

令和7年度 指導・評価計画 保健体育（女子）2学年

124世田谷区立砧中学校

年間指導計画			観点別評価の評価規準		
月	単元	時間	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
4	体つくり運動 ラジオ体操・集団行動・柔軟運動 ・補強運動・新体力テスト	7	・体つ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。	・自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて改善策を考え、運動に取り組んでいる。 ・自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	・体つくり運動に関心をもち、体の動きを高めるために課題を見つけようとしている。 ・健康安全に気を配っている。
5	陸上競技 短距離・リレー	6	・陸上競技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方などについて理解している。 ・滑らかな動きで走る、バトンの受け渡しでタイミングを合わせることができる。	・動きなどに自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動に取り組んでいる。 ・自己の考えたことを学習カードに記入している。	・陸上競技に関心をもち、スピード、バトンパスの技術などを高めるために課題を見つけようとしている。 ・勝敗などを認め、ルールやマナーを守るなど、健康安全に気を配っている。
6	球技 バレーボール	8	・バレーボールの特性や成り立ち、技術の名称や行い方などについて理解している。 ・基本のパス、サーブ、スパイクの技術を身に付けている。	・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している。 ・自己の考えたことを学習カードに記入している。	・バレーボールに関心をもち、パスやレシーブなどの技術を高めるために課題を見つけようとしている。 ・ルールやマナーを守り、健康安全に気を配っている。
6	器械運動 マット運動・跳び箱運動	8	・器械運動の特性や成り立ち、技術の名称や行い方などについて理解している。 ・マット運動では、回転系や技巧系の基本的な技を滑らかに行うことができる。 ・跳び箱では、切り返し係や回転系の基本的な技を滑らかに行うことができる。	・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している。 ・自己の考えたことを学習カードに記入している。	・器械運動に関心をもち、技術を高めるために課題を見つけようとしている。 ・ルールやマナーを守り、健康安全に気を配っている。
7 ~ 9	水泳	9	・水泳の特性や成り立ち、技術の名称や行い方などについて理解している。 ・手と足の動き、呼吸のバランスをとり泳ぐことができる。	・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に取り組んでいる。 ・自己の考えたことを学習カードに記入している。	・水泳に関心をもち、クロールや平泳ぎなどの技術などを高めるために課題を見つけようとしている。 ・水泳の事故防止に関する心得を遵守するなどルールやマナーを守り、健康安全に気を配っている。
9	球技 バレーボール	8	・バレーボールの特性や成り立ち、技術の名称や行い方などについて理解している。 ・基本のパス、サーブ、スパイクの技術を身に付けている。	・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している。 ・自己の考えたことを学習カードに記入している。	・バレーボールに関心をもち、パスやレシーブなどの技術を高めるために課題を見つけようとしている。 ・ルールやマナーを守り、健康安全に気を配っている。
9	器械運動 マット運動・跳び箱運動	8	・器械運動の特性や成り立ち、技術の名称や行い方などについて理解している。	・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している。	・器械運動に関心をもち、技術を高めるために課題を見つけようとしている。

			<ul style="list-style-type: none"> ・マット運動では、回転系や技巧系の基本的な技を滑らかに行うことができる。 ・跳び箱では、切り返し係や回転系の基本的な技を滑らかに行うことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自己の考えたことを学習カードに記入している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ルールやマナーを守り、健康安全に気を配っている。
10	陸上競技 ハードル走・走り幅跳び	16	<ul style="list-style-type: none"> ・陸上競技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方などについて理解している。 ・ハードル走では、リズミカルな走りからハードルを越すことができる。 ・走り幅跳びでは、スピードに乗った助走から踏み切って跳ぶことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・動きなどに自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動に取り組んでいる。 ・自己の考えたことを学習カードに記入している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・陸上競技に関心をもち、スピード、ハードリング、跳躍技術などを高めるために課題を見つけようとしている。 ・勝敗などを認め、ルールやマナーを守るなど、健康安全に気を配っている。
11	球技 バスケットボール	8	<ul style="list-style-type: none"> ・バスケットボールの特性や成り立ち、技術の名称や行い方などについて理解している。 ・基本のドリブル・バス・シュートの技術を身に付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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している。 ・自己の考えたことを学習カードに記入している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・バスケットボールに関心をもち、ドリブルやバス、シュートなどの技術を高めるために課題を見つけようとしている。 ・ルールやマナーを守り、健康安全に気を配っている。
12	球技 ソフトボール	8	<ul style="list-style-type: none"> ・ソフトボールの特性や成り立ち、技術の名称や行い方などについて理解している。 ・相手に正確に送球できる、バットでボールをしっかりとらえることができるなど。基本的な技術を身に付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・守備やバッティング、走塁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している。 ・自己の考えたことを学習カードに記入している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ソフトボールに関心をもち、守備やバッティング、走塁などの技術などを高めるために課題を見つけようとしている。 ・勝敗などを認め、ルールやマナーを守るなど、健康安全に気を配っている。
1	球技 サッカー	8	<ul style="list-style-type: none"> ・サッカーの特性や成り立ち、技術の名称や行い方などについて理解している。 ・基本のバス・トラップ・シュートの技術を身に付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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している。 ・自己の考えたことを学習カードに記入している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・サッカーに関心をもち、バスやレシーブなどの技術を高めるために課題を見つけようとしている。 ・ルールやマナーを守り、健康安全に気を配っている。
2 ～ 3	球技 ～ バドミントン	8	<ul style="list-style-type: none"> ・バドミントン意義と行い方、体の動きを高める方法などについて理解し、言ったり書き出したりしている。 ・基本的なラケット操作を身に着けている。 ・シャトルやラケットの扱いに慣れながら、ラリーを続けることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・動きなどに自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動に取り組んでいる。 ・自己の考えたことを学習カードに記入している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・バドミントンに関心をもち、スマッシュやクリアなどの技術を高めるために課題を見つけようとしている。 ・ルールやマナーを守り、健康安全に気を配っている。
通年	保健分野 生活習慣の健康への影響 けがの防止と応急手当	16	<p>【知識】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動、食事、休養・睡眠、喫煙、飲酒などの生活習慣が発病や進行に大きく関わっていること 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分自身の生活習慣や普段の過ごし方について、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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康とは何かを考えたり、自分たちの生活を振り返ったりするなどの学習活動に意欲的に取り組んでいる。 ・生活習慣やけがの防止等についての学習活動に意欲的に取り組

		<ul style="list-style-type: none"> ・不健康な生活は生活習慣病のリスクを高めていること ・喫煙や飲酒の体への影響 ・けがや交通事故には必ず原因があること ・応急手当や心肺蘇生法の流れ などを理解している。 		んでいる。
通年	体育理論 運動やスポーツの効果・学び方・安全	3	<p>【知識】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動やスポーツが心と体に良い影響を与えること ・技術や技能を身につける効果的な学び方があること ・運動やスポーツの安全な行い方 などをについて理解している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動やスポーツとの関わり方や学び方、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、それらを他者に伝えている。 ・運動やスポーツ効果や学び方、安全についての学習に積極的に取り組もうとしている。
主たる評価材料		実技テスト（技能）、定期考查（知識）	学習カード、定期考查	授業観察、学習カード