	<p>○単元テストで、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。</p> <p>○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。</p> <p>○試験範囲は、単元テスト1週間前までに発表します。</p>

3 年間指導計画（その①）

4月	<p>①単元名(教材名) A体づくり運動</p> <p>②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○思考・判断・表現</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・発達の段階や学習の段階に適した課題を設定したり, 運動を選んだり組み合わせたりする学習などに積極的に取り組むことができる。 ・運動を行う際, 仲間の体を支えたり押したりして補助したり, 高めようとする動きなどの学習課題の解決に向けて仲間に助言しようとすることができる。 ・用具や場所などの自己や仲間の安全に留意して運動を行うこと, 自己の体の動きに応じた正しい方や強度を選んで運動することができる。
	<p>①単元名(教材名) H 体育理論</p> <p>②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○主体的に学習に取り組む態度</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <p>運動やスポーツが多様であることについて理解することができる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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する。 ・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を理解する。 ・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する。
5～7月	<p>①単元名(教材名) C 器械運動 (ア マット運動)</p> <p>②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○思考・判断・表現</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・器械運動には多くの「技」があり, これらの技に挑戦し, その技ができる楽しさや喜びを味わうことを理解することができる。 ・器械運動は, 種目に応じて多くの「技」があり, 技の出来映えを競うことを楽しむ運動として多くの人々に親しまれてきた成り立ちがあることを理解することができる。 <p>①単元名(教材名) D 水泳 (ア クロール)</p> <p>②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○知識・技能</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・用具の準備や後片付けをしたり, タイムを計測したりするなどの分担した役割に積極的に取り組もうとすることができる。 ・水温や気温が低いときは水に入る時間に配慮しながら活動するなど体調の変化に気を配ることができる。 ・体の調子確かめてから泳ぐ, プールなど水泳場での注意事項を守って泳ぐ, 水深が浅い場所での飛び込みは行わないなどの健康・安全の心得を守ることができる。 ・発達の段階や学習の段階に適した課題を設定したり, 練習の進め方や場づくりの方法を選んだりする学習などに積極的に取り組むことができる。
8～10月	<p>①単元名(教材名) ダンス</p> <p>②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○主体的に学習に取り組む態度</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・選択した踊りの特徴に合わせて, よい動きや表現と自己や仲間の動きや表現を比較して, 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。 ・健康や安全を確保するために, 体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返ることができる。

	<p>①単元名(教材名) C 陸上競技 (ア 短距離・リレー)</p> <p>②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○主体的に学習に取り組む態度</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・クラウチングスタートから徐々に上体を起こしていき加速することができる。
5~10月	<p>①単元名(教材名) 健康な生活と病気の予防</p> <p>②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○知識・技能</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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、健康の保持増進する方法を見いだすことができる。
9~12月	<p>①単元名(教材名) E 球技 (バレーボール・ソフトボール)</p> <p>②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○知識・技能</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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、自己やチームの課題に応じ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。
11~2月	<p>①単元名(教材名) 心身の機能の発達と心の健康</p> <p>②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○知識・技能</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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、自他の課題を発見することができる。 ・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ができる。
1~3月	<p>①単元名(教材名) C 陸上競技 (ア 長距離走)</p> <p>②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○知識・技能</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体調の変化などに気を配ること、体力に見合った運動量で練習すること、体調に異常を感じたら運動を中止することができる。 ・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することができる。

令和8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	當間康樹・平尾尚美・伊佐常克		
教科書名	学研中学校体育実技、学研中学保健体育		
副教材	沖縄時事出版体育実技ノート、沖縄時事出版保健学習ノート		

「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

教科の目標	<p>[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。</p> <p>(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育てる。</p> <p>(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、自己の最善を尽くして運動をする態度を育てる。</p> <p>[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。</p>
評価の観点	<p>(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。</p> <p>(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。</p> <p>(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。</p>
方 法 評 価	<p>○成績は、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。</p> <p>○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。</p>

2 保健体育科の学習について

進 授 め 業 方 の	<ul style="list-style-type: none"> ・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 単 元 ス ト	<p>○単元テストで、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。</p> <p>○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。</p> <p>○試験範囲は、単元テスト1週間前までに発表します。</p>

3 年間指導計画（その①）

4月	<p>①単元名(教材名) A体づくり運動</p> <p>②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○思考・判断・表現</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・発達の段階や学習の段階に適した課題を設定したり、運動を選んだり組み合わせたりする学習などに積極的に取り組むことができる。 ・運動を行う際、仲間の体を支えたり押したりして補助したり、高めようとする動きなどの学習課題の解決に向けて仲間に助言しようとすることができる。 ・用具や場所などの自己や仲間の安全に留意して運動を行うこと、自己の体の動きに応じた正しい方や強度を選んで運動することができる。
	<p>①単元名(教材名) H 体育理論</p> <p>②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○主体的に学習に取り組む態度</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> 運動やスポーツが多様であることについて理解することができる。 ・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する。 ・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を理解する。 ・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する。
5～7月	<p>①単元名(教材名) C 器械運動 (ア マット運動)</p> <p>②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○思考・判断・表現</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・器械運動には多くの「技」があり、これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことを理解することができる。 ・器械運動は、種目に応じて多くの「技」があり、技の出来映えを競うことを楽しむ運動として多くの人々に親しまれてきた成り立ちがあることを理解することができる。 ・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、起き上がりやすくするための動き方で、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。
	<p>①単元名(教材名) D 水泳 (ア クロール)</p> <p>②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○知識・技能</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・用具の準備や後片付けをしたり、タイムを計測したりするなどの分担した役割に積極的に取り組もうとすることができる。 ・水温や気温が低いときは水に入る時間に配慮しながら活動するなど体調の変化に気を配ることができる。 ・体の調子確かめてから泳ぐ、プールなど水泳場での注意事項を守って泳ぐ、水深が浅い場所での飛び込みは行わないなどの健康・安全の心得を守ることができる。 ・発達の段階や学習の段階に適した課題を設定したり、練習の進め方や場づくりの方法を選んだりする学習などに積極的に取り組むことができる。
	<p>①単元名(教材名) 武道(空手道)</p> <p>②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○主体的に学習に取り組む態度</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p>

8～10月

- ・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、自己の課題に応じた練習方法を選ぶことができる。
- ・練習の場面で、仲間の伝統的な所作等のよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えることができる。

	<p>①単元名(教材名) C 陸上競技 (ア 短距離・リレー)</p> <p>②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○主体的に学習に取り組む態度</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・クラウチングスタートから徐々に上体を起こしていき加速することができる。
5~10月	<p>①単元名(教材名) 健康な生活と病気の予防</p> <p>②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○知識・技能</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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、健康の保持増進する方法を見いだすことができる。
9~12月	<p>①単元名(教材名) E 球技 (バレーボール・ソフトボール)</p> <p>②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○知識・技能</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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、自己やチームの課題に応じ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。
11~2月	<p>①単元名(教材名) 心身の機能の発達と心の健康</p> <p>②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○知識・技能</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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、自他の課題を発見することができる。 ・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ができる。
1~3月	<p>①単元名(教材名) C 陸上競技 (ア 長距離走)</p> <p>②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○知識・技能</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体調の変化などに気を配ること、体力に見合った運動量で練習すること、体調に異常を感じたら運動を中止することができる。 ・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することができる。

令和8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	宮城篤・伊佐常克・當間康樹		
教科書名	学研中学校体育実技、学研中学保健体育		
副教材	沖縄時事出版体育実技ノート、沖縄時事出版保健学習ノート		

「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

教科の目標	<p>[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。</p> <p>(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育てる。</p> <p>(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、自己の最善を尽くして運動をする態度を育てる。</p> <p>[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。</p>
評価の観点	<p>(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。</p> <p>(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。</p> <p>(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。</p>
方 法 評 価	<p>○成績は、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。</p> <p>○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。</p>

2 保健体育科の学習について

進 授 め 業 方 の	<ul style="list-style-type: none"> ・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 単 元 ス ト	<p>○単元テストで、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。</p> <p>○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。</p> <p>○試験範囲は、単元テスト1週間前までに発表します。</p>

3 年間指導計画（その①）

4月	<p>①単元名(教材名) A体づくり運動</p> <p>②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○思考・判断・表現</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・発達の段階や学習の段階に適した課題を設定したり、運動を選んだり組み合わせたりする学習などに積極的に取り組むことができる。 ・運動を行う際、仲間の体を支えたり押したりして補助したり、高めようとする動きなどの学習課題の解決に向けて仲間に助言しようとすることができる。 ・用具や場所などの自己や仲間の安全に留意して運動を行うこと、自己の体の動きに応じた正しい方や強度を選んで運動することができる。
5～7月	<p>①単元名(教材名) H 体育理論</p> <p>②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○主体的に学習に取り組む態度</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <p>運動やスポーツが多様であることについて理解することができる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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する。 ・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を理解する。 ・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する。
	<p>①単元名(教材名) C 器械運動 (ア マット運動)</p> <p>②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○思考・判断・表現</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・器械運動には多くの「技」があり、これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことを理解することができる。 ・器械運動は、種目に応じて多くの「技」があり、技の出来映えを競うことを楽しむ運動として多くの人々に親しまれてきた成り立ちがあることを理解することができる。 ・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、起き上がりやすくするための動き方で、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。
	<p>①単元名(教材名) D 水泳 (ア クロール)</p> <p>②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○知識・技能</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・用具の準備や後片付けをしたり、タイムを計測したりするなどの分担した役割に積極的に取り組もうとすることができる。 ・水温や気温が低いときは水に入る時間に配慮しながら活動するなど体調の変化に気を配ることができる。 ・体の調子確かめてから泳ぐ、プールなど水泳場での注意事項を守って泳ぐ、水深が浅い場所での飛び込みは行わないなどの健康・安全の心得を守ることができる。 ・発達の段階や学習の段階に適した課題を設定したり、練習の進め方や場づくりの方法を選んだりする学習などに積極的に取り組むことができる。
	<p>①単元名(教材名) 武道(空手道)</p> <p>②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○思考・判断・表現</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・武道を学習することは、自国の文化に誇りをもつことや、国際社会で生きていく上で有意義であることを理解することができる。 ・武道には、各種目で用いられる技の名称や武道特有の運動観察の方法である見取り稽古の仕方があることを理解することができる。 ・特性に応じた礼法や基本動作を身に付けている

8~10月

- 相手を倒した相手を基本動作まで倒す。
- 相手の変化に応じた基本動作ができる。
- 相手の動きに応じた基本動作から基本となる技ができる。

	<p>①単元名(教材名) C 陸上競技 (ア 短距離・リレー)</p> <p>②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○主体的に学習に取り組む態度</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・クラウチングスタートから徐々に上体を起こしていき加速することができる。
5~10月	<p>①単元名(教材名) 健康な生活と病気の予防</p> <p>②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○知識・技能</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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ができる。
9~12月	<p>①単元名(教材名) E 球技 (バレーボール・ソフトボール)</p> <p>②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○知識・技能</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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。
11~2月	<p>①単元名(教材名) 心身の機能の発達と心の健康</p> <p>②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○知識・技能</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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、自他の課題を発見することができる。 ・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ができる。
1~3月	<p>①単元名(教材名) C 陸上競技 (ア 長距離走)</p> <p>②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○知識・技能</p> <p>③概ね満足な姿(B規準)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体調の変化などに気を配ること、体力に見合った運動量で練習すること、体調に異常を感じたら運動を中止することができる。 ・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することができる。