

第【 Ⅰ 】学年 【 保健体育 】 科学習指導計画 (年間指導時数 105 時間)

月	単元名	小単元・目標	主な学習活動・内容	評価基準		
				知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
4	【集団行動】	・集団としての規律やマナー、公正な態度を身につける。	・三列横隊 ・班編制 ・方向転換 ・列の増減	・基本的な隊形移動を習得することができる。 ・集団行動としての規律やマナーを理解しながら、自分の行動を予測することができる。	・集団行動（三列横隊、列の増減）のポイントを理解しながら、取り組んでいるかどうか	・集団としての規律やマナーを理解しながら、意欲的に取り組むことができる。 ・集団の一員としての自覚をもつことができる。
5	【新体力テスト】	・自己の体力の現状を正しく把握し、生涯スポーツの実践や体力づくりの基礎を養う。 ・体力の向上を図るための行い方を理解し、課題解決するための練習計画の見通しをもつことができる。	・50m走 ・立ち幅跳び ・20mシャトルラン ・上体おこし ・握力 ・長座体前屈 ・ハンドボール投げ ・反復横跳び	・体力テストに向けて、最大パフォーマンスを発揮できるよう体調への自己管理を行うことができる。 ・体力の向上を図るための課題を解決するための計画をたてることができる。 ・測定方法、ルール等を理解して行うことができる。 ・体力の向上を図るための行い方を理解し、自分の体力の課題を見つけることができる。	・自己の体力の現状を踏まえ記録の軌跡を確認しながら、自己の体力に関する課題の設定を行うことができる。 ・体力の向上を図るための行い方や課題解決のための練習計画を自己分析しながら考えることができる。	・自己の体力の現状を正しく理解するための、各種目の取り組みを意欲的に行うことができる。 ・測定に必要な準備や、用具、場の設定を進んで行うことができる。 ・体力の向上を図るための行い方や課題解決のための練習計画の立案に意欲的に取り組むことができる。
6	【陸上】 短距離走・リレー	・短距離走やリレーのバトンパスの方法や走の技能を高め、自己記録への挑戦や仲間との競争を楽しむことができる。	・個人的技能 ・オーバーヘッドストローク ・サイドアームストローク ・アンダーハンドストローク ・サービス ・集团的技能 ・フォーメーション ・ダブルスゲーム	・基本的な技能（各種ストローク、サービス）を高め、ペアと連携したゲームを円滑に行うことができる。 ・バドミントンにおいて用いられる技術や戦術、作戦などの名称を知り、ゲーム中にそれらを発揮することができる。 ・安全に留意して、競技のルールや練習方法・審判法を理解できる。	・自分の目標や課題を持ちながら、練習や記録会に参加することができる。	・安全に留意しながら、技能や記録の向上を目指して仲間と協力して取り組むことができる。
7						
9	【バレーボール】	・チームの実態に応じた作戦をたててゲームを楽しむ事ができる。	・個人的技能 ・オーバーパス ・アンダーパス ・サーブ ・集团的技能 ・つなぎ（ラリーを続ける）	・基本的な技能（オーバーパス、アンダーパス、サーブ、スパイク及びブロック）高め、ボールをつないだゲームを円滑に行うことができる。 ・安全に留意して、各種のルール、各種目のルール、競技、審判方法を理解できる。また、チーム内での個人の役割を理解しながら行動できる。	・技能の要点（オーバーパス、アンダーパス、サーブ、スパイク、ブロック）を理解した課題をもち、その課題解決を目指した練習ができる。 ・状況に応じて、ルールを工夫したり作戦を立て、発展的なゲームや練習を行うことができる。	・安全に留意しながら自分に適した目標を設定し、技能の向上を目指して仲間と工夫して意欲的に練習やゲームができる。また、ルールを把握しながら審判などのゲーム運営に積極的に関わることができる。

10	【アルティメット】 ニュースポーツ	・チームの課題や自己の能力に適した課題解決に取り組み、アルティメットの集団的技能を生かした攻防を工夫して行うことができる。	・個人的技能 ・バックハndsロー ・サイドアームスロー ・アップサイドダウンスロー ・集団的技能 ・ゲーム	・基本的な技能（バックハndsロー、サイドアームスロー、アップサイドダウンスロー）を高め、ディスクをつないだゲームを円滑に行うことができる。 ・安全に留意して、ルールや競技、審判方法を理解することができる。また、チーム内での個人の役割を理解しながら行動できる。	・技能の要点（バックハndsロー、サイドアームスロー、アップサイドダウンスロー）を理解した課題をもち、その課題解決を目指した練習ができる。 ・状況に応じて、ルールを工夫したり作戦を立て、発展的なゲームや練習を行うことができる。	・安全に留意しながら自分に適した目標を設定し、技能の向上を目指して仲間と工夫して意欲的に練習やゲームができる。また、ルールを把握しながら審判などのゲーム運営に積極的に関わることができる。
	【器械運動】 マット運動	・器械運動の特性を味わい、個々の技を正確にできるようにするとともに、自己の課題を設定しその課題を仲間と協力して解決することができるようにする。	・マット 1) 各種の技の練習 2) 各自の課題別学習 3) 連続技作成 4) 連続演技発表	・基本的な技能（ドリブル、パス、シュート、トラップ）高め、ボールをつなぎ、空間を作り出すなどの動きによって、ゴール前への侵入などから攻防するゲームを円滑に行うことができる。 ・ルール、競技や審判の方法を理解することができる。また、チーム内での個人の役割を理解しながら行動できる。	・技能の要点（ドリブル、パス、シュート、トラップ）を理解した課題をもち、チームの作戦をたてながらその課題解決を目指した練習ができる。 ・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ることができる。	・安全に留意しながら、技能の向上を目指して仲間と協力して創造できる。また、勝敗に対して公正な態度をとることができる。 ・チーム内の役割を果たし、仲間と協力して教えあい、楽しくゲームができる。
12	【陸上】 長距離走	・走る速さを競い合ったり、自己の記録を高めたりするために、記録を振り返りながら自己分析を行うなど仲間と協力して課題解決できる。	・持久走 ・測定と自己分析	・自分の能力に適した技能のポイントをつかみ、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。 ・自分の能力に適した課題の選び方、それに合わせた練習方法や競技の仕方を理解し、知識を身につけることができる。	・記録を向上させるための練習や競技の仕方を工夫することができる。	・自分の目標を設定し、仲間と練習を工夫し競い合ったり、活発に練習を積み重ねたりして、高めあう事ができる。
	【サッカー】	・チームの課題や自己の能力に適した課題解決に取り組み、サッカーの集団的技能を生かした攻防を工夫して行うことができる。	・個人的技能 ・ドリブル ・パス ・シュート ・トラップ ・集団的技能（ゲーム）	・基本的な技能（ドリブル、パス、シュート、トラップ）高め、ボールをつないだゲームを円滑に行うことができる。 ・ルール、競技や審判の方法を理解することができる。また、チーム内での個人の役割を理解しながら行動できる。	・技能の要点（ドリブル、パス、シュート、トラップ）を理解した課題をもち、チームの作戦をたてながらその課題解決を目指した練習ができる。	・安全に留意しながら、技能の向上を目指して仲間と協力して創造できる。また、勝敗に対して公正な態度をとることができる。
3	【ダンス】	・走る速さを競い合ったり、自己の記録を高めたりするために、記録を振り返りながら自己分析を行うなど仲間と協力して課題解決できる。	・リズムダンス ・創作ダンス	・自分自分の感じ方や工夫を率直に表現し、感じを込めて踊ったり、みんなでかわりをもって踊ったりすることができる。 ・ダンスの特性や学び方、歴史を理解するとともに、発表の仕方や鑑賞の仕方を理解し、知識を身に付ける	・記録を向上させるための練習や競技の仕方を工夫することができる。	・自分の目標を設定し、仲間と練習を工夫し競い合ったり、活発に練習を積み重ねたりして、高めあう事ができる。

4 3	【保健】	・健康な生活と疾病の予防について理解し、健康な日常生活を送るための望ましい行動や調和のとれた生活習慣を身につけることができる。 ・心身の機能の発達と心の健康について理解できるようにする。	・球技 ・器械運動 ・陸上競技 ・ダンス ・武道	・各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けることができる。	運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な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。	生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。
4 3	【体育理論】	・健康な生活と疾病の予防について理解し、健康な日常生活を送るための望ましい行動や調和のとれた生活習慣を身につけることができる。 ・健康と環境について理解を深めるとともに、身体の適応能力とそれを超えた環境による健康への影響を理解することができる。	・「健康な生活と病気の予防③」 ・「健康と環境」	・感染症を予防するには、身体の抵抗力を高めることが有効であること、また、感染症にかかった場合は、疾病から回復することはもちろん、周囲に感染を広げないためにも、できるだけ早く適切な治療を受けることが重要であることを理解することができる。 ・身体には、環境の変化に対応した調節機能があり、一定の範囲内で環境の変化に適応する能力があること、また、体温を一定に保つ身体の適応能力には限界があることや、その限界を超えると健康に重大な影響が見られることを理解することができる。	健康な生活と疾病の予防における事柄や情報などについて、保健に関わる原則や概念を基に整理したり、個人生活と関連付けたりして、自他の課題を発見して ・健康と環境について、課題の解決方法とそれを選択した理由などを、他者と話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて伝え合っている。	・健康な生活と疾病の予防についての学習に自主的に取り組もうとしている。 ・健康と環境についての学習に自主的に取り組もうとしている。

<備考>保健は年間を①・文化としてのスポーツ・文化としてのスポーツ・スポーツは、文化的な生活を営みよ・文化としてのスポーツの意義について・文化としてのスポーツの意義について

ての学習に自主的に取り組むことができる。

第【 2 】学年 【 保健体育 】 科学習指導計画 (年間指導時数 105 時間)

月	単元名	小単元・目標	主な学習活動・内容	評価基準		
				知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
4	【集団行動】	・集団としての規律やマナー、公正な態度を身につける。	・三列横隊 ・班編制 ・方向転換 ・列の増減	・基本的な隊形移動を習得することができる。 ・集団行動としての規律やマナーを理解しながら、自分の行動を予測することができる。	・集団行動（三列横隊、列の増減）のポイントを理解しながら、取り組んでいるかどうか	・集団としての規律やマナーを理解しながら、意欲的に取り組むことができる。 ・集団の一員としての自覚をもつことができる。
5	【新体力テスト】	・自己の体力の現状を正しく把握し、生涯スポーツの実践や体力づくりの基礎を養う。 ・体力の向上を図るための行い方を理解し、課題解決するための練習計画の見通しをもつことができる。	・50m走 ・立ち幅跳び ・20mシャトルラン ・上体おこし ・握力 ・長座体前屈 ・ハンドボール投げ ・反復横跳び	・体力テストに向けて、最大パフォーマンスを発揮できるよう体調への自己管理を行うことができる。 ・体力の向上を図るための課題を解決するための計画をたてることができる。 ・測定方法、ルール等を理解して行うことができる。 ・体力の向上を図るための行い方を理解し、自分の体力の課題を見つけることができる。	・自己の体力の現状を踏まえ記録の軌跡を確認しながら、自己の体力に関する課題の設定を行うことができる。 ・体力の向上を図るための行い方や課題解決のための練習計画を自己分析しながら考えることができる。	・自己の体力の現状を正しく理解するための、各種目の取り組みを意欲的に行うことができる。 ・測定に必要な準備や、用具、場の設定を進んで行うことができる。 ・体力の向上を図るための行い方や課題解決のための練習計画の立案に意欲的に取り組むことができる。
6	【陸上】 ハードル走 走り高跳び	・ハードリングやの方法やインターバル走の技能を高め、自己記録への挑戦や仲間との競争を楽しむことができる。 ・走り高跳びでは、リズムカルな助走から、力強く踏み切って大きな動作で跳ぶことができる。	・個人的技能 ・オーバーヘッドストローク ・サイドアームストローク ・アンダーハンドストローク ・サービス ・集団的技能 ・フォーメーション ・ダブルスゲーム	・基本的な技能（各種ストローク、サービス）を高め、ペアと連携したゲームを円滑に行うことができる。 ・バドミントンにおいて用いられる技術や戦術、作戦などの名称を知り、ゲーム中にそれらを発揮することができる。 ・安全に留意して、競技のルールや練習方法・審判法を理解できる。	・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ることができる。	・安全に留意しながら、技能や記録の向上を目指して仲間と協力して取り組むことができる。
7	【剣道】	・礼を重んじ相手を尊重する態度を身につけることができる。 ・正しい打ち方、足さばきを身につけることができる。	・礼 ・基本姿勢 ・基本打ち	・礼儀作法や基本姿勢・構えを正しく行うことができる。 ・基本の打ち方（面・小手・胴）を身につけることができる。 ・剣道の特性や学び方、歴史を理解するとともに、礼儀作法の仕方や基本姿勢・構えを理解し、知識を身に付ける。	・自分自分の能力に適した課題の解決を目指して、練習の仕方を工夫している。	・剣道の特性や歴史に関心をもち、礼を重んじ相手を尊重する態度で進んで取り組もうとする。また、協力して練習したりできる。
9						

10	【ソフトボール】	・集団的技能や個人的技能の程度に応じた作戦をたて、ゲームのルールを理解して、よりよいゲームづくりを行うことができる。	<技能> ・個人的技能 ・キャッチボール ・トス・バッティング ・集団的技能 ・ゲーム	・施設・設備、道具を適切に用いて、送球、捕球及び打撃を円滑に行うことができる。 ・チームや自分の能力に適した課題の練習やゲームを通して集団的技能(戦術)や個人的技能(キャッチボール、トス、バッティング)を高めることができる。 ・基本的なルールやポジションの役割を理解し、仲間と協力して攻撃や守備を工夫することができる。	・状況に応じて、ルールを工夫したり作戦を立て、個人の特性を生かした攻撃や守備ができる。 ・チームのなかでの自分の役割を把握することができる。	・施設、設備など安全に留意しながら技能の向上を目指し、仲間と協力して練習やゲームの分析を意欲的に行うことができる。 ・ルールを把握しながら審判などのゲーム運営に積極的に関わることができる。
	【器械運動】 跳び箱運動	・器械運動の特性を味わい、個々の技を正確にできるようにするとともに、自己の課題を設定しその課題を仲間と協力して解決することができるようにする。	・跳び箱 1) 各種技の練習 ・切り返し系 ・回転系 2) 発表表	・基本的な技能(ドリブル、パス、シュート、トラップ)高め、ボールをつなぎ、空間を作り出すなどの動きによって、ゴール前への侵入などから攻防するゲームを円滑に行うことができる。 ・ルール、競技や審判の方法を理解しすることができる。また、チーム内での個人の役割を理解しながら行動できる。	・技能の要点(ドリブル、パス、シュート、トラップ)を理解した課題をもち、チームの作戦をたてながらその課題解決を目指した練習ができる。 ・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ることができる。	・安全に留意しながら、技能の向上を目指して仲間と協力して創造できる。また、勝敗に対して公正な態度をとることができる。 ・チーム内の役割を果たし、仲間と協力して教えあい、楽しくゲームができる。
12	【陸上】 長距離走	・走る速さを競い合ったり、自己の記録を高めたりするために、記録を振り返りながら自己分析を行うなど仲間と協力して課題解決できる。	・持久走 ・測定と自己分析	・自分の能力に適した技能のポイントをつかみ、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。 ・自分の能力に適した課題の選び方、それに合わせた練習方法や競技の仕方を理解し、知識を身につけることができる。	・記録を向上させるための練習や競技の仕方を工夫することができる。	・自分の目標を設定し、仲間と練習を工夫し競い合ったり、活発に練習を積み重ねたりして、高めあう事ができる。
	【バスケットボール】	・チームの課題や自己の能力に適した課題解決に取り組み、バスケットボールの集団的技能を生かした攻防を工夫して行うことができる。 ・チームの実態に応じた作戦をたててゲームを楽しむ事ができる。	・個人的技能 ・ドリブル ・パス ・シュート ・ピボット ・集団的技能 ・ゲーム	・基本的な技能(ドリブル、パス、シュート、ピボット)高め、ボールをつないだゲームを円滑に行うことができる。 ・チームの実態に応じた課題の設定と作戦の組み立てが工夫できる。 ・ルール、競技や審判の方法を理解しすることができる。また、チーム内での個人の役割を理解しながら行動できる。	・技能の要点(ドリブル、パス、シュート、ピボット)を理解した課題をもち、その課題解決を目指した練習ができる。	・安全に留意しながら、技能の向上を目指して仲間と協力して創造できる。また、勝敗に対して公正な態度をとることができる。 ・チーム内の役割を果たし、仲間と協力して教えあい、楽しくゲームができる。
3	【サッカー】	・走る速さを競い合ったり、自己の記録を高めたりするために、記録を振り返りながら自己分析を行うなど仲間と協力して課題解決できる。	・個人的技能 ・ドリブル ・パス ・シュート ・トラップ ・集団的技能 ゲーム	・基本的な技能(ドリブル、パス、シュート、トラップ)高め、ボールをつないだゲームを円滑に行うことができる。 ・ルール、競技や審判の方法を理解しすることができる。また、チーム内での個人の役割を理解しながら行動できる。	・記録を向上させるための練習や競技の仕方を工夫することができる。	・自分の目標を設定し、仲間と練習を工夫し競い合ったり、活発に練習を積み重ねたりして、高めあう事ができる。

4 3	【保健】	・健康な生活と疾病の予防について理解し、健康な日常生活を送るための望ましい行動や調和のとれた生活習慣を身につけることができる。 ・傷害の防止について理解を深めるとともに、応急手当の方法を理解することができる。	・球技 ・器械運動 ・陸上競技 ・ダンス ・武道	・各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けることができる。	運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な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。	生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。
4 3	【体育理論】	・健康な生活と疾病の予防について理解し、健康な日常生活を送るための望ましい行動や調和のとれた生活習慣を身につけることができる。 ・健康と環境について理解を深めるとともに、身体の適応能力とそれを超えた環境による健康への影響を理解することができる。	・「健康な生活と病気の予防③」 ・「健康と環境」	・感染症を予防するには、身体の抵抗力を高めることが有効であること、また、感染症にかかった場合は、疾病から回復することはもちろん、周囲に感染を広げないためにも、できるだけ早く適切な治療を受けることが重要であることを理解することができる。 ・身体には、環境の変化に対応した調節機能があり、一定の範囲内で環境の変化に適応する能力があること、また、体温を一定に保つ身体の適応能力には限界があることや、その限界を超えると健康に重大な影響が見られることを理解することができる。	健康な生活と疾病の予防における事柄や情報などについて、保健に関わる原則や概念を基に整理したり、個人生活と関連付けたりして、自他の課題を発見して。 ・健康と環境について、課題の解決方法とそれを選択した理由などを、他者と話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて伝え合っている。	・健康な生活と疾病の予防についての学習に自主的に取り組もうとしている。 ・健康と環境についての学習に自主的に取り組もうとしている。

<備考>保健は年間を①・文化としてのスポーツ・文化としてのスポーツ・スポーツは、文化的な生活を営みよ・文化としてのスポーツの意義について・文化としてのスポーツの意義について

ての学習に自主的に取り組むことができる。

第【 3 】学年 【 保健体育 】 科学習指導計画 (年間指導時数 105 時間)

月	単元名	小単元・目標	主な学習活動・内容	評価基準		
				知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
4	【集団行動】	・集団としての規律やマナー、公正な態度を身につける。	・三列横隊 ・班編制 ・方向転換 ・列の増減	・基本的な隊形移動を習得することができる。 ・集団行動としての規律やマナーを理解しながら、自分の行動を予測することができる。	・集団行動（三列横隊、列の増減）のポイントを理解しながら、取り組んでいるかどうか。	・集団としての規律やマナーを理解しながら、意欲的に取り組むことができる。 ・集団の一員としての自覚をもつことができる。
5	【新体力テスト】	・自己の体力の現状を正しく把握し、生涯スポーツの実践や体力づくりの基礎を養う。 ・体力の向上を図るための行い方を理解し、課題解決するための練習計画の見通しをもつことができる。	・50m走 ・立ち幅跳び ・20mシャトルラン ・上体おこし ・握力 ・長座体前屈 ・ハンドボール投げ ・反復横跳び	・体力テストに向けて、最大パフォーマンスを発揮できるよう体調への自己管理を行うことができる。 ・体力の向上を図るための課題を解決するための計画をたてることができる。 ・測定方法、ルール等を理解して行うことができる。 ・体力の向上を図るための行い方を理解し、自分の体力の課題を見つけることができる。	・自己の体力の現状を踏まえ記録の軌跡を確認しながら、自己の体力に関する課題の設定を行うことができる。 ・体力の向上を図るための行い方や課題解決のための練習計画を自己分析しながら考えることができる。	・自己の体力の現状を正しく理解するための、各種目の取り組みを意欲的に行うことができる。 ・測定に必要な準備や、用具、場の設定を進んで行うことができる。 ・体力の向上を図るための行い方や課題解決のための練習計画の立案に意欲的に取り組むことができる。
6	【バドミントン】	・ペアの課題や自己の能力に適した課題解決に取り組み、バドミントンの技能を生かし連携した攻防を工夫して行うことができる。	・個人的技能 ・オーバーヘッドストローク ・サイドアームストローク ・アンダーハンドストローク ・サービス ・集団的技能 ・フォーメーション ・ダブルスゲーム	・基本的な技能（各種ストローク、サービス）を高め、ペアと連携したゲームを円滑に行うことができる。 ・バドミントンにおいて用いられる技術や戦術、作戦などの名称を知り、ゲーム中にそれらを発揮することができる。 ・安全に留意して、競技のルールや練習方法・審判法を理解できる。	・技能の要点（各種ストローク、サービス）を理解した課題をもち、その課題解決を目指した練習ができる。 ・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ることができる。	・安全に留意しながら、フェアなプレイを大切にしようとし、作戦等についての話し合いに貢献しようとすることができる。 ・互いに助け合い、教え合おうとし、楽しくゲームをすることができる。
7	【ハンドボール】	・チームの課題や自己の能力に適した課題解決に取り組み、ハンドボールの集団的技能を生かした攻防を工夫して行うことができる。	・個人的技能 ・ドリブル ・パス ・シュート ・集団的技能 ・ゲーム	・基本的な技能（ドリブル、パス、シュート）を高め、ボールをつないだゲームを円滑に行うことができる。 ・チームの実態に応じた課題の設定と作戦の組み立てが工夫できる。 ・ルール、競技や審判の方法を理解することができる。また、チーム内での個人の役割を理解しながら行動できる。	・技能の要点（ドリブル、パス、シュート）を理解した課題をもち、その課題解決を目指した練習ができる。 ・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ることができる。	・安全に留意しながら、技能の向上を目指して仲間と協力して創造できる。また、勝敗に対して公正な態度をとることができる。 ・チーム内の役割を果たし、仲間と協力して教えあい、楽しくゲームができる。

9 10 11 12	【バレーボール】	・勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、体力の高め方や運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができる。	・個人的技能 ・オーバーパス ・アンダーパス ・サーブ ・集団的技能 ・「拾う、つなぐ、打つ」などの一連の流れで攻撃を組み立てる。 ・空いた場所をめぐる攻防	・役割に応じたボール操作や安定したボール操作と連携した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。 ・安全に留意して、各種のルール、各種目のルール、競技、審判方法を理解できる。また、チーム内での個人の役割を理解しながら行動できる。	・技能の要点（オーバーパス、アンダーパス、サーブ、スパイク、ブロック）を理解した課題をもち、その課題解決を目指した練習ができる。 ・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ることができる。	・安全に留意しながら自分に適した目標を設定し、技能の向上を目指して仲間と工夫して意欲的に練習やゲームができる。また、ルールを把握しながら審判などのゲーム運営に積極的に関わることができる。
	【サッカー】	・チームの課題や自己の能力に適した課題解決に取り組み、サッカーの集団的技能を生かした攻防を工夫して行うことができる。	・個人的技能 ・ドリブル ・パス ・シュート ・トラップ ・集団的技能 ・ゲーム	・基本的な技能（ドリブル、パス、シュート、トラップ）高め、ボールをつなぎ、空間を作り出すなどの動きによって、ゴール前への侵入などから攻防するゲームを円滑に行うことができる。 ・ルール、競技や審判の方法を理解することができる。また、チーム内での個人の役割を理解しながら行動できる。	・技能の要点（ドリブル、パス、シュート、トラップ）を理解した課題をもち、チームの作戦をたてながらその課題解決を目指した練習ができる。 ・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ることができる。	・安全に留意しながら、技能の向上を目指して仲間と協力して創造できる。また、勝敗に対して公正な態度をとることができる。 ・チーム内の役割を果たし、仲間と協力して教えあい、楽しくゲームができG9:G10る。
	【バスケットボール】	・チームの課題や自己の能力に適した課題解決に取り組み、バスケットボールの集団的技能を生かした攻防を工夫して行うことができる。 ・チームの実態に応じた作戦をたててゲームを楽しむ事ができる。	・個人的技能 ・ドリブル ・パス ・シュート ・ピボット ・集団的技能 ・ゲーム	・基本的な技能（ドリブル、パス、シュート、ピボット）高め、ボールをつなつなぎ、空間を作り出すなどの動きによって、ゴール前への侵入などから攻防するゲームを円滑に行うことができる。 ・チームの実態に応じた課題の設定と作戦の組み立てが工夫できる。 ・ルール、競技や審判の方法を理解することができる。また、チーム内での個人の役割を理解しながら行動できる。	・技能の要点（ドリブル、パス、シュート、ピボット）を理解した課題をもち、その課題解決を目指した練習ができる。 ・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ることができる。	・安全に留意しながら、技能の向上を目指して仲間と協力して創造できる。また、勝敗に対して公正な態度をとることができる。 ・チーム内の役割を果たし、仲間と協力して教えあい、楽しくゲームができる。
	【選択体育①】	・主体性を発揮して、各種の運動の合理的な実践方法を学ぶとともに、運動の楽しさや喜びを味わう。 ・仲間と協力して計画的に活動を創造すると共に、奉仕・責任の精神を養う	・球技 ・器械運動 ・陸上競技 ・ダンス ・武道	・各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けることができる。	運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な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。	生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

1 2 3	【陸上】 長距離走	・走る速さを競い合ったり、自己の記録を高めたりするために、記録を振り返りながら自己分析を行うなど仲間と協力して課題解決できる。	・持久走 ・測定と自己分析	・自分の能力に適した技能のポイントをつかみ、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。 ・自分の能力に適した課題の選び方、それに合わせた練習方法や競技の仕方を理解し、知識を身につけることができる。	・記録を向上させるための練習や競技の仕方を工夫することができる。	・自分の目標を設定し、仲間と練習を工夫し競い合ったり、活発に練習を積み重ねたりして、高めあう事ができる。
	【選択体育②】	・主体性を発揮して、各種の運動の合理的な実践方法を学ぶとともに、運動の楽しさや喜びを味わう。 ・仲間と協力して計画的に活動を創造すると共に、奉仕・責任の精神を養う	・球技 ・器械運動 ・陸上競技 ・ダンス ・武道	・各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けることができる。	運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な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。	生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。
4 5 3	【保健】	・健康な生活と疾病の予防について理解し、健康な日常生活を送るための望ましい行動や調和のとれた生活習慣を身につけることができる。 ・健康と環境について理解を深めるとともに、身体の適応能力とそれを超えた環境による健康への影響を理解することができる。	・「健康な生活と病気の予防③」 ・「健康と環境」	・感染症を予防するには、身体の抵抗力を高めることが有効であること、また、感染症にかかった場合は、疾病から回復することはもちろん、周囲に感染を広げないためにも、できるだけ早く適切な治療を受けることが重要であることを理解することができる。 ・身体には、環境の変化に対応した調節機能があり、一定の範囲内で環境の変化に適応する能力があること、また、体温を一定に保つ身体の適応能力には限界があることや、その限界を超えると健康に重大な影響が見られることを理解することができる。	健康な生活と疾病の予防における事柄や情報などについて、保健に関わる原則や概念を基に整理したり、個人生活と関連付けたりして、自他の課題を発見して見る。 ・健康と環境について、課題の解決方法とそれを選択した理由などを、他者と話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて伝え合っている。	・健康な生活と疾病の予防についての学習に自主的に取り組もうとしている。 ・健康と環境についての学習に自主的に取り組もうとしている。
4 5 3	【体育理論】	・文化としてのスポーツの意義について理解することができる。	・文化としてのスポーツの意義	・スポーツは、文化的な生活を営みよりよく生きていくために重要であると理解し、オリンピックや国際大会等、民族や国、人種や性、障害の違いなどを超えて人々を結びつけ、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしていることを理解することができる。	・文化としてのスポーツの意義について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、思考し判断するとともに他者に伝えることができる。	・文化としてのスポーツの意義についての学習に自主的に取り組むことができる。

<備考>保健は年間を通して適時実施する。

体ほぐしの運動は、各単元にふさわしい運動や準備体操を適時実施する。