

月	単元	学習事項（指導内容）	時数	観点	評価規準	評価方法
	球技（ネット型）	バレーボール			<p>（定位置に戻るなどの動き）</p> <ul style="list-style-type: none"> 相手の打球に備えた準備姿勢をとることができる。 プレイを開始するときは、各ポジションの定位置に戻ることができる。 ボールを打ったり受けたりした後、ボールや相手に正対することができる。 <p>②</p> <ul style="list-style-type: none"> 提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来を伝えている。（表現） 練習やゲームの場で、最善を尽くす、フェアなプレイ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。（表現） 学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。（思考） 仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。（思考） 提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。（判断） 仲間と話し合う場面で、チームへの関わり方を見付けている。（判断） 体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や競争を行う方法を見付け、仲間に伝えている。（判断） <p>③</p> <ul style="list-style-type: none"> 球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 マナーを守ったり相手の健闘を認めたりして、フェアなプレイを守ろうとしている。 作戦などについての話し合いに参加しようとしている。 一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを認めようとしている。 練習の補助をしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。 健康・安全に留意している。 	<ul style="list-style-type: none"> ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察・学習カード ○観察・学習カード ○観察 ○観察・学習カード ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察
7	水泳	<ul style="list-style-type: none"> ・ 平泳ぎ ・ クロール 	9	<p>①</p> <p>（知識）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 陸上競技（短距離走）と同様 <p>（技能）（クロール）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 一定のリズムで強いキックを打つことができる。 ・ 水中で肘を曲げて腕全体で水をキャッチし、効率よく水をかくことができる。 ・ ブルとキック、ローリングの動作に合わせて横向きで呼吸をすることができる。（平泳ぎ） ・ 肩より前で、両手で逆ハート型を描くように水をかくことができる。 ・ ブルのかき終わりに合わせて顔を水面上に出して息を吸い、キックの蹴り終わりに合わせて伸び(グライド)をとり進むことができる。 <p>②</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 提供された練習方法から、自己の課題の習得に適した練習方法を選んでいる。（表現） ・ 学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。（思考） ・ 仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。（思考） ・ 体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や競争を行う方法を見付け、仲間に伝えている。（判断） <p>③</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 水泳の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・ 一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを認めようとしている。 ・ 練習の補助をしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。 ・ 健康・安全に留意している。 	<ul style="list-style-type: none"> ○陸上競技と同様 ○観察 ○実技テスト・観察 ○実技テスト・観察 ○観察 ○観察 ○実技テスト・観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 	
9	球技（ベースボール型）	ソフトボール	8	<p>①</p> <p>（知識）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 球技（バレーボール）と同様 <p>（技能）（基本的なバット操作）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 投球の方向と平行に立ち、肩越しにバットを構えることができる。□ ・ 地面と水平になるようにバットを振り抜くことができる。（走塁）□ ・ スピードを落とさずに、タイミングを合わせて塁を駆け抜けることができる。□ ・ 打球の状況によって塁を進んだり戻ったりすることができる。□ <p>（ボール操作）□</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ボールの正面に回り込んで、緩い打球を捕ることができる。□ ・ 投げる腕を後方に引きながら投げ手と反対側の足を踏み出し、体重を移動させながら、大きな動作でねらった方向にボールを投げるすることができる。□ □守備位置から塁上へ移動して、味方からの送球を受けることができる。 <p>（定位置での守備）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 決められた守備位置に繰り返し立ち、準備姿勢をとることができる。□ ・ 各ポジションの役割に応じて、ベースカバーやバックアップの基本的な動きができる。 <p>②</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 球技（バレーボール）と同様 <p>③</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 球技（バレーボール）と同様 	<ul style="list-style-type: none"> ○バレーボールと同様 ○観察 ○実技テスト・観察 ○観察 ○定期考査・観察 ○実技テスト・観察 ○実技テスト・観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○バレーボールと同様 ○バレーボールと同様 	
10	陸上競技	長距離走	8	<p>①</p> <p>（知識）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 陸上競技（短距離走）と同様 <p>（技能）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 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る。 ・ 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。 ・ ペースを一定にして走ることができる。 ・ 学習した内容を生かし、記録を向上させることができる。 <p>②</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 陸上競技（短距離走）と同様 <p>③</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 陸上競技（短距離走）と同様 	<ul style="list-style-type: none"> ○陸上競技と同様 ○観察 ○観察 ○観察・学習カード ○実技テスト・観察 ○陸上競技と同様 ○陸上競技と同様 	
11	ダンス	リズム・創作	9	<p>①</p> <p>（知識）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 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について理解している。 ・ ダンスは、様々な文化の影響を受け発展したことについて、言ったり書き出したりしている。 ・ ダンスには、表現の仕方に違いがあることについて、学習した具体例を挙げている。□ ・ ダンスはリズムカルな全身の動きに関連した体力が高まることについて、言ったり書き出したりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ○定期考査・観察 ○定期考査・観察 ○観察・学習カード ○観察・学習カード 	

月	単元	学習事項 (指導内容)	時数	観点	評価規準	評価方法
11	ダンス				<p>(技能)</p> <p>A 身近な生活や日常動作(スポーツいろいろ, 働く人々 など)□ ・一番表したい場面や動きを, スローモーションの動きで誇張したり, 何回も繰り返したりして□表現することができる。□</p> <p>B 対極の動きの連続など(走る-跳ぶ-転がる, 走る-止まる, 伸びる-縮む など)□ ・「走る-跳ぶ-転がる」をひと流れでダイナミックに動いてみてイメージを広げ, 変化や連続の動きを組み合わせる表現することができる。 ・「走る-止まる」では, 走って止まるまでをひと流れで動いたところからイメージを広げて表現することができる。 ・「伸びる-縮む」では身体を極限・極小まで動かし, イメージを広げて表現することができる。</p> <p>C 多様な感じ(激しい, 急変する, 軽快な, 柔らかい, 鋭い など) ・生活や自然現象, 人間の感情などの中からイメージを捉え, 緩急や強弱, 静と動などの動きを組み合わせる変化やメリハリを付けて表現することができる。</p> <p>D 群(集団)の動き(集まる-とび散る, 磁石, エネルギー, 対決 など) ・仲間と関わり合いながら密集や分散を繰り返し, ダイナミックに空間が変化する動きで表現することができる。</p> <p>E 学習した内容を生かし, ダンスをつくるができる。</p> <p>② ・提示された踊りのポイントやつまずきの事例を参考に, 仲間やグループの課題や出来映えを伝えている。(表現) ・学習した安全上の留意点を, 他の学習場面に当てはめ, 仲間に伝えている。(思考) ・提示された事例を参考に, 自分の興味や関心に合ったテーマや踊りを設定している。(思考) ・提供されたテーマや表現の仕方から, 自己やグループの課題に応じた練習を選んでいる。(判断) ・仲間と話し合う場面で, グループへの関わり方を見付けている。(判断) ・体力の程度や性別等の違いを踏まえて, 仲間とともに楽しむための表現や交流を行う方法を見付け, 仲間に伝えている。(判断)</p>	<p>○実技テスト・観察</p> <p>○観察・学習カード</p> <p>○観察・学習カード</p> <p>○観察・学習カード</p> <p>○観察・学習カード</p> <p>○観察・学習カード</p> <p>○実技テスト・観察</p> <p>○観察</p> <p>○観察</p> <p>○観察・学習カード</p> <p>○観察</p> <p>○観察・学習カード</p>
12	球技 (ゴール型)	サッカー	8	<p>① ・球技 (バレーボール) と同様</p> <p>② (技能) (ボール操作) ・ゴール方向に守備者がいない位置でシュートをすることができる。 ・マークされていない味方にパスを出すことができる。 ・得点しやすい空間にいる味方にパスを出すことができる。 (空間に走り込むなどの動き) ・ボールとゴールが同時に見える場所に立つことができる。 ・ボールを持っている相手をマークすることができる。</p> <p>③ ・球技 (ゴール型) と同様</p>	<p>○バレーボールと同様</p> <p>○実技テスト・観察</p> <p>○観察</p> <p>○実技テスト・観察</p> <p>○観察</p> <p>○実技テスト・観察</p> <p>○球技と同様</p>	
1	器械体操	<ul style="list-style-type: none"> ・ マット運動 ・ 平均台 	7	<p>① (知識) ・陸上競技 (短距離走) と同様 ○技能 ・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。 ・鉄棒運動では, 支持系や懸垂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。 ・平均台運動では, 体操系やバランス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。</p> <p>② ・陸上競技 (短距離走) と同様</p> <p>③ ・陸上競技 (短距離走) と同様</p>	<p>○陸上競技と同様</p> <p>○実技テスト・観察</p> <p>○実技テスト・観察</p> <p>○実技テスト・観察</p> <p>○陸上競技と同様</p> <p>○陸上競技と同様</p>	
2 3	武道	剣道	8	<p>① (知識) ・我が国固有の文化であることについて, 言ったり書き出したりしている。□ ・技能の習得を通して人間形成を図るという考え方を言ったり書き出したりしている。□ ・武道の技には名称があり, それぞれの技を身に付けるための技術的な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 [基本動作] ・構えでは, 相手の動きに応じて自然体で中段に構えることができる。 ・体さばきでは, 相手の動きに応じて歩み足や送り足をすることができる。 ・基本の打突の仕方と受け方では, 中段の構えから体さばきを使って, 面や胴(右)や小手(右)の部位を打ったり受けたりすることができる。</p> <p>② ・提示された動きのポイントやつまずきの例を参考に, 仲間の課題や出来を伝えている。(表現) ・練習の場面で, 仲間の所作等のよい取組を見付け, 理由を添えて他者に伝えている。(表現) ・学習した安全上の留意点を, 他の学習場面に当てはめ, 仲間に伝えている。(思考) ・提供された練習方法から, 自己の課題の習得に適した練習方法を選んでいる。(判断) ・体力や技能の程度, 性別等の違いを踏まえて, 仲間とともに楽しむための練習や競争を行う方法を見付け, 仲間に伝えている。(判断)</p> <p>③ ・武道の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重し, 伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。 ・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。 ・禁じ技を用いないなど健康・安全に留意している。</p>	<p>○定期考査・観察</p> <p>○定期考査・観察</p> <p>○定期考査・観察</p> <p>○観察</p> <p>○観察</p> <p>○実技テスト・観察</p> <p>○観察</p> <p>○観察</p> <p>○観察・学習カード</p> <p>○観察・学習カード</p> <p>○観察</p> <p>○観察</p> <p>○観察</p> <p>○観察</p>	

月	単元	学習事項（指導内容）	時数	観点	評価規準	評価方法
4	体育理論	運動やスポーツの必要性和楽しさ	1	① ② ③	・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。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察
		運動やスポーツへの多様な関わり方	1	① ② ③	・運動やスポーツには、行うこと、見ること、支えることおよび知ることなどの多様な関わり方があることを理解している。 ・運動やスポーツへの多様な関わり方について、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。 ・運動やスポーツへの多様な関わり方についての学習に積極的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察 ○観察
		運動やスポーツの多様な楽しみ方	1	① ② ③	・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付けたり、工夫したりすることが大切であることを理解している。 ・運動やスポーツの多様な楽しみ方について、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。 ・運動やスポーツの多様な楽しみ方についての学習に積極的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察
4 5 3	保健	健康の成り立ち	1	① ② ③	・健康は、主体と環境の相互作用の下に成り立っていること、疾病は、主体の要因と環境の要因が関わり合って発生することを理解している。 ・健康の成り立ちについて、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それら表現している。 ・健康の成り立ちについての学習に自主的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察
		運動と健康	1	① ② ③	・運動には、体の各器官のはたらきを刺激し発達を促す効果や、気分転換ができること、体力が向上することなどの効果があることを理解している。また、健康の保持増進には、適切に運動を続ける必要があることを理解している。 ・運動と健康について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それら表現している。 ・運動と健康についての学習に自主的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察
		食生活と健康	1	① ② ③	・毎日の食生活は健康に深く関わっていること、また、毎日適切な時間に食事をすること、年齢や運動量によって栄養素のバランスや食事の量に配慮することが必要であることを理解している。 ・食生活と健康について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それら表現している。 ・食生活と健康についての学習に自主的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察
		休養・睡眠と健康	1	① ② ③	・休養や睡眠には、心身の疲労を回復し、健康な状態を維持する効果があること、また、健康の保持増進には、適切に休養・睡眠をとる必要があることを理解している。 ・休養・睡眠と健康について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それら表現している。 ・休養・睡眠と健康についての学習に自主的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察
		調和のとれた生活	1	① ② ③	・健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた運動、食事、休養・睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があることを理解している。 ・調和のとれた生活について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それら表現している。 ・調和のとれた生活についての学習に自主的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察
		体の発育・発達	2	① ② ③	・体の発育・発達には、各器官が急速に発育し、機能が発達する時期があること、体の発育・発達の時期や程度には、個人差があることを理解している。 ・体の発育・発達と個人差について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それら表現している。 ・体の発育・発達と個人差についての学習に自主的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察
		呼吸器官・循環器官の発育・発達	1	① ② ③	・呼吸器官・循環器官が発育・発達すると、1回の呼吸で交換できる酸素と二酸化炭素の量が増えたり、心臓の収縮する力が強くなったりすること、中学生の時期は適度な運動を行うことによって呼吸器官・循環器官がよりよく発達することを理解している。 ・呼吸器官・循環器官の発育・発達のしかたや中学生の時期の生活のしかたについて、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それら表現している。 ・呼吸器官・循環器官の発育・発達のしかたや中学生の時期の生活のしかたについての学習に自主的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察
		生命を生み出す体への成熟-1	1	① ② ③	・思春期には、下垂体から分泌される性腺刺激ホルモンのはたらきにより生殖器官の発育とともに生殖機能が発達することを理解している。 ・生殖に関わる機能の成熟について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それら表現している。 ・生殖に関わる機能の成熟についての学習に自主的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察
		生命を生み出す体への成熟-2	1	① ② ③	・思春期になると、男子では射精、女子では月経が見られ、妊娠が可能となること、思春期は、生命を生み出すことのできる体へと成熟する時期であることを理解している。 ・生殖に関わる機能の成熟について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それら表現している。 ・生殖に関わる機能の成熟についての学習に自主的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察
		思春期の心の変化への対応	1	① ② ③	・思春期には、体の変化にともない、個人差はあるが、性衝動が生じたり、性への関心が高まったりすることがあること、そのため、異性の尊重、性情報への対処など性に関する適切な態度や行動の選択が必要となることを理解している。 ・思春期の心の変化や異性の尊重、性情報への対処など性に関する適切な態度や行動の選択について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それら表現している。 ・思春期の心の変化や異性の尊重、性情報への対処など性に関する適切な態度や行動の選択についての学習に自主的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察

月	単元	学習事項（指導内容）	時数	観点	評価規準	評価方法
	保健	考える心・感動する心の発達	1	① ② ③	<ul style="list-style-type: none"> ・知的機能、情意機能は生活経験や学習などの影響を受けながら、脳の発達とともに発達することを理解している。 ・心のはたらきや発達のしかたについて、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。 ・心のはたらきや発達のしかたについての学習に自主的に取り組もうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ○定期調査・観察 ○観察 ○観察
		人との関わりと自分らしさ	1	① ② ③	<ul style="list-style-type: none"> ・中学生の時期は社会性が発達すること、自己を認識し、自分なりの価値観を身に付けていくなどの自己形成がなされることを理解している。 ・人との関わりと自己形成について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。 ・人との関わりと自己形成についての学習に自主的に取り組もうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ○定期調査・観察 ○観察 ○観察
		欲求への対処	1	① ② ③	<ul style="list-style-type: none"> ・欲求には、生理的な欲求と心理的、社会的な欲求があること、心の健康を保つには、欲求に適切に対処することが必要であることを理解している。 ・欲求への適切な対処と心の健康について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。 ・欲求への適切な対処と心の健康についての学習に自主的に取り組もうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ○定期調査・観察 ○観察 ○観察
		ストレスへの対処	1	① ② ③	<ul style="list-style-type: none"> ・心の健康を保つには、ストレスに適切に対処することが必要であることを理解している。またリラクゼーションなど、ストレスによる心身の負担を軽くするような対処の方法を身に付けている。 ・ストレスへの適切な対処と心の健康について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。 ・ストレスへの適切な対処と心の健康についての学習に自主的に取り組もうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ○定期調査・観察 ○観察 ○観察
		心と体の関わり	1	① ② ③	<ul style="list-style-type: none"> ・心と体には、互いに影響を与え合っていること、心の状態が体にあらわれたり、体の状態が心にあらわれたりするの、神経などはたらきによることを理解している。 ・心と体の関わりについて、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。 ・心と体の関わりについての学習に自主的に取り組もうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ○定期調査・観察 ○観察 ○観察