

令和6年度 保健体育科 体育年間指導計画・評価B規準

1年男子

体育分野

月	観点別評価規準			
	内容、授業時数	知識及び技能	思考力、判断力、表現力	主体的に学習に取り組む態度
4月	体づくり⑥時間	○知識 ・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。	・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 こと、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たり、健康・安全に気を配ったりしている。
5月	陸上競技（短距離 リレー）⑤時間	○知識 ・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。 ○技能 ・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。 ・走り幅跳びでは、スピードに乗った助走から素早く踏み切って跳ぶことができる。 ・走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切って大きな動作で跳ぶことができる。	・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 らうとする、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。
6月	陸上競技（走り幅 跳び 走り高跳び） ⑦時間 体力測定 ④時間	○知識 ・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。 ○技能 ・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。 ・走り幅跳びでは、スピードに乗った助走から素早く踏み切って跳ぶことができる。 ・走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切って大きな動作で跳ぶことができる。	・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らう 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、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。
7月	水泳⑥時間	○知識 ・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。 ○技能 ・クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり速く泳ぐことができる。 ・平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり長く泳ぐことができる。 ・背泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり泳ぐことができる。 ・バタフライでは、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らう 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、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。
9月	水泳④ 球技（バスケット ボール）⑧	○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だすなどの動きによってゴール前への侵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。	・球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守らうとすること、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や、健康・安全 気を配ったりしている。
10月	球技（ソフトボール） ⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・ベースボール型では、基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位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らうとすること、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たり、 健康・安全に気を配つ たりしている。
11月	球技（サッカー） 器械運動（鉄棒） ⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・ゴール型では、ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での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らうとすること、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たり、 健康・安全に気を配つ たりしている。
12月	陸上競技（ハードル 長距離） ⑦時間	○知識 ・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。 ○技能 ・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。 ・長距離走では、ペースを守って走ることができる。 ・ハードル走では、リズムカルな走りから滑らかにハードルを越すことができる。	・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 らうとする、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。
1月	器械運動（マット、 跳び箱） ⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・マット運動では、回転系や巧技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及びそれらを組み合わせることができる。 ・鉄棒運動では、支持系や懸垂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及びそれらを組み合わせることができる。 ・平均台運動では、体操系やバランス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及びそれらを組み合わせることができる。 ・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。
2月	武道（柔道） ⑧時間	○知識 ・武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、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。 ○技能 ・柔道では、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、投げたり抑えたりするなどの簡易な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、自己の考えたことを他者に伝えている。	・武道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守 らうとする、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、禁じ技を用いないなど健康・安全 に気を配ったりしてい る。
3月	ダンス（現代的リズ ム） ⑦時間	○知識 ・ダンスの特性や由来、表現の仕方、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。 ○技能 ・現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を捉え、変化ある動きを組み合わせ、リズムに乗って全身で踊ることができる。	・表現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。	・ダンス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、交 流など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表現や役割を 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	定期考査 授業評価・技能 評価カード	定期考査 授業評価 評価カード	授業評価 評価カード

令和6年度 保健体育科 体育年間指導計画・評価B規準

1年男子

体育理論・保健分野

月	観点別評価規準			
	内容、授業時数	知識及び技能	思考力、判断力、表現力	主体的に学習に取り組む態度
4月	運動やスポーツの多様性 ・必要性和楽しさ ・多様な関わり方 ・多様な楽しみ方 ③時間	○知識 ・運動やスポーツが多様であることについて理解している。	・運動やスポーツが多様であることについて、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。
5月 ～ 7月	健康な生活と疾病の予防 ・健康の成り立ちと疾病の発生要因 ・生活習慣と健康（運動、食事、休養及び睡眠と健康、調和のとれた生活） ④時間	・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を理解している。 ・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ている。 ・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を理解している。 ・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。 ・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の予防のためには、個人や社会の取組が重要であり、保健・医療機関を有効に利用することが必要であること。また、医薬品は、正しく使用す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。
9月 ～ 3月	心身の機能の発達と心の健康 ⑫時間	・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、個人差があることを理解している。 ・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を理解している。 ・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を理解している。 ・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ているとともに、それらに対処する技能を身に付けている。	・心身の機能の発達と心の健康について、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。	・心身の機能の発達と心の健康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	定期考査 授業評価・技能 評価カード	定期考査 授業評価 評価カード	定期考査 授業評価 評価カード

令和6年度 保健体育科 体育年間指導計画・評価B規準

2年男子

体育分野

月	観点別評価規準			
	内容、授業時数	知識及び技能	思考力、判断力、表現力	主体的に学習に取り組む態度
4月	体づくり⑥時間	○知識 ・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。	・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 こと、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たり、健康・安全に気を配ったりしている。
5月	陸上競技（短距離 リレー）⑤時間	○知識 ・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。 ○技能 ・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。 ・走り幅跳びでは、スピードに乗った助走から素早く踏み切って跳ぶことができる。 ・走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切って大きな動作で跳ぶことができる。	・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 らうとする、分担当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。
6月	陸上競技（走り幅 跳び 走り高跳び） ⑦時間 体力測定 ④時間			
7月	水泳⑥時間	○知識 ・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。 ○技能 ・クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり速く泳ぐことができる。 ・平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり長く泳ぐことができる。 ・背泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり泳ぐことができる。 ・バタフライでは、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らう とすること、分担当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、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。
9月	水泳④ 球技（バスケット ボール）⑧	○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だすなどの動きによってゴール前への侵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。	・球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守らうとすること、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や、健康・安全 気を配ったりしている。
10月	球技（ソフトボール） ⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・ベースボール型では、基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位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らうとすること、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たり、 健康・安全に気を配つ たりしている。
11月	球技（サッカー） 器械運動（鉄棒） ⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・ゴール型では、ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での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らうとすること、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たり、 健康・安全に気を配つ たりしている。
12月	陸上競技（ハードル 長距離） ⑦時間	○知識 ・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。 ○技能 ・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。 ・長距離走では、ペースを守って走ることができる。 ・ハードル走では、リズムカルな走りから滑らかにハードルを越すことができる。	・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 らうとする、分担当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。
1月	器械運動（マット、 跳び箱） ⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・マット運動では、回転系や巧技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及びそれらを組み合わせることができる。 ・鉄棒運動では、支持系や懸垂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及びそれらを組み合わせることができる。 ・平均台運動では、体操系やバランス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及びそれらを組み合わせることができる。 ・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。
2月	武道（柔道） ⑧時間	○知識 ・武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、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。 ○技能 ・柔道では、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、投げたり抑えたりするなどの簡易な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、自己の考えたことを他者に伝えている。	・武道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守 らうとする、分担当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、禁じ技を用いないなど健康・安全 に気を配ったりしてい る。
3月	ダンス（現代的リズ ム） ⑦時間	○知識 ・ダンスの特性や由来、表現の仕方、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。 ○技能 ・現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を捉え、変化ある動きを組み合わせ、リズムに乗って全身で踊ることができる。	・表現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。	・ダンス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、交 流など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表現や役割を 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	定期考査 授業評価・技能 評価カード	定期考査 授業評価 評価カード	授業評価 評価カード

令和6年度 保健体育科 体育年間指導計画・評価B規準

2年男子

体育理論・保健分野

月	観点別評価規準			
	内容、授業時数	知識及び技能	思考力、判断力、表現力	主体的に学習に取り組む態度
4月	運動やスポーツの多様性 ・必要性和楽しさ ・多様な関わり方 ・多様な楽しみ方 ③時間	○知識 ・運動やスポーツが多様であることについて理解している。	・運動やスポーツが多様であることについて、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。
5月 ～ 7月	健康な生活と疾病の予防 ・健康の成り立ちと疾病の発生要因 ・生活習慣と健康（運動、食事、休養及び睡眠と健康、調和のとれた生活） ④時間	・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を理解している。 ・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ている。 ・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を理解している。 ・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。 ・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の予防のためには、個人や社会の取組が重要であり、保健・医療機関を有効に利用することが必要であること。また、医薬品は、正しく使用す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。
9月 ～ 3月	心身の機能の発達と心の健康 ⑫時間	・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、個人差があることを理解している。 ・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を理解している。 ・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を理解している。 ・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ているとともに、それらに対処する技能を身に付けている。	・心身の機能の発達と心の健康について、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。	・心身の機能の発達と心の健康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	定期考査 授業評価・技能 評価カード	定期考査 授業評価 評価カード	定期考査 授業評価 評価カード

令和6年度 保健体育科 体育年間指導計画・評価B規準

3年男子

体育分野

月	観点別評価規準			
	内容、授業時数	知識及び技能	思考力、判断力、表現力	主体的に学習に取り組む態度
4月	体づくり⑥時間	○知識 ・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。	・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 こと、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たり、健康・安全に気を配ったりしている。
5月	陸上競技（短距離 リレー）⑤時間	○知識 ・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。 ○技能 ・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。 ・走り幅跳びでは、スピードに乗った助走から素早く踏み切って跳ぶことができる。 ・走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切って大きな動作で跳ぶことができる。	・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 らうとする、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。
6月	陸上競技（走り幅 跳び 走り高跳び） ⑦時間 体力測定 ④時間			
7月	水泳⑥時間	○知識 ・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。 ○技能 ・クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり速く泳ぐことができる。 ・平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり長く泳ぐことができる。 ・背泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり泳ぐことができる。 ・バタフライでは、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らう 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、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。
9月	水泳④ 球技（バスケット ボール）⑧	○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だすなどの動きによってゴール前への侵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。	・球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守らうとすること、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や、健康・安全 気を配ったりしている。
10月	球技（ソフトボール） ⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・ベースボール型では、基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位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らうとすること、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たり、 健康・安全に気を配った りしている。
11月	球技（サッカー） 器械運動（鉄棒） ⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・ゴール型では、ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での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らうとすること、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たり、 健康・安全に気を配った りしている。
12月	陸上競技（ハードル 長距離） ⑦時間	○知識 ・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。 ○技能 ・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。 ・長距離走では、ペースを守って走ることができる。 ・ハードル走では、リズムカルな走りから滑らかにハードルを越すことができる。	・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 らうとする、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。
1月	器械運動（マット、 跳び箱） ⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・マット運動では、回転系や巧技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及びそれらを組み合わせることができる。 ・鉄棒運動では、支持系や懸垂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及びそれらを組み合わせることができる。 ・平均台運動では、体操系やバランス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及びそれらを組み合わせることができる。 ・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。
2月	武道（柔道） ⑦時間	○知識 ・武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、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。 ○技能 ・柔道では、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、投げたり抑えたりするなどの簡易な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、自己の考えたことを他者に伝えている。	・武道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ら うとする、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、禁止技を用いないなど健康・安全 に気を配ったりしてい る。
3月	選択体育（体育館） ⑧時間	○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だすなどの動きによってゴール前への侵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。	・ダンス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、交 流など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課題や役割を 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	定期考査 授業評価・技能 評価カード	定期考査 授業評価 評価カード	授業評価 評価カード

令和6年度 保健体育科 体育年間指導計画・評価B規準

3年男子

体育理論・保健分野

月	観点別評価規準			
	内容、授業時数	知識及び技能	思考力、判断力、表現力	主体的に学習に取り組む態度
4月	運動やスポーツの多様性 ・必要性和楽しさ ・多様な関わり方 ・多様な楽しみ方 ③時間	○知識 ・運動やスポーツが多様であることについて理解している。	・運動やスポーツが多様であることについて、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。
5月 ～ 7月	健康な生活と疾病の予防 ・健康の成り立ちと疾病の発生要因 ・生活習慣と健康（運動、食事、休養及び睡眠と健康、調和のとれた生活） ④時間	・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を理解している。 ・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ている。 ・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を理解している。 ・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。 ・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の予防のためには、個人や社会の取組が重要であり、保健・医療機関を有効に利用することが必要であること。また、医薬品は、正しく使用す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。
9月 ～ 3月	心身の機能の発達と心の健康 ⑫時間	・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、個人差があることを理解している。 ・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を理解している。 ・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を理解している。 ・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ているとともに、それらに対処する技能を身に付けている。	・心身の機能の発達と心の健康について、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。	・心身の機能の発達と心の健康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	定期考査 授業評価・技能 評価カード	定期考査 授業評価 評価カード	定期考査 授業評価 評価カード

令和6年度 保健体育科 体育年間指導計画・評価B規準

1年女子

体育分野

月	観点別評価規準			
	内容、授業時数	知識及び技能	思考力、判断力、表現力	主体的に学習に取り組む態度
4月	体づくり⑥時間	○知識 ・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。	・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 こと、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たり、健康・安全に気を配ったりしている。
5月	陸上競技（短距離 リレー）⑤時間	○知識 ・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。 ○技能 ・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。
6月	球技（バレーボ ール）⑦時間 体力測定（④時間）	○知識 ・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。 ○技能 ・ネット型では、ボールや用具の操作と定位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をし たり、健康・安全に気を配ったりしている。
7月	水泳⑥時間	○知識 ・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。 ○技能 ・クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり速く泳ぐことができる。 ・平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり長く泳ぐことができる。 ・背泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり泳ぐことができる。 ・バタフライでは、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、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。
9月	水泳④時間 球技（ソフトボ ール）⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・ベースボール型では、基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位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をし たり、健康・安全に気を配ったりしている。
10月	器械運動（マット 跳び箱）⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・マット運動では、回転系や巧技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及びそれらを組み合わせることができる。 ・平均台運動では、体操系やバランス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及びそれらを組み合わせることがで 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。
11月	球技（バスケット ボール）⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・ゴール型では、ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での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たり、健康・安全に気を配ったりして いる。
12月	陸上競技（ハード ル 長距離）⑦時間	○知識 ・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。 ○技能 ・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。 ・長距離走では、ペースを守って走ることができる。 ・ハードル走では、リズムカルな走りから滑らかにハードルを越すことができる。	・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。
1月	陸上競技（走り幅跳 び、走り高跳び）⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・長距離走では、ペースを守って走ることができる。 ・ハードル走では、リズムカルな走りから滑らかに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素早く踏み切って跳ぶことができる。 ・走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切って大きな動作で跳ぶことができる。	・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。
2月	ダンス（現代的なリ ズム）⑧時間	○知識 ・ダンスの特性や由来、表現の仕方、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。 ○技能 ・現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を捉え、変化ある動きを組み合わせ、リズムに乗って全身で踊ることができる。	・表現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。	・ダンス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、交 流など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表現や役 割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。
3月	武道（柔道）⑦時間	○知識 ・武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、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。 ○技能 ・柔道では、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、投げたり抑えたりするなどの簡易な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、自己の考えたことを他者に伝えている。	・武道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守 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、禁じ技を用いないなど健 康・安全に気を配ったりしている。
	評価方法	定期考査 授業評価・技能 評価カード	定期考査 授業評価 評価カード	授業評価 評価カード

令和6年度 保健体育科 体育年間指導計画・評価B基準

1年女子

体育理論・保健分野

月	観点別評価基準			
	内容、授業時数	知識及び技能	思考力、判断力、表現力	主体的に学習に取り組む態度
4月	運動やスポーツの多様性 ・必要性和楽しさ ・多様な関わり方 ・多様な楽しみ方 ③時間	○知識 ・運動やスポーツが多様であることについて理解している。	・運動やスポーツが多様であることについて、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。
5月 ～ 7月	健康な生活と疾病の予防 ・健康の成り立ちと疾病の発生要因 (運動、食事、休養及び睡眠と健康、調和のとれた生活) ④時間	・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を理解している。 ・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ている。 ・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を理解している。 ・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。 ・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の予防のためには、個人や社会の取組が重要であり、保健・医療機関を有効に利用することが必要であること。また、医薬品は、正しく使用す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。
9月 ～ 3月	心身の機能の発達と心の健康 ⑫時間	・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、個人差があることを理解している。 ・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を理解している。 ・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を理解している。 ・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ているとともに、それらに対処する技能を身に付けている。	・心身の機能の発達と心の健康について、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。	・心身の機能の発達と心の健康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	定期考査 授業評価・技能 評価カード	定期考査 授業評価 評価カード	定期考査 授業評価 評価カード

令和6年度 保健体育科 体育年間指導計画・評価B規準

2年女子

体育分野

月	観点別評価規準			
	内容、授業時数	知識及び技能	思考力、判断力、表現力	主体的に学習に取り組む態度
4月	体づくり⑥時間	○知識 ・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。	・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 こと、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たり、健康・安全に気を配ったりしている。
5月	陸上競技（短距離 リレー）⑤時間	○知識 ・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。 ○技能 ・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。
6月	球技（バレーボ－ ル）⑦時間 体力測定（④時間）	○知識 ・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。 ○技能 ・ネット型では、ボールや用具の操作と定位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をし たり、健康・安全に気を配ったりしている。
7月	水泳⑥時間	○知識 ・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。 ○技能 ・クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり速く泳ぐことができる。 ・平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり長く泳ぐことができる。 ・背泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり泳ぐことができる。 ・バタフライでは、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、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。
9月	水泳④時間 球技（ソフトボ－ ル）⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・ベースボール型では、基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位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をし たり、健康・安全に気を配ったりしている。
10月	器械運動（マット 跳び箱）⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・マット運動では、回転系や巧技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及びそれらを組み合わせることができる。 ・平均台運動では、体操系やバランス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及びそれらを組み合わせることがで 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。
11月	球技（バスケット ボール）⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・ゴール型では、ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での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たり、健康・安全に気を配ったりし ている。
12月	陸上競技（ハード ル 長距離）⑦時間	○知識 ・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。 ○技能 ・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。 ・長距離走では、ペースを守って走ることができる。 ・ハードル走では、リズムカルな走りから滑らかにハードルを越すことができる。	・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。
1月	陸上競技（走り幅跳 び、走り高跳び）⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・長距離走では、ペースを守って走ることができる。 ・ハードル走では、リズムカルな走りから滑らかに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素早く踏み切って跳ぶことができる。 ・走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切って大きな動作で跳ぶことができる。	・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。
2月	ダンス（現代的なリ ズム）⑧時間	○知識 ・ダンスの特性や由来、表現の仕方、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。 ○技能 ・現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を捉え、変化ある動きを組み合わせ、リズムに乗って全身で踊ることができる。	・表現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。	・ダンス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、こ 交流など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表現や役 割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。
3月	武道（柔道）⑦時間	○知識 ・武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、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。 ○技能 ・柔道では、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、投げたり抑えたりするなどの簡易な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、自己の考えたことを他者に伝えている。	・武道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守 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、禁じ技を用いないなど健 康・安全に気を配ったりしている。
	評価方法	定期考査 授業評価・技能 評価カード	定期考査 授業評価 評価カード	授業評価 評価カード

令和6年度 保健体育科 体育年間指導計画・評価B標準

2年女子

体育理論・保健分野

月	観点別評価標準			
	内容、授業時数	知識及び技能	思考力、判断力、表現力	主体的に学習に取り組む態度
4月	運動やスポーツの多様性 ・必要性と楽しさ ・多様な関わり方 ・多様な楽しみ方 ③時間	○知識 ・運動やスポーツが多様であることについて理解している。	・運動やスポーツが多様であることについて、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。
5月 ～ 7月	健康な生活と疾病の予防 ・健康の成り立ちと疾病の発生要因 (運動、食事、休養及び睡眠と健康、調和のとれた生活) ④時間	・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を理解している。 ・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ている。 ・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を理解している。 ・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。 ・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の予防のためには、個人や社会の取組が重要であり、保健・医療機関を有効に利用することが必要であること。また、医薬品は、正しく使用す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。
9月 ～ 3月	心身の機能の発達と心の健康 ⑫時間	・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、個人差があることを理解している。 ・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を理解している。 ・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を理解している。 ・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ているとともに、それらに対処する技能を身に付けている。	・心身の機能の発達と心の健康について、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。	・心身の機能の発達と心の健康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	定期考査 授業評価・技能 評価カード	定期考査 授業評価 評価カード	定期考査 授業評価 評価カード

令和6年度 保健体育科 体育年間指導計画・評価B規準

3年女子

体育分野

月	観点別評価規準			
	内容、授業時数	知識及び技能	思考力、判断力、表現力	主体的に学習に取り組む態度
4月	体づくり⑥時間	○知識 ・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。	・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 こと、一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとする、話合いに参加 し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。
5月	陸上競技（短距離 リレー）⑤時間	○知識 ・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。 ○技能 ・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、分担した役割を果たせようとする、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。
6月	球技（バレーボ－ ル）⑦時間 体力測定（④時間）	○知識 ・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。 ○技能 ・ネット型では、ボールや用具の操作と定位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、作 戦などについての話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 たり、健康・安全に気を配ったりしている。
7月	水泳⑥時間	○知識 ・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。 ○技能 ・クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり速く泳ぐことができる。 ・平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり長く泳ぐことができる。 ・背泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり泳ぐことができる。 ・バタフライでは、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、分担した役割を果たせようとする、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、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。
9月	水泳④時間 球技（ソフトボ－ ル）⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・ベースボール型では、基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位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、作 戦などについての話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 たり、健康・安全に気を配ったりしている。
10月	器械運動（マット 跳び箱）⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・ト運動では、回転系や巧技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及びそれらを組み合わせることができる。 ・平均台運動では、体操系やバランス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及びそれらを組み合わせることができる。	・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。
11月	球技（バスケット ボール）⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・ゴール型では、ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での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、作戦などにつ いての話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たり、健康・安全に気を配ったりし ている。
12月	陸上競技（ハード ル 長距離）⑦時間	○知識 ・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。 ○技能 ・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。 ・長距離走では、ペースを守って走ることができる。 ・ハードル走では、リズムカルな走りから滑らかにハードルを越すことができる。	・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、分担した役割を果たせようとする、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。
1月	陸上競技（走り幅跳 び、走り高跳び）⑧時間	○知識 ・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。 ○技能 ・長距離走では、ペースを守って走ることができる。 ・ハードル走では、リズムカルな走りから滑らかに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素早く踏み切って跳ぶことができる。 ・走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切って大きな動作で跳ぶことができる。	・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、分担した役割を果たせようとする、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。
2月	ダンス（現代的なリ ズム）⑦時間	○知識 ・ダンスの特性や由来、表現の仕方、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。 ○技能 ・現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を捉え、変化ある動きを組み合わせ、リズムに乗って全身で踊ることができる。	・表現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。	・ダンス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、 交流などの話合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じた表現や役 割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。
3月	選択体育（体育 館）⑧時間	○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だすなどの動きによってゴール前への侵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。	・ダンス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、 交流などの話合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じた表現や役 割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	定期考査 授業評価・技能 評価カード	定期考査 授業評価 評価カード	授業評価 評価カード

令和6年度 保健体育科 体育年間指導計画・評価B規準

3年女子

体育理論・保健分野

月	観点別評価規準			
	内容、授業時数	知識及び技能	思考力、判断力、表現力	主体的に学習に取り組む態度
4月	運動やスポーツの多様性 ・必要性和楽しさ ・多様な関わり方 ・多様な楽しみ方 ③時間	○知識 ・運動やスポーツが多様であることについて理解している。	・運動やスポーツが多様であることについて、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。
5月 ～ 7月	健康な生活と疾病の予防 ・健康の成り立ちと疾病の発生要因 (運動、食事、休養及び睡眠と健康、調和のとれた生活) ④時間	・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を理解している。 ・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ている。 ・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を理解している。 ・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。 ・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の予防のためには、個人や社会の取組が重要であり、保健・医療機関を有効に利用することが必要であること。また、医薬品は、正しく使用す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。
9月 ～ 3月	心身の機能の発達と心の健康 ⑫時間	・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、個人差があることを理解している。 ・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を理解している。 ・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を理解している。 ・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ているとともに、それらに対処する技能を身に付けている。	・心身の機能の発達と心の健康について、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。	・心身の機能の発達と心の健康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	定期考査 授業評価・技能 評価カード	定期考査 授業評価 評価カード	定期考査 授業評価 評価カード