

令和 7 年度	年間指導計画	2 学年【保健体育科】		
---------	--------	-------------	--	--

月	単元・題材 指導目標 （ ）は時数	観 点	評 価 材 料
4 月 5 月	体づくり運動（7） 体づくり運動は、体ほぐしの運動と体の動きを高める運動及び実生活に生かす運動の計画で構成され、自他の心と体に向き合って、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、心と体をほぐしたり、体の動きを高める方法を学んだりすることができる領域である。 第 1 学年及び第 2 学年では、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するとともに、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ようにする。その際、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ようにする。また、体づくり運動の学習に積極的に取り組み、仲間の学習を援助することや一人一人の違いに応じた動きなどを認めることなどに意欲をもち、健康や安全に気を配ることができるようにする。	観点 1 知識・技能	☐ ペーパーテスト ☐ PDCA シート
		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。	
		観点 2 思考・判断・表現	☐ ペーパーテスト ☐ PDCA シート ☐ 課題に対する話し合い活動・表現
		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。	
4 月 5 月	陸上競技（11） 短距離走・リレー・長距離走 50m 走 80m 走 バトンパス 陸上競技は、「走る」、「跳ぶ」及び「投げる」などの運動で構成され、記録に挑戦したり、相手と競争したりする楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。陸上競技に求められる基本的な動きや効率のよい動きを発展させて、各種目特有の技能を身に付けることができるようにする。第 1 学年及び第 2 学年では、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方などを理解し、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ようにする。その際、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ようにする。また、陸上競技の学習に積極的に取り組み、ルールやマナーを守ることや一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めることなどに意欲をもち、健康や安全に気を配ることができるようにする。	観点 3 主体的に学習に取り組む態度	☐ PDCA シート ☐ 課題に対する取組みの姿勢
		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。	
		観点 1 知識・技能	☐ 記録会 ☐ 実技テスト ☐ ペーパーテスト ☐ PDCA シート
		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。特に短距離走・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。	
6 月	体育理論（3） 運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方 運動やスポーツが体にあたえる効果 運動やスポーツが心にあたえる効果 安全な運動やスポーツの行い方・学び方 運動やスポーツの合理的な実践を通して、生涯にわたり豊かに運動やスポーツに親しむ資質や能力を育てるとともに健康の保持増進を図るためには、その意義や効果、安全に運動やスポーツを行う必要性やその方法について理解できるようにする。運動やスポーツを行うことは、心身の発達や社会性を高める効果が期待できこと、健康・安全に留意できるようにする。	観点 2 思考・判断・表現	☐ ペーパーテスト ☐ 実技テスト ☐ PDCA シート ☐ 課題に対する話し合い活動・表現
		動きなどの自己や仲間の課題を発見し、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。	
		観点 3 主体的に学習に取り組む態度	☐ PDCA シート ☐ 課題に対する取組みの姿勢
		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などや、健康・安全に気を配ることができる。	
6 月 7 月	球技（10） バスケットボール パス、キャッチ、ドリブル、シュート、ターン、3クロス、ゲーム 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、基本的なボールや用具、仲間と連携した動きで攻防を展開できるようにする。その際、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ることができるようにする。また、球技の学習に積極的に取り組み、作戦などについての話し合いに参加することや一人一人の違いに応じたプレイなどを認めることなどに意欲をもち、健康や安全に気を配ることができるようにする。	観点 1 知識	☐ ペーパーテスト ☐ PDCA シート
		運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方について理解することができる。	
		観点 2 思考・判断・表現	☐ ペーパーテスト ☐ PDCA シート ☐ 課題に対する話し合い活動・表現
		運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方について、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、他者に伝えることができる。	
6 月 7 月	水泳（10） クロール 平泳ぎ 背泳ぎ 8 分間泳 ターン スタート（飛び込みではない） 水泳は、クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライなどから構成され、浮く、呼吸をする、進むなどのそれぞれの技能の組合せによって成立している運動で、それぞれの泳法を身に付け、続けて長く泳いだり、速く泳いだり、競い合ったりする楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。 記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方などを理解し、泳法を身に付けることができるようにする。その際、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ることができるようにする。また、水泳の学習に積極的に取り組み、分担した役割を果たすことや一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めることなどに意欲をもち、健康や水中の安全確保に気を配ることができるようにする。	観点 3 主体的に学習に取り組む態度	☐ PDCA シート ☐ 課題に対する取組みの姿勢
		運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方についての学習に積極的に取り組むことができる。	
		観点 1 知識・技能	☐ 実技テスト ☐ ペーパーテスト ☐ PDCA シート
		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を理解するとともに、泳法を身に付けることができる。	
6 月 7 月	球技（10） ソフトボール 投げ方 捕り方 基本的なバット操作と走塁 ゲーム 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、基本的なボールや用具、仲間と連携した動きで攻防を展開できるようにする。その際、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ることができるようにする。また、球技の学習に積極的に取り組み、作戦などについての話し合いに参加することや一人一人の違いに応じたプレイなどを認めることなどに意欲をもち、健康や安全に気を配ることができるようにする。	観点 2 思考・判断・表現	☐ ペーパーテスト ☐ 実技テスト ☐ PDCA シート ☐ 課題に対する話し合い活動・表現
		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ることができる。	
		観点 3 主体的に学習に取り組む態度	☐ PDCA シート ☐ 課題に対する取組みの姿勢
		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や、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。	
9 月 10 月	球技（10） ソフトボール 投げ方 捕り方 基本的なバット操作と走塁 ゲーム 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、基本的なボールや用具、仲間と連携した動きで攻防を展開できるようにする。その際、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ることができるようにする。また、球技の学習に積極的に取り組み、作戦などについての話し合いに参加することや一人一人の違いに応じたプレイなどを認めることなどに意欲をもち、健康や安全に気を配ることができるようにする。	観点 1 知識・技能	☐ 実技テスト ☐ ペーパーテスト ☐ PDCA シート
		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。	
		観点 2 思考・判断・表現	☐ ペーパーテスト ☐ 実技テスト ☐ PDCA シート ☐ 課題に対する話し合い活動・表現
		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ることができる。	
9 月 10 月	球技（10） ソフトボール 投げ方 捕り方 基本的なバット操作と走塁 ゲーム 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、基本的なボールや用具、仲間と連携した動きで攻防を展開できるようにする。その際、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ることができるようにする。また、球技の学習に積極的に取り組み、作戦などについての話し合いに参加することや一人一人の違いに応じたプレイなどを認めることなどに意欲をもち、健康や安全に気を配ることができるようにする。	観点 3 主体的に学習に取り組む態度	☐ PDCA シート ☐ 課題に対する取組みの姿勢
		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や、健康・安全に気を配ることができる。	

7月 9月 10月	保健（6） 健康な生活と病気の予防（生活習慣病などの予防　喫煙、飲酒、薬物乱用） 生活習慣の予防　がんの予防　喫煙と健康　飲酒と健康　薬物乱用と健康　喫煙飲酒薬物乱用のきっかけ 生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた　生活を実践することによって予防できることを指導する。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、健康を損なう原因となること。また、これらの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があることを指導する。	観点1　知識・技能 生活習慣病の予防について、個人生活を中心として科学的に理解できるようにするとともに、それらの内容に関わる基本的な技能を身に付けることができる。	□ペーパーテスト
		観点2　思考・判断・表現 生活習慣病の予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現することができる。	□ペーパーテスト □PDCA　シート □課題に対する話し合い活動・表現
		観点3　主体的に学習に取り組む態度 自他の健康に関心をもち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復を目指す実践力の基礎を育て、現在及び将来の生活を健康で活力に満ちた明るく豊かなものにしようすることができる。	□PDCA　シート □課題に対する取組みの姿勢
9月 10月	器械運動（8）　跳び箱運動 切り返し系・・・開脚跳び　かかえ込み跳び　回転系・・・台上前転 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、技がよりよくできるようにする。その際、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し、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。 また、器械運動の学習に積極的に取り組み、よい演技を認めることや一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めることなどに意欲をもち、健康や安全に気を配ることができるようにする。	観点1　知識・技能 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を理解するとともに、技をよりよく行うことができる。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。	□ペーパーテスト □PDCA　シート □課題に対する取組みの姿勢
		観点2　思考・判断・表現 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。	□ペーパーテスト □実技テスト □PDCA　シート □課題に対する話し合い活動・表現
		観点3　主体的に学習に取り組む態度 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、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や、健康・安全に気を配ることができる。	□PDCA　シート □課題に対する取組みの姿勢
10月	武道（10）　柔道 受身(後受け身　横受け身　前回り受け身)　体さばき　崩し　体落　釣込腰　払い腰　大内刈　小内刈　小外刈　背負投　連絡技　打ち込み　約束練習 武道は、武技、武術などから発生した我が国固有の文化であり、相手の動きに応じて、基本動作や基本となる技を身に付け、相手を攻撃したり相手の技を防御したりすることによって、勝敗を競い合い互いに高め合う楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。また、武道に積極的に取り組むことを通して、武道の伝統的な考え方を理解し、相手を尊重して練習や試合ができるようにすることを重視する対人的な技能を基にした運動である。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、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し、基本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ができるようにする。その際、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ようにすることが大切である。また、武道の学習に積極的に取り組み、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすることや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に意欲をもち、禁じ技を用いないなど健康や安全に気を配ることができるようにする。	観点1　知識・技能 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するとともに、基本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ができる。	□ペーパーテスト □PDCA　シート □課題に対する取組みの姿勢
		観点2　思考・判断・表現 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。	□ペーパーテスト □実技テスト □PDCA　シート □課題に対する話し合い活動・表現
		観点3　主体的に学習に取り組む態度 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。	□PDCA　シート □課題に対する取組みの姿勢
11月 12月	ダンス（10）　創作ダンス 創作ダンスの基本練習　創作ダンス　ダンス発表会 ダンスは、創作ダンス、フォークダンス、現代的なリズムのダンスで構成され、イメージを捉えた表現や踊りを通した交流を通して仲間とのコミュニケーションを豊かにすることを重視する運動で、仲間とともに感じを込めて踊ったり、イメージを捉えて自己を表現したりすることに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。 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した交流ができるようにする。その際、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ようにすることが大切である。また、ダンスの学習に積極的に取り組み、仲間の学習を援助することや一人一人の違いに応じた表現や役割を認めることなどに意欲をもち、健康や安全に気を配ることができるようにする。	観点1　知識・技能 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した交流をすることができる。	□発表会 □実技テスト □ペーパーテスト □PDCA　シート
		観点2　思考・判断・表現 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。	□ペーパーテスト □実技テスト □PDCA　シート □課題に対する話し合い活動・表現
		観点3　主体的に学習に取り組む態度 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ることなどや、健康・安全に気を配ることができる。	□PDCA　シート □課題に対する取組みの姿勢
11月 12月 1月 2月 3月	保健（10）　傷害の防止 傷害の発生要因と防止　交通事故の要因と傷害の防止　犯罪被害の防止 自然災害による傷害の防止　応急手当の基本　心肺蘇生法　出血がある時の応急手当　外傷の応急手当 傷害の発生には様々な要因があり、それらに対する適切な対策によって傷害の多くは防止できること、応急手当は傷害の悪化を防止することができることを理解させる。また、包帯法や AED（自動体外式除細動器）の使用を含む心肺蘇生法などの応急手当ができるようにする。さらに、危険を予測し、その回避の方法を考え、それらを表現することができるようにする。交通事故の要因、自然災害の備え、災害発生時の安全な行動に仕方と備え、傷害の悪化を防ぐ応急手当について学習する。	観点1　知識・技能 傷害の防止について、個人生活を中心として科学的に理解できるようにするとともに、それらの内容に関わる基本的な技能を身に付けることができる。	□ペーパーテスト □PDCA　シートト
		観点2　思考・判断・表現 傷害の防止について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現することができる。	□ペーパーテスト □PDCA　シート □課題中に対する授業中の表現
		観点3　主体的に学習に取り組む態度 自他の健康に関心をもち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復を目指す実践力の基礎を育て、現在及び将来の生活を健康で活力に満ちた明るく豊かなものにしようすることができる。	□PDCA　シート □課題に対する取組みの姿勢
2月 3月	球技（10）　サッカー ボールの止め方　蹴り方　運び方　個人スキルを活かした複数人での攻め方 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、基本的なボールや用具、仲間と連携した動きで攻防を展開できるようにする。その際、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ることができるようにする。また、球技の学習に積極的に取り組み、作戦などについての話し合いに参加することや一人一人の違いに応じたプレイなどを認めることなどに意欲をもち、健康や安全に気を配ることができるようにする。	観点1　知識・技能 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し、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。特に攻撃を重視し、空間に仲間と連携して走り込み、マークをかわしてゴール前での攻防を展開できる。	□実技テスト □ペーパーテスト □PDCA　シート
		観点2　思考・判断・表現 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し、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。	□ペーパーテスト □実技テスト □PDCA　シート □課題に対する話し合い活動・表現
		観点3　主体的に学習に取り組む態度 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や、健康・安全に気を配ることができる。	□PDCA　シート □課題に対する取組みの姿勢