

令和3年度 保健体育科《第2学年》 年間指導計画

担当 (松下 剛)

保健体育科の目標		(1) 各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。 (2) 運動や健康についての他の課題を発見し、合理的な解決に向けて患者し判断するとともに、他者に伝える力を養う。 (3) 生涯にわたって運動に親しみとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。		
第2学年の目標		(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、運動を豊かに実践することができるようになるとともに、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付けるようにする。 (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患者し判断するとともに、自己や仲間の考え方を伝える力を養う。 (3) 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たす、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をする態度を養う。		
※【知】は「知識・技能」、【思】は「思考・判断・表現」、【態】は「主体的に学習に取り組む態度」				
月	単元名	学習内容	評価基準	評価資料
4 5 6 7 月	体づくり運動 (7時間)	体ほぐしの運動 体の動きを高める運動	<p>【知】 ○体を動かす楽しさや心地よさを味わうことができる。 ○体つくり運動の意義と行き方、体の動きを高める方法などを理解している。 ○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。</p> <p>【思】 ○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、自己や仲間の考え方を伝えている。</p> <p>【態】 ○体つくり運動に積極的に取り組もうとしている。 ○健康、安全に気を配り、仲間の活動を援助しようとしている。 ○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。 ○話し合いに参加しようとしている。</p>	【知】 A~B 【思】 A~C 【態】 A~C
	陸上競技 (12時間)	短距離走 リレー 走り高跳びまたは走り幅跳び	<p>【知】 ○体を動かす楽しさや心地よさを味わうことができる。 ○陸上競技の特徴や成り立ち、技術の名称や行き方、その運動に関連して高まる体力などを理解している。 ○基本的な動きや効率の良い動きを身に付けることができる。</p> <p>【思】 ○滑らかな動きで速く走ることができます。 ○バトンの受け渡しでタイミングを合わせることができます。 ○リズミ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。 ○スピードに乗った助走から素早く踏み切って跳ぶことができる。</p> <p>【態】 ○積極的に取り組もうとしている。 ○勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。 ○分担した役割を果たそうとしている。 ○健康、安全に気を配り、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。</p>	【知】 A~B 【思】 A~C 【態】 A~C
	ダンス (8時間)	ダンス	<p>【知】 ○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うことができる。 ○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を理解している。 ○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。</p> <p>【思】 ○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、自己や仲間の考え方を伝えている。</p> <p>【態】 ○積極的に取り組もうとしている。 ○仲間の学習を援助しようとしている。 ○交流などの話合いに参加しようとしている。 ○健康、安全に気を配り、一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとしている。</p>	【知】 A~B 【思】 A~C 【態】 A~C
	球技(ネット型) (9時間)	バレーボール	<p>【知】 ○競技を競う楽しさや喜びを味わうことができる。 ○球技の特性や成り立ち、技術の名称や行き方、その運動で高まる体力などを理解している。 ○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ます。</p> <p>【思】 ○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、自己や仲間の考え方を伝えている。</p> <p>【態】 ○積極的に取り組もうとしている。 ○フェアプレイを守ろうとしている。 ○作戦などについて話し合いに参加しようとしている。 ○健康、安全に気を配り、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。</p>	【知】 A~B 【思】 A~C 【態】 A~C
	水泳 (8時間)	クロール、平泳ぎ、平泳ぎ	<p>【知】 ○記録の向上や競技の楽しさや喜びを味わうことができる。 ○水泳の特性や成り立ち、技術の名称や行き方、その運動に関連して高まる体力などを理解している。 ○泳法を身に付けることができる。 ○手と足の動き、呼吸のバランスをとり、速く、最も泳ぐことができる。</p> <p>【思】 ○泳法など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共に、自己の考え方を伝えている。</p> <p>【態】 ○積極的に取り組もうとしている。 ○勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。 ○分担した役割を果たそうとしている。 ○一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めることができる。 ○水泳の事故防止に関する心得を尊守するなど健康・安全に気を配ろうとしている。</p>	【知】 A~B 【思】 A~C 【態】 A~C
	体育理論	運動やスポーツが心身に及ぼす効果 (1時間)	○運動やスポーツの体への効果、心への効果を理解する。	【知】 B
		運動やスポーツが社会性の発達に及ぼす効果 (1時間)	○スポーツには公正な競技を行うためのルールがあり、気持ちよくスポーツを行うためのマナーがある。スポーツのルールやマナーについて学び、それらが社会生活にどのように応用されているかを理解する。	【思】 A~C
9 10 11 12 月	運動やスポーツの安全な行い方 (1時間)	○運動やスポーツを安全に行うための注意点を理解する。	【態】 ○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もうとしている。	【態】 A~C
	陸上競技 (8時間)	ハーダル走	<p>【知】 ○体を動かす楽しさや心地よさを味わうことができる。 ○陸上競技の特性や成り立ち、技術の名称や行き方、その運動に関連して高まる体力などを理解している。 ○基本的な動きや効率の良い動きを身に付けることができる。</p> <p>【思】 ○リズミカルな走りから滑らかにハーダルを超すことができる。</p> <p>【態】 ○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、自己の考え方を伝えることができる。</p>	【知】 A~B 【思】 A~C 【態】 A~C
	器械運動 (9時間)	マット運動 跳び箱運動	<p>【知】 ○技ができる楽しさや喜びを味わうことができる。 ○器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行き方、その運動に関連して高まる体力などを理解している。 ○回転系・巧技系、切り返し系・回転系の基本的な技を滑らかに安定して行うことができる。</p> <p>【思】 ○技などの自己の課題を発見し、合理的な解決にむけた運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考え方を伝えている。</p> <p>【態】 ○積極的に取り組もうとしている。 ○健康、安全に気を配り、仲間の学習を援助しようとしている。 ○一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認め、よい演技を認めようとしている。</p>	【知】 A~B 【思】 A~C 【態】 A~C
	武道 (8時間)	柔道	<p>【知】 ○技ができる楽しさや喜びを味わうことができる。 ○武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行き方、その運動に関連して高まる体力などを理解している。 ○基本動作や基本となる技を用いて簡単な攻防を展開することができる。</p> <p>【思】 ○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、自己や仲間の考え方を伝えている。</p> <p>【態】 ○積極的に取り組もうとしている。 ○相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。 ○分担した役割を果たそうとしている。 ○一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。 ○禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ろうとしている。</p>	【知】 A~B 【思】 A~C 【態】 A~C
	陸上競技 (9時間)	長距離走	<p>【知】 ○体を動かす楽しさや心地よさを味わうことができる。 ○陸上競技の特性や成り立ち、技術の名称や行き方、その運動に関連して高まる体力などを理解している。 ○基本的な動きや効率の良い動きを身に付けることができる。</p> <p>【思】 ○ベースを守って走ることができます。</p> <p>【態】 ○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、自己の考え方を伝えている。</p>	【知】 A~B 【思】 A~C 【態】 A~C
	保健	傷害の発生要因 (1時間)	○中学生の事故の特徴と、事故やけがが起こる要因について理解する。	【知】 AC
		交通事故の発生要因、危険予測と回避 (2時間)	○交通事故が起こる要因と、危険を予測し回避する方法を理解する。	【思】 A~C
1 2 3 月	犯罪被害の防止 (1時間)	○犯罪による傷害の防止について理解する。	【思】 ○傷害の防止について、危険の予測やその回避の方法を考えているとともに、それを表現している。	【思】 A~C
	自然災害による危険と傷害の防止、と共に生きる (3時間)	○自然災害による危険、傷害の防止、被害により普段の生活が送れなくなった時にできることについて理解する。	【思】 ○交通事故や自然災害による傷害は、人的要因や環境要因などが関わって発生することについて、理解したことを書いたり、書いたりしている。 ○交通事故などによる傷害の多くは、安全な行動、環境の改善によって防止できることについて理解したことを書いたり書いたりしている。 ○自然災害による傷害は、災害発生時だけでなく、二次災害によっても生じること。また、自然災害による傷害の多くは、災害に備えておくこと、安全に避難することによって防止できることについて理解したことを書いたり書いたりしている。 ○応急手当を適切に行うことによって、傷害の悪化を防止することができることについて理解したことを書いたり書いたりしているとともに、心肺蘇生などの技能を身に付けている。	【思】 A~C
	応急救手当の意義と心肺蘇生 (2時間)	○応急救手当の意義と方法について理解する。	【思】 ○傷害の防止についての学習に主体的に取り組もうとしている。	【思】 A~C
	けがの応急救手当 (1時間)	○出血や骨折などの応急救手当の意義について理解する。	【思】 ○競技を競う楽しさや喜びを味わうことができる。 ○球技の特性や成り立ち、技術の名称や行き方、その運動で高まる体力などを理解している。 ○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ます。	【思】 A~C
	球技(ゴール型) (9時間)	ハンドボール	<p>【知】 ○競技を競う楽しさや喜びを味わうことができる。 ○球技の特性や成り立ち、技術の名称や行き方、その運動で高まる体力などを理解している。 ○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ます。</p> <p>【思】 ○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、自己や仲間の考え方を伝えている。</p> <p>【態】 ○積極的に取り組もうとしている。 ○フェアプレイを守ろうとしている。 ○作戦などについて話し合いに参加しようとしている。 ○健康、安全に気を配り、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。</p>	【知】 A~B 【思】 A~C 【態】 A~C
	球技(ベースボール型) (9時間)	ソフトボール	<p>【知】 ○競技を競う楽しさや喜びを味わうことができる。 ○球技の特性や成り立ち、技術の名称や行き方、その運動で高まる体力などを理解している。 ○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ます。</p> <p>【思】 ○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方を伝えている。</p> <p>【態】 ○積極的に取り組もうとしている。 ○フェアプレイを守ろうとしている。 ○作戦などについて話し合いに参加しようとしている。 ○健康、安全に気を配り、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。</p>	【知】 A~B 【思】 A~C 【態】 A~C
	球技(ゴール型) (9時間)	バスケットボール	<p>【知】 ○競技を競う楽しさや喜びを味わうことができる。 ○球技の特性や成り立ち、技術の名称や行き方、その運動で高まる体力などを理解している。 ○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ます。</p> <p>【思】 ○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方を伝えている。</p> <p>【態】 ○積極的に取り組もうとしている。 ○フェアプレイを守ろうとしている。 ○作戦などについて話し合いに参加しようとしている。 ○健康、安全に気を配り、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。</p>	【知】 A~B 【思】 A~C 【態】 A~C
保 	生活習慣病の予防 (1時間)	○生活習慣病の要因と予防について理解する。	【知】 ○生活習慣病など、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原因となって起こること。また、生活習慣病の多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実現することによって予防できるについて理解したことを書いたり書いたりしている。 ○腰痛、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、それの要因に適切に対処する必要があることについて理解したことを書いたり書いたりしている。	【知】 A~B
	喫煙の害と健康 (1時間)	○たばこの煙に含まれる有害物質と健康への影響について理解する。	【思】 ○健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決に向けて患者し判断しているとともに、それらを表現している。	【思】 A~B
	飲酒の害と健康 (1時間)	○酒に含まれる有害物質と健康への影響について理解する。	【思】 ○健康な生活と疾病的予防について、課題を発見し、その解決に向けて患者し判断しているとともに、それらを表現している。	【思】 A~B