

教科	保健体育	学年	第1学年
----	------	----	------

単元名	時数	単元の到達目標(小単元のねらい)	単元のまとまりの評価規準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
体づくり運動	7	体を動かす楽しさや心地よさを味わい、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するとともに、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ようにする。	○知識・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について理解している。	・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。	・体づくり運動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、一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとする、話し合いに参加しようとするなどをしたり、健康・安全に気を配ったりしている。
器械運動	6	技ができる楽しさや喜びを味わい、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するとともに、技がよりよくできるようにする。	○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。 ・跳び箱運動では、切り返し系や回転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、仲間の学習を援助しようとする、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどをしたり、健康・安全に気を配ったりしている。

陸上競技	14	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方などを理解し、基本的な動きや効率のよい動きを身に付けることができるようにする。	○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てタイミングを合わせることができる。・長距離走では、ペースを守って走ることができる。・ハードル走では、リズムカルな走りから滑らかにハードルを越すことができる。・走り幅跳びでは、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。・走り高跳びでは、リズム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。	・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などをしてしたり、健康・安全に気を配ったりしている。
水泳	10	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方などを理解し、泳法を身に付けることができるようにする。	○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ている。	・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などをしてしたり、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全に気を配ったりしている。

<p>球技</p>	<p>40</p>	<p>勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、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を理解するとともに、基本的なボールや用具、バット操作と仲間と連携した動きで攻防を展開できるようにする。</p>	<p>○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・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。・ネット型では、ボールや用具の操作と定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。・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。</p>	<p>・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。</p>	<p>・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し合いに参加しようとするなど、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとするなど、仲間の学習を援助しようとするなどをしたり、健康・安全に気を配ったりしている。</p>
<p>武道</p>	<p>9</p>	<p>、技ができる楽しさや喜びを味わい、武道の特性や成り立ち、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するとともに、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ようにする。</p>	<p>○知識・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について理解している。 ○技能 ・柔道では、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、投げたり抑えたりする</p>	<p>・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ている。</p>	<p>・武道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすること、分担した役割を果たそうとするなど、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどをしたり、禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ったりしている。</p>

ダンス	6	<p>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い、ダンスの特性や由来、表現の仕方などを理解するとともに、イメージを捉えた表現や踊りを通じた交流ができるようにする。</p>	<p>○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。 ・フォークダンスでは、日本の民踊や外国の踊りから、それらの踊り方の特徴を捉え、音楽に合わせて特徴的なステップや動きで踊ることができる。 ・現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を捉え、変化のある動きを組み合わせ、リズムに乗って全身で踊ることができる。</p>	<p>・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。</p>	<p>・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、交流などの話合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとするなどをして、健康・安全に気を配ったりしている。</p>
体育理論	3	<p>運動やスポーツの意義や効果などについて課題を発見し、課題の解決に向けて学習に積極的に取り組み、理解できるようにする。</p>	<p>○知識 ・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。</p>	<p>・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、自己の課題を発見し、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。</p>	<p>・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。</p>

<p>保健編 1章 健康な生活と疾病の予防</p>	<p>5</p>	<p>健康の成り立ちと病気の発生要因,生活習慣と健康について,課題を発見し,課題の解決に向けて学習に自主的に取り組み,理解できるようにする。 生活習慣病などの予防,喫煙,飲酒,薬物乱用と健康について,課題を発見し,課題の解決に向けて学習に自主的に取り組み,理解できるようにする。</p>	<p>・健康は,主体と環境の相互作用の下に成り立っていること。また,疾病は,主体の要因と環境の要因が関わり合って発生することを理解している。 ・健康の保持増進には,年齢,生活環境等に応じた運動,食事,休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があることを理解している。 ・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要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践することによって予防できることを理解している。 ・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,これらの行為には,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,それぞれの要因に適切に対処する必要があることを理解している。</p>	<p>・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。</p>	<p>・健康な生活と疾病の予防についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>
-------------------------------	----------	---	--	--	--

<p>保健編 2章 心身の機能の発達と心の健康</p>	<p>12</p>	<p>心身の発達と心の健康について、課題を発見し、課題の解決に向けて学習に自主的に取り組み、理解できるようにする。</p>	<p>・身体には、多くの器官が発育し、それに伴い、様々な機能が発達する時期があること。また、発育・発達の時期やその程度には、個人差があることを理解している。 ・思春期には、内分泌の働きによって生殖に関わる機能が成熟すること。また、成熟に伴う変化に対応した適切な行動が必要となることを理解している。 ・知的機能、情意機能、社会性などの精神機能は、生活経験などの影響を受けて発達すること。また、思春期においては自己の認識が深まり、自己形成がなされることを理解している。 ・精神と身体は、相互に影響を与え、関わっていること。欲求やストレスは、心身に影響を与えることがあること。また、心の健康を保つには、欲求やストレスに適切に対処する必要があることを理解しているとともに、それらに対処する技能を身に付けている。</p>	<p>・心身の機能の発達と心の健康について、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。</p>	<p>・心身の機能の発達と心の健康について、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。</p>
---------------------------------	-----------	---	---	--	--

教科	保健体育	学年	第2学年
----	------	----	------

単元名	時数	単元の到達目標(小単元のねらい)	単元のまとまりの評価規準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
体づくり運動	7	体を動かす楽しさや心地よさを味わい、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するとともに、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ようにする。	○知識・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について理解している。	・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。	・体づくり運動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、一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとする、話し合いに参加しようとするなどをしたり、健康・安全に気を配ったりしている。
器械運動	6	技ができる楽しさや喜びを味わい、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するとともに、技がよりよくできるようにする。	○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。 ・跳び箱運動では、切り返し系や回転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、仲間の学習を援助しようとする、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどをしたり、健康・安全に気を配ったりしている。

陸上競技	14	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方などを理解し、基本的な動きや効率のよい動きを身に付けることができるようにする。	○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ことができる。・長距離走では、ペースを守って走ることができる。・ハードル走では、リズムカルな走りから滑らかにハードルを越すことができる。・走り幅跳びでは、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。・走り高跳びでは、リズム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。	・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などをしてしたり、健康・安全に気を配ったりしている。
水泳	10	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方などを理解し、泳法を身に付けることができるようにする。	○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ている。	・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などをしてしたり、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全に気を配ったりしている。

球技	40	<p>勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、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を理解するとともに、基本的なボールや用具、バット操作と仲間と連携した動きで攻防を展開できるようにする。</p>	<p>○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・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。・ネット型では、ボールや用具の操作と定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。・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。</p>	<p>・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。</p>	<p>・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し合いに参加しようとするなど、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとするなど、仲間の学習を援助しようとするなどをしたり、健康・安全に気を配ったりしている。</p>
武道	9	<p>、技ができる楽しさや喜びを味わい、武道の特性や成り立ち、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するとともに、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ようにする。</p>	<p>○知識・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について理解している。 ○技能 ・柔道では、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、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。</p>	<p>・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ている。</p>	<p>・武道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすること、分担した役割を果たそうとするなど、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどをしたり、禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ったりしている。</p>

<p>ダンス</p>	<p>6</p>	<p>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い、ダンスの特性や由来、表現の仕方などを理解するとともに、イメージを捉えた表現や踊りを通じた交流ができるようにする。</p>	<p>○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。 ・フォークダンスでは、日本の民踊や外国の踊りから、それらの踊り方の特徴を捉え、音楽に合わせて特徴的なステップや動きで踊ることができる。 ・現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を捉え、変化のある動きを組み合わせて、リズムに乗って全身で踊ることができる。</p>	<p>・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。</p>	<p>・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、交流などの話合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとするなどをしたり、健康・安全に気を配ったりしている。</p>
<p>体育理論</p>	<p>3</p>	<p>運動やスポーツは多様であることについて課題を発見し、課題の解決に向けて学習に積極的に取り組み、理解できるようにする。</p>	<p>○知識 ・運動やスポーツが多様であることについて理解している。</p>	<p>・運動やスポーツが多様であることについて、自己の課題を発見し、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。</p>	<p>・運動やスポーツが多様であることについての学習に積極的に取り組もうとしている。</p>

<p>保健編 1章 健康な生活と病気の予防</p>	<p>7</p>	<p>健康の成り立ちと病気の発生要因,生活習慣と健康について,課題を発見し,課題の解決に向けて学習に自主的に取り組み,理解できるようにする。 生活習慣病などの予防,喫煙,飲酒,薬物乱用と健康について,課題を発見し,課題の解決に向けて学習に自主的に取り組み,理解できるようにする。</p>	<p>・健康は,主体と環境の相互作用の下に成り立っていること。また,疾病は,主体の要因と環境の要因が関わり合って発生することを理解している。 ・健康の保持増進には,年齢,生活環境等に応じた運動,食事,休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があることを理解している。 ・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要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践することによって予防できることを理解している。 ・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,これらの行為には,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,それぞれの要因に適切に対処する必要があることを理解している。</p>	<p>・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。</p>	<p>・健康な生活と疾病の予防についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>
-------------------------------	----------	---	--	--	--

<p>保健編 3章 障害の防止</p>	<p>11</p>	<p>傷害の防止について、課題を発見し、課題の解決に向けて学習に自主的に取り組み、理解できるようにする。</p>	<p>・交通事故や自然災害などによる傷害は、人的要因や環境要因などが関わって発生することを理解している。・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を理解している。・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を理解している。・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を理解しているとともに、心肺蘇生法などの技能を身に付けている。</p>	<p>・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。</p>	<p>・傷害の防止についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>
-------------------------	-----------	--	--	---	--------------------------------------

教科	保健体育	学年	第3学年
----	------	----	------

単元名	時数	単元の到達目標(小単元のねらい)	単元のまとめりの評価規準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
体づくり運動	7	体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解するとともに、健康の保持増進や体力の向上を目指し、目的に適した運動の計画を立て取り組むこと	○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などや、健康・安全を確保したりしている。
器械運動	6	技ができる楽しさや喜びを味わい、運動観察の方法や体力の高め方などを理解するとともに、自己に適した技で演技することができるようにする。	○知識・器械運動の技の名称や行い方、運動観察の方法、体力の高め方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安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技することができる。・鉄棒運動では、支持系や懸垂系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技することができる。・平均台運動では、体操系やバランス系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技することができる。・跳び箱運動では、切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うことができる。	・技などの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、自己の考えたことを他者に伝えている。	・器械運動に自主的に取り組むとともに、よい演技を讃えようとするなど、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課題や挑戦を大切にしようとするなどをしたり、健康・安全を確保したりしている。

陸上競技	10	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、体力の高め方や運動観察の方法などを理解するとともに、各種目特有の技能を身に付けることができるようにする。	<p>○知識・陸上競技の技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。</p> <p>○技能・短距離走・リレーでは、中間走へのつなぎを滑らかにして速く走ることやバトンの受渡しで次走者のスピードを十分高めることができる。・長距離走では、自己に適したペースを維持して走ることができる。・ハードル走では、スピードを維持した走りからハードルを低く越すことができる。・走り幅跳びでは、スピードに乗った助走から力強く踏み切って跳ぶことができる。・走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切り滑らかな空間動作で跳ぶことができる。</p>	<p>・動きなどの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、自己の考えたことを他者に伝えている。</p>	<p>・陸上競技に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする事、自己の責任を果たそうとする事、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする事などをしたり、健康・安全を確保したりしている。</p>
水泳	10	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、体力の高め方や運動観察の方法などを理解するとともに、効率的に泳ぐことができるようにする。	<p>○知識・技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。</p> <p>○技能・クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができる。・平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができる。・背泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで泳ぐことができる。・バタフライでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで泳ぐことができる。・複数の泳法で泳ぐこと、又はリレーをすることができる。</p>	<p>・泳法などの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、自己の考えたことを他者に伝えている。</p>	<p>・水泳に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする事、自己の責任を果たそうとする事、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする事などをしたり、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保したりしている。</p>

<p>球技</p>	<p>35</p>	<p>敗を競う楽しさや喜びを味わい、体力の高め方や運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開する。</p>	<p>○知識・技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。 ○技能・ゴール型では、安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をすることができる。 ・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。 ・ベースボール型では、安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と連携した守備などによって攻防をすることができる。</p>	<p>・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。</p>	<p>・球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い教え合おうとすることなどをしたり、健康・安全を確保したりしている。</p>
<p>武道</p>	<p>5</p>	<p>技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開することができるようにする。</p>	<p>○知識・伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などについて理解している。 ○技能・柔道では、相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技、連絡技を用いて、相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防をすることができる。</p>	<p>・攻防などの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、自己の考えたことを他者に伝えている。</p>	<p>・武道に自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする、自己の責任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大切にしようとするなどをしたり、健康・安全を確保したりしている。</p>

ダンス	6	<p>感じを込めて踊ったり、みんなで自由に踊ったりする楽しさや喜びを味わい、踊りの特徴と表現の仕方や運動観察の方法などを理解するとともに、イメージを深めた表現や踊りを通じた交流や発表をする。</p>	<p>○知識・ダンスの名称や用語、踊りの特徴と表現の仕方、交流や発表の仕方、運動観察の方法、体力の高め方などについて理解している。 ○技能・創作ダンスでは、表したいテーマにふさわしいイメージを捉え、個や群で、緩急強弱のある動きや空間の使い方に変化を付けて即興的に表現したり、簡単な作品にまとめたりして踊ることができる。・フォークダンスでは、日本の民踊や外国の踊りから、それらの踊り方の特徴を捉え、音楽に合わせて特徴的なステップや動きと組み方で踊ることができる。・現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を捉え、変化とまとまりを付けて、リズムに乗って全身で踊ることができる。</p>	<p>・表現などの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。</p>	<p>・ダンス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、作品や発表などの話合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしようとするなどをしたり、健康・安全を確保したりしている。</p>
体育理論	3	<p>文化としてのスポーツの意義について課題を発見し、課題の解決に向けて学習に自主的に取り組み、理解できるようにする。</p>	<p>○知識 ・文化としてのスポーツの意義について理解している。</p>	<p>・文化としてのスポーツの意義について、自己の課題を発見し、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。</p>	<p>・文化としてのスポーツの意義についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>
保健編 1章 健康な生活と病気の予防	7	<p>感染症の予防と健康を守る社会の取り組みについて、課題を発見し、課題の解決に向けて学習に自主的に取り組み、理解できるようにする。</p>	<p>・感染症は、病原体が主な要因となって発生すること。また、感染症の多くは、発生源をなくすこと、感染経路を遮断すること、主体の抵抗力を高めることによって予防できることを理解している。 ・健康の保持増進や疾病の予防のためには、個人や社会の取組が重要であり、保健・医療機関を有効に利用することが必要であること。また、医薬品は、正しく使用することを理解している。</p>	<p>・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。</p>	<p>・健康な生活と疾病の予防についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>

<p>保健編 3章 健康と環境</p>	<p>6</p>	<p>健康と環境について、課題を発見し、課題の解決に向けて学習に自主的に取り組み、理解できるようにする。</p>	<p>・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している。・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している。・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している。</p>	<p>・健康と環境に関する情報から課題を発見し、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。</p>	<p>・健康と環境についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>
-------------------------	----------	--	--	---	--------------------------------------