

令和7年度 浦添中学校 各教科シラバス

学 年	1 年	教科名	保健体育
教科担当			
教科書名	学研中学校体育実技、学研中学保健体育		
副 教 材	沖縄時事出版体育実技ノート、沖縄時事出版保健学習ノート		

「シラバス」とは、各教科の授業内容や学習の方法、評価の方法などを記した総合的な学習計画のことです。浦添中学校の「シラバス」は、生徒の皆さんが1年間、何を学び、どのように学習を進めていくかを示すことで、見通しを持って、計画的・主体的に授業に取り組めることをねらいとして作成しています。

また、各教科の評価の観点点が3観点としてシラバスに示してあります。

I「知識・技能」…各教科等で、学習する過程で身に付けた知識や技能の習得状況について評価を行います。また、それらを既に身に付けている知識や 技能と関連付けたり活用したりする中で、他の学習や生活の場面でも活用できる程度に、概念として理解したり技能を習得したりしているかについて評価を行います。

II「思考・判断・表現」…各教科等の知識や技能を活用して課題を解決するために必要な思考力、判断力、表現力を身に付けているかを評価します。

III「主体的に学習に取り組む態度」…知識や技能を獲得したり、思考力、判断力、表現力を身に付けたりすることに向けた粘り強い取り組みの中で、自ら学習を調整しようとしているかを評価します。

生徒の皆さんは、各教科の授業における「学び」が実生活とつながっていることを実感し、各教科が示す「基礎的・基本的な知識・技能の確実な習得」ができるよう努力してください。さらに「各教科で学んだ基礎的・基本的な知識・技能を活用する活動(思考・判断・表現 等)」に積極的に取り組んで下さい。この地道な努力が、「主体的に学ぶ力(=学びに向かう力)」を育成することにつながります。

1 保健体育科の目標と評価について

教科の目標	〔体育分野〕(1) 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うことができるようにするとともに、知識や技能を身に付け、運動を豊かに実践することができるようにする。 (2) 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育てる。 (3) 運動における競争や協同の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たす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をする態度を育てる。 〔保健分野〕個人生活における健康・安全に関する理解を通して、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。
評価の観点	(知識・技能)○運動に関わる一般原則や運動に伴う事故の防止等を科学的に理解できる。○体力の必要性について理解できる。○基本的な技能を身に付けることができる。 (思考・判断・表現)○提示されたポイントと自己の動きを比較して課題を発見したり、仲間との関わり合いや健康・安全についての課題を発見したりすることができる。○学習した知識や技能を学習場面に適用したり、応用したりすることができる。○自己の課題に応じた取り組み方を工夫することができる。○自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。 (主体的に学習に取り組む態度)○各種目に積極的に取り組める。○フェアプレイを大切にできる。○仲間と協力し、話し合いに貢献できる。○一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にできる。○互いに助け合い教え合える。○健康・安全に留意することができる。
評価方法	○成績は、単元テストの得点、授業中の技能テスト・問答・態度、各種提出物などを総合して評価します。 ○評価の観点は、「知識・技能」、「思考・判断・表現」、「主体的に取り組む態度」です。

2 保健体育科の学習について

授業の進め方	・学習課題等を捉え、自分なりの課題をもち、その解決に向け工夫して取り組みましょう。 ・先生の指示や友達の発言をしっかりと聞き、自分に取り入れましょう。 ・どの学習活動も粘り強く取り組みましょう。 ・学習カードなどは、この時間学んだことや次の時間の課題などを整理するようにしましょう。 ・ルールやマナーを守り、怪我や事故に気をつけ、安心・安全な活動につなげましょう。 ・全体の動きに機敏性を持たせるために集団行動を徹底しよう。 ・年間を通して準備運動を実施し、さらに補強運動をすることによって体力の向上を図ろう。 ・忘れ物をなくし、見学でも体育着に着替えよう。 ・教師の指示をよく守り、安全に留意して運動を行おう。
単元テスト	○単元テストで、運動に関する知識や保健分野と体育理論の知識を定着させよう。 ○授業で扱った事項、および試験前に指定した範囲から出題されます。 ○試験範囲は、単元テスト1週間前までに発表します。

3 年間指導計画（その①）

4月	①単元名(教材名) A体づくり運動 ②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○思考・判断・表現 ③概ね満足な姿(B規準) ・発達の段階や学習の段階に適した課題を設定したり,運動を選んだり組み合わせたりする学習などに積極的に取り組むことができる。 ・運動を行う際,仲間の体を支えたり押したりして補助したり,高めようとする動きなどの学習課題の解決に向けて仲間に助言しようとする事ができる。 ・用具や場所などの自己や仲間の安全に留意して運動を行うこと,自己の体の動きに応じた行い方や強度を選んで運動することができる。
	①単元名(教材名) H 体育理論 ②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○主体的に学習に取り組む態度 ③概ね満足な姿(B規準) - 運動やスポーツが多様であることについて理解することができる。 ・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及び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する。 ・運動やスポーツには,行うこと,見ること,支えること及び知ることなどの多様な関わり方があることを理解する。 ・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する。
5～7月	①単元名(教材名) ダンス ②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○主体的に学習に取り組む態度 ③概ね満足な姿(B規準) ・選択した踊りの特徴に合わせて,よい動きや表現と自己や仲間の動きや表現を比較して,成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えることができる。 ・健康や安全を確保するために,体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返ることができる。
	①単元名(教材名) C 器械運動 (ア マット運動) ②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○思考・判断・表現 ③概ね満足な姿(B規準) ・器械運動には多くの「技」があり,これらの技に挑戦し,その技ができる楽しさや喜びを味わうことを理解することができる。 ・器械運動は,種目に応じて多くの「技」があり,技の出来映えを競うことを楽しむ運動として多くの人々に親しまれてきた成り立ちがあることを理解することができる。 ・技の名称は,運動の基本形態を示す名称と,運動の経過における課題を示す名称によって名づけられていることを理解することができる。 ・体をマットに順々に接触させて回転するための動き方や回転力を高めるための動き方で,基本的な技の一連の動きを滑らかにして回ることができる。 ・全身を支えたり突き放したりするための着手の仕方,回転力を高めるための動き方,起き上がりやすくなるための動き方で,基本的な技の一連の動きを滑らかにして回転することができる。
	①単元名(教材名) D 水泳 (ア クロール) ②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○知識・技能 ③概ね満足な姿(B規準) ・用具の準備や後片付けをしたり,タイムを計測したりするなどの分担した役割に積極的に取り組もうとすることができる。 ・水温や気温が低いときは水に入る時間に配慮しながら活動するなど体調の変化に気を配ることができる。 ・体の調子を確認してから泳ぐ,プールなど水泳場での注意事項を守って泳ぐ,水深が浅い場所での飛び込みは行わないなどの健康・安全の心得を守ることができる。 ・発達の段階や学習の段階に適した課題を設定したり,練習の進め方や場づくりの方法を選んだりする学習などに積極的に取り組むことができる。

8～10月	①単元名(教材名) 健康な生活と病気の予防 ②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○知識・技能 ③概ね満足な姿(B規準) ・健康の成り立ちと疾病の発生要因や、生活習慣と健康について、習得した知識を自他の生活に適用したり、課題解決に役立てたりして、健康の保持増進をする方法を見いだすことができる。
8～3月	①単元名(教材名) E 球技(バレーボール・ソフトボール) ②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○知識・技能 ③概ね満足な姿(B規準) ・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ることができる。 ・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ぶことができる。 ・学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えることができる。
9～12月	①単元名(教材名) 心身の機能の発達と心の健康 ②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○知識・技能 ③概ね満足な姿(B規準) ・心身の機能の発達と心の健康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、自他の課題を発見することができる。 ・心身の機能の発達について、習得した知識を自他の生活に適用したり、課題解決に役立てたりして、発達の状況に応じた健康を保持増進する方法を見いだすことができる。
1～2月	①単元名(教材名) C 陸上競技 (ア 短距離・リレー) ②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○主体的に学習に取り組む態度 ③概ね満足な姿(B規準) ・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。
12～1月	①単元名(教材名) C 陸上競技(ア 長距離走) ②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○知識・技能 ③概ね満足な姿(B規準) ・体調の変化などに気を配ること、体力に見合った運動量で練習すること、体調に異常を感じたら運動を中止することができる。 ・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することができる。
1～3月	①単元名(教材名) E 球技(サッカー・バスケットボール) ②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○知識・技能 ③概ね満足な姿(B規準) ・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することができる。 ・作戦などについての話し合いに参加しようとするすることができる。

令和7年度 浦添中学校 各教科シラバス

学 年	2年	教科名	保健体育
教科担当			
教科書名	学研中学校体育実技、学研中学保健体育		
副 教 材	沖縄時事出版体育実技ノート、沖縄時事出版保健学習ノート		

「シラバス」とは、各教科の授業内容や学習の方法、評価の方法などを記した総合的な学習計画のことです。浦添中学校の「シラバス」は、生徒の皆さんが1年間、何を学び、どのように学習を進めていくかを示すことで、見通しを持って、計画的・主体的に授業に取り組めることをねらいとして作成しています。

また、各教科の評価の観点点が3観点としてシラバスに示してあります。

I「知識・技能」…各教科等で、学習する過程で身に付けた知識や技能の習得状況について評価を行います。また、それらを既に身に付けている知識や技能と関連付けたり活用したりする中で、他の学習や生活の場面でも活用できる程度に、概念として理解したり技能を習得したりしているかについて評価を行います。

II「思考・判断・表現」…各教科等の知識や技能を活用して課題を解決するために必要な思考力、判断力、表現力を身に付けているかを評価します。

III「主体的に学習に取り組む態度」…知識や技能を獲得したり、思考力、判断力、表現力を身に付けたりすることに向けた粘り強い取り組みの中で、自ら学習を調整しようとしているかを評価します。

生徒の皆さんは、各教科の授業における「学び」が実生活とつながっているということを実感し、各教科が示す「基礎的・基本的な知識・技能の確実な習得」ができるよう努力してください。さらに「各教科で学んだ基礎的・基本的な知識・技能を活用する活動(思考・判断・表現等)」に積極的に取り組んで下さい。この地道な努力が、「主体的に学ぶ力(=学びに向かう力)」を育成することにつながります。

1 保健体育科の目標と評価について

教科の目標	[体育分野](1) 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うことができるようにするとともに、知識や技能を身に付け、運動を豊かに実践することができるようにする。 (2) 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育てる。 (3) 運動における競争や協同の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たす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をする態度を育てる。 [保健分野] 個人生活における健康・安全に関する理解を通して、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。
評価の観点	(知識・技能)○運動に関わる一般原則や運動に伴う事故の防止等を科学的に理解できる。○体力の必要性について理解できる。○基本的な技能を身に付けることができる。 (思考・判断・表現)○提示されたポイントと自己の動きを比較して課題を発見したり、仲間との関わり合いや健康・安全についての課題を発見したりすることができる。○学習した知識や技能を学習場面に適用したり、応用したりすることができる。○自己の課題に応じた取り組み方を工夫することができる。○自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。 (主体的に学習に取り組む態度)○各種目に積極的に取り組める。○フェアプレイを大切にできる。○仲間と協力し、話し合いに貢献できる。○一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にできる。○互いに助け合い教え合える。○健康・安全に留意することができる。
評価方法	○成績は、単元テストの得点、授業中の技能テスト・問答・態度、各種提出物などを総合して評価します。 ○評価の観点は、「知識・技能」、「思考・判断・表現」、「主体的に取り組む態度」です。

2 保健体育科の学習について

進授業の方	・学習課題等を捉え、自分なりの課題をもち、その解決に向け工夫して取り組みましょう。 ・先生の指示や友達の発言をしっかりと聞き、自分に取り入れましょう。 ・どの学習活動も粘り強く取り組みましょう。 ・学習カードなどは、この時間学んだことや次の時間の課題などを整理するようにしましょう。 ・ルールやマナーを守り、怪我や事故に気をつけ、安心・安全な活動につなげましょう。 ・全体の動きに機敏性を持たせるために集団行動を徹底しよう。 ・年間を通して準備運動を実施し、さらに補強運動をすることによって体力の向上を図ろう。 ・忘れ物なか！ 目学ブ主体育善！-善慈うトウ
-------	---

	・心なれ物となし、元すしで体育有に有目んまろ。 ・教師の指示をよく守り、安全に留意して運動を行おう。
テ ス ト 単 元	○単元テストで、運動に関する知識や保健分野と体育理論の知識を定着させよう。 ○授業で扱った事項、および試験前に指定した範囲から出題されます。 ○試験範囲は、単元テスト1週間前までに発表します。

3 年間指導計画（その①）

4月	①単元名（教材名） A体づくり運動 ②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○思考・判断・表現 ③概ね満足な姿（B規準） ・発達の段階や学習の段階に適した課題を設定したり、運動を選んだり組み合わせたりする学習などに積極的に取り組むことができる。 ・運動を行う際、仲間の体を支えたり押したりして補助したり、高めようとする動きなどの学習課題の解決に向けて仲間に助言しようとすることができる。 ・用具や場所などの自己や仲間の安全に留意して運動を行うこと、自己の体の動きに応じた行い方や強度を選んで運動することができる。 ①単元名（教材名） H 体育理論 ②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○主体的に学習に取り組む態度 ③概ね満足な姿（B規準） 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。 ・運動やスポーツは、身体の発達やその機能の維持、体力の向上などの効果や自信の獲得、ストレスの解消などの心理的効果及びルールやマナーについて合意したり、適切な人間関係を築いたりするなどの社会性を高める効果が期待できることを理解する。 ・運動やスポーツには、特有の技術があり、その学び方には、運動の課題を合理的に解決するための一定の方法があることを理解する。 ・運動やスポーツを行う際は、その特性や目的、発達の段階や体調などを踏まえて運動を選ぶなど、健康・安全に留意する必要があることを理解する。
5月	①単元名（教材名） 武道（空手道） ②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○主体的に学習に取り組む態度 ③概ね満足な姿（B規準） ・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ることができる。 ・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ぶことができる。 ・練習の場面で、仲間の伝統的な所作等のよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えることができる。
6～9月	①単元名（教材名） C 器械運動 （ア 跳び箱運動） ②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○思考・判断・表現 ③概ね満足な姿（B規準） ・技の名称は、運動の基本形態を示す名称と、運動の経過における課題を示す名称によって名づけられていることを理解することができる。 ・技の行い方は技の課題を解決するための合理的な動き方のポイントがあることを理解することができる。 ・踏み切りから上体を前方に振り込みながら着手する動き方、突き放しによって直立体勢に戻して着地するための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして跳び越すことができる。 ・着手後も前方に回転するための勢いを生み出す踏み切りの動き方、突き放しによって空中に飛び出して着地するための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして跳び越すことができる。 ・着手位置、姿勢などの条件を変えて跳び越すことができる。
6～9月	①単元名（教材名） D 水泳 （ア 平泳ぎ） ②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○知識・技能

	③概ね満足な姿(B規準) ・水温や気温が低いときは水に入る時間に配慮しながら活動するなど体調の変化に気を配ることができる。 ・水中での姿勢を補助するなど仲間の学習を援助したり、泳法の行い方などの学習課題の解決に向けて仲間に助言したりしようすることができる。 ・発達の段階や学習の段階に適した課題を設定したり、練習の進め方や場づくりの方法を選んだりする学習などに積極的に取り組むことができる。 ①単元名(教材名) 健康な生活と病気の予防 ②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○知識・技能 ③概ね満足な姿(B規準) ・健康の成り立ちと疾病の発生要因や、生活習慣と健康について、習得した知識を自他の生活に適用したり、課題解決に役立てたりして、健康の保持増進をする方法を見いだすことができる。
--	---

3 年間指導計画(その②)

	①単元名(教材名) 傷害の防止 ②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○知識・技能 ③概ね満足な姿(B規準) ・交通事故、自然災害などによる傷害の防止について、習得した知識を自他の生活に適用したり、課題解決に役立てたりして、傷害を引き起こす様々な危険を予測し、回避する方法を選択することができる。
9～12月	①単元名(教材名) E 球技(バレーボール・ソフトボール) ②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○知識・技能 ③概ね満足な姿(B規準) ・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組を見付け、理由を添えて他者に伝えることができる。 ・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ることができる。 ・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、チームへの関わり方を見付けることができる。
11～12月	①単元名(教材名) C 陸上競技(イ 走り幅跳び) ②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○主体的に学習に取り組む態度 ③概ね満足な姿(B規準) ・踏み切り前3～4歩からリズムアップして踏み切りに移ることができる。 ・踏み切りでは上体を起こして、地面を踏みつけるようにキックし、振り上げ脚を素早く引き上げることができる。

3 年間指導計画(その③)

12～1月	①単元名(教材名) 陸上競技(ア 長距離走) ②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○知識・技能
-------	---

③概ね満足な姿(B規準)

- ・体調の変化などに気を配ること, 体力に見合った運動量で練習すること, 体調に異常を感じたら運動を中止することができる。
- ・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することができる。

1～3月

①単元名(教材名) E 球技(サッカー・バスケットボール)

②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○知識・技能

③概ね満足な姿(B規準)

- ・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するすることができる。
- 体調の変化などに気を配ること, ボールなどの用具の扱い方や, ゴールの設置状態, 練習場所などの自己や仲間の安全に留意することができる。

令和7年度 浦添中学校 各教科シラバス

学 年	3年	教科名	保健体育
教科担当			
教科書名	学研中学校体育実技、学研中学保健体育		
副 教 材	沖縄時事出版体育実技ノート、沖縄時事出版保健学習ノート		

「シラバス」とは、各教科の授業内容や学習の方法、評価の方法などを記した総合的な学習計画のことです。浦添中学校の「シラバス」は、生徒の皆さんが1年間、何を学び、どのように学習を進めていくかを示すことで、見通しを持って、計画的・主体的に授業に取り組めることをねらいとして作成しています。

また、各教科の評価の観点から3観点としてシラバスに示してあります。

I「知識・技能」…各教科等で、学習する過程で身に付けた知識や技能の習得状況について評価を行います。また、それらを既に身に付けている知識や技能と関連付けたり活用したりする中で、他の学習や生活の場面でも活用できる程度に、概念として理解したり技能を習得したりしているかについて評価を行います。

II「思考・判断・表現」…各教科等の知識や技能を活用して課題を解決するために必要な思考力、判断力、表現力を身に付けているかを評価します。

III「主体的に学習に取り組む態度」…知識や技能を獲得したり、思考力、判断力、表現力を身に付けたりすることに向けた粘り強い取り組みの中で、自ら学習を調整しようとしているかを評価します。

生徒の皆さんは、各教科の授業における「学び」が実生活とつながっているということを実感し、各教科が示す「基礎的・基本的な知識・技能の確実な習得」ができるよう努力してください。さらに「各教科で学んだ基礎的・基本的な知識・技能を活用する活動(思考・判断・表現等)」に積極的に取り組んで下さい。この地道な努力が、「主体的に学ぶ力(=学びに向かう力)」を育成することにつながります。

1 保健体育科の目標と評価について

教科の目標	[体育分野] (1) 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、生涯にわたって運動を豊かに実践することができるようにする。 (2) 運動についての自己や仲間の課題を発見し、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育てる。 (3) 運動における競争や協同の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たすなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保し、生涯にわたって運動に親しむ態度を育てる。 [保健分野] 個人生活における健康・安全に関する理解を通して、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。
評価の観点	(知識・技能) ○運動に関わる一般原則や運動に伴う事故の防止等を科学的に理解できる。○卒業後も運動やスポーツに多様な形で関わるができるようにする○体力の必要性について理解できる。○基本的な技能を身に付けることができる。 (思考・判断・表現) ○提示されたポイントと自己の動きを比較して課題を発見したり、仲間との関わり合いや健康・安全についての課題を発見したりすることができる。○学習した知識や技能を学習場面に適用したり、応用したりすることができる。○自己の課題に応じた取り組み方を工夫することができる。○自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。 (主体的に学習に取り組む態度) ○各種目に自主的に取り組める。○フェアプレイを大切にできる。○仲間と協力し、話し合いに貢献できる。○一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にできる。○互いに助け合い教え合える。○健康・安全を確保できる。
評価方法	○成績は、単元テストの得点、授業中の技能テスト・問答・態度、各種提出物などを総合して評価します。 ○評価の観点は、「知識・技能」、「思考・判断・表現」、「主体的に取り組む態度」です。

2 保健体育科の学習について

進授業方の	・学習課題等を捉え、自分なりの課題をもち、その解決に向け工夫して取り組みましょう。 ・先生の指示や友達の発言をしっかりと聞き、自分に取り入れましょう。 ・どの学習活動も粘り強く取り組みましょう。 ・学習カードなどは、この時間学んだことや次の時間の課題などを整理するようにしましょう。 ・ルールやマナーを守り、怪我や事故に気をつけ、安心・安全な活動につなげましょう。 ・全体の動きに機敏性を持たせるために集団行動を徹底しよう。 ・年間を通して準備運動を実施し、さらに補強運動をすることによって体力の向上を図ろう。 ・忘れ物をなくし、見学でも体育着に着替えよう。 ・教師の指示をよく守り、安全に留意して運動を行おう。
示	○当シラバスで運動に関する知識や保健分野と体育理論の知識を定着させよう

ノ ス ト 単 元	○平ルノヘド、運動に関する知識、身体力及こ体質基礎ノ知識と定有こビヨ。 ○授業で扱った事項、および試験前に指定した範囲から出題されます。 ○試験範囲は、単元テスト1週間前までに発表します。
-----------------------	--

3 年間指導計画（その①）

4月	①単元名（教材名） A体づくり運動 ②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○思考・判断・表現 ③概ね満足な姿（B規準） ・発達の段階や学習の段階に適した課題を設定したり、運動を選んだり組み合わせたりする学習などに積極的に取り組むことができる。 ・運動を行う際、仲間の体を支えたり押したりして補助したり、高めようとする動きなどの学習課題の解決に向けて仲間に助言しようとすることができる。 ・用具や場所などの自己や仲間の安全に留意して運動を行うこと、自己の体の動きに応じた正しい方や強度を選んで運動することができる。 ①単元名（教材名） H 体育理論 ②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○主体的に学習に取り組む態度 ③概ね満足な姿（B規準） ア 文化としてのスポーツの意義について理解する。 ・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ことを理解する。 ・オリンピックやパラリンピック及び国際的なスポーツ大会などは、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。 ・スポーツは、民族や国、人種や性、障害の違いなどを超えて人々を結び付けていることを理解する。
5月	①単元名（教材名） 武道（空手道） ②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○思考・判断・表現 ③概ね満足な姿（B規準） ・武道を学習することは、自国の文化に誇りをもつことや、国際社会で生きていく上で有意義であることを理解することができる。 ・武道には、各種目で用いられる技の名称や武道特有の運動観察の方法である見取り稽古の仕方があることを理解することができる。 ・特性に応じた礼法や基本動作を身に付けている。 ・相手の変化に応じた基本動作ができる。 ・相手の動きに応じた基本動作から基本となる技ができる。
6～8月	①単元名（教材名） D 水泳 （オ 複数の泳法で泳ぐことができる。） ②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○知識・技能 ③概ね満足な姿（B規準） ・自己や仲間の課題に応じた練習方法を選択する学習などに自主的に取り組むことができる。 ・練習や記録会などで、仲間と互いに合意した役割に責任をもって自主的に取り組もうとすることができる。 ・練習の際に、互いに補助し合ったり、運動観察などを通して仲間の課題を指摘するなど教え合ったりしながら取り組もうとすることができる。 ・自己の体調や技能の程度に応じて段階的に練習するなどを通して、健康を維持したり自己や仲間の安全を保持したりすることができる。 ①単元名（教材名） C 器械運動 （ア マット運動） ②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○思考・判断・表現 ③概ね満足な姿（B規準）

	・器械運動には多くの「技」があり、これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことを理解することができる。 ・器械運動は、種目に応じて多くの「技」があり、技の出来映えを競うことを楽しむ運動として多くの人々に親しまれてきた成り立ちがあることを理解することができる。 ・技の名称は、運動の基本形態を示す名称と、運動の経過における課題を示す名称によって名づけられていることを理解することができる。 ・体をマットに順々に接触させて回転するための動き方や回転力を高めるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして回ることができる。 ・全身を支えたり突き放したりするための着手の仕方、回転力を高めるための動き方、起き上がりやすくなるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして回転することができる。 ①単元名(教材名) 健康な生活と病気の予防 ②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○知識・技能 ③概ね満足な姿(B規準) ・感染症の予防や健康を守る社会の取組について、習得した知識を自他の生活に適用したり、応用したりして、疾病等にかかるリスクを軽減し健康を保持増進する方法を選択することができる。 ・健康な生活と疾病の予防について、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うことができる。
3 年間指導計画(その②)	
9～11月	①単元名(教材名) E 球技(バレーボール・ソフトボール) ②主な評価の観点 ◎思考・判断・表現 ○知識・技能 ③概ね満足な姿(B規準) ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返ることができる。 ・ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返ることができる。 ・チームで分担した役割に関する成果や改善すべきポイントについて、自己の活動を振り返ることができる。
11～1月	①単元名(教材名) C 陸上競技(ア 短距離 イ 長距離走) ②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○知識・技能 ③概ね満足な姿(B規準) ・自己や仲間の課題に応じた練習方法を選択する学習などに自主的に取り組むことができる。 ・練習や記録会などで、仲間と互いに合意した役割に責任をもって自主的に取り組もうとすることができる。 ・自己の体調や技能の程度に応じた目標や課題に挑戦することができる。 ①単元名(教材名) E 球技(バスケットボール サッカー) ②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○思考・判断・表現 ③概ね満足な姿(B規準) ・球技の各型の各種目において用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることを理解することができる。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることを理解することができる。

- ・ゴールの枠内にシュートをコントロールすることができる。
- ・味方が操作しやすいパスを送ることができる。
- ・ゴールとボール保持者を結んだ直線上で守ること。

3 年間指導計画（その③）

1～3月	①単元名（教材名） E 球技（選択） ②主な評価の観点 ◎主体的に学習に取り組む態度 ○知識・技能 ③概ね満足な姿（B規準） ・練習やゲームで求められるフェアな行動を通して、相手や仲間を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしよう และสามารถทำได้。 ・自己の考えを述べたり相手の話を聞いたりするなど、チームの話し合いに責任をもって関わろう และสามารถทำได้。 ・練習やゲームなどで、記録や審判、キャプテンなどの仲間と互いに合意した役割に責任をもって、自主的に取り組もう และสามารถทำได้。 ①単元名（教材名） 環境と健康 ②主な評価の観点 ◎知識・技能 ○思考・判断・表現 ③概ね満足な姿（B規準） ・身体には、環境に対してある程度まで適応能力があること。身体の適応能力を超えた環境は、健康に影響を及ぼすことがあること。また、快適で能率のよい生活を送るための温度、湿度や明るさには一定の範囲があることを理解することができる。 ・飲料水や空気は、健康と密接な関わりがあること。また、飲料水や空気を衛生的に保つには、基準に適合するよう管理する必要があることを理解することができる。 ・人間の生活によって生じた廃棄物は、環境の保全に十分配慮し、環境を汚染しないように衛生的に処理する必要があることを理解することができる。
------	---