

令和4年度 調布市立第三中学校

第1学年保健体育科（男女共修 体育分野） 年間指導計画・評価規準・評価計画

月	指導計画			評価規準			評価方法
				知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度	
4 5 6	・体づくり運動	・体ほぐしの運動 ・体力を高める運動	8	○知識 ・運動を継続する意義，体の構造，運動の原則などについて理解している。	・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。	・体づくり運動に自主的に取り組むとともに，互いに助け合い教え合おうとすること，一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする事，話合いに貢献しようとする事などや，健康・安全を確保したりしている。	○実技テスト ○考査 ○学習・記録カード ○自己・相互評価の活用 ○観点別評価 ・授業での取り組み内容 ・学習への積極性 ・仲間との協力性 ・運動の技能向上 ・安全についての関心 ・競技の理解と公正な態度での活動
	・陸上競技	・短距離走 ・リレー	10	○知識 ・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について理解している。 ○技能 ・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。	・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事などをしたり，健康・安全に気を配ったりしている。	
7 8	・水泳	・クロール ・平泳ぎ ・背泳ぎ ・バタフライ	14	○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 ・クロールでは，手と足の動き，呼吸のバランスをとり速く泳ぐことができる。 ・平泳ぎでは，手と足の動き，呼吸のバランスをとり長く泳ぐことができる。 ・背泳ぎでは，手と足の動き，呼吸のバランスをとり泳ぐことができる。 ・バタフライでは，手と足の動き，呼吸のバランスをとり泳ぐことができる。	・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ること。	・水泳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事などや，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。	
9	・球技	・ベースボール型	8	○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 ・ベースボール型では，基本的なバット操作と走塁での攻撃，ボール操作と定位置での守備などによって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。	・球技に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事，一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとする事，仲間の学習を援助しようとする事などをしたり，健康・安全に気を配ったりしている。	
10	・球技	・ネット型	10	○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 ・ネット型では，役割に応じたボール操作や安定した用具の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。	・攻防などの自己やチームの課題を発見し，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。	・球技に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事，一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとする事，仲間の学習を援助しようとする事などをしたり，健康・安全に気を配ったりしている。	
11	・器械運動	・マット運動	10	○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 ・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。	・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。	・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事，仲間の学習を援助しようとする事，一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとする事などをしたり，健康・安全に気を配ったりしている。	
12	・武道	・柔道	6	○知識 ・武道の特性や成り立ち，伝統的な考え，技の名称や口い，その運動に関連して口まる体口などについて理解している。 ○技能 ・柔道では，相口の動きに応じた基本動作や基本となる技を口いて，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ること。	・武道に積極的に取り組むとともに，相口を尊重し，伝統的な口動の仕口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，口口口口の違いに応じた課題や挑戦を認めようとする事などをしたり，禁止技を口いないなど健康・安全に気を配ったりしている。	
1	・ダンス	・創作ダンス	8	○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 ・創作ダンスでは，多様なテーマから表したいイメージを捉え，動きに変化を付けて即興的に表現したり，変化のあるひとまとまりの表現にしたりして踊ることができる。	・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。	・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事，交流などの話合いに参加しようとする事，一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとする事などをしたり，健康・安全に気を配ったりしている。	
2	・陸上競技	・長距離	8	○知識 ・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について理解している。 ○技能 ・長距離走では，ペースを守って走ることができる。	・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。	・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事などをしたり，健康・安全に気を配ったりしている。	

3	・球技	・ゴール型	5	<p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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。 <p>○技能</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・球技に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事，一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとする事，仲間の学習を援助しようとする事などをしたり，健康・安全に気を配ったりしている。
---	-----	-------	---	--	---	--