

平成27年度 第1学年 保健体育 年間指導計画

1 教科目標

心と体を一体としてとらえ、運動や健康・安全についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる。

2 評価の観点

運動や健康・安全への 関心・意欲・態度	運動や健康・安全についての 思考・判断	運動の技能	運動や健康・安全についての 知識・理解
運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、公正、協力、責任などに対する意欲をもち、健康・安全に留意して、学習に積極的に取り組もうとする。	運動を豊かに実践するための課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。また、体力を高めるための運動の組み合わせ方を工夫している。	運動の合理的な実践を通して、勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現してりするための各領域の運動の特性に応じた基本的な技能を身につけている。	各運動の特性や成り立ち、技の名称や伝統的な考え方、健康・安全の留意点についての具体的な方法、スポーツが心身の発達に与える効果について理解している。

3 評価基準（100点満点）

観点 方法	運動や健康・安全への 関心・意欲・態度	運動や健康・安全に についての思考・判断	運動の技能	運動や健康・安全に についての知識・理解	合計
定期試験	5	5		25	35
ワークシート	5	10			15
授業観察	15	10			25
実技テスト			25		25
合計	25	25	25	25	100

4 使用教材

教科書「新しい保健体育」（東京書籍）

5 年間学習計画

【体育分野】（計 93時間）

学期	月	単元名	学習目標	時間	主な評価規準	評価方法
1	4	体づくり運動①【新体力テストを含む】 ★言語活動 分析する。	・自己の体に関心をもち、自己の体力や生活に応じた課題をもって次の運動を行い、体ほぐしをしたり、体力を高めたりすることができるようにする。	9	・運動に対する関心や意欲をもっている。（関心） ・体力のほぐし方、高め方を工夫している。（思考） ・体力を高めるための運動ができる。（技能） ・運動の心身への効果を理解している。（知識）	定期テスト ワークシート 授業観察
	5	体づくり運動② 【体育大会練習を含む】 ★言語活動 考案した運動を発表する活動	自己の体に関心をもち、自己の体力や生活に応じた課題をもって次の運動を行い、体ほぐしをしたり、体力を高めたりすることができるようにする。	11	・運動に対する関心や意欲をもっている。（関心） ・体力のほぐし方、高め方を工夫している。（思考） ・体力を高めるための運動ができる。（技能） ・運動の心身への効果を理解している。（知識）	自己評価 定期テスト 授業観察
		体育理論 1 運動の効果 ★言語活動 話合う活動	・スポーツの特性に応じた学び方や安全の確保の仕方について理解するとともに、自己の生活の中の生かし方を理解する。	3	・運動や安全について関心をもっている。（関心） ・スポーツを生活に生かすことができる。（思考） ・けがへ対処、予防の方法を知っている。（知識）	自己評価 定期テスト ワークシート
	6	陸上競技 【ハードル・跳躍】 ★言語活動 振り返りを記入する活動	・自己の能力に適した課題をもって次の運動を行い、その技能を高め、競技したり、記録を高めたりすることができるようにする。	4	・陸上に関心を示し進んで取り組んでいる。（関心） ・練習の仕方や競技の仕方を工夫している。（思考） ・記録を高めたりすることができる。（技能） ・特性、審判の仕方を理解している。（知識）	自己評価 定期テスト ワークシート 実技テスト
	7	水泳 ★言語活動 データを読み取る活動、 班で話し合う活動、レポート作成・報告会	・水泳の事故防止に関する心得について理解する。	2	・水泳の事故防止に関心を持ち、その解決方法を調べようとしたりする。（関心） ・自分の知識や日常生活等を振り返り、課題を見つけ、文献の収集や資料分析などを通して、その解決の方法を選んだりしている。（思考） ・水泳の事故防止の心得を理解している。（知識）	自己評価 定期テスト ワークシート 授業観察

2	9	球技①〔ネット型〕 【バレーボール】 ★言語活動 振り返りを記入する活動	・チームの課題や自己の能力に適した課題をもって次の運動を行い、その技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができるようにする。	10	・球技に関心をもち、楽しさや喜びが味わえるように進んで取り組もうとする。(関心) ・ルールを工夫し、作戦を立てる。(思考) ・特性に応じた技能を身につけている。(技能) ・審判の仕方、知識を身につけている。(知識)	自己評価 定期テスト ワークシート 実技テスト
	10	器械運動 【マット運動】 ★言語活動 学習の振り返りを記入する活動	・自己の能力に適した課題をもって次の運動を行いねその技能を高め、技がよりよくできるようにする。	8	・楽しさや喜びを味わおうとしている。(関心) ・課題解決を図り、練習を工夫している。(思考) ・技能を高めて運動することができる。(技能) ・特性や技の構造を理解している。(知識)	自己評価 定期テスト ワークシート 実技テスト
	11	球技②〔ベースボール型〕 【ソフトボール】 ★言語活動 学習の振り返りを記入する活動	・チームの課題や自己の能力に適した課題をもって次の運動を行い、その技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができるようにする。	7	・楽しさや喜びを味わおうとしている。(関心) ・ルールを工夫し、作戦を立てる。(思考) ・特性に応じた技能を身につけている。(技能) ・審判の仕方、知識を身につけている。(知識)	自己評価 定期テスト 実技テスト
	12	球技③〔ネット型〕 【バドミントン】 ★言語活動 振り返りを記入する活動	・チームの課題や自己の能力に適した課題をもって次の運動を行い、その技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができるようにする。	10	・楽しさや喜びを味わおうとしている。(関心) ・ルールを工夫し、作戦を立てる。(思考) ・特性に応じた技能を身につけている。(技能) ・審判の仕方、知識を身につけている。(知識)	自己評価 定期テスト 実技テスト
3	12	武道 【剣道】 ★言語活動 技の掛け合いなどをチームで話し合う活動	・自己の能力に適した課題をもって次の運動を行い、その技能を高め、技がよりよくできるようにする。	5	・伝統文化に関心がある。(関心) ・自らが工夫して攻防する技を習得する。(思考) ・相手の動きや技に対する技を身に付ける。(技能) ・武道に対する伝統的な考え方を理解する。(知識)	定期テスト ワークシート 実技テスト
	1	陸上競技② 【持久走】 ★言語活動 記録整理、分析する活動	・自己の能力に適した課題をもって次の運動を行い、その技能を高め、競技したり、記録を高めたりすることができるようにする。	5	・陸上に関心を示し進んで取り組んでいる。(関心) ・練習の仕方や競技の仕方を工夫している。(思考) ・記録を高めたりすることができる。(技能) ・特性、審判の仕方を理解している。(知識)	定期テスト 授業観察 実技テスト
	2	球技④〔ゴール型〕 【バスケットボール】 ★言語活動 学習の振り返りを記入する活動	・チームの課題や自己の能力に適した課題をもって次の運動を行い、その技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができるようにする。	7	・楽しさや喜びを味わおうとしている。(関心) ・ルールを工夫し、作戦を立てる。(思考) ・特性に応じた技能を身につけている。(技能) ・審判の仕方、知識を身につけている。(知識)	自己評価 授業観察 実技テスト
	3	球技⑤〔ゴール型〕 【サッカー】 ★言語活動 学習の振り返りを記入する活動	・チームの課題や自己の能力に適した課題をもって次の運動を行い、その技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができるようにする。	5	・楽しさや喜びを味わおうとしている。(関心) ・ルールを工夫し、作戦を立てる。(思考) ・特性に応じた技能を身につけている。(技能) ・審判の仕方、知識を身につけている。(知識)	自己評価 授業観察 実技テスト
	3	ダンス 【フォークダンス】 ★言語活動 他者と伝え合い共感する。郷土民謡に触れる。	・自己の能力に適した課題をもって次の運動を行い、感じをこめて踊ったり、みんなで楽しく踊ったりすることができるようにする。	7	・ダンスに関心を持っている。(関心) ・課題解決を目指し、練習を工夫している。(思考) ・みんなで関わりをもって踊ることができる。(技能) ・ダンス仕方や鑑賞の仕方を理解している。(知識)	自己評価 定期テスト 実技テスト

【保健分野】（計 12時間）

学期	月	単元名	学習目標	時間	主な評価規準	評価方法
2	10	2 心身の機能の発達と心の健康 ★言語活動 調べたことを発表する活動	・身体の機能は年齢とともに発達することを理解させる。 ・思春期には生殖機能が成熟すること、こうした変化に対応した適切な行動が必要となることを理解させる。	5	・心身の機能や心の発達に伴う変化に気づき、健康な生活を送るための方法を見つける。（関心） ・心身の機能の発達や、心の健康などについて、課題解決の方法を選んでいる。（思考） ・思春期に起こる心身の変化はだれにでも訪れる重要な節目であることを理解している。（知識）	自己評価 定期テスト ワークシート 授業観察
2	11	3 心身の機能の発達と心の健康 ★言語活動 調べたことを発表する活動	・精神機能は、生活経験などの影響を受けて発達すること、思春期には自己の認識が深まり自己形成がなされることを理解させる。	2	・心身の機能や心の発達に伴う変化に気づき、健康な生活を送るための方法を見つける。（関心） ・心身の機能の発達や、心の健康などについて、課題解決の方法を選んでいる。（思考） ・思春期に起こる心身の変化はだれにでも訪れる重要な節目であることを理解している。（知識）	自己評価 定期テスト ワークシート 授業観察
	12	4 心身の機能の発達と心の健康 ★言語活動 調べたことを発表する活動	・心の健康を保つには、欲求やストレスに適切に対処するとともに、心身の調和を保つことが必要であること、また、心と体は密接に関係していることを理解させる。	5	・心身の機能や心の発達に伴う変化に気づき、健康な生活を送るための方法を見つける。（関心） ・心身の機能の発達や、心の健康などについて、課題解決の方法を選んでいる。（思考） ・思春期に起こる心身の変化はだれにでも訪れる重要な節目であることを理解している。（知識）	自己評価 定期テスト ワークシート 授業観察