

令和6年度 第1学年 保健体育科 年間指導計画

月	単元名		時数	目標	学習指導要領	観点別学習状況の評価規準	評価方法	「資質・能力」 「道徳との関連」等 各学校・教科で必要なもの
4・5	A 体づくり運動	ア 体ほぐしの運動 イ 体の動きを高める運動	7	体を動かす楽しさや心地よさを味わい、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を理解し、目的に適した運動を身に付け、組み合わせることができる。	知（１）ア	体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体との関係や心身の状態に気付き、仲間と積極的に関わろうこと。	テスト ノート	コミュニケーション能力 表現力
					主体的に学習に取り組む態度	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、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。	観察 ノート	
	G ダンス	ア 創作ダンス	8	感じを込めて踊ったりみんなで踊ったりする楽しさや喜びを味わい、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を理解するとともに、イメージを捉えた表現や踊りを通じた交流をすることができる。	知・技（１）ア	多様なテーマから表したいイメージを捉え、動きに変化を付けて即興的に表現したり、変化のあるひとまの表現にしたりして踊ることができる。	テスト ノート	コミュニケーション能力 表現力
					主体的に学習に取り組む態度	創作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。	観察 ノート	
	H 体育理論	運動やスポーツの必要性和楽しさ	1	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などの必要性及び競い合うことや課題を達成することなどの楽しさから生み出され発展してきたことについて、理解を深めることができる。	知（１）ア(ア)	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などの必要性及び競い合うことや課題を達成することなどの楽しさから生み出され発展してきたことを、言ったり書いたりしている。	テスト ノート	情報活用能力
					主体的に学習に取り組む態度	学習内容に関心をもち、教科書の資料を活用したり、身近な情報などを収集したりして、課題について調べるなど粘り強く学習に取り組もうとしている。	観察 ノート	
6・7	D 水泳	水泳	1	水泳の事故防止に関する心得を守り、健康・安全に留意して水泳ができる。	主体的に学習に取り組む態度	学習内容に関心をもち、教科書の資料を活用したり、身近な情報などを収集したりして、課題について調べるなど粘り強く学習に取り組もうとしている。	観察 ノート	情報活用能力
	E 球技	★イ ネット型 バレーボール	12	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、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を理解するとともに、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開することができる。	知・技（１）ア	バレーボールの特性や成り立ち、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。また、ボールや用具の操作と定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。	テスト ノート	コミュニケーション能力 表現力 情報活用能力
					思・判・表	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。	ワークシート ノート	
					主体的に学習に取り組む態度	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や、健康安全に気を配る事ができる。	観察 ワークシート	
	C 陸上競技	イ 走り幅跳び	5	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、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	思・判・表	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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	ワークシート ノート	情報活用能力
	F 武	イ 剣道	6	技ができる楽しさや喜びを味わい、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	知・技（１）ア	剣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。また、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、打ったり受けたりするなどの簡易な攻防をすることができる。	テスト ノート	コミュニケーション能力

9	道			ある能力なことを理解すること、安全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。	主体的に学習に取り組む態度	剣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てしたり、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。	観察ノート	情報活用能力
	B 器械運動	ア マット運動	10	技ができる楽しさや喜びを味わい、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を理解するとともに、技をよりよく行うこと。	知・技 (1) イ	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。	テストノート	コミュニケーション能力 表現力 情報活用能力
主体的に学習に取り組む態度					マット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てしたり、健康・安全に気を配ったりしている。	観察ノート		
思・判・表					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。	ワークシートノート		
10	E 球技	ウ ベースボール型 ソフトボール	10	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、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を理解するとともに、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開することができる。	知・技 (1) ウ	ソフトボールの特性や成り立ち、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。また、基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位置での守備などによって攻防をすることができる。	テストノート	コミュニケーション能力 表現力 情報活用能力
					思・判・表	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。	観察ノート	
					主体的に学習に取り組む態度	ソフトボール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てしたり、健康・安全に気を配ったりしている。	観察ノート	
11	E 球技	ア ゴール型 バスケットボール	10	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、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を理解するとともに、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開することができる。	知・技 (1) ア	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、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。また、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。	テストノート	コミュニケーション能力 表現力 情報活用能力
					思・判・表	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。	観察ノート	
					主体的に学習に取り組む態度	バスケットボール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てしたり、健康・安全に気を配ったりしている。		
12	H 体育理論	運動やスポーツへの多様な関わり方	1	運動やスポーツには、行うこと、見ること、支えること及び知ることなどの多様な関わり方があることについて、理解を深めることができる。	知 (1) ア(イ)	運動やスポーツには、行うこと、見ること、支えること及び知ることなどの多様な関わり方があることを、言ったり書いたりしている。	テストノート	情報活用能力
					思・判・表 (1) イ	運動やスポーツには、さまざまな必要性や関わり方、楽しさがあることを、思考・判断・表現している。	観察ワークシート	

	陸上競技	◎ア 長距離走	10	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、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を理解するとともに、基本的な動きや効率のよい動きを身に付けることができる。	知・技	自己のスピードを維持できるフォームでペースを守りながら、一定の距離を走り通し、タイムを短縮したり、競走したりできるようになる。	テスト	情報活用能力
3	G ダンス	ア 創作ダンス	7	感じを込めて踊ったりみんなで踊ったりする楽しさや喜びを味わい、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を理解するとともに、イメージを捉えた表現や踊りを通じた交流をすることができる。	知・技 (1) ア	多様なテーマから表したいイメージを捉え、動きに変化を付けて即興的に表現したり、変化のあるひとまの表現にしたりして踊ることができる。	テスト ノート	コミュニケーション能力 表現力
					主体的に学習に取り組む態度	ダンスに自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、作品や発表などの話合いに貢献しよう とすること、一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしよう とすることなどをした り、健康・安全を確保したりし ている。	観察 ノート	
	H 体育理論	運動やスポーツの多様な楽しみ方	1	世代や機会に応じて、生涯にわたって運動やスポーツを楽しむためには、自己に適した多様な楽しみ方を見つかったり、工夫したりすることが大切であることについて、理解を深めることができる。	知 (1) ア(ウ)	世代や機会に応じて、生涯にわたって運動やスポーツを楽しむためには、自己に適した多様な楽しみ方を見つかったり、工夫したりすることが大切であることを、言ったり書いたりしている。	テスト ノート	情報活用能力
					思・判・表 (1) イ	生涯にわたって多様な形で運動やスポーツに関わり楽しむ方法を考え、他者に伝えたりノートなどに記述したりしている。	観察 ワークシート	
					主体的に学習に取り組む態度	自分の意見を言ったり、他者の意見を取り入れたりして、自己の学習の進め方や活用する資料を変える、調べた内容を確認・修正するなど学習を調整しながら取り組んでいる。	観察 ノート	
			89					