令和5年度　第2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	育成を目指す「資質・能力」との関連
4月	【体つくり運動】 ㋑体力を高める運動	7	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。	知・技（1）イ	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を理解できる。ねらいに応じて，体の柔らかさ，巧みな動き，力強い動き，動きを持続する能力を高める動きを行うとともに，それらを組み合わせている。	テスト ワークシート	主体性
				思・判・表	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ようとしている。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	体作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こと，話合いに参加しようとすることなどや，健康・安全に気を配っている。	ワークシート	
	【陸上競技】 ㋐短距離走・リレー	6	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。	知・技（1）ア	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できる。短距離・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。	テスト ワークシート	表現力
				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，自己の考えたことを他者に伝えることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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ことなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
5月	【球技】 ㋑ネット型 バレーボール	7	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。	知・技（1）イ	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める体力などを理解できる。ネット型では，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馬車をめぐる攻防をすることができる。	テスト ワークシート	思考力 協働性
				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，自己の考えたことを他者に伝えることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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合いに参加しようとすること，一人一人の千垣に応じたプレイなどを認めようとすること，仲間の学習を援助しようとすることなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
6月	【ダンス】 ㋒現代的な リズムのダンス	6	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。ダンス教材を活用し，基礎的な技能の習得や,仲間との創作ダンスに取り組む。	知・技（1）ウ	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できる。リズムの特徴を捉え，変化のある動きを組み合わせて，リズムに乗って全身で踊っている。	テスト	表現力
				思・判・表	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ることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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と，交流などの話合いに参加しようとすること，一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとすることなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
7月	【球技】 ㋒ベースボール型 ソフトボール	8	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。	知・技（1）ウ	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める体力などを理解できる。ベースボール型では，基本的なバット操作を走塁での攻撃，ボール操作と定位置での守備などのによって攻防をすることができる。	テスト ワークシート	協働性 思考力
				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，自己の考えたことを他者に伝えようとしている。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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合いに参加しようとすること，一人一人の千垣に応じたプレイなどを認めようとすること，仲間の学習を援助しようとすることなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
	【水泳】	1	水泳の事故防止に関する心得を守り，健康・安全に留意して事故・防止の知識を取り扱う。	学びに向かう力，人間性等	水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	思考力

9月	運動やスポーツの必要性と楽しさ	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だされ発展してきたことを理解することができる。	テスト ノート	主体性
				思・判・表	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，他者に伝えることができる。	ノート	
				学びに向かう力，人間性等	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みことができる。	ノート	
	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理解することができる。	テスト ノート	協働性
				思・判・表	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，他者に伝えることができる。	ノート	
				学びに向かう力，人間性等	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みことができる。	ノート	
	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けたり，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けたり，工夫したりすることが大切であることを理解することができる。	テスト ノート	表現力
				思・判・表	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，他者に伝えることができる。	ノート	
				学びに向かう力，人間性等	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みことができる。	ノート	
	【陸上競技】 ㋒ハードル	5	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。	知・技（1）イ	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できる。	テスト ワークシート	表現力
				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，自己の考えたことを他者に伝えることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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ことなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
１０月	【武道】 ㋑剣道	6	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などや，禁じ技を用いないなど安全に気を配ることができるようにする。	知・技（1）ア	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を理解できる。剣道では，相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて，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 ワークシート	思考力 判断力
				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，自己の考えたことを他者に伝えることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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ことなどや，禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
	【陸上競技】 ㋐長距離走	6	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。	知・技（1）ア	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できる。長距離走では，ペースを守って走ることができる。	テスト ワークシート	主体性 思考力
				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，自己の考えたことを他者に伝えようとしている。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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ことなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	

11月	【器械運動】 ㋐マット運動★	4	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。	知・技（1）ア	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める体力などを理解できる。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。	テスト ワークシート	思考力 表現力
				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ることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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こと，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課題や挑戦を認めようとすることなどや健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
	【器械運動】 ㋓跳び箱運動	4	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。	知・技（1）ア	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める体力などを理解できる。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。	テスト ワークシート	思考力 表現力
				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ることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力 人間性等	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こと，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課題や挑戦を認めようとすることなどや健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
12月	【球技】 ㋐ゴール型 バスケットボール◎	8	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。	知・技（1）ア	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める体力などを理解できる。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。	テスト ワークシート	協働性 思考力
				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，自己の考えたことを他者に伝えることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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合いに参加しようとすること，一人一人の千垣に応じたプレイなどを認めようとすること，仲間の学習を援助しようとすることなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
1月	【球技】 ㋐ゴール型 サッカー	8	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。	知・技（1）ア	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める体力などを理解できる。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。	テスト ワークシート	協働性 思考力
				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，自己の考えたことを他者に伝えることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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合いに参加しようとすること，一人一人の千垣に応じたプレイなどを認めようとすること，仲間の学習を援助しようとすることなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
2月	【球技】 ㋑ネット型 バドミントン	6	ペアや個人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。	知・技（1）イ	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める体力などを理解できる。ネット型では，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馬車をめぐる攻防をすることができる。	テスト ワークシート	思考力 協働性
				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，自己の考えたことを他者に伝えることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力 人間性等	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合いに参加しようとすること，一人一人の千垣に応じたプレイなどを認めようとすること，仲間の学習を援助しようとすることなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
3月	【体つくり運動】 ㋐体ほぐし運動	4	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。	知・技（1）ア	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を理解できる。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り合おうとしている。	テスト ワークシート	協働性
				思・判・表	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ようとしている。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	体作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こと，話合いに参加しようとすることなどや，健康・安全に気を配っている。	ワークシート	

令和４年度　第2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	育成を目指す「資質・能力」との関連
4月	【体つくり運動】 ㋑体力を高める運動	7	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。	知・技（1）イ	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を理解できる。ねらいに応じて，体の柔らかさ，巧みな動き，力強い動き，動きを持続する能力を高める動きを行うとともに，それらを組み合わせている。	テスト ワークシート	主体性
				思・判・表	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ようとしている。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	体作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こと，話合いに参加しようとすることなどや，健康・安全に気を配っている。	ワークシート	
	【陸上競技】 ㋐短距離走・リレー	6	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。	知・技（1）ア	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できる。短距離・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。	テスト ワークシート	表現力
				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，自己の考えたことを他者に伝えることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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ことなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
5月	【球技】 ㋑ネット型 バレーボール	7	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。	知・技（1）イ	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める体力などを理解できる。ネット型では，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馬車をめぐる攻防をすることができる。	テスト ワークシート	思考力 協働性
				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，自己の考えたことを他者に伝えることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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合いに参加しようとすること，一人一人の千垣に応じたプレイなどを認めようとすること，仲間の学習を援助しようとすることなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
6月	【ダンス】 ㋒現代的なリズムのダンス	6	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。	知・技（1）ウ	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できる。リズムの特徴を捉え，変化のある動きを組み合わせて，リズムに乗って全身で踊っている。	テスト	表現力
				思・判・表	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ることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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と，交流などの話合いに参加しようとすること，一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとすることなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
7月	【球技】 ㋒ベースボール型 ソフトボール	8	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。	知・技（1）ウ	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める体力などを理解できる。ベースボール型では，基本的なバット操作を走塁での攻撃，ボール操作と定位置での守備などのによって攻防をすることができる。	テスト ワークシート	協働性 思考力
				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，自己の考えたことを他者に伝えようとしている。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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合いに参加しようとすること，一人一人の千垣に応じたプレイなどを認めようとすること，仲間の学習を援助しようとすることなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
	【水泳】	1	水泳の事故防止に関する心得を守り，健康・安全に留意して事故・防止の知識を取り扱う。	学びに向かう力，人間性等	水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	思考力

9月	運動やスポーツの必要性と楽しさ	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だされ発展してきたことを理解することができる。	テスト ノート	主体性
				思・判・表	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，他者に伝えることができる。	ノート	
				学びに向かう力，人間性等	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みことができる。	ノート	
	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理解することができる。	テスト ノート	協働性
				思・判・表	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，他者に伝えることができる。	ノート	
				学びに向かう力，人間性等	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みことができる。	ノート	
	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けたり，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けたり，工夫したりすることが大切であることを理解することができる。	テスト ノート	表現力
				思・判・表	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，他者に伝えることができる。	ノート	
				学びに向かう力，人間性等	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みことができる。	ノート	
	【陸上競技】 ㋒ハードル	5	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。	知・技（1）イ	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できる。	テスト ワークシート	表現力
				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，自己の考えたことを他者に伝えることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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ことなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
１０月	【武道】 ㋑剣道◎	6	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などや，禁じ技を用いないなど安全に気を配ることができるようにする。	知・技（1）ア	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を理解できる。剣道では，相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて，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 ワークシート	思考力 判断力
				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，自己の考えたことを他者に伝えることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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ことなどや，禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
	【陸上競技】 ㋐長距離走	6	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。	知・技（1）ア	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できる。長距離走では，ペースを守って走ることができる。	テスト ワークシート	主体性 思考力
				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，自己の考えたことを他者に伝えようとしている。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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ことなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	

11月	【器械運動】 ㋐マット運動	4	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。	知・技（1）ア	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める体力などを理解できる。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。	テスト ワークシート	思考力 表現力
				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ることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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こと，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課題や挑戦を認めようとすることなどや健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
	【器械運動】 ㋓跳び箱運動	4	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。	知・技（1）ア	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める体力などを理解できる。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。	テスト ワークシート	思考力 表現力
				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ることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力 人間性等	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こと，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課題や挑戦を認めようとすることなどや健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
12月	【球技】 ㋐ゴール型 バスケットボール★	8	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。	知・技（1）ア	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める体力などを理解できる。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。	テスト ワークシート	協働性 思考力
				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，自己の考えたことを他者に伝えることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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合いに参加しようとすること，一人一人の千垣に応じたプレイなどを認めようとすること，仲間の学習を援助しようとすることなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
1月	【球技】 ㋐ゴール型 サッカー	8	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。	知・技（1）ア	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める体力などを理解できる。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。	テスト ワークシート	協働性 思考力
				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，自己の考えたことを他者に伝えることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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合いに参加しようとすること，一人一人の千垣に応じたプレイなどを認めようとすること，仲間の学習を援助しようとすることなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
2月	【球技】 ㋑ネット型 バドミントン	6	ペアや個人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。	知・技（1）イ	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める体力などを理解できる。ネット型では，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馬車をめぐる攻防をすることができる。	テスト ワークシート	思考力 協働性
				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，自己の考えたことを他者に伝えることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力 人間性等	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合いに参加しようとすること，一人一人の千垣に応じたプレイなどを認めようとすること，仲間の学習を援助しようとすることなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
3月	【体つくり運動】 ㋐体ほぐし運動	4	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。	知・技（1）ア	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を理解できる。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り合おうとしている。	テスト ワークシート	協働性
				思・判・表	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ようとしている。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	体作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こと，話合いに参加しようとすることなどや，健康・安全に気を配っている。	ワークシート	

令和3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	育成を目指す「資質・能力」との関連
4月	【体つくり運動】 ㋐体ほぐし運動	3	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。	知・技（1）ア	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を理解できる。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り合おうとしている。	テスト ワークシート	協働性
				思・判・表	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ようとしている。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	体作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こと，話合いに参加しようとすることなどや，健康・安全に気を配っている。	ワークシート	
5月	【体つくり運動】 ㋑体力を高める運動	7	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。	知・技（1）イ	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を理解できる。ねらいに応じて，体の柔らかさ，巧みな動き，力強い動き，動きを持続する能力を高める動きを行うとともに，それらを組み合わせている。	テスト ワークシート	主体性
				思・判・表	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ようとしている。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	体作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こと，話合いに参加しようとすることなどや，健康・安全に気を配っている。	ワークシート	
	【ダンス】 ㋒現代的なリズムのダンス	10	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。	知・技（1）ウ	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できる。リズムの特徴を捉え，変化のある動きを組み合わせて，リズムに乗って全身で踊っている。	テスト	表現力
6月				思・判・表	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ることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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と，交流などの話合いに参加しようとすること，一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとすることなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
	【陸上競技】 ㋐短距離走・リレー	4	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。	知・技（1）ア	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できる。短距離・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。	テスト ワークシート	思考力 判断力
				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，自己の考えたことを他者に伝えることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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ことなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
	【陸上競技】 ㋑走り幅跳び	5	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。	知・技（1）イ	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。	テスト ワークシート	
				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，自己の考えたことを他者に伝えることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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ことなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	

7月	【球技】 ㋑ネット型 バレーボール	5	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。	知・技（1）イ	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める体力などを理解できる。ネット型では，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馬車をめぐる攻防をすることができる。	テスト ワークシート	思考力 協働性
				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，自己の考えたことを他者に伝えることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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合いに参加しようとすること，一人一人の千垣に応じたプレイなどを認めようとすること，仲間の学習を援助しようとすることなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
	【水泳】	2	水泳の事故防止に関する心得を守り，健康・安全に留意して事故・防止の知識を取り扱う。	学びに向かう力，人間性等	水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	判断力
9月	【器械運動】 ㋐マット運動	7	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。	知・技（1）ア	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める体力などを理解できる。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。	テスト ワークシート	思考力 表現力
				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ることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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こと，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課題や挑戦を認めようとすることなどや健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
10月	【球技】 ㋒ベースボール型 ソフトボール	7	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。	知・技（1）ウ	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める体力などを理解できる。ベースボール型では，基本的なバット操作を走塁での攻撃，ボール操作と定位置での守備などのによって攻防をすることができる。	テスト ワークシート	協働性 思考力
				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，自己の考えたことを他者に伝えようとしている。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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合いに参加しようとすること，一人一人の千垣に応じたプレイなどを認めようとすること，仲間の学習を援助しようとすることなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
11月	【陸上競技】 ㋐持久走	6	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。	知・技（1）ア	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できる。長距離走では，ペースを守って走ることができる。	テスト ワークシート	主体性 思考力
				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，自己の考えたことを他者に伝えようとしている。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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ことなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	

12月	【武道】㋐柔道	6	柔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などや，禁じ技を用いないなど安全に気を配ることができるようにする。	知・技（1）ア	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を理解できる。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。	テスト ワークシート	思考力 判断力
				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，自己の考えたことを他者に伝えることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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ことなどや，禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
1月	【球技】 ㋐ゴール型 サッカー	7	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。	知・技（1）ア	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める体力などを理解できる。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。	テスト ワークシート	協働性 思考力
				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，自己の考えたことを他者に伝えることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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合いに参加しようとすること，一人一人の千垣に応じたプレイなどを認めようとすること，仲間の学習を援助しようとすることなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
2月	【球技】 ㋐ゴール型 バスケットボール	7	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。	知・技（1）ア	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める体力などを理解できる。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。	テスト ワークシート	協働性 思考力
				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，自己の考えたことを他者に伝えることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力，人間性等	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合いに参加しようとすること，一人一人の千垣に応じたプレイなどを認めようとすること，仲間の学習を援助しようとすることなどや，健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
3月	運動やスポーツの必要性と楽しさ	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だされ発展してきたことを理解することができる。	テスト ノート	主体性
				思・判・表	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，他者に伝えることができる。	ノート	
				学びに向かう力，人間性等	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みことができる。	ノート	
	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理解することができる。	テスト ノート	協働性
				思・判・表	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，他者に伝えることができる。	ノート	
				学びに向かう力，人間性等	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みことができる。	ノート	
	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けたり，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けたり，工夫したりすることが大切であることを理解することができる。	テスト ノート	表現力
				思・判・表	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，他者に伝えることができる。	ノート	
				学びに向かう力，人間性等	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みことができる。	ノート	