

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自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。 （３）生涯にわたっ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。 （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）	体ほくしの運動 体の動きを高める運動	【知】	〇体を動かす楽しさや心地よさを味わうことができる。 〇体づくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などを理解している。 〇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。	【知】 A、B
				【思】	〇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。	【思】 A～C
				【態】	〇体づくり運動に積極的に取り組もうとしている。 〇健康、安全に気を配り、仲間の活動を援助しようとしている。 〇一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとしている。 〇話し合いに参加しようとしている。	【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	【知】	〇体を動かす楽しさや心地よさを味わうことができる。 〇陸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を理解している。 〇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。 〇滑らかな動きで速く走ることができる。〇バトンの受け渡しでタイミングを合わせることができる。〇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。〇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。	【知】 A、B
				【思】	〇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。	【思】 A～C
				【態】	〇積極的に取り組もうとしている。〇勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。 〇分担した役割を果たそうとしている。〇健康、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。	【態】 A～C
		ダンス （8時間）	ダンス	【知】	〇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。 〇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。〇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。	【知】 A、B
				【思】	〇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。	【思】 A～C
				【態】	〇積極的に取り組もうとしている。 〇仲間の学習を援助しようとしている。〇交流などの話し合いに参加しようとしている。 〇健康、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。	【態】 A～C
		球技（ネット型） （9時間）	バレーボール	【知】	〇競技を競う楽しさや喜びを味わうことができる。 〇球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動で高まる体力などを理解している。 〇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る。 【ネット型】ボールや用具の操作と位置に戻るなどの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。	【知】 A、B
				【思】	〇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。	【思】 A～C
				【態】	〇積極的に取り組もうとしている。 〇フェアプレイを守ろうとしている。 〇作戦などについて話し合いに参加しようとしている。 〇健康、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。	【態】 A～C
９・10・11・12月		水泳 （8時間）	クロール、平泳ぎ、平泳ぎ	【知】	〇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。〇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を理解している。〇泳法を身に付けることができる。〇手と足の動き、呼吸のバランスをとり、速く、長く泳ぐことができる。	【知】 A、B
				【思】	〇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、自己の考えたことを他者に伝えている。	【思】 A～C
				【態】	〇積極的に取り組もうとしている。 〇勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。 〇分担した役割を果たそうとしている。 〇一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。 〇水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全に気を配ろうとしている。	【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）	【知】	〇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している。	【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）	【思】	〇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、自分の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し、判断するとともに、他者に伝えている。	【思】 A～C
			運動やスポーツの安全な行い方 （1時間）	【態】	〇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）	ハードル走	【知】	〇体を動かす楽しさや心地よさを味わうことができる。 〇陸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を理解している。 〇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。 〇リズミカルな走りから滑らかにハードルを越すことができる。	【知】 A、B
				【思】	〇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。	【思】 A～C
				【態】	〇積極的に取り組もうとしている。〇勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。 〇分担した役割を果たそうとしている。〇健康、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。	【態】 A～C
		器械運動 （9時間）	マット運動 跳び箱運動	【知】	〇技ができる楽しさや喜びを味わうことができる。 〇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を理解している。 〇回転系・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。	【知】 A、B
				【思】	〇技などの自己の課題を発見し、合理的な解決にむ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。	【思】 A～C
				【態】	〇積極的に取り組もうとしている。 〇健康、安全に気を配り、仲間の学習を援助しようとしている。 〇一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。	【態】 A～C
		武道 （8時間）	柔道	【知】	〇技ができる楽しさや喜びを味わうことができる。 〇武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解している。〇基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開することができる。	【知】 A、B
				【思】	〇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。	【思】 A～C
				【態】	〇積極的に取り組もうとしている。 〇相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。 〇分担した役割を果たそうとしている。 〇一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。 〇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。	【態】 A～C
		陸上競技 （9時間）	長距離走	【知】	〇体を動かす楽しさや心地よさを味わうことができる。 〇陸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を理解している。 〇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。 〇ペースを守って走ることができる。	【知】 A、B
				【思】	〇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。	【思】 A～C
				【態】	〇積極的に取り組もうとしている。〇勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。 〇分担した役割を果たそうとしている。〇健康、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。	【態】 A～C
	保健	傷害の発生要因（1時間） 交通事故の発生要因、危険予測と回避（2時間）	〇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。 〇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。	【知】	〇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、理解したことを言ったり、書いたりしている。〇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言ったり書いたりしている。 〇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言ったり書いたりしている。 〇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言ったり書いたりしていること、心肺蘇生法などの技能を身に付けている。	【知】 AC
				【思】	〇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、それらを表現している。	【思】 A～C
				【態】	〇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。	【態】 A～C
				【知】	〇競技を競う楽しさや喜びを味わうことができる。 〇球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動で高まる体力などを理解している。 〇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る。 【ゴール型】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。	【知】 A、B
				【思】	〇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。	【思】 A～C
		球技（ゴール型） （9時間）	ハンドボール	【態】	〇積極的に取り組もうとしている。 〇フェアプレイを守ろうとしている。 〇作戦などについて話し合いに参加しようとしている。 〇健康、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。	【態】 A～C
				【知】	〇競技を競う楽しさや喜びを味わうことができる。 〇球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動で高まる体力などを理解している。 〇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る。 【ベースボール型】基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位位置での守備などによって攻防することができる。	【知】 A、B
				【思】	〇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。	【思】 A～C
				【態】	〇積極的に取り組もうとしている。 〇フェアプレイを守ろうとしている。 〇作戦などについて話し合いに参加しようとしている。 〇健康、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。	【態】 A～C
				【知】	〇競技を競う楽しさや喜びを味わうことができる。 〇球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動で高まる体力などを理解している。 〇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る。 【ゴール型】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。	【知】 A、B
		球技（ゴール型） （9時間）	バスケットボール	【思】	〇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。	【思】 A～C
				【態】	〇積極的に取り組もうとしている。 〇フェアプレイを守ろうとしている。 〇作戦などについて話し合いに参加しようとしている。 〇健康、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。	【態】 A～C
				【知】	〇生活習慣病などは、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ことについて理解したことを言ったり書いたりしている。 〇喫煙、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、それら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言ったり書いたりしている。	【知】 A、B
				【思】	〇健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。	【思】