

月	単元名・教材名	配当時間	単元の目標	評価規準			学習指導要領との対応
				知識・技能	思考・判断	主体的に学習に取り組む態度	
4	○体づくり運動 ・体ほぐしの運動 ・体力を高める運動	4	自己の体に関心を持ち、体力や生活に応じた課題を持って、体をほぐしたり、体力を高めたりすることができるようにする。仲間の学習を援助し、一人一人の違いに応じた動きを認める意欲を持てるようにする。	「体ほぐしの運動」には、「心と体の関係や心身の状態に気付く」、「仲間と積極的に関わり合う」というねらいに応じた行い方があることについて、言ったり書き出したりしている。	体ほぐしの運動で、「心と体の関係や心身の状態に気付く」「仲間と積極的に関わり合う」ことを踏まえてねらいに応じた運動を選んでいる。	仲間の補助をしたり助言したりして仲間の学習を援助しようとしている。また、一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとしている。	A体づくり運動 ア イ
	○陸上競技 ・短距離走 スタート 中間疾走 フィニッシュ	7	自己の能力に適した課題を持って運動を行い、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。また自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。	知識 陸上競技は、自己の記録に挑戦したり競争したりする楽しさや喜びを味わうことができることについて、言ったり書き出したりしている。 技能 クラウチングスタートから徐々に上体を起こしていき加速することができる。自己に合ったピッチとストライドで速く走ることができる。	提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。	陸上競技の学習に積極的に取り組もうとし、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。	C陸上競技 ア
5	○陸上競技 ・リレー バトンパス	8	自己の能力に適した課題を持って運動を行い、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。また自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。	知識 陸上競技の各種目において用いられる技術の名称があり、それぞれの技術で動きのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 技能 リレーでは、次走者がスタートするタイミングやバトンを受け渡すタイミングを合わせることができる。	練習や競争する場面で、最善を尽くす、勝敗を受け入れるなどのよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている。	陸上競技の学習に積極的に取り組もうとし、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。	C陸上競技 ア

5	○体育理論 ・運動やスポーツの多様性 ・運動やスポーツが心身の発達に与える効果と安全	3		・運動やスポーツの多様性 ・運動やスポーツが心身の発達に与える効果と安全について理解できるようにする。	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や、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している。	運動やスポーツの必要性和楽しさについて、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。	運動やスポーツの必要性和楽しさについての学習に積極的に取り組もうとしている。	H 体育理論 (1) (2)
6 7 9	○球技 ・バレーボール パス サーブ レシーブ スパイク ゲーム	7	保健分野 生活習慣 喫煙飲酒の防止 薬物乱用の防止	チームの課題や自己の能力に適した課題を持って運動を行い、その技能を身に付け、作戦を生かした攻防を展開し仲間と連携したゲームができるようにする。	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 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。	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。	E 球技 イ
	○器械運動 ・跳び箱運動	7		自己の能力に適した課題を持って運動を行い、その技能を高め、技がよりよくできるようにし、仲間と協力し取り組むことができるようにする。	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 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。	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。	B 器械運動 ア
	○球技 ・サッカー パス ドリブル シュート ゲーム	7		チームの課題や自己の能力に適した課題を持って運動を行い、その技能を身に付け、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。また、仲間と協力してお互いに高め合いながら取り組むことができるようにする。	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。	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。	E 球技 ア

4 5 6	○保健分野 ・生活習慣 ・喫煙・飲酒の防止 ・薬物乱用の防止	各月 2時間 実施 (8)	個人生活における健康・安全に関する理解を通じて、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。	生活習慣病の多くは適切な運動や食事、休養、睡眠の調和のとれた生活を実践することの大切さを理解する。また、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、個人の心理状態や人間関係に影響することから、適切に対処する必要があることを理解する。	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同時に、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主体的に取り組もうとしている。	保健(1) ア(ウ)(エ)
			【評価方法】	知識 ・授業観察 ・学習カード ・定期考査 技能 ・授業観察 ・技能テスト	・授業観察 ・学習カード	・授業観察 ・学習カード	

令和3年度 保健体育科【後期】 2年〔男子〕 年間指導および価計画 中野区立第二中学校 6-(2)

月	単元名・教材名	配当時間	単元の目標	評価規準			学習指導要領との対応
				知識・技能	思考・判断	主体的に学習に取り組む態度	
10	○水泳 ・クロール ・平泳ぎ ・背泳ぎ ・バタフライ スタート ターン	7	自己の能力に適した課題を持って運動を行い、その技能を高め、続けて長く泳いだり、速く泳いだりすることができるようにする。	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 推進力のあるキック、プル、および呼吸法とコンビネーションを習得し、長く泳いだり、速く泳いだりすることができる。より速く泳ぐためのスタートとターンができる。	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。	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。	D水泳 アイウ
11	○陸上競技 ・長距離走	8	自己の能力に適した課題を持って運動を行い、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。また、仲間と協力しながら取り組むことができるようにする。	知識 陸上競技は、自己の記録に挑戦したり、競争したりする楽しさや喜びを味わうことができることについて、言ったり書き出したりしている。 技能 腕に余分な力を入れないで、リラックスして走ることができ、自己に合ったピッチとストライドで、上下動の少ない動きで走ることができる。	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。	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。	C陸上競技 ア
12 1 2 3	○球技 ・ハンドボール パス ドリブル シュート ゲーム	7	チームの課題や自己の能力に適した課題を持って運動を行い、その技能を身に付け、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。また、仲間と協力してお互いに高め合いながら取り組むことができるようにする。	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。	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たり、健康・安全に気を配ったりしている。	E球技 ア

	○球技 ・バスケットボール パス ドリブル シュート ゲーム	7		チームの課題や自己の能力に適した課題を持って運動を行い、その技能を身に付け、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。また、仲間と協力してお互いに高め合いながら取り組むことができるようにする。	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。	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。	E球技 ア
12	○武道 ・柔道 基本動作 受け身 投げ技 固め技	7	障害の防止 8	自己の能力に適した課題を持って運動を行い、その技能を身に付け、相手の動きに対応した攻防を展開して練習や試合ができるようにする。	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。	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。	F武道 ア
	○体づくり運動 ・体力を高める運動	3		自己の体に関心を持ち、体力や生活に応じた課題を持って、体をほぐしたり、体力を高めたりすることができるようにする。仲間の学習を援助し、一人一人の違いに応じた動きを認める意欲を持てるようにする。	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、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。	A体づくり運動 イ
	○ダンス ・現代的なリズムのダンス	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できるようにする。	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 リズムの特徴を捉え、変化の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。	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。	Gダンス ウ

1 2 3	○保健分野 ・ 傷害の防止	各月 2～3 時間 実施 (8)	個人生活における健康・安全に関する理解を通じて、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。	自然災害及び交通事故などによる傷害の発生要因やその防止対策、応急手当の意義や手順について、課題解決を通して科学的に理解し、日常生活の課題解決に役立つ知識を身に付けている。	自然災害及び交通事故などによる傷害の発生要因やその防止対策、応急手当について、自分の知識や経験などをもとに科学的に考え選択すべき行動を判断し、それらを判断しようとしている。	自然災害及び交通事故などによる傷害の発生原因やその防止対策、応急手当について関心を持ち、課題を見つけ、意欲的に学習しようとしている。	保健 (3) アイ ウエ	
			【評価方法】	知識 ・ 授業観察 ・ 学習カード ・ 定期考査 技能 ・ 授業観察 ・ 技能テスト	・ 授業観察 ・ 学習カード	・ 授業観察 ・ 学習カード		