

令和3年度 中学校「学習指導・評価計画表」 教科【保健体育】学年【1年】担当者 吉田 裕

知 知識・技能:運動の合理的な実践を通して運動の楽しさや喜びを味わい、運動を豊かに実践するすることができるようにするため、運動、体力の必要性について理解するとともに、基本的な技能を身につけるようにする。

思 思考・判断・表現:運動についての自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し、判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。

態 主体的に学習に取り組む態度:運動における競争や協同の経験を通して、後世に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たす、一人一人の違いを認めようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動する態度を養う。

月	単 題 元 材	学 習 内 容	観 点	評 価 規 準 (B) おおむね満足	判断の基準 AとBの違いなど	評価方法 場面・時期
4 ・ 5	体づくり運動	・体ほぐしの運動 ・体力を高める運動	知	①体づくり運動の意義には、心と体をほぐし、体を動かす楽しさや心地よさを味わう意義があることについて、理解している。 ②体づくり運動の意義には、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意義があることについて、理解している。 ③体の動きを高めるには、安全で合理的に高める行い方があることについて、書き出している。	①体づくり運動の意義には、心と体をほぐし、体を動かす楽しさや心地よさを味わう意義があることについて、言ったり書き出したりにしている。 ②体づくり運動の意義には、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意義があることについて、書き出している。 ③体の動きを高めるには、安全で合理的に高める行い方があることについて、言ったり書き出したりにしている。 ⑤体の動きを高めるには、適切な強度、時間、回数、頻度などを考慮して組み合わせる方法があることについて、書き出している。	・定期テスト(6月)
			思	①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ら合う」ことを理解している。 ②体の動きを高めるための自己の課題について理解している。 ③学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめて行動している。 ④仲間と話し合う場面で、提示された参加の仕方に当てはめて考えている。 ⑤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運動を見付けている。	①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ら合う」ことを踏まえてねらいに応じた運動を選んでいる。 ②体の動きを高めるために、自己の課題に応じた運動を選んでいる。 ③学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめて行動し、仲間に伝えている。 ④仲間と話し合う場面で、提示された参加の仕方に当てはめ、仲間との関わり方を見付けている。 ⑤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運動を見付け、仲間に伝えている。	・学習カード ・定期テスト(6月) ・授業での見取り
			態	①体づくり運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 ②仲間と協力して活動しようとしている。 ③一人一人の動きなどを認めようとしている。 ④ねらいに応じた行い方などをもとに活動しようとしている。 ⑤健康・安全に留意している。	①体づくり運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 ②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。 ③一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとしている。 ④ねらいに応じた行い方などについての話合いに参加しようとしている。 ⑤健康・安全に留意し、他者へ呼掛けなどをしている。	・授業での見取り ・学習カード
5 ・ 6	球技	・バレーボール	知	①球技には、特徴や特性について理解している。 ②球技の各型の各種目において用いられる技術には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、理解している。 ③ボールをつなぐことができる。 ④相手側のコートにボールを返すことができる。 ⑤準備姿勢をとることができる。	①球技には、集団や個人で攻防を展開し、勝敗を競う楽しさや喜びを味わえる特性があることについて、言ったり書き出したりにしている。 ②球技の各型の各種目において用いられる技術には名称があり、それらを身に付けるため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。 ③味方が操作しやすい位置にボールをつなぐことができる。 ④相手側のコートの空いた場所にボールを返すことができる。 ⑤相手の打球に備えた準備姿勢をとることができる。	・定期テスト(6月) ・授業での見取り ・学習カード ・技能テスト
			思	①提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、活動している。 ②提供された練習方法から、自己の課題に応じた練習方法を選んでいる。 ③練習やゲームの場面で、最善を尽くす、フェアなプレイなどのよい取り組みを見付けている。	①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。 ②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。 ③練習やゲームの場面で、最善を尽くす、フェアなプレイなどのよい取り組みを見付け、理由を添えて他者に伝えている。	・定期テスト(6月) ・授業での見取り ・学習カード
			態	①練習の補助をしたりして、学習を援助しようとしている。 ②健康・安全に留意している。	①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。 ②健康・安全に留意し、他者に呼掛けしている。	・授業での見取り ・学習カード

6 ・ 7	水泳	・クロール ・平泳ぎ	知	<p>①水泳の特徴や特性について理解している。</p> <p>②クロールでは強いキックを打つことができる。</p> <p>③クロールでは水中で肘を曲げて腕全体で水をかくことができる。</p> <p>④クロールではリズムに合わせて横向きで呼吸をすることができる。</p> <p>⑤平泳ぎではリズムよくキックをすることができる。</p> <p>⑥平泳ぎでは肩より前で、水をかくことができる。</p> <p>⑦平泳ぎでは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、キックして進むことができる。</p> <p>⑧クロール、平泳ぎのスタートでは、水中で両足あるいは左右どちらかの足をプールの壁につけた姿勢から、スタートの合図と同時に顔を水中に沈め、壁を蹴り泳ぎだすことができる。</p>	<p>①水泳は、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ことについて、言ったり書き出したりしている。</p> <p>②クロールでは一定のリズムで強いキックを打つことができる。</p> <p>③クロールでは水中で肘を曲げて腕全体で水をキックし、S字やI字を描くようにして水をかくことができる。</p> <p>④クロールではブルとキック、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。</p> <p>⑤平泳ぎでは蹴り終わりで長く伸びるキックをすることができる。</p> <p>⑥平泳ぎでは肩より前で、両手で逆ハート型を描くように水をかくことができる。</p> <p>⑦平泳ぎでは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)を取り進むことができる。</p> <p>⑧クロール、平泳ぎのスタートでは、水中で両足あるいは左右どちらかの足をプールの壁につけた姿勢から、スタートの合図と同時に顔を水中に沈め、抵抗の少ない流線型の姿勢をとって壁を蹴り泳ぎだすことができる。</p>	<p>・定期テスト(6・11月)</p> <p>・授業での見取り</p> <p>・学習カード</p> <p>・技能テスト</p>
			思	<p>①提供された練習方法から、自己の課題に応じて、練習している。</p> <p>②学習した安全上の留意点を理解している。</p> <p>③体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに楽しむための練習方法を見付けている。</p>	<p>①提供された練習方法から、自己の課題に応じて、泳法の習得に適した練習方法を選んでいく。</p> <p>②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。</p> <p>③体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、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。</p>	<p>・定期テスト(6・11月)</p> <p>・授業での見取り</p> <p>・学習カード</p>
			態	<p>①水泳の学習に安全に気をつけて取り組もうとしている。</p> <p>②ルールやマナーを確保している。</p> <p>③用具等の準備や後片付け、計測などの分担した役割を果たすことに留意している。</p> <p>④一人一人の課題に対する取り組みを認めようとしている。</p> <p>⑤健康・安全に留意している。</p>	<p>①水泳の学習に安全かつ積極的に取り組もうとしている。</p> <p>②ルールやマナーを確保し、他者に呼び掛けている。</p> <p>③用具等の準備や後片付け、計測などの分担した役割を果たすことに留意している。</p> <p>④一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認め、より良い授業に向けて仲間と協力しようとしている。</p> <p>⑤健康・安全に留意し、他者と協力して積極的に活動ができる。</p>	<p>・授業での見取り</p> <p>・学習カード</p>
8 ・ 9	陸上競技	・短距離走 ・跳躍	知	<p>①陸上競技の特徴や特性について理解している。</p> <p>②陸上競技の各種目において用いられる技術について理解している。</p> <p>③クラウチングスタートを使ってスタートすることができる。</p> <p>④自己に合ったフォームで走ることができる。</p> <p>⑤跳躍に必要な技能を理解して実施することができる。</p>	<p>①陸上競技は、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。</p> <p>②陸上競技の各種目において用いられる技術の名称や、それぞれの技術で動きのポイントについて、学習した具体例を挙げている。</p> <p>③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。</p> <p>④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。</p> <p>⑤跳躍に必要な技能を自分の課題に合わせて工夫し、実施することができる。</p>	<p>・定期テスト(6・11月)</p> <p>・授業での見取り</p> <p>・学習カード</p> <p>・技能テスト</p>
			思	<p>①提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題を伝えている。</p> <p>②提供された練習方法から、動きの習得に適した練習方法を選んでいく。</p> <p>③学習した安全上の留意点を踏まえて活動を考えている。</p>	<p>①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、アドバイスなどを伝えている。</p> <p>②提供された練習方法から、自己の課題に応じて、動きの習得に適した練習方法を選んでいく。</p> <p>③学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめて活動したり、仲間に伝えている。</p>	<p>・定期テスト(6・11月)</p> <p>・授業での見取り</p> <p>・学習カード</p>
			態	<p>①陸上競技の学習に安全に気をつけて取り組もうとしている。</p> <p>②用具等の準備や後片付け、記録などの分担した役割を果たそうとしている。</p> <p>③一人一人の課題に応じた取り組みを認めようとしている。</p> <p>④健康・安全に留意している。</p>	<p>①陸上競技の学習に安全かつ積極的に取り組もうとしている。</p> <p>②用具等の準備や後片付け、記録などの分担した役割を果たそうとしている。</p> <p>③一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認め、より良い授業に向けて仲間と協力しようとしている。</p> <p>④健康・安全に留意し、他者と協力して積極的に活動ができる。</p>	<p>・授業での見取り</p> <p>・学習カード</p>