

| | | | | | | | |
|---------|--------------------|----|---|---|--------|-----|----|
| 使用教科書 | 最新 中学校保健体育（大修館書店） | 学年 | 1 | 年 | 年間授業時数 | 105 | 時間 |
| 使用副教材など | ステップアップ中学体育（大修館書店） | | | | | | |

年間指導計画 及び 評価方法

1学期

| 月 | 時数 | 単元名（題材） | 節（学習のまとめり） | 評価（B）規準 | | |
|-------------|---------------|---------|--------------------------------------|---|---|--|
| | | | | 知識 技能 | 思考 判断 表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
| 4 5 | 月 8 時間 | 体づくり運動 | 体ほぐし運動 体力を高める運動 体育祭関連 | 仲間と関わりながら活動している。 自分の動きを高める方法を理解している。 | 自分や周りの人の動きの改善点を見つけて改善しようとしている。 | 積極的に活動に取り組んでいる。 |
| 4 | 月 3 時間 | 体育理論 | 運動やスポーツの多様性 | 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必要性や、多様な楽しさから生み出されてきたこと、そのとらえ方が、競技としてのスポーから、生涯スポーツへと変容してきたことについて、言ったり書き出したりしている。 | 自己の課題を発見し、よりよい可決に向けて、思考し判断するとともに、事故の意見を他者に伝えている。 | 自己の課題の解決に向けた学習に取り組もうとしている。 |
| 4 5 6 | 月 13 時間 | 陸上競技 | 短距離走 リレー ハードル走 | クラウチングスタートの方法について理解している。 正しいスタート方法を身につけている。 リレーのバトンパスの方法について理解している。 ハードルのアプローチ、ハードリングの技術を理解している。 | 自分や周りの人の動きの改善点を見つけて改善しようとしている。 より速く、よりスムーズにできるようにするにはどうすればいいか考えて練習に取り組んでいる。 | 積極的に活動に取り組んでいる。 安全を意識して取り組んでいる。 |
| 4 5 6 | 月 4 時間 | 保健 | 健康な生活と病気の予防 | 健康は、主体と環境を良好な状態に保つことにより成り立っていること、健康が疎外された状態の一つが疾病であること、また、疾病は、主体の要因と環境の要因とが相互に関りながら発生することについて、理解したことを言ったり書かせたりしている。 | 習得した知識を自分の生活に低用紙、運動習慣に関する改善すべき課題を発見し、解決方法を考えている。 習得した知識を自分の生活に適用し、食習慣を改善する方法を選択している。 | 単元をとおして学習内容に関心を持ち、休養・睡眠に関する課題の解決に向けた学友に自主的に取り組もうとしている。 |
| 6 7 | 月 11 時間 | 水泳 | オリエンテーション 水の特性、水慣れ クロール 背泳ぎ | それぞれの泳法の特徴や動きを理解することができる | 自分や周りの人の動きの改善点を見つけて改善しようとしている。 | 安全に授業に取り組むことができる |

| | | | | | | |
|-----------------|-------|------------------|----------|-----------------|---------------|------------|
| 1学期の 評価場面・方法 | 知識 技能 | 定期考査 学習カード 実技テスト | 思考 判断 表現 | 定期考査 授業観察 学習カード | 主体的に学習に取り組む態度 | 授業観察 学習カード |
|-----------------|-------|------------------|----------|-----------------|---------------|------------|

2学期

| | | | | 評価（B）規準 | | |
|---------------------|--------------|----------|--|---|--|---|
| 月 | 時数 | 単元名（題材） | 節（学習のまとめり） | 知識 技能 | 思考 判断 表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
| 9 10 | 月 7 時間 | バレーボール | オリエンテーション オーバーハンドパス アンダーハンドパス 簡単なルールを試合 | 基本的な技を習得している。 基本的な技能のポイントを理解している。 | 自分や周りの人の動きの改善点を見つけて改善しようとしている。 | 積極的に活動に取り組んでいる。 安全を意識して取り組んでいる。 |
| 9 10 | 月 7 時間 | ダンス | フォークダンス フォークダンスのアレンジ 発表 | 大きな体の動きで踊ることができている。 | 自分や周りの人の動きの改善点を見つけて改善しようとしている。 | 恥ずかしがらずに周りとは協力して取り組んでいる。 |
| 9 10 11 12 | 月 9 時間 | 保健 | 心身の発達と心の健康 | 体の各器官が急速に発育・発達する時期や、その個人差について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 思春期には、呼吸器・循環器の働きが急速に発達すること、この時期に持続的な運動を継続することで発育・発達が促進されることについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 思春期には、下垂体から分泌される性腺刺激ホルモンの働きにより生殖器の発育とともに生殖機能が発達し、女子では月経がみられることについて理解したことを言ったり書き出したりしている。 男子の生殖機能の発達の特徴や受精が起こる仕組みについて、理解したことを言ったり化kちあしたりしている。 | 体の発育・発達にかかわる原則や概念をもとに整理したり、孤児生活と関連付けたりして、自他の課題を発見している。 学習したことをもとに他者と話し合ったり、発信したりしている。 | 性に関する適切な態度や行動を理解し、性情報への対処に向けた学習に自主的に取り組もうとしている。 |
| 11 | 月 9 時間 | 陸上競技 | 長距離走 | 長く安定して走ることができている。 | 自分や周りの人の動きの改善点を見つけて改善しようとしている。 | 積極的に活動に取り組んでいる。 自己の記録に挑戦している。 |
| 12 | 月 6 時間 | ラグビー | オリエンテーション パス トライ、ディフェンス 試合 | 基本的な技を習得している。 基本的な技能のポイントを理解している。 | 自分や周りの人の動きの改善点を見つけて改善しようとしている。 | 積極的に活動に取り組んでいる。 自己の記録に挑戦している。 |
| 12 | 月 6 時間 | バスケットボール | オリエンテーション 基本動作の習得 | 基本的な技を習得している。 基本的な技能のポイントを理解している。 | 自分や周りの人の動きの改善点を見つけて改善しようとしている。 | 積極的に活動に取り組んでいる。 安全を意識して取り組んでいる。 |

| | | | | | | |
|-----------------|-------|------------------|----------|-----------------|---------------|------------|
| 2学期の 評価場面・方法 | 知識 技能 | 定期考査 学習カード 実技テスト | 思考 判断 表現 | 定期考査 授業観察 学習カード | 主体的に学習に取り組む態度 | 授業観察 学習カード |
|-----------------|-------|------------------|----------|-----------------|---------------|------------|

3学期

| 月 | 時数 | 単元名 (題材) | 節 (学習のまとめ) | 評価 (B) 規準 | | |
|---------|------|----------|---|---|---|--|
| | | | | 知識 技能 | 思考 判断 表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
| 1 2月 | 9時間 | マット運動 | オリエンテーション 補助運動 基本的な技 発展の技 | 基本的な技の体の使い方を習得している。 それぞれの技の技能のポイントを理解している。 | 自分の課題を見つけて、改善しようとしている。 | 積極的に活動に取り組んでいる。 周りの友達と協力し、安全を意識して取り組んでいる。 |
| 2 3月 | 10時間 | 柔道 | オリエンテーション 礼法 受け身 固め技 相手との攻防 | 柔道の礼法や基本動作を理解して取り組んでいる。 基本的な動作を習得している。 | 自分や周りの人の動きの改善点を見つけて改善しようとしている。 | 積極的に活動に取り組んでいる。 安全を意識して取り組んでいる。 |
| 1 2月 | 3時間 | 保健 | 心身の発達と心の健康 | 心は、知的機能、情意機能などの精神機能の総体としてとらえ、それらは生活経験や学習などの影響を受けながら脳の発達にともなって成長することについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 社会性とは、社会の中で生きていくため必要な態度た行動の仕しかたであり、それらは生活経験によって発達することについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 思春期になると、事故を客観的に見つめたり、他人の立場や考え方を理解できるようになったりするとともに、考え方や興味・関心が広がり、次第に事故を認識し、自分なりの価値観をもつようになるなど、自己形成がうながされることについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 | 欲求とその充足について習得した知識を活用して、心の健康の保持増進をする方法を選択している。 | 自分のストレスの対処のしかたについて、他者と話しあったりノートに書き出したりして適切な方法を選んでいる。 |

| | | | | | | |
|-----------------|-------|-------------------|----------|------------------|---------------|------------|
| 3学期の 評価場面・方法 | 知識 技能 | 単元テスト 学習カード 実技テスト | 思考 判断 表現 | 単元テスト 授業観察 学習カード | 主体的に学習に取り組む態度 | 授業観察 学習カード |
|-----------------|-------|-------------------|----------|------------------|---------------|------------|