

2 学 期	42	<p>(知及技) 武道の楽しさを感じ、その行い方や伝統的な考え方が分かり、基本動作や基本となる技を用いて、簡易な攻防を展開することができる。 (思判表力) 武道についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えることができる。 (学・人) 武道に進んで取り組み、きまりや伝統的な行動の仕方を守り、友達と協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動をすることができる。 (知及技) 陸上運動の楽しさや喜びに触れその行い方が分かり、基本的な動きや技能を身に付けることができる。 (思判表力) 陸上運動についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えることができる。 (学・人) 陸上運動に進んで取り組み、きまりを守り友達と協力したり、場や用具の安全に留意し最後まで楽しく運動をすることができる。 (知及技) 器械・器具を使った運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり、基本的な動きや技を身に付けることができる。 (思判表力) 器械・器具を使った運動についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えることができる。 (学・人) 器械・器具を使った運動に進んで取り組み、きまりを守り友達と協力したり、場や器械・器具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動ができる。</p>	<p>(知・技) 空手の基本動作や基本となる技を身につけようとしている。 (思・判・表) 空手の正しいフォーム、力加減、気合い等課題に応じた練習に取り組もうとしている。 (主学) 安全に留意し、友達と協力して連続技を楽しんで行おうとしている。</p> <p>(知・技) 短、長距離走の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解し、基本的な技能を身に付けようとしている。 (思・判・表) 陸上運動での自分の苦手とする動きに応じた練習に取り組もうとしている。 (主学) リレーのバトンパス等友達を意識し、一緒に運動を行おうとしている。友達と協力して用具の準備や片付けを行おうとしている。</p> <p>(知・技) マット運動や平均台等を使った運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり、基本的な動きや技を身に付けようとしている。 (思・判・表) 自分ができる技を選んで練習に取り組もうとしている。 (主学) 安全に留意し、友達と協力して器具を扱ったり、正しい使い方や準備や片付けを行おうとしている。</p>	<p>単元4 「武道」</p> <p>単元5 「陸上競技」 ※3学期も取り扱う。</p> <p>単元6 「器械運動」</p>	<p>・オリエンテーション(知及技に関する活動) ・礼法(立礼、座礼)、呼吸法、空手の基本動作(構え、立ち方、進退動作、かけ声)、基本となる技(突き、受け、蹴り)、普及型Iを身につける(知及技に関する活動) ・自分の課題(正しいフォーム、力加減、気合い等)に応じた練習に取り組む。(思判表力に関する活動) ・グループ活動(教え合う、技の習得)に取り組む。 ・安全に留意し、友達と協力して連続技(普及型I)を楽しんで行う。(学・人に関する活動)</p> <p>・オリエンテーション(知及技に関する活動) ・短距離走(走る距離を決めて調子よく走る、全力疾走、いろいろな走りだしの姿勢から素早く走る等) ・リレー(走る順番を守る、走りながらバトンパス) ・小型ハードル走(自分に合ったリズムで走り超す) ・長距離走(一定の時間や距離をきめて走り続ける。) (知及技に関する活動) ・自分が苦手とする動きに応じた練習に取り組む。 (思判表力に関する活動) ・リレーのバトンパスなど友達を意識し、一緒に運動を行う。 ・友達と協力して用具の準備や片付けを行う。(学・人に関する活動)</p> <p>・オリエンテーション(知及技に関する活動) ・マット運動(連続前転、後転、開脚前転)、平均台の上を歩く(前向き、後ろ向き、方向転換、片足立ちでのポーズ)(知及技に関する活動) ・自分ができる技を選んで練習に取り組む。(思判表力に関する活動) ・安全に留意し、友達と協力して器具を扱ったり、正しい使い方や準備や片付けを行う。(学・人に関する活動)</p>
3 学 期	30	<p>(知及技) 陸上運動の楽しさや喜びに触れその行い方が分かり、基本的な動きや技能を身に付けることができる。 (思判表力) 陸上運動についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えることができる。 (学・人) 陸上運動に進んで取り組み、きまりを守り友達と協力したり、場や用具の安全に留意し最後まで楽しく運動をすることができる。</p> <p>(知及技) 球技の楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり基本的な動きや技能を身に付け、簡易化されたゲームを行うことができる。 (思判表力) 球技についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えることができる。 (学・人) 球技に進んで取り組み、きまりや簡単なルールを守り、友達と協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動ができる。</p>	<p>(知・技) 長距離走の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解し、基本的な技能を身に付けようとしている。 (思・判・表) 陸上運動での自分の苦手とする動きに応じた練習に取り組もうとしている。 (主学) ルールやマナーを守り、友達と一緒に運動を行おうとしている。友達と協力して用具の準備や片付けを行おうとしている。</p> <p>(知・技) 球技の楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり基本的な動きや技能を身に付け、簡易化されたゲームを行おうとしている。 (思・判・表) 球技についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えようとしている。 (主学) 球技に進んで取り組み、きまりや簡単なルールを守り、友達と協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動しようとしている。</p>	<p>単元7 「陸上競技」</p> <p>単元8 「球技」 ゴール型(サッカー) (ポッチャ) ネット型(風船バレー、卓球) ベースボール型(キックベースボール)</p>	<p>・長距離走(一定の時間や距離をきめて走り続ける。個々のタイム等の目標を目指しながら走り続ける)(知及技に関する活動) ・自分が苦手とする課題に応じた練習に取り組む。(思判表力に関する活動) ・ルールやマナーを守り、友達と一緒に運動を行う。 ・友達と協力して用具の準備や片付けを行う。(学・人に関する活動)</p> <p>・各種目において用いられる用具や技術の名称、攻防のポイントを知り、簡易化されたゲームを行う。ボール操作(パス、ドリブル、シュート)や用具操作(バット、バトミントン)の基本的な練習、ボールを持たないときの動き(守備や仲間と連携した動き)の練習に取り組む。(知及技に関する活動) ・練習やゲームを通して、自分の得意な技が分かり、自己や仲間の課題や出来映えを見付け、他者に伝える。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ゲームを行う方法を考え、自己やチームの課題に応じた練習に取り組む。(思判表力に関する活動) ・健康、安全に留意し、ルールやマナーを守ったり相手の健闘を認めたりしながら、積極的に練習やゲームに取り組む。チームで作戦についての話し合いに参加でき、ゲームでは勝敗を認め、楽しくゲームに参加する(学・人に関する活動)</p>
		<p>(知及技) 体の発育・発達やけがの防止、病気の予防などの仕方について理解し、基本的な技能を身に付けることができる。 (思判表力) 自分やグループの健康・安全についての課題を見付け、その解決のために友達と考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えることができる。</p>	<p>(知・技) 体の発育・発達やけがの防止、病気の予防などの仕方について理解し、基本的な技能を身に付けようとしている。 (思・判・表) 自分やグループの健康・安全についての課題を見付け、その解決のために友達と考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えようとしている。</p>	<p>「心身の機能の発達と心の健康」 「健康な生活と疾病の予防」</p>	<p>・身体機能の発達 ・生殖に関わる機能の成熟 ・精神機能の発達と自己形成 ・欲求やストレスへの対処と心の健康 ・健康の成り立ちと疾病の発生要因 ・生活習慣と健康</p>
留意点 引継ぎ等					

令和5年度 中学部 1年 (II課程 B類型) 保健体育科 年間指導計画

単位数 /配当時数	児童生徒	担当者	教科書/副教材
105	中1年14名		

目標：(知及技)知識及び技能 (思判表力)思考力、判断力、表現力等 (学・人)学びに向かう力・人間性等
 評価：(知・技)知識・技能 (思・判・表)思考・判断・表現 (主学)主体的に学習に取り組む態度

年間目標		(知及技) 教師の支援を受けながら、楽しく基本的な運動ができるようにするとともに、健康な生活に必要な事柄ができるようにする。(小学部2段階) (思判表力) 基本的な運動に慣れ、その楽しさや感じたことを表現できるようにするとともに、感じたことを他社に伝える力を養う(小学部2段階) (学・人) 簡単なきまりを守り、友達とともに安全に楽しく運動をしようしたり健康に必要な事柄をしようしたりする態度を養う(小学部2段階)			
学期	時数	単元・題材の目標	単元・題材の評価規準	単元・題材名	単元・題材の活動内容
1 学期	33	<p>(知及技) 体ほぐしの運動や体の動きを高める運動を通して、体を動かすことの楽しさや心地よさに触れるとともに、友達と関わったり動きを持続する能力を高めたりすることができる。(思判表力) 体ほぐしの運動や体の動きを高める運動についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えることができる。(学・人) 体ほぐしの運動や体の動きを高める運動に進んで取り組み、きまりを守り、友達と協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動をすることができる。</p> <p>(知乃技) ダンスの楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり、基本的な動きや技能を身につけ、表現したり踊ったりすることができる。(思判表力) ダンスについての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えることができる。(学・人) ダンスに進んで取り組み、友達の動きを認め協力したり、最後まで楽しく運動をすることができる。</p> <p>(知及技) 初歩的な泳ぎの楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり、基本的な動きや技能を身に付けることができる。(思判表力) 初歩的な泳ぎについての課題を見付け、解決のための活動を考えたり工夫したことを他者に伝えることができる。(学・人) 初歩的な泳ぎに進んで取り組み、きまりなどを守り、友達と協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動をすることができる。</p>	<p>(知・技) 体ほぐしの運動や体の動きを高める運動を通して、体を動かすことの楽しさや心地よさに触れるとともに、友達と関わったり動きを持続する能力を高めようとしている。(思・判・表) 体ほぐしの運動や体の動きを高める運動についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えようとしている。(主学) 体ほぐしの運動や体の動きを高める運動に進んで取り組み、きまりを守り、友達と協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動をしようとしている。</p> <p>(知・技) ダンスの楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり、基本的な動きや技能を身につけ、表現したり踊ったりしようとしている。(思・判・表) ダンスについての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えようとしている。(主学) ダンスに進んで取り組み、友達の動きを認め協力したり、最後まで楽しく運動しようとしている。</p> <p>(知・技) 初歩的な泳ぎの楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり、基本的な動きや技能を身に付けようとしている。(思・判・表) 初歩的な泳ぎについての課題を見付け、解決のための活動を考えたり工夫したことを他者に伝えようとしている。(主学) 初歩的な泳ぎに進んで取り組み、きまりなどを守り、友達と協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動をしようとしている。</p>	<p>○体づくり運動 ・ストレッチ体操 ・50m、100m走 ・ハンドボール投げ他</p> <p>○ダンス ・エイサー(久高万寿主、仲順流れ)</p> <p>○水泳 ・水慣れ ・水中エアロビクスダンス ・水中ウォーキング ・水中宝探し ・補助具を使って伸びまはたは背浮き他</p>	<p>・見本を見て実技を行う、または教師と一緒に実技を行う(知及技に関する活動) ・記録表を用いて、記録の伸びを確認する(思判表力に関する活動) ・集合、整列の仕方を説明し、自分の場所に並ぶ(学・人に関する活動)</p> <p>(知・技) の評価 ・見本を見て運動ができる。 ・教師と一緒に運動ができる。</p> <p>(思・判・表) の評価 ・記録が伸びたことを見て、次の目標を立てる</p> <p>(主学) の評価 ・自分の場所に集合、整列ができる。 ・教師の見本や動画を見て踊る(知及技に関する活動) ・曲を聴いて自分のリズムでパーランクーを叩いたり踊ったりする(思判表力に関する活動) ・踊りながら周りを確認してぶつからないようにする(学・人に関する活動)</p> <p>(知・技) の評価 ・見本や動画を見て同じような踊りに近づけて踊る(思・判・表) の評価 ・曲のリズムがわかる。自分のリズムで踊ることができる。</p> <p>(主学) の評価 ・ぶつからないように周りとの距離を保つ</p> <p>・入水前のウォーミングアップ(バタ足、顔付け等)水中エアロビクスダンスやウォーキングを教師と一緒に 行う(知及技に関する活動) ・ビート板や腰巻き補助具、アームヘルパーなどを使いバタ足で進む。または背浮きをしようとする(思判表力)に関する活動 ・生徒のできる段階(入水のみ、顔付け、潜水等)を確認し、無理の無い実技で楽しく活動できるようにする(学・人に関する活動)</p> <p>(知及技) の評価 ・ウォーミングアップにしっかりと参加しているかを確認する。 (思・判・表) の評価 ・ビート板等の補助具を使いバタ足や、自分のスタイルで進むことができているか。 (主学) の評価 ・補助具を使って浮力を得ることに取り組む。 ・自分ができる技能から一つ上の技能に取り組もうとする姿勢が見られる。</p>

2 学期	42	<p>(知乃技)武道の楽しさを感じ、その行い方や伝統的な考え方が分かり、基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開することができる。 (思判表力)武道についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えることができる。 (学・人)武道に進んで取り組み、きまりや伝統的な行動の仕方を守り、友達と協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動をすることができる。</p> <p>(知乃技)ダンスの楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり基本的な動きや技能を身につけ表現したり踊ったりすることができる。 (思判表力)ダンスについての自分の課題を見付けその解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えることができる。 (学・人)ダンスに進んで取り組み、友達の動きを認め協力したり、最後まで楽しく運動することができる。</p> <p>(知乃技)陸上運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり、基本的な動きや技能を身に付けること。 (思判表力)陸上運動についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えることができる。 (学・人)陸上運動に進んで取り組み、きまりを守り、友達と協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動をすることができる。</p> <p>(知乃技)器械・器具を使った運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり、基本的な動きや技を身につけることができる。 (思判表力)器械・器具を使った運動についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えることができる。 (学・人)器械・器具を使った運動に進んで取り組み、きまりを守り、友達と協力したり、場や器械・器具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動をすることができる。</p>	<p>(知・技)武道の楽しさを感じ、その行い方や伝統的な考え方が分かり、基本動作や基本となる技を用いて、簡易な攻防を展開しようとしている。 (思・判・表)武道についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えようとしている。 (主学)武道に進んで取り組み、きまりや伝統的な行動の仕方を守り、友達と協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動しようとしている。</p> <p>(知・技)ダンスの楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり基本的な動きや技能を身につけ表現したり踊ったりしようとしている。 (思・判・表)ダンスについての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えようとしている。 (主学)ダンスに進んで取り組み、友達の動きを認め協力したり、最後まで楽しく運動しようとしている。</p> <p>(知・技)陸上運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり、基本的な動きや技能を身に付ようとしている。 (思・判・表)陸上運動についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えようとしている。 (主学)陸上運動に進んで取り組み、きまりを守り、友達と協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動しようとしている。</p> <p>(知・技)器械・器具を使った運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり、基本的な動きや技を身につけることができる。 (思・判・表)器械・器具を使った運動についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えようとしている。 (主学)器械・器具を使った運動に進んで取り組み、きまりを守り、友達と協力したり、場や器械・器具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動している。</p>	<p>○武道 ・空手</p> <p>○ダンス ・エイサー ・特待連ダンス</p> <p>○陸上競技 ・短距離走(50m、100m) ・スタートダッシュ ・決められたコースを走る ・腕振り、腿上げ ・ゴールの仕方</p> <p>○リレー ・バトンパス ・決められたコースを走る</p> <p>○サーキットトレーニング ・体育館内に、平均台、ラダー、マット、ミニハードル等の器具を設置し周回する</p>	<p>・普及型の見本や動画を見ながら、突きや受け蹴りの練習をする (知及技)に関する活動 ・間違えてもいいから、見本と同じように演技を行う (思判表力)に関する活動 ・演技ははじめと終わりの礼をしっかりと行う (学・人)に関する活動 (知・技)の評価 上段、中段、下段の位置に突き、受けができています。 (思・判・表)の評価 一連の流れで演技をしようとしている。 (主学)の評価 ・姿勢を正して礼ができています ・教師の見本や動画を見て踊る。 (知及技)に関する活動 ・曲を聴いたときに感じたことを、オリジナルダンスで表現する。 (思判表力)に関する活動 ・友達とぶつからないように踊る (学・人)に関する活動</p> <p>(知・技)の評価 ・見本や動画を見て覚えて踊ろうとしている (思・判・表)に関する活動 ・その曲の踊りで踊ったり、オリジナルダンスをひろうしている (主学)の評価 ・ぶつからないように間隔を空けて踊っている</p> <p>・教師と一緒に「位置について(一礼する)」「よい(スタートの格好)」「シグナルの合図(スタートダッシュ)」を行う (知及技)に関する活動 ・次の人にバトンを渡す、前の人からバトンを受け取る練習を繰り返す (思判表力)に関する活動 ・セパレートコースを走り友達と競争する。 (学・人)に関する活動</p> <p>(知・技)の評価 ・スタートの手順を合図を聞いてできる。または言葉かけでできる。 (思・判・表)の評価 ・バトンをしっかりと受け渡し、相手との競争を楽しんでいる。 (主学)の評価 ・他のコースを走っている人を妨害しないように、自分のコースを走っている。</p> <p>・教師と一緒に周回路に置かれている器具を走り抜けていく (知及技)に関する活動 ・器具の使い方を理解し、なるべく一人で周回する (思・判・表)に関する活動 ・器具を安全に使い、周回の遅い人がいても順番を守り周回する (学・人)に関する活動</p> <p>(知・技)の評価 ・教師と一緒に何周できたか (思・判・表)の評価 ・一人で何周できたか (学・人)の評価 ・順番を守り周回できた</p>
3 学期	30	<p>(知乃技)陸上運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり、基本的な動きや技能を身に付けること。 (思判表力)陸上運動についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えることができる。 (学・人)陸上運動に進んで取り組み、きまりを守り、友達と協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動をすることができる。</p> <p>(知乃技)球技の楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり、基本的な動きや技能を身に付け、簡易化されたゲームを行うことができる。 (思・判・表)ボールを使った基本的な運動やゲームの楽しみ方を工夫するとともに、考えたことや気付いたことなどを他者に伝えることができる。 (学・人)きまりを守り、自分から友達と仲よく楽しくボールを使った基本的な運動やゲームをしたり、場や用具の安全に気を付けたりしようすることができる。</p>	<p>(知乃技)陸上運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり、基本的な動きや技能を身に付けること。 (思判表力)陸上運動についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えることができる。 (学・人)陸上運動に進んで取り組み、きまりを守り、友達と協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動をすることができる。</p> <p>(知乃技)球技の楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり、基本的な動きや技能を身に付け、簡易化されたゲームを行うことができる。 (思・判・表)ボールを使った基本的な運動やゲームの楽しみ方を工夫するとともに、考えたことや気付いたことなどを他者に伝えることができる。 (学・人)きまりを守り、自分から友達と仲よく楽しくボールを使った基本的な運動やゲームをしたり、場や用具の安全に気を付けたりしようすることができる。</p>	<p>【陸上運動】 長距離走 ・腕振り(フォーム) ・長距離走 ・記録会 ・時間走、ペース走 ・呼吸法 ・インターバルトレーニング ・ストレッチ体操</p> <p>【球技】 ゴール型(サッカー)(ポッチャ) ネット型(風船バレー、卓球) ベースボール型(キックベースボール)</p>	<p>・陸上競技における記録の向上の楽しさや喜びを味わう。また種目における名称や行い方を理解し、基本的な動きを身につけ実践する(知乃技に関する活動) ・自己の課題に合った練習方法を選び、活動する。また活動を通して、楽しさや勝敗の喜びを味わい、感じた気持ちを他者に伝える(思判表力に関する活動) ・きまりを守って、自分から取り組み、楽しく安全にその運動に挑戦する(学びに向かう力・人間性等に関する活動)</p> <p>・球技の各種目において用いられる技術や用具の名称が分かり、その技能や用具を用いてゲームをする(知乃技に関する活動) ・球技の練習やゲームを通して、楽しさや勝敗の喜びを味わい、感じた気持ちを他者に伝える(思判表力に関する活動) ・きまりを守って、自分から取り組み、楽しく安全に練習やゲームの中での役割を果たす(学びに向かう力・人間性等に関する活動)</p>

	<p>(知及技) 体の発育・発達やけがの防止、病気の予防などの仕方について理解し、基本的な技能を身に付けることができる。 (思判表力)自分やグループの健康・安全についての課題を見付け、その解決のために友達と考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えることができる。</p>	<p>(知・技) 体の発育・発達やけがの防止、病気の予防などの仕方について理解し、基本的な技能を身に付けようとしている。 (思・判・表)自分やグループの健康・安全についての課題を見付け、その解決のために友達と考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えようとしている。</p>	<p>「健康と環境」 「健康な生活と疾病の予防」</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・身体对环境に対する適応能力、至適範囲 ・飲料水や空気の衛生的管理 ・生活に伴う廃棄物の衛生的管理 ・感染症の予防 ・健康を守る社会の取り組み
<p>留意点 引継ぎ等</p>				