

保健体育

1. 学習の到達目標等

学習の 到達目標	体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。 (1) 各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、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や社会の課題を発見し、合理的、計画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) 生涯にわたって継続し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、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。
-------------	--

2. 各教科における学習活動

技能演習、スキルテスト、レポート、グループワーク、準備・片付け・試合運営

学習喚起ルーブリック

生徒の望ましい姿 教科活動	優	良	可	未達成
技能演習 (ゲーム、記録、演技など)	授業内に身に付けた技能を、実技演習の際に十分に活用することができている。	授業内に身に付けた技能を、実技演習の際に概ね活用することができている。	授業内に身に付けた技能を、実技演習の際に部分的に活用できている。	十分な時間取り組むことができなかった。
スキルテスト	その種目（保健の場合は内容）に必要な技術について、十分に身につけることができている。※評価規準は種目または内容ごとに明示する。	その種目（保健の場合は内容）に必要な技術について、概ね身につけることができている。※評価規準は種目または内容ごとに明示する。	その種目（保健の場合は内容）に必要な技術について、最低限のポイントを身につけている。※評価規準は種目または内容ごとに明示する。	
レポート (学習カード、ワークシート、ノートなど)	提出物を期限内に提出している、内容の量と質が十分かつ具体的に書かれている。	提出物を期限内に提出している、内容の量と質が十分に書かれている。	提出物を期限内に提出していない、内容の量と質が十分に書かれていない。	
グループワーク (グループ練習、話し合い活動など)	自分の役割を理解し、仲間と協働しながら活動することができる。自分の意見をわかりやすく伝えとともに、仲間の考えを尊重し、互いの意見を発展させて議論を深めていくことができる。	自分の役割を理解し、仲間と一緒に活動することができる。仲間の考えを聞いて、自分の考えを伝えることができる。	グループワークに参加することができる。自分の考えを伝えることができる。	
準備・片付け・試合運営	自己の責任を果たした上で、周囲への声掛けや指示出しをすることができる。	自ら進んで役割を探し、自己の責任を果たすことができる。	指示を出された役割を果たすことができる。	

3. 各科目

1年	体育分野	保健分野
2年	体育分野	保健分野
3年	体育分野	保健分野
4年	体育	保健
5年	体育	保健
6年	体育	

「1年 体育分野」

使用教材 中学校保健体育（大日本図書）、ステップアップ中学体育（大修館書店）

1 評価の観点

評価の観点		
【知】知識・技能	【思】思考力・判断力・表現力	【態】主体的に学習に取り組む態度
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ている。	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ている。	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もち、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動しようとしている。

2 年間の学習内容

保健体育 (体育分野)	①	体づくり運動
	②	器械運動
	③	陸上競技
	④	水泳
	⑤	球技
	⑥	ダンス
	⑦	体育理論

3 学習計画及び評価方法等

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
①	体ほぐしの運動	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）体づくり運動の意義には、心と体をほぐし、体を動かす楽しさや心地よさを味わう意義があることを言ったり書き出したりしている。 （２）体づくり運動の意義には、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高める意義があることを言ったり書き出したりしている。 （３）体ほぐしの運動には、「心と体の関係や心身の状態に気づく」「仲間と積極的にかかわりあう」というねらいに応じた行い方があることを言ったり書き出したりしている。 〈運動〉 （４）のびのびとした動作で用具などを用いた運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （５）リズムに乗って心が弾むような運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （６）緊張したり緊張を解いて脱力したりする運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （７）いろいろな条件で、歩いたり走ったり跳びはねたりする運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （８）仲間と動きを合わせたり、対応したりする運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （９）仲間と協力して課題を達成するなど、集団で挑戦するような運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）体ほぐしの運動で「心と体の関係や心身の状態に気づく」「仲間と積極的に関わり合う」ことを踏まえてねらいに応じた運動を選んでいる。 （２）学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。 （３）仲間と話し合う場面で、掲示された参加の仕方に当てはめ、仲間との関わり方を見つけている。 （４）体力の程度や性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための運動を見付け、仲間に伝えている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）体づくり運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 （２）仲間の補助をしたり助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。 （３）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。 （４）ねらいに応じた行い方などについての話合いに参加しようとしている。 （５）健康・安全に留意している。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価標準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	体の動きを高める運動	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> 1) 体づくり運動の意義には、心と体をほぐし、体を動かす楽しさや心地よさを味わう意義があることを言ったり、書き出したりしている。 (2) 体づくり運動の意義には、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高める意義があることを言ったり書き出したりしている。 (3) 体の動きを高めるには、安全で合理的に高める行い方があることを言ったり、書き出したりしている。 (4) 体の動きを高めるには、適切な強度、時間、回数、頻度などを考慮して組み合わせる方法があることを言ったり、書き出したりしている。 (5) 運動の組合せ方には、効率のよい組合せとバランスのよい組合せがあることを言ったり書き出したりしている。 〈体の柔らかさ〉 (6) 大きくリズムカルに全身や体の各部位を振ったり、回したり、ねじったり、曲げ伸ばしたりすることができる。 (7) 体の各部位をゆっくり伸展し、そのままの状態で約 10 秒間維持することができる。 〈巧みな動き〉 (8) いろいろなフォームで様々な用具を用いて、タイミングよく跳んだり転がしたりすることができる。 (9) 大きな動作で、ボールなどの用具を、力を調整して投げたり受けたりすることができる。 (10) 人と組んだり、用具を利用したりしてバランスを保持することができる。 (11) 床やグラウンドに設定した様々な空間をリズムカルに歩いたり、走ったり、跳んだり、素早く移動したりすることができる。 〈力強い動き〉 (12) 自己の体重を利用して腕や脚を屈伸したり、腕や脚を上げたり下ろしたり、同じ姿勢を維持したりすることができる。 (13) 二人組で上体を起こしたり、脚を上げたり、背負って移動したりすることができる。 (14) 重い物を押したり、引いたり、投げたり、受けたり、振ったり、回したりすることができる。 〈動きを持続する能力〉 (15) 走や縄跳びなどを、一定の時間や回数、又は、自己で決めた時間や回数を持続して行うことができる。 (16) ステップやジャンプなど複数の異なる運動を組み合わせ、エアロビクスなどの有酸素運動を時間や回数を決めて持続して行うことができる。 〈組み合わせ方〉 (17) 体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動の中から、一つのねらいを取り上げ、それを高めるための運動を効率よく組み合わせる行うことができる。 (18) 体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動の中から、ねらいが異なる運動をバランスよく組み合わせる行うことができる。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) 体の動きを高めるために、自己の課題に応じた運動を選んでいる。 (2) 学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。 (3) 仲間と話し合う場面で、掲示された参加の仕方に当てはめ、仲間との関わり方を見つけている。 (4) 体力の程度や性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための運動を見付け、仲間に伝えている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) 体づくり運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 (2) 仲間の補助をしたり助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。 (3) 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。 (4) ねらいに応じた行い方などについての話合いに参加しようとしている。 (5) 健康・安全に留意している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	新体力テスト	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）定期的・計画的に運動を継続することは、心身の健康、健康や体力の保持増進につながる意義があることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）運動を計画して行う際は、どのようなねらいをもつ運動か、偏りがないか、自分に合っているかなどの運動の原則があることについて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）体力の程度を踏まえ、自己や仲間の課題に応じた計画を設定している。 （２）課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）新体力テストに積極的に取り組もうとしている。 （２）仲間の補助をしたり助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。 （３）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。 （４）ねらいに応じた行い方などについての話合いに参加しようとしている。 （５）健康・安全に留意している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
②	マット運動	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）マット運動には多くの「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ができることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）マット運動には、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について、言ったり書き出したりしている。 （３）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について、言ったり書き出したりしている。 （４）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について、言ったり書き出したりしている。 （５）マット運動は、それぞれの系統などにより主として高まる体力要素が異なることについて、言ったり書き出したりしている。 （６）発表会には、学習の段階に応じたねらいや行い方があることについて、言ったり書き出したりしている。 〔回転系〕 接点技群（背中をマットに接して回転する） （７）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。 （８）開始姿勢や終末姿勢、組合せの動きや手の着き方などの条件を変えて回ることができる。 （９）学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで回ることができる。 ほん転技群（手や足の支えて回転する） （10）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。 （11）開始姿勢や終末姿勢、手の着き方や組合せの動きなどの条件を変えて回転することができる。 （12）学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで回転することができる。 〔巧技系〕 平均立ち技群（バランスをとりながら静止する） （13）バランスよく姿勢を保つための力の入れ方、バランスの崩れを復元させるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして静止することができる。 （14）姿勢、体の向きなどの条件を変えて静止することができる。 （15）学習した基本的な技を発展させて、バランスをとり静止することができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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ている。 （２）提供された練習方法から、自己の課題に応じて、技の習得に適した練習方法を選んでいる。 （３）学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。 （４）仲間と協力する場で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。 （５）体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や発表を行う方法を見付け、仲間に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 （２）よい技や演技に称賛の声をかけるなど、仲間の努力を認めようとしている。 （３）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している。 （４）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。 （５）健康・安全に留意している。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価標準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
③	短距離走・リ レー、長距離 走、ハードル 走	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）陸上競技は、自己の記録に挑戦したり、競争したりする楽しさや喜びを味わうことができることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）陸上競技は、古代ギリシアのオリンピック競技やオリンピック・パラリンピック競技大会において主要な競技として発展した成り立ちがあることについて、言ったり書き出したりしている。 （３）陸上競技の各種目において用いられる技術の名称があり、それぞれの技術で動きのポイントがあることについて、言ったり書き出したりしている。 （４）陸上競技は、それぞれの種目で主として高まる体力要素が異なることについて、言ったり書き出したりしている。 〔短距離走・リレー〕 （５）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。 （６）自己に合ったピッチとストライドで速く走ることができる。 （７）リレーでは、次走者がスタートするタイミングやバトンを受け渡すタイミングを合わせるすることができる。 〔長距離走〕 （８）腕に余分な力を入れないで、リラックスして走ることができる。 （９）自己に合ったピッチとストライドで、上下動の少ない動きで走ることができる。 （１０）ペースを一定にして走ることができる。 〔ハードル走〕 （１１）遠くから踏み切り、勢いよくハードルを走り越すことができる。 （１２）抜き脚の膝を折りたんで前に運ぶなどの動作でハードルを越すことができる。 （１３）インターバルを３又は５歩でリズムカルに走ることができる。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）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ている。 （２）提供された練習方法から、自己の課題に応じて、動きの習得に適した練習方法を選んでいる。 （３）練習や競争する場面で、最善を尽くす、勝敗を受け入れるなどのよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている。 （４）学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。 （５）体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や競争を行う方法を見付け、仲間に伝えている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）陸上競技の学習に積極的に取り組もうとしている。 （２）勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。 （３）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している。 （４）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。 （５）健康・安全に留意している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
④	クロール	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）水泳は、泳法を身に付け、続けて長く泳いだり、速く泳いだり、競い合ったりする楽しさや喜びを味わうことのできる運動であることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）水泳は、近代オリンピック・パラリンピック競技大会において主要な競技として発展した成り立ちがあることについて、言ったり書き出したりしている。 （３）クロールにおいて用いられる技術の名称や運動局面の名称があり、それぞれの技術や局面で、動きを高めるための技術的なポイントがあることについて、言ったり書き出したりしている。 （４）クロールで主として高まる体力要素について、言ったり書き出したりしている。 （５）一定のリズムで強いキックを打つことができる。 （６）水中で肘を曲げて腕全体で水をキャッチし、Ｓ字やＩ字を描くようにして水をかくことができる。 （７）プルとキック、ローリングの動作に合わせて横向きで呼吸をすることができる。
		【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）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ている。 （２）提供された練習方法から、自己の課題に応じて、泳法の習得に適した練習方法を選んでいる。 （３）学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。 （４）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ている。 （５）体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や競争を行う方法を見付け、仲間に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）水泳の学習に積極的に取り組もうとしている。 （２）勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。 （３）用具等の準備や後片付け、計測などの分担した役割を果たそうとしている。 （４）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。 （５）水の安全に関する事故防止の心得を遵守するなど、健康・安全に留意している。

中 単 元 名	小單元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
⑤	ゴール型 (サッカー)	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）球技には、集団対集団、個人対個人で攻防を展開し、勝敗を競う楽しさや喜びを味わえる特性があることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）学校で行う球技は近代になって開発され、今日では、オリンピック・パラリンピック競技大会においても主要な競技として行われていることについて、言ったり書き出したりしている。 （３）球技の各型の各種目において用いられる技術には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、言ったり書き出したりしている。 （４）対戦相手との競争において、技能の程度に応じた作戦や戦術を選ぶことが有効であることについて、言ったり書き出したりしている。 （５）ゴール方向に守備者がいない位置でシュートをすることができる。 （６）マークされていない味方にパスを出すことができる。 （７）得点しやすい空間にいる味方にパスを出すことができる。 （８）パスやドリブルなどでボールをキープすることができる。 （９）ボールとゴールが同時に見える場所に立つことができる。 （１０）パスを受けるために、ゴール前の空いている場所に動くことができる。 （１１）ボールを持っている相手をマークすることができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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ている。 （２）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んでいる。 （３）学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。 （４）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ている。 （５）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ている。 （６）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ている。 （７）体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習やゲームを行う方法を見付け、仲間に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 （２）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している。 （３）作戦などについての話合いに参加しようとしている。 （４）一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを認めようとしている。 （５）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している。 （６）健康・安全に留意している。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
⑥	ダンス (現代的なリズムのダンス)	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）ダンスは、仲間とともに感じを込めて踊ったり、イメージを捉えて自己を表現したりすることを楽しさや喜びを味わうことができることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）ダンスは、様々な文化の影響を受け発展してきたことについて、言ったり書き出したりしている。 （３）それぞれのダンスには、表現の仕方に違いがあることについて、言ったり書き出したりしている。 （４）ダンスはリズムカルな全身の動きに関連した体力が高まることについて、言ったり書き出したりしている。 〔現代的なリズムのダンス〕 （１）自然な弾みやスイングなどの動きで気持ちよく音楽のビートに乗れるように、簡単な繰り返しのリズムで踊ることができる。 （２）軽快なリズムに乗って弾みながら、揺れる、回る、ステップを踏んで手をたたき、ストップを入れるなどリズムを捉えて自由に踊ったり、相手の動きに合わせてたりずらしたり、手をつなぐなど相手と対応しながら踊ることができる。 （３）シンコペーションやアフタービート、休止や倍速など、リズムに変化を付けて踊ることができる。 （４）短い動きを繰り返す、対立する動きを組み合わせる、ダイナミックなアクセントを加えるなどして、リズムに乗って続けて踊ることができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）提示された事例を参考に、自分の興味や関心に合ったテーマや踊りを設定している。 （２）提示された踊りのポイントやつまづきの事例を参考に、仲間やグループの課題や出来映えを伝えている。 （３）提供されたテーマや表現の仕方から、自己やグループの課題に応じた練習方法を選んでいる。 （４）学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。 （５）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、グループへの関わり方を見付けている。 （６）体力の程度や性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための表現や交流を行う方法を見付け、仲間に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）ダンスの学習に積極的に取り組もうとしている。 （２）仲間の手助けをしたり助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。 （３）簡単な作品創作などについての話合いに参加しようとしている。 （４）一人一人の違いに応じた表現や交流の仕方などを認めようとしている。 （５）健康・安全に留意している。
⑦	運動やスポーツの必要性和楽しさ	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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について、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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。
	運動やスポーツへの多様な関わり方	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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について、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	運動やスポーツへの多様な楽しみ方	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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について、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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。

「1年 保健分野」

使用教材 中学校保健体育（大日本図書）

1 評価の観点

評価の観点		
【知】知識・技能	【思】思考力・判断力・表現力	【態】主体的に学習に取り組む態度
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ている。	健康についての自他の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えたりしている。	生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営むために学習を深めようとしている。

2 年間の学習内容

保健体育 (保健分野)	健康な生活と病気の予防	①	健康の成り立ち
		②	運動と健康
		③	食生活と健康
		④	休養・睡眠と健康
		⑤	調和のとれた生活
	心身の発達と心の健康	⑥	体の発育・発達
		⑦	呼吸器官・循環器官の発育・発達
		⑧	生命を生み出す体への成熟ー1
		⑨	生命を生み出す体への成熟ー2
		⑩	思春期の心の変化への対応
		⑪	考える心・感動する心の発達
		⑫	人との関わりと自分らしさ
		⑬	欲求への対処
		⑭	ストレスへの対処
		⑮	心と体の関わり

3 学習計画及び評価方法等

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
①	健康の成り立ち	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （1）健康は、主体と環境を良好な状態に保つことにより成り立っていること、また、健康が阻害された状態の一つが疾病であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 （2）疾病は、主体の要因と環境の要因とが相互に関わりながら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。 （3）主体の要因には、年齢、性、免疫、遺伝などの素因と、生後に獲得された運動、食事、休養及び睡眠を含む生活上の様々な習慣や行動などがあること、環境の要因には、温度、湿度や有害化学物質などの物理的・化学的環境、ウイルスや細菌などの生物学的環境及び人間関係や保健・医療機関などの社会的環境など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。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （1）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している。 （2）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っている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （1）健康の成り立ちについての学習に自主的に取り組もうとしている。 （2）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
②	運動と健康	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）運動には、身体の各器官の機能を刺激し、その発達を促すとともに、気分転換が図られるなど、精神的にもよい効果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。 （２）健康を保持増進するためには、年齢や生活環境等に応じて運動を続けることが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）運動と健康について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病等にかかるリスクを軽減し健康の保持増進をする方法を選択している。 （２）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っている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）運動と健康についての学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。
③	食生活と健康	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）食事には、健康な身体をつくるとともに、運動などによって消費されたエネルギーを補給する役割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。 （２）健康を保持増進するためには、毎日適切な時間に食事をする事、年齢や運動量等に応じて栄養素のバランスや食事の量などに配慮することが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）食生活と健康について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病等にかかるリスクを軽減し健康の保持増進をする方法を選択している。 （２）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っている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）食生活と健康についての学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。
④	休養・睡眠と健康	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）休養及び睡眠は、心身の疲労を回復するために必要であること、健康を保持増進するためには、年齢や生活環境等に応じて休養及び睡眠をと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。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）休養・睡眠と健康について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病等にかかるリスクを軽減し健康の保持増進をする方法を選択している。 （２）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っている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）休養・睡眠と健康についての学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。
⑤	調和のとれた生活	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）心身の健康は生活習慣と深く関わっており、健康を保持増進するためには、年齢、生活環境等に応じた適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けることが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）調和のとれた生活について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病等にかかるリスクを軽減し健康の保持増進をする方法を選択している。 （２）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っている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）調和のとれた生活についての学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
⑥	体の発育・発達	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）体の発育・発達には、各器官が急速に発育し、機能が発達する時期があること、体の発育・発達の時期や程度には、個人差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。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）体の発育・発達と個人差について、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している。 （２）心身の機能の発達と心の健康について，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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）体の発育・発達と個人差についての学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し，明るく豊かな生活を営もうとしている。
⑦	呼吸器官・循環器官の発育・発達	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）呼吸器官・循環器官が発育・発達すると，１回の呼吸で交換できる酸素と二酸化炭素の量が増えたり，心臓の収縮する力が強くなったりすること，中学生の時期は適度な運動を行うことによって呼吸器官・循環器官がよりよく発達することについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）呼吸器官・循環器官の発育・発達のしかたや中学生の時期の生活のしかたについて、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している。 （２）心身の機能の発達と心の健康について，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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）呼吸器官・循環器官の発育・発達のしかたや中学生の時期の生活のしかたについての学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し，明るく豊かな生活を営もうとしている。
⑧	生命を生み出す体への成熟－１	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）思春期には、下垂体から分泌される性腺刺激ホルモンのはたらきにより生殖器官の発育とともに生殖機能が発達することについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）生殖に関わる機能の成熟について、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している。 （２）心身の機能の発達と心の健康について，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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）生殖に関わる機能の成熟についての学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し，明るく豊かな生活を営もうとしている。
⑨	生命を生み出す体への成熟－２	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）思春期になると、男子では射精、女子では月経が見られ、妊娠が可能となること、思春期は、生命を生み出すことのできる体へと成熟する時期であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）生殖に関わる機能の成熟について、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している。 （２）心身の機能の発達と心の健康について，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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）生殖に関わる機能の成熟についての学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し，明るく豊かな生活を営もうとしている。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
⑩	思春期の心の変化への対応	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）思春期には、体の変化にともない、個人差はあるが、性衝動が生じたり、性への関心が高まったりすることがあること、そのため、異性の尊重、性情報への対処など性に関する適切な態度や行動の選択が必要となることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）思春期の心の変化や異性の尊重、性情報への対処など性に関する適切な態度や行動の選択について、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している。 （２）心身の機能の発達と心の健康について、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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）思春期の心の変化や異性の尊重、性情報への対処など性に関する適切な態度や行動の選択についての学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。
⑪	考える心・感動する心の発達	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）知的機能、情意機能は生活経験や学習などの影響を受けながら、脳の発達とともに発達することについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）心身の機能の発達と心の健康について、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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）心のはたらきや発達のしかたについての学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。
⑫	人との関わりと自分らしさ	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）中学生の時期は社会性が発達すること、自己を認識し、自分なりの価値観を身に付けていくなどどの自己形成かがなされることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）心身の機能の発達と心の健康について、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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）人との関わりと自己形成についての学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。
⑬	欲求への対処	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）欲求には、生理的な欲求と心理的、社会的な欲求があること、また、精神的な安定を図るには、日常生活に充実感をもてたり、欲求の実現に向けて取り組みんだり、欲求が満たされないときに自分や周囲の状況からよりよい方法を見付けたりすることなど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。 （２）欲求には、生理的な欲求と心理的、社会的な欲求があること、心の健康を保つには、欲求に適切に対処することが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）欲求やストレスとその対処について、習得した知識や技能を自他の生活と比較したり、活用したりして、心身の健康を保持増進する方法やストレスへの適切な対処の方法を選択している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）欲求への適切な対処と心の健康についての学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
⑭	ストレスへの 対処	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）ストレスとは、外界からの様々な刺激により心身に負担がかかった状態であることを意味し、ストレスの影響は原因そのものの大きさとそれを受け止める人の心や身体の状態によって異なること、個人にとって適度なストレスは、精神発達上必要なものであることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 （２）ストレスへの対処にはストレスの原因となる事柄に対処すること、ストレスの原因についての受け止め方を見直すこと、友達や家族、教員、医師などの専門家などに話を聞いてもらったり、相談したりすること、コミュニケーションの方法を身に付けること、規則正しい生活をするなどいろいろな方法があり、それらの中からストレスの原因、自分や周囲の状況に応じた対処の仕方を選ぶことが大切であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 （３）リラクセーションなど、ストレスによる心身の負担を軽くするような対処の方法を身に付けている。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）ストレスへの適切な対処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。 （２）欲求やストレスとその対処について、習得した知識や技能を自他の生活と比較したり、活用したりして、心身の健康を保持増進する方法やストレスへの適切な対処の方法を選択している。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）ストレスへの適切な対処と心の健康についての学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。
⑮	心と体の 関わり	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）精神と身体には、密接な関係があり、互いに様々な影響を与え合っていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 （２）心の状態が体にあらわれたり、体の状態が心にあらわれたりするの、神経などの働きによることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）心身の機能の発達と心の健康について、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っている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）心と体の関わりについての学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。

「2年 体育分野」

使用教材 中学校保健体育（大日本図書）、ステップアップ中学体育（大修館書店）

1 評価の観点

評価の観点		
【知】知識・技能	【思】思考力・判断力・表現力	【態】主体的に学習に取り組む態度
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ている。	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ことができる。	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もち、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動しようとしている。

2 年間の学習内容

（体育分野） 保健体育	①	体づくり運動
	②	器械運動
	③	陸上競技
	④	水泳
	⑤	球技
	⑥	武道
	⑦	体育理論

3 学習計画及び評価方法等

中 単 元 名	小単元 （教材名）	評価規準・評価方法
		【知】（知識・技能） 【思】（思考力・判断力・表現力） 【態】（主体的に学習に取り組む態度）
①	体ほぐしの運動	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）体づくり運動の意義には、心と体をほぐし、体を動かす楽しさや心地よさを味わう意義があることを、言ったり書き出したりしている。 （２）体づくり運動の意義には、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高める意義があることを、言ったり書き出したりしている。 （３）体ほぐしの運動には、「心と体の関係や心身の状態に気づく」「仲間と積極的にかかわりあう」というねらいに応じた行い方があることを、言ったり書き出したりしている。 〈運動〉 （４）のびのびとした動作で用具などを用いた運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （５）リズムに乗って心が弾むような運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （６）緊張したり緊張を解いて脱力したりする運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （７）いろいろな条件で、歩いたり走ったり跳びはねたりする運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （８）仲間と動きを合わせたり、対応したりする運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （９）仲間と協力して課題を達成するなど、集団で挑戦するような運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）体ほぐしの運動で「心と体の関係や心身の状態に気づく」「仲間と積極的に関わり合う」ことを踏まえてねらいに応じた運動を選んでいる。 （２）学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。 （３）仲間と話し合う場面で、掲示された参加の仕方に当てはめ、仲間との関わり方を見つけている。 （４）体力の程度や性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための運動を見付け、仲間に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）体づくり運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 （２）仲間の補助をしたり助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。 （３）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。 （４）ねらいに応じた行い方などについての話合いに参加しようとしている。 （５）健康・安全に留意している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	体の動きを高める運動	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) 体づくり運動の意義には、心と体をほぐし、体を動かす楽しさや心地よさを味わう意義があることを、言ったり書き出したりしている。 (2) 体づくり運動の意義には、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高める意義があることを、言ったり書き出したりしている。 (3) 体の動きを高めるには、安全で合理的に高める行い方があることを、言ったり書き出したりしている。 (4) 体の動きを高めるには、適切な強度、時間、回数、頻度などを考慮して組み合わせる方法があることを、言ったり書き出したりしている。 (5) 運動の組合せ方には、効率のよい組合せとバランスのよい組合せがあることを、言ったり書き出したりしている。 〔体の柔らかさ〕 (6) 大きくリズムカルに全身や体の各部位を振ったり、回したり、ねじったり、曲げ伸ばしたりすることができる。 (7) 体の各部位をゆっくり伸展し、そのままの状態で約 10 秒間維持することができる。 〔巧みな動き〕 (8) いろいろなフォームで様々な用具を用いて、タイミングよく跳んだり転がしたりすることができる。 (9) 大きな動作で、ボールなどの用具を、力を調整して投げたり受けたりすることができる。 (10) 人と組んだり、用具を利用したりしてバランスを保持することができる。 (11) 床やグラウンドに設定した様々な空間をリズムカルに歩いたり、走ったり、跳んだり、素早く移動したりすることができる。 〔力強い動き〕 (12) 自己の体重を利用して腕や脚を屈伸したり、腕や脚を上げたり下ろしたり、同じ姿勢を維持したりすることができる。 (13) 二人組で上体を起こしたり、脚を上げたり、背負って移動したりすることができる。 (14) 重い物を押したり、引いたり、投げたり、受けたり、振ったり、回したりすることができる。 〔動きを持続する能力〕 (15) 走や縄跳びなどを、一定の時間や回数、又は、自己で決めた時間や回数を持続して行うことができる。 (16) ステップやジャンプなど複数の異なる運動を組み合わせ、エアロビクスなどの有酸素運動を時間や回数を決めて持続して行うことができる。 〔組み合わせ方〕 (17) 体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動の中から、一つのねらいを取り上げ、それを高めるための運動を効率よく組み合わせで行うことができる。 (18) 体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動の中から、ねらいが異なる運動をバランスよく組み合わせで行うことができる。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) 体の動きを高めるために、自己の課題に応じた運動を選んでいる。 (2) 学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。 (3) 仲間と話し合う場面で、掲示された参加の仕方に当てはめ、仲間との関わり方を見つけている。 (4) 体力の程度や性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための運動を見付け、仲間に伝えている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) 体づくり運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 (2) 仲間の補助をしたり助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。 (3) 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。 (4) ねらいに応じた行い方などについての話合いに参加しようとしている。 (5) 健康・安全に留意している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	新体力テスト	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 定期的・計画的に運動を継続することは、心身の健康、健康や体力の保持増進につながる意義があることについて、言ったり書き出したりしている。 (2) 運動を計画して行う際は、どのようなねらいをもつ運動か、偏りがいないか、自分に合っているかなどの運動の原則があることについて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 体力の程度を踏まえ、自己や仲間の課題に応じた計画を設定している。 (2) 課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 新体力テストに積極的に取り組もうとしている。 (2) 仲間の補助をしたり助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。 (3) 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。 (4) ねらいに応じた行い方などについての話合いに参加しようとしている。 (5) 健康・安全に留意している。
②	跳び箱運動	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 跳び箱運動には多くの「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ができることについて、言ったり書き出したりしている。 (2) 跳び箱運動には、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について、言ったり書き出したりしている。 (3) 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について、言ったり書き出したりしている。 (4) 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について、言ったり書き出したりしている。 (5) 跳び箱運動は、それぞれの系統などにより主として高まる体力要素が異なることについて、言ったり書き出したりしている。 (6) 発表会には、学習の段階に応じたねらいや行い方があることについて、言ったり書き出したりしている。 〔切り返し系〕 切り返し跳びグループ（跳び箱上に支持して回転方向を切り替えて跳び越す） (7) 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。 (8) 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。 (9) 学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで跳び越すことができる。 〔回転系〕 回転跳びグループ（跳び箱上を回転しながら跳び越す） (10) 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。 (11) 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。 (12) 学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで跳び越すことができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 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ている。 (2) 提供された練習方法から、自己の課題に応じて、技の習得に適した練習方法を選んでいる。 (3) 学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。 (4) 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ている。 (5) 体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や発表を行う方法を見付け、仲間に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 (2) よい技や演技に称賛の声をかけるなど、仲間の努力を認めようとしている。 (3) 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している。 (4) 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。 (5) 健康・安全に留意している。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
③	短距離走・リレー、 長距離走、走り幅 跳び、走り高跳び	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）陸上競技は、自己の記録に挑戦したり、競争したりする楽しさや喜びを味わうことができることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）陸上競技は、古代ギリシアのオリンピック競技やオリンピック・パラリンピック競技大会において主要な競技として発展した成り立ちがあることについて、言ったり書き出したりしている。 （３）陸上競技の各種目において用いられる技術の名称があり、それぞれの技術で動きのポイントがあることについて、言ったり書き出したりしている。 （４）陸上競技は、それぞれの種目で主として高まる体力要素が異なることについて、言ったり書き出したりしている。 〔短距離走・リレー〕 （５）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。 （６）自己に合ったピッチとストライドで速く走ることができる。 （７）リレーでは、次走者がスタートするタイミングやバトンを受け渡すタイミングを合わせることができる。 〔長距離走〕 （８）腕に余分な力を入れないで、リラックスして走ることができる。 （９）自己に合ったピッチとストライドで、上下動の少ない動きで走ることができる。 （１０）ペースを一定にして走ることができる。 〔走り幅跳び〕 （１１）自己に適した距離、又は歩数の助走をすることができる。 （１２）踏切線に足を合わせて踏み切ることができる。 （１３）かがみ跳びなどの空間動作からの流れの中で着地することができる。 〔走り高跳び〕 （１４）リズムカルな助走から力強い踏み切りに移ることができる。 （１５）跳躍の頂点とバーの位置が合うように、自己に合った踏切位置で踏み切ることができる。 （１６）脚と腕のタイミングを合わせて踏み切り、大きなはさみ動作で跳ぶことができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）提示された動きのポイントやつまづきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。 （２）提供された練習方法から、自己の課題に応じて、動きの習得に適した練習方法を選んでいる。 （３）練習や競争する場面で、最善を尽くす、勝敗を受け入れるなどのよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている。 （４）学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。 （５）体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や競争を行う方法を見付け、仲間に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）陸上競技の学習に積極的に取り組もうとしている。 （２）勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。 （３）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している。 （４）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。 （５）健康・安全に留意している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
④	平泳ぎ	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ (1) 水泳は、泳法を身に付け、続けて長く泳いだり、速く泳いだり、競い合ったりする楽しさや喜びを味わうことのできる運動であることについて、言ったり書き出したりしている。 (2) 水泳は、近代オリンピック・パラリンピック競技大会において主要な競技として発展した成り立ちがあることについて、言ったり書き出したりしている。 (3) 平泳ぎにおいて用いられる技術の名称や運動局面の名称があり、それぞれの技術や局面で、動きを高めるための技術的なポイントがあることについて、言ったり書き出したりしている。 (4) 平泳ぎで主として高まる体力要素について、言ったり書き出したりしている。 (5) 蹴り終わりで長く伸びるキックをすることができる。 (6) 肩より前で、両手で逆ハート型を描くように水をかくことができる。 (7) ブルのかき終わりに合わせて顔を水面上に出して息を吸い、キックの蹴り終わりに合わせて伸び（グライド）をとり進むことができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ (1) 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ている。 (2) 提供された練習方法から、自己の課題に応じて、泳法の習得に適した練習方法を選んでいる。 (3) 学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。 (4) 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ている。 (5) 体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や競争を行う方法を見付け、仲間に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ (1) 水泳の学習に積極的に取り組もうとしている。 (2) 勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。 (3) 用具等の準備や後片付け、計測などの分担した役割を果たそうとしている。 (4) 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。 (5) 水の安全に関する事故防止の心得を遵守するなど、健康・安全に留意している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
⑤	ベースボール型 (ソフトボール)	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 球技には、集団対集団、個人対個人で攻防を展開し、勝敗を競う楽しさや喜びを味わえる特性があることについて、言ったり書き出したりしている。 (2) 学校で行う球技は近代になって開発され、今日では、オリンピック・パラリンピック競技大会においても主要な競技として行われていることについて、言ったり書き出したりしている。 (3) 球技の各型の各種目において用いられる技術には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、言ったり書き出したりしている。 (4) 対戦相手との競争において、技能の程度に応じた作戦や戦術を選ぶことが有効であることについて、言ったり書き出したりしている。 (5) 投球の方向と平行に立ち、肩越しにバットを構えることができる。 (6) 地面と水平になるようにバットを振り抜くことができる。 (7) スピードを落とさずに、タイミングを合わせて塁を駆け抜けることができる。 (8) 打球の状況によって塁を進んだり戻ったりすることができる。 (9) ボールの正面に回り込んで、緩い打球を捕ることができる。 (10) 投げる腕を後方に引きながら投げ手と反対側の足を踏み出し、体重を移動させながら、大きな動作でねらった方向にボールを投げるができる。 (11) 守備位置から塁上へ移動して、味方からの送球を受けることができる。 (12) 決められた守備位置に繰り返し立ち、準備姿勢をとることができる。 (13) 各ポジションの役割に応じて、ベースカバーやバックアップの基本的な動きをすることができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 提示された動きのポイントやつまづきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。 (2) 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んでいる。 (3) 学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。 (4) 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ている。 (5) 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ている。 (6) 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ている。 (7) 体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習やゲームを行う方法を見付け、仲間に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 (2) 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している。 (3) 作戦などについての話合いに参加しようとしている。 (4) 一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを認めようとしている。 (5) 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している。 (6) 健康・安全に留意している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	ネット型 (バドミントン)	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 球技には、集団対集団、個人対個人で攻防を展開し、勝敗を競う楽しさや喜びを味わえる特性があることについて、言ったり書き出したりしている。 (2) 学校で行う球技は近代になって開発され、今日では、オリンピック・パラリンピック競技大会においても主要な競技として行われていることについて、言ったり書き出したりしている。 (3) 球技の各型の各種目において用いられる技術には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、言ったり書き出したりしている。 (4) 対戦相手との競争において、技能の程度に応じた作戦や戦術を選ぶことが有効であることについて、言ったり書き出したりしている。 (5) サービスでは、ボールやラケットの中心付近で捉えることができる。 (6) ボールを返す方向にラケット面を向けて打つことができる。 (7) 味方が操作しやすい位置にボールをつなぐことができる。 (8) 相手側のコートの空いた場所にボールを返すことができる。 (9) テイクバックをとって肩より高い位置からボールを打ち込むことができる。 (10) 相手の打球に備えた準備姿勢をとることができる。 (11) プレイを開始するときは、各ポジションの定位置に戻ることができる。 (12) ボールを打ったり受けたりした後、ボールや相手に正対することができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 提示された動きのポイントやつまづきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。 (2) 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んでいる。 (3) 学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。 (4) 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ている。 (5) 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ている。 (6) 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ている。 (7) 体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習やゲームを行う方法を見付け、仲間に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 (2) 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している。 (3) 作戦などについての話合いに参加しようとしている。 (4) 一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを認めようとしている。 (5) 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している。 (6) 健康・安全に留意している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
⑥	柔道	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 武道は対人的な技能を基にした運動で、我が国固有の文化であることについて、言ったり書き出したりしている。 (2) 武道には技能の習得を通して、人間形成を図るという伝統的な考え方があることについて、言ったり書き出したりしている。 (3) 武道の技には名称があり、それぞれの技を身に付けるための技術的なポイントがあることについて、言ったり書き出したりしている。 (4) 武道はそれぞれの種目で、主として高まる体力要素が異なることについて、言ったり書き出したりしている。 (5) 試合の行い方には、ごく簡易な試合におけるルール、審判及び運営の仕方があることについて、言ったり書き出したりしている。 〔基本動作〕 (6) 姿勢と組み方では、相手の動きに応じやすい自然体で組むことができる。 (7) 崩しでは、相手の動きに応じて相手の体勢を不安定にし、技をかけやすい状態をつくることができる。 (8) 進退動作では、相手の動きに応じたすり足、歩み足及び継ぎ足で、体の移動をすることができる。 〔受け身〕 (9) 横受け身では、体を横に向け下側の脚を前方に、上側の脚を後方にして、両脚と一方の腕全体で畳を強くたたくことができる。 (10) 後ろ受け身では、あごを引き、頭をあげ、両方の腕全体で畳を強くたたくことができる。 (11) 前回り受け身では、前方へ体を回転させ、背中側面が畳に着く瞬間に、片方の腕と両脚で畳を強くたたくことができる。 〔投げ技〕 (12) 取は膝車をかけて投げ、受は受け身をとることができる。 (13) 取は支え釣り込み足をかけて投げ、受は受け身をとることができる。 (14) 取は体落としをかけて投げ、受は受け身をとることができる。 (15) 取は大腰をかけて投げ、受は受け身をとることができる。 (16) 取は大外刈りをかけて投げ、受は受け身をとることができる。 〔固め技〕 (17) 取は、「抑え込みの条件」を満たして相手を抑えることができる。 (18) 取はけさ固めや横四方固めで相手を抑えることができる。 (19) 受はけさ固めや横四方固めで抑えられた状態から、相手を体側や頭方向に返すことができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 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ている。 (2) 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んでいる。 (3) 学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。 (4) 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ている。 (5) 体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や簡易な試合を行う方法を見付け、仲間に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 武道の学習に積極的に取り組もうとしている。 (2) 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。 (3) 用具等の準備や後片付け、審判などの分担した役割を果たそうとしている。 (4) 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。 (5) 禁じ技を用いないなど健康・安全に留意している。
		【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 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效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について、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 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。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 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。
⑦	運動やスポーツが 心身及び社会性 におよぼす効果	

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	運動やスポーツの 学び方	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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について、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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。
	安全な運動やスポ ーツの行い方	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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についで、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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。

「2年 保健分野」

使用教材 中学校保健体育（大日本図書）

1 評価の観点

評価の観点		
【知】知識・技能	【思】思考力・判断力・表現力	【態】主体的に学習に取り組む態度
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ている。	健康についての自他の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えたりしている。	生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営むために学習を深めようとしている。

2 年間の学習内容

保健体育 (保健分野)	健康な生活と 疾病の予防	①	生活習慣病などの予防
		②	喫煙、飲酒、薬物乱用と健康
	傷害の防止	③	交通事故や自然災害などによる傷害の発生要因
		④	交通事故などによる傷害の防止
		⑤	自然災害による傷害の防止
		⑥	応急手当の意義と実際

3 学習計画及び評価方法等

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
①	生活習慣病の 予防	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）生活習慣病は、日常の生活習慣が要因となって起こる疾病であり、適切な対策を講ずることにより予防できることについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 （２）運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足、喫煙、過度の飲酒などの不適切な生活行動を若い年代から続けることによって、やせや肥満などを引き起こしたり、また、心臓や脳などの血管で動脈硬化が引き起こされたりすることや、歯肉に炎症等が起きたり歯を支える組織が損傷したりすることなど、様々な生活習慣病のリスクが高まることについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 （３）生活習慣病を予防するには、適度な運動を定期的に行うこと、毎日の食事における量や頻度、栄養素のバランスを整えること、喫煙や過度の飲酒をしないこと、口腔の衛生を保つことなどの生活習慣を身に付けることが有効であることについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）生活習慣病の予防について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病等にかかるリスクを軽減し健康の保持増進する方法を選択している。 （２）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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）健康な生活と疾病の予防について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。
	がんの予防	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）がんは、異常な細胞であるがん細胞が増殖する疾病であり、その要因には不適切な生活習慣をはじめ様々なものがあることについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 （２）がんの予防には、生活習慣病の予防と同様に、適切な生活習慣を身に付けることなどが有効であることについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）がんの予防について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病等にかかるリスクを軽減し健康の保持増進する方法を選択している。 （２）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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）健康な生活と疾病の予防について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
②	喫煙と健康	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) たばこの煙の中にはニコチン、タール及び一酸化炭素などの有害物質が含まれていること、それらの作用により、毛細血管の収縮、心臓への負担、運動能力の低下など様々な急性影響が現れること、また、常習的な喫煙により、がんや心臓病など様々な疾病を起こしやすくなることについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 (2) 未成年者の喫煙については、身体に大きな影響を及ぼし、ニコチンの作用などにより依存症になりやすいことについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) 喫煙と健康について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病等にかかるリスクを軽減し健康の保持増進をする方法を選択している。 (2) 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っている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) 健康な生活と疾病の予防について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。
	飲酒と健康	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) 酒の主成分のエチルアルコールが中枢神経の働きを低下させ、思考力、自制力、運動機能を低下させたり、事故などを起こしたりすること、急激に大量の飲酒をすると急性中毒を起こし意識障害や死に至ることもあることについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 (2) 常習的な飲酒により、肝臓病や脳の疾病など様々な疾病を起こしやすくなることについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 (3) 未成年者の飲酒については、身体に大きな影響を及ぼし、エチルアルコールの作用などにより依存症になりやすいことについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) 飲酒と健康について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病等にかかるリスクを軽減し健康の保持増進をする方法を選択している。 (2) 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っている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) 健康な生活と疾病の予防について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。
	薬物乱用と健康	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) 薬物乱用については、覚醒剤や大麻を取り上げ、摂取によって幻覚を伴った激しい急性の錯乱状態や急死などを引き起こすこと、薬物の連用により依存症状が現れ、中断すると精神や身体に苦痛を感じるようになるなど様々な障害が起きることについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 (2) 薬物乱用は、個人の心身の健全な発育や人格の形成を阻害するだけでなく、社会への適応能力や責任感の発達を妨げるため、暴力、非行、犯罪など家庭・学校・地域社会にも深刻な影響を及ぼすこともあることについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) 薬物乱用と健康について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病等にかかるリスクを軽減し健康の保持増進をする方法を選択している。 (2) 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っている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) 健康な生活と疾病の予防について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。
	喫煙、飲酒、薬物乱用のきっかけ	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) 喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、好奇心、なげやりな気持ち、過度のストレスなどの心理状態、断りにくい人間関係、宣伝・広告や入手し易さなどの社会環境によって助長されること、それら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き出したりしている。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) 生活習慣病及びがんの予防や、喫煙、飲酒、薬物乱用と健康について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病等にかかるリスクを軽減し健康の保持増進をする方法を選択している。 (2) 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っている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) 健康な生活と疾病の予防について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価標準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
③	傷害の発生要因と防止	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）交通事故や自然災害などによる傷害は、人的要因、環境要因及びそれらの相互の関わりによって発生することについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害の防止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、自他の課題を発見している。 （２）傷害の防止について、自他の危険の予測や回避の方法と、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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害の防止について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。
		【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）交通事故による傷害を防止するためには、人的要因や環境要因に関わる危険を予測し、それぞれの要因に対して適切な対策を行うことが必要であることについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 （２）人的要因に対しては、心身の状態や周囲の状況を把握し、判断して、安全に行動すること、環境要因に対しては、環境を安全にするために、道路などの交通環境などの整備、改善をすることがあることなどについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 （３）交通事故を防止するためには、自転車や自動車の特性を知り、交通法規を守り、車両、道路、気象条件などの周囲の状況に応じ、安全に行動することが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）交通事故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している。 （２）傷害の防止について、自他の危険の予測や回避の方法と、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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害の防止について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。
④	交通事故の要因と障害の防止	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）地域社会で発生する犯罪が原因となる傷害とその防止について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）犯罪被害とその防止について、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。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害の防止について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。
		【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）自然災害による傷害には地震、台風、大雨、竜巻、火山の噴火、落雷、大雪などによるものと、それに伴って発生する二次災害によるものがあること、日頃から災害時の安全の確保に備えておくこと、災害情報を正確に把握すること、災害時には周囲の状況を的確に判断し、冷静かつ迅速に行動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き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）自然災害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している。 （２）傷害の防止について、自他の危険の予測や回避の方法と、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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害の防止について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。
⑤	自然災害による傷害の防止	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害が発生した際に、その場に居合わせた人が応急手当をすることで、傷害の悪化を防止できること、心肺停止に陥った人に遭遇したときの応急手当としては、心肺蘇生法があることについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害に応じた適切な応急手当について、習得した知識や技能を傷害の状態に合わせて活用して、傷害の悪化を防止する方法を見いだしている。 （２）傷害の防止について、自他の危険の予測や回避の方法と、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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害の防止について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。
		【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害が発生した際に、その場に居合わせた人が応急手当をすることで、傷害の悪化を防止できること、心肺停止に陥った人に遭遇したときの応急手当としては、心肺蘇生法があることについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害に応じた適切な応急手当について、習得した知識や技能を傷害の状態に合わせて活用して、傷害の悪化を防止する方法を見いだしている。 （２）傷害の防止について、自他の危険の予測や回避の方法と、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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害の防止について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。
⑥	応急手当の基本	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害が発生した際に、その場に居合わせた人が応急手当をすることで、傷害の悪化を防止できること、心肺停止に陥った人に遭遇したときの応急手当としては、心肺蘇生法があることについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害に応じた適切な応急手当について、習得した知識や技能を傷害の状態に合わせて活用して、傷害の悪化を防止する方法を見いだしている。 （２）傷害の防止について、自他の危険の予測や回避の方法と、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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害の防止について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。
		【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害が発生した際に、その場に居合わせた人が応急手当をすることで、傷害の悪化を防止できること、心肺停止に陥った人に遭遇したときの応急手当としては、心肺蘇生法があることについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害に応じた適切な応急手当について、習得した知識や技能を傷害の状態に合わせて活用して、傷害の悪化を防止する方法を見いだしている。 （２）傷害の防止について、自他の危険の予測や回避の方法と、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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害の防止について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	心肺蘇生法	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）気道確保・人工呼吸・胸骨圧迫、AED などの心肺蘇生法を身に付けている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害に応じた適切な応急手当について、習得した知識や技能を傷害の状態に合わせて活用して、傷害の悪化を防止する方法を見いだしている。 （２）傷害の防止について、自他の危険の予測や回避の方法と、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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害の防止について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。
	出血があるときの応急手当	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）出血があるときの応急手当の基本や方法について理解し、正しい応急手当の方法を身に付けている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害に応じた適切な応急手当について、習得した知識や技能を傷害の状態に合わせて活用して、傷害の悪化を防止する方法を見いだしている。 （２）傷害の防止について、自他の危険の予測や回避の方法と、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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害の防止について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。
	外傷の応急手当	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）打撲傷などの外傷の応急手当の基本や方法について理解し、正しい応急手当の方法を身に付けている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害に応じた適切な応急手当について、習得した知識や技能を傷害の状態に合わせて活用して、傷害の悪化を防止する方法を見いだしている。 （２）傷害の防止について、自他の危険の予測や回避の方法と、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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）傷害の防止について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。

「3年 体育分野」

使用教材 中学校保健体育（大日本図書）、ステップアップ中学体育（大修館書店）

1 評価の観点

評価の観点		
【知】知識・技能	【思】思考力・判断力・表現力	【態】主体的に学習に取り組む態度
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ている。	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身に付けている。	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、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって運動に親しもうとしている。

2 年間の学習内容

保健体育 (体育分野)	①	体づくり運動
	②	陸上競技
	③	水泳
	④	球技
	⑤	武道
	⑥	体育理論

3 学習計画及び評価方法等

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
①	体ほぐしの運動	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）定期的・計画的に運動を継続することは、心身の健康，健康や体力の保持増進につながる意義があることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）運動を安全に行うには、関節への負荷がかかりすぎないようにすることや軽い運動から始めるなど，徐々に筋肉を温めてから行うことについて，言ったり書き出したりしている。 （３）運動を計画して行う際は，どのようなねらいをもつ運動か，偏りがいないか，自分に合っているかなどの運動の原則があることについて，言ったり書き出したりしている。 （４）実生活で運動を継続するには，行いやすいこと，無理のない計画であることなどが大切であることについて，言ったり書き出したりしている。 〈運動〉 （５）のびのびとした動作で用具などを用いた運動を行うことを通して，気付いたり関わり合ったりすることができる。 （６）リズムに乗って心が弾むような運動を行うことを通して，気付いたり関わり合ったりすることができる。 （７）緊張したり緊張を解いて脱力したりする運動を行うことを通して，気付いたり関わり合ったりすることができる。 （８）いろいろな条件で，歩いたり走ったり跳びはねたりする運動を行うことを通して，気付いたり関わり合ったりすることができる。 （９）仲間と協力して課題を達成するなど，集団で挑戦するような運動を行うことを通して，気付いたり関わり合ったりすることができる。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）ねらいや体力の程度を踏まえ，自己や仲間の課題に応じた強度，時間，回数，頻度を設定している。 （２）健康や安全を確保するために，体力や体調に応じた運動の計画等について振り返っている。 （３）課題を解決するために仲間と話し合う場面で，合意形成するための関わり方を見付け，仲間に伝えている。 （４）体力の程度や性別等の違いに配慮して，仲間とともに体づくり運動を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 （５）体づくり運動の学習成果を踏まえて，実生活で継続しやすい運動例や運動の組合せの例を見付けている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）仲間に課題を伝え合うなど，互いに助け合い教え合おうとしている。 （３）一人一人に応じた動きなどの違いを大切にしようとしている。 （４）自己や仲間の課題解決に向けた話合いに貢献しようとしている。 （５）健康・安全を確保している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価標準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	実生活に生かす運動の計画	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 定期的・計画的に運動を継続することは、心身の健康、健康や体力の保持増進につながる意義があることについて、言ったり書き出したりしている。 (２) 運動を計画して行う際は、どのようなねらいを持つ運動か、偏りがないか、自分に合っているかなどの運動の原則があることについて、言ったり書き出したりしている。 (３) 実生活で運動を継続するには、行いやすいこと、無理のない計画であることなどが大切であることについて、言ったり書き出したりしている。 ＜健康に生活するための体力の向上を図る運動の計画と実践＞ (４) 運動不足の解消や体調維持のために、食事や睡眠などの生活習慣の改善も含め、休憩時間や家庭などで日常的に行うことができるよう効率のよい組合せやバランスのよい組合せで運動の計画を立てて取り組むことができる。 ＜運動を行うための体力の向上を図る運動の計画と実践＞ (５) 調和のとれた体力の向上を図ったり、選択した運動やスポーツの場面で必要とされる体の動きを高めたりするために、効率のよい組合せやバランスのよい組合せで運動の計画を立てて取り組むことができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) ねらいや体力の程度を踏まえ、自己や仲間の課題に応じた強度、時間、回数、頻度を設定している。 (２) 健康や安全を確保するために、体力や体調に応じた運動の計画等について振り返っている。 (３) 課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。 (４) 体力の程度や性別等の違いに配慮して、仲間とともに体づくり運動を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 (５) 体づくり運動の学習成果を踏まえて、実生活で継続しやすい運動例や運動の組み合わせの例を見付けている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 (２) 仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。 (３) 一人一人に応じた動きなどの違いを大切にしようとしている。 (４) 自己や仲間の課題解決に向けた話合いに貢献しようとしている。 (５) 健康・安全を確保している。
	新体力テスト	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 定期的・計画的に運動を継続することは、心身の健康、健康や体力の保持増進につながる意義があることについて、言ったり書き出したりしている。 (２) 運動を計画して行う際は、どのようなねらいをもつ運動か、偏りがないか、自分に合っているかなどの運動の原則があることについて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 体力の程度を踏まえ、自己や仲間の課題に応じた計画を設定している。 (２) 課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 新体力テストに自主的に取り組もうとしている。 (２) 仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。 (３) 一人一人に応じた動きなどの違いを大切にしようとしている。 (４) 自己や仲間の課題解決に向けた話合いに貢献しようとしている。 (５) 健康・安全を確保している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
②	短距離走・リレー、長距離走	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）陸上競技の各種目で用いられる技術の名称があり、それぞれの技術には、記録の向上につながる重要な動きのポイントがあることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）技術と関連させた運動や練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 （３）自己の動きや仲間の動き方を分析するには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 〔短距離走・リレー〕 （４）スタートダッシュでは地面を力強くキックして、徐々に上体を起こしていき加速することができる。 （５）後半でスピードが著しく低下しないよう、力みのないリズムカルな動きで走ることができる。 （６）リレーでは、次走者はスタートを切った後スムーズに加速して、スピードを十分に高めることができる。 〔長距離走〕 （７）リズムカルに腕を振り、力みのないフォームで軽快に走ることができる。 （８）呼吸を楽にしたり、走りのリズムを作ったりする呼吸法を取り入れて走ることができる。 （９）自己の体力や技能の程度に合ったペースを維持して走ることができる。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）短距離走・リレー、長距離走について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 （２）自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 （３）短距離走・リレー、長距離走に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 （４）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っている。 （５）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っている。 （６）体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに陸上競技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 （７）陸上競技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）陸上競技の学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）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している。 （３）仲間と互いに合意した役割について自己の責任を果たそうとしている。 （４）一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 （５）健康・安全を確保している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
③	背泳ぎ	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）背泳ぎで用いられる技術の名称があり、それぞれの技術には、効率的に泳ぐためのポイントがあることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）泳法と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 （３）自己の動きや仲間の動き方を分析するには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 （４）水面上の腕は肘を伸ばし、肩を支点にして肩の延長線上に小指側からまっすぐ入水することができる。 （５）一連のストロークで、肩をスムーズにローリングさせることができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）背泳ぎについて、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 （２）自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 （３）背泳ぎに必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 （４）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っている。 （５）バディやグループ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っている。 （６）体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに水泳を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 （７）水泳の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）水泳の学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）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している。 （３）仲間と互いに合意した役割について自己の責任を果たそうとしている。 （４）一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 （５）水の事故防止の心得を遵守するなど健康・安全を確保している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
④	ゴール型(サッカー・バスケットボール)	【知】<観察、記述の点検(ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト)> (1) 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について、言ったり書き出したりしている。 (2) 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について、言ったり書き出したりしている。 (3) ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 (4) 練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 (5) 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。 (6) 味方が操作しやすいパスを送ることができる。 (7) 守備者とボールの間に自分の体を入れてボールをキープすることができる。 (8) ゴール前に広い空間を作り出すために、守備者を引きつけてゴールから離れることができる。 (9) パスを出した後に次のパスを受ける動きをすることができる。 (10) ボール保持者が進行できる空間を作り出すために、進行方向から離れることができる。 (11) ゴールとボール保持者を結んだ直線上で守ることができる。 (12) ゴール前の空いている場所をカバーすることができる。 【思】<観察、記述の点検(ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト)> (1) ゴール型の球技について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 (2) 自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 (3) ゴール型の球技に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 (4) 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っている。 (5) 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っている。 (6) 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っている。 (7) 作戦などの話合いの場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。 (8) 体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 (9) 球技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【態】<観察、記述の点検(ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト)> (1) 球技の学習に自主的に取り組もうとしている。 (2) 相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 (3) 作戦などについての話合いに貢献しようとしている。 (4) 一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 (5) 互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 (6) 健康・安全を確保している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	ネット型 (テニス・ バレーボール)	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）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について、言ったり書き出したりしている。 （２）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について、言ったり書き出したりしている。 （３）ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて言ったり書き出したりしている。 （４）練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 （５）サーブでは、ボールをねらった場所に打つことができる。 （６）ボールを相手側のコート上の空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。 （７）攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にボールを上げることができる。 （８）ネット付近でボールの侵入を防いだり、打ち返したりすることができる。 （９）腕やラケットを強く振って、ネットより高い位置から相手側のコートに打ち込むことができる。 （１０）ポジションの役割に応じて、拾ったりつないだり打ち返したりすることができる。 （１１）ラリーの中で、味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすることができる。 （１２）連携プレイのための基本的なフォーメーションに応じた位置に動くことができる。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）ネット型の球技について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 （２）自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 （３）ネット型の球技に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 （４）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っている。 （５）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っている。 （６）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っている。 （７）作戦などの話合いの場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。 （８）体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 （９）球技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）球技の学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 （３）作戦などについての話合いに貢献しようとしている。 （４）一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 （５）互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 （６）健康・安全を確保している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
⑤	柔道	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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について、言ったり書き出したりしている。 （２）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について、言ったり書き出したりしている。 （３）武道では、攻防に必要な補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 （４）試合の行い方には、簡易な試合におけるルール、審判及び運営の仕方があることについて、言ったり書き出したりしている。 〔基本動作〕 （５）姿勢と組み方では、相手の動きの変化に応じやすい自然体で組むことができる。 （６）崩しでは、相手の動きの変化に応じて相手の体勢を不安定にし、技をかけやすい状態をつくることができる。 （７）進退動作では、相手の動きの変化に応じたすり足、歩み足、継ぎ足で、体の移動をすることができる。 〔受け身〕 （８）相手の投げ技に応じて横受け身、後ろ受け身、前回り受け身をとることができる。 〔投げ技〕 （９）取は小内刈りをかけて投げ、受は受け身をとることができる。 （10）取は大内刈りをかけて投げ、受は受け身をとることができる。 （11）取は釣り込み腰をかけて投げ、受は受け身をとることができる。 （12）取は背負い投げをかけて投げ、受は受け身をとることができる。 〔投げ技の連絡〕 ＜二つの技を同じ方向にかける技の連絡＞ （13）大内刈りから大外刈りへ連絡することができる。 ＜二つの技を違う方向にかける技の連絡＞ （14）釣り込み腰から大内刈りへ連絡することができる。 （15）大内刈りから背負い投げへ連絡することができる。 〔固め技の連絡〕 （16）取は相手の動きの変化に応じながら、けき固め、横四方固め、上四方固めの連絡を行うことができる。 （17）受はけき固め、横四方固め、上四方固めで抑えられた状態から、相手の動きの変化に応じながら、相手を体側や頭方向に返すことによって逃げるすることができる。 （18）相手がうつぶせのとき、相手を仰向けに返して抑え込みに入ることができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）見取り稽古などから、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、練習の成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 （２）自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 （３）柔道に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 （４）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っている。 （５）相手を尊重するなどの伝統的な行動をする場面で、よりよい所作について、自己や仲間の活動を振り返っている。 （６）体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに武道を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 （７）武道の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）武道の学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。 （３）仲間と互いに合意した役割について自己の責任を果たそうとしている。 （４）一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 （５）健康・安全を確保している。
⑥	スポーツの 文化的意義	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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について、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）スポーツの文化的意義についての学習に自主的に取り組もうとしている。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価基準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	国際的なスポーツ大会の文化的な役割	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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について、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）国際的なスポーツ大会の文化的な役割についての学習に自主的に取り組もうとしている。
	人々を結び付けるスポーツ	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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について、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）人々を結び付けるスポーツについての学習に自主的に取り組もうとしている。

「3年 保健分野」

使用教材 中学校保健体育（大日本図書）

1 評価の観点

評価の観点		
【知】知識・技能	【思】思考力・判断力・表現力	【態】主体的に学習に取り組む態度
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ている。	健康についての自他の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を身に付けている。	生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。

2 年間の学習内容

保健体育 (保健分野)	健康な生活と 病気の予防	①	感染症の予防
		②	エイズ及び性感染症の予防
		③	性感染症の予防
		④	エイズの予防
		⑤	個人の健康を守る社会の取り組み
		⑥	医薬品の有効利用
	健康と環境	⑦	環境への適応能力
		⑧	快適な環境の条件
		⑨	空気の汚れと換気
		⑩	水の役割と飲料水の条件
		⑪	生活にともなう廃棄物の処理
		⑫	環境問題への取り組み

3 学習計画及び評価方法等

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】（知識・技能） 【思】（思考力・判断力・表現力） 【態】（主体的に学習に取り組む態度）
①	感染症の原因	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）感染症を予防するには、消毒や殺菌等により発生源をなくすこと、周囲の環境を衛生的に保つことにより感染経路を遮断すること、栄養状態を良好にしたり、予防接種の実施により免疫を付けたりするなど身体の抵抗力を高めることが有効であることについて言ったり書き出したりしている。 （２）感染症にかかった場合は、疾病から回復することはもちろん、周囲に感染を広げないためにも、できるだけ早く適切な治療を受けることが重要であることについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）健康な生活と疾病の予防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、自他の課題を発見している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。
	感染症の予防	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）感染症を予防するには、消毒や殺菌等により発生源をなくすこと、周囲の環境を衛生的に保つことにより感染経路を遮断すること、栄養状態を良好にしたり、予防接種の実施により免疫を付けたりするなど身体の抵抗力を高めることが有効であることについて言ったり書き出したりしている。 （２）感染症にかかった場合、疾病から回復することはもちろん、周囲に感染を広げないためにも、できるだけ早く適切な治療を受けることが重要であることについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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出している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価標準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
②	性感染症とその予防	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) エイズ及び性感染症の増加傾向と青少年の感染が社会問題になっていることから、それらの疾病概念や感染経路について言ったり書き出したりしている。 (２) 感染のリスクを軽減する効果的な予防方法を身に付ける必要があることについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 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している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。
	エイズと予防	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) エイズ及び性感染症の増加傾向と青少年の感染が社会問題になっていることから、それらの疾病概念や感染経路について言ったり書き出したりしている。 (２) 感染のリスクを軽減する効果的な予防方法を身に付ける必要があることについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 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している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。
③	個人の健康を守る社会の取り組み	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 健康の保持増進や疾病の予防には、健康的な生活行動など個人が行う取組とともに、社会の取組が有効であることを理解できるようにする。社会の取組としては、地域には保健所、保健センターなどがあり、個人の取組として各機関が持つ機能を有効に利用する必要があることについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 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している。 (２) 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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。
	医薬品の有効利用	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 心身の状態が不調である場合は、できるだけ早く医療機関で受診することが重要であることを理解できるようにする。さらに、医薬品には、主作用と副作用があること及び、使用回数、使用時間、使用量などの使用法があり、正しく使用する必要があることについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 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している。 (２) 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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。
④	環境への適応能力	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 気温の変化に対する体温調節の機能を例として取り上げ、身体には、環境の変化に対応した調節機能があり、一定の範囲内で環境の変化に適応する能力があることを理解できるようにする。 (２) 屋内外での熱中症や山や海での遭難などによる低体温症などを取り上げ、体温を一定に保つ身体の適応能力には限界があること、その限界を超えると健康に重大な影響が見られることから、気象情報の適切な利用が有効であることについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 健康と環境に関わる原則や概念を基に、収集した情報を整理したり、習得した知識を個人生活と関連付けたりして、自他の課題を発見している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価標準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	快適な環境の条件	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）温度、湿度、気流の温熱条件に、，人間が活動しやすい至適範囲があること、温熱条件の至適範囲は、体温を容易に一定に保つことができる範囲であることを言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）身体の環境に対する適応能力・至適範囲について、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、熱中症などになるリスクを軽減し、健康を保持増進する方法を見いだしている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。
	空気の汚れと換気	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）室内の二酸化炭素は、人体の呼吸作用や物質の燃焼により増加すること、そのため、室内の空気が汚れてきているという指標となること、定期的な換気は室内の二酸化炭素の濃度を衛生的に管理できることについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）飲料水や空気の衛生的管理や廃棄物の衛生的管理について、習得した知識と自他を取り巻く環境とを関連付けたり、整理したりして、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している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。
	水の役割と飲料水の条件	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）水は、人間の生命の維持や健康な生活と密接な関わりがあり重要な役割を果たしていること、飲料水の水質については一定の基準が設けられており、水道施設を設けて衛生的な水を確保していることを理解できるようにするとともに、飲料水としての適否は科学的方法によって検査し、管理されていることについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）飲料水や空気の衛生的管理や廃棄物の衛生的管理について、習得した知識と自他を取り巻く環境とを関連付けた、，整理したりして、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している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。
	生活にともなう廃棄物の処理	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）人間の生活に伴って生じたし尿やごみなどの廃棄物は、その種類に即して自然環境を汚染しないように衛生的に処理されなければならないことについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）健康と環境について、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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。
	環境問題への取り組み	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）ごみの減量や分別などの個人の取組が、自然環境の汚染を防ぎ、廃棄物の衛生的管理につながることにについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）健康と環境について、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っている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。

「4年 体育」2単位

使用教材 新高等保健体育（大修館書店）、ステップアップ高校スポーツ（大修館書店）

1 評価の観点

評価の観点		
【知】知識・技能	【思】思考力・判断力・表現力	【態】主体的に学習に取り組む態度
運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付けている。	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画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ている。	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、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しもうとしている。

2 年間の学習内容

保健体育 (体育分野)	①	体づくり運動
	②	陸上競技
	③	水泳
	④	球技
	⑤	武道
	⑥	体育理論：スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展

3 学習計画及び評価方法等

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価基準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
①	体ほぐしの運動	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）定期的・計画的に運動を継続することは、心身の健康、健康や体力の保持増進につながる意義があることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）運動を安全に行うには、関節への負荷がかかりすぎないようにすることや軽い運動から始めるなど、徐々に筋肉を温めてから行うことについて、言ったり書き出したりしている。 （３）運動を計画して行う際は、どのようなねらいをもつ運動か、偏りがいないか、自分に合っているかなどの運動の原則があることについて、言ったり書き出したりしている。 （４）実生活で運動を継続するには、行いやすいこと、無理のない計画であることなどが大切であることについて、言ったり書き出したりしている。 〈運動〉 （５）のびのびとした動作で用具などを用いた運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （６）リズムに乗って心が弾むような運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （７）緊張したり緊張を解いて脱力したりする運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （８）いろいろな条件で、歩いたり走ったり跳びはねたりする運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （９）仲間と協力して課題を達成するなど、集団で挑戦するような運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）ねらいや体力の程度を踏まえ、自己や仲間の課題に応じた強度、時間、回数、頻度を設定している。 （２）健康や安全を確保するために、体力や体調に応じた運動の計画等について振り返っている。 （３）課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。 （４）体力の程度や性別等の違いに配慮して、仲間とともに体づくり運動を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 （５）体づくり運動の学習成果を踏まえて、実生活で継続しやすい運動例や運動の組合せの例を見付けている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。 （３）一人一人に応じた動きなどの違いを大切にしようとしている。 （４）自己や仲間の課題解決に向けた話合いに貢献しようとしている。 （５）健康・安全を確保している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
①	実生活に生かす運動の計画	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）定期的・計画的に運動を継続することは、心身の健康、健康や体力の保持増進につながる意義があることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）運動を計画して行う際は、どのようなねらいを持つ運動か、偏りがないか、自分に合っているかなどの運動の原則があることについて、言ったり書き出したりしている。 （３）実生活で運動を継続するには、行いやすいこと、無理のない計画であることなどが大切であることについて、言ったり書き出したりしている。 〈健康に生活するための体力の向上を図る運動の計画と実践〉 （４）運動不足の解消や体調維持のために、食事や睡眠などの生活習慣の改善も含め、休憩時間や家庭などで日常的に行うことができるよう効率のよい組合せやバランスのよい組合せで運動の計画を立てて取り組むことができる。 〈運動を行うための体力の向上を図る運動の計画と実践〉 （５）調和のとれた体力の向上を図ったり、選択した運動やスポーツの場面で必要とされる体の動きを高めたりするために、効率のよい組合せやバランスのよい組合せで運動の計画を立てて取り組むことができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）ねらいや体力の程度を踏まえ、自己や仲間の課題に応じた強度、時間、回数、頻度を設定している。 （２）健康や安全を確保するために、体力や体調に応じた運動の計画等について振り返っている。 （３）課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。 （４）体力の程度や性別等の違いに配慮して、仲間とともに体づくり運動を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 （５）体づくり運動の学習成果を踏まえて、実生活で継続しやすい運動例や運動の組み合わせの例を見付けている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。 （３）一人一人に応じた動きなどの違いを大切にしようとしている。 （４）自己や仲間の課題解決に向けた話合いに貢献しようとしている。 （５）健康・安全を確保している。
	新体力テスト	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）定期的・計画的に運動を継続することは、心身の健康、健康や体力の保持増進につながる意義があることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）運動を計画して行う際は、どのようなねらいをもつ運動か、偏りがないか、自分に合っているかなどの運動の原則があることについて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）体力の程度を踏まえ、自己や仲間の課題に応じた計画を設定している。 （２）課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）新体力テストに自主的に取り組もうとしている。 （２）仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。 （３）一人一人に応じた動きなどの違いを大切にしようとしている。 （４）自己や仲間の課題解決に向けた話合いに貢献しようとしている。 （５）健康・安全を確保している。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
②	陸上競技 (長距離走)	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）技術の名称や記録の向上につながる重要な動きのポイントについて、言ったり書き出したりしている。 （２）技術と関連させた運動や練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 （３）自己の動きや仲間の動き方を分析するには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 （４）リズムカルに腕を振り、力みのないフォームで軽快にはしることができる。 （５）呼吸を楽にしたり、走りのリズムを作ったりする呼吸法を取り入れて走ることができる。 （６）自己の体力や技能の程度に合ったペースを維持して走ることができる。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）長距離走について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 （２）自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 （３）長距離走に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 （４）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っている。 （５）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っている。 （６）体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに陸上競技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 （７）陸上競技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）長距離走の学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）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している。 （３）仲間と互いに合意した自己の役割を果たそうとしている。 （４）一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 （５）健康・安全を確保している。
③	バタフライ	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）> （１）バタフライで用いられる技術の名称があり、それぞれの技術には、効率的に泳ぐためのポイントがあることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）泳法と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 （３）自己の動きや仲間の動き方を分析するには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 （４）腕を前方に伸ばし、手のひらが胸の前を通るようなキーホールの形を描くようにして腰や太ももくらいまで大きくかく動き（ロングアームプル）で進むことができる。 （５）手の入水時のキック、かき終わりのときのキック及び呼吸動作を一定のリズムで行うことができる。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）> （１）バタフライについて、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 （２）自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 （３）バタフライに必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 （４）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っている。 （５）バディやグループ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っている。 （６）体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに水泳を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 （７）水泳の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）> （１）水泳の学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）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している。 （３）仲間と互いに合意した役割について自己の責任を果たそうとしている。 （４）一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 （５）水の事故防止の心得を遵守するなど健康・安全を確保している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
④	ベースボール 型 (ソフトボ ール)	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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について、言ったり書き出したりしている。 （２）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について、言ったり書き出したりしている。 （３）ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 （４）練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 （１）身体の軸を安定させてバットを振りぬくことができる。 （２）タイミングを合わせてボールを捉えることができる。 （３）ねらった方向にボールを打ち返すことができる。 （４）スピードを落とさずに円を描くように塁間を走ることができる。 （５）打球や守備の状況に応じた塁の回り方で、塁を進んだり戻ったりすることができる。 （６）捕球場所へ最短距離で移動して、相手の打ったボールを捕ることができる。 （７）ねらった方向へステップを踏みながら、一連の動きでボールを投げるができる。 （８）仲間の送球に対して塁上でタイミングよくボールを受けたり、中継したりすることができる。 （９）味方からの送球を受けるために、走者の進む先の塁に動くことができる。 （１０）打球や走者の位置に応じて、中継プレイに備える動きをすることができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）ソフトボールについて、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 （２）自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 （３）ソフトボールに必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 （４）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っている。 （５）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っている。 （６）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っている。 （７）作戦などの話合いの場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。 （８）体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 （９）ソフトボールの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）ソフトボールの学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 （３）作戦などについての話合いに貢献しようとしている。 （４）一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 （５）互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 （６）健康・安全を確保している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
④	ゴール型 (サッカー)	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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について、言ったり書き出したりしている。 （２）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について、言ったり書き出したりしている。 （３）ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 （４）練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 （５）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。 （６）味方が操作しやすいパスを送ることができる。 （７）守備者とボールの間に自分の体を入れてボールをキープすることができる。 （８）ゴール前に広い空間を作りだすために、守備者を引きつけてゴールから離れることができる。 （９）パスを出した後に次のパスを受ける動きをすることができる。 （１０）ボール保持者が進行できる空間を作りだすために、進行方向から離れることができる。 （１１）ゴールとボール保持者を結んだ直線上で守ることができる。 （１２）ゴール前の空いている場所をカバーすることができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）サッカーについて、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 （２）自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 （３）サッカーに必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 （４）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っている。 （５）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っている。 （６）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っている。 （７）作戦などの話合いの場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。 （８）体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 （９）サッカーの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）サッカーの学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 （３）作戦などについての話合いに貢献しようとしている。 （４）一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 （５）互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 （６）健康・安全を確保している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
④	ネット型 (テニス) (バドミントン)	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 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について言ったり書き出したりしている。 (2) 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について、言ったり書き出したりしている。 (3) ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることに いて、言ったり書き出したりしている。 (4) 練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 (5) サービスでは、ボール・シャトルを狙った場所に打つことができる。 (6) ボール・シャトルを相手側のコートの空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。 (7) 攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にボール・シャトルを上げることができる。 (8) ネット付近でボール・シャトルの侵入を防いだり、打ち返したりすることができる。 (9) 腕やラケットを強く振って、ネットより高い位置から相手側のコートに打ち込むことができる。 (10) ポジションの役割に応じて、拾ったりつないだり打ち返したりすることができる。 (11) ラリーの中で、味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすることができる。 (12) 連携プレイのための基本的なフォーメーションに応じた位置に動くことができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) テニス・バドミントンについて、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 (2) 自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 (3) テニス・バドミントンに必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 (4) 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っている。 (5) 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っている。 (6) 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っている。 (7) 作戦などの話合いの場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。 (8) 体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 (9) テニス・バドミントンの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けてい る。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) テニス・バドミントンの学習に自主的に取り組もうとしている。 (2) 相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 (3) 作戦などについての話合いに貢献しようとしている。 (4) 一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 (5) 互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 (6) 健康・安全を確保している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価標準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
⑤	柔道	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）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について、言ったり書き出したりしている。 （２）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について、言ったり書き出したりしている。 （３）武道では、攻防に必要な補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 （４）試合の行い方には、簡易な試合におけるルール、審判及び運営の仕方があることについて、言ったり書き出したりしている。 〔基本動作〕 （５）姿勢と組み方では、相手の動きの変化に応じやすい自然体で組むことができる。 （６）崩しでは、相手の動きの変化に応じて相手の体勢を不安定にし、技をかけやすい状態をつくることができる。 （７）進退動作では、相手の動きの変化に応じたすり足、歩み足、継ぎ足で、体の移動をすることができる。 〔受け身〕 （８）相手の投げ技に応じて横受け身、後ろ受け身、前回り受け身をとることができる。 〔投げ技〕 （９）取は小内刈りをかけて投げ、受は受け身をとることができる。 （10）取は大内刈りをかけて投げ、受は受け身をとることができる。 （11）取は釣り込み腰をかけて投げ、受は受け身をとることができる。 （12）取は背負い投げをかけて投げ、受は受け身をとることができる。 〔投げ技の連絡〕 〈二つの技を同じ方向にかける技の連絡〉 （13）大内刈りから大外刈りへ連絡することができる。 〈二つの技を違う方向にかける技の連絡〉 （14）釣り込み腰から大内刈りへ連絡することができる。 （15）大内刈りから背負い投げへ連絡することができる。 〔固め技の連絡〕 （16）取は相手の動きの変化に応じながら、けさ固め、横四方固め、上四方固めの連絡を行うことができる。 （17）受はけさ固め、横四方固め、上四方固めで抑えられた状態から、相手の動きの変化に応じながら、相手を体側や頭方向に返すことによって逃げることができる。 （18）相手がうつぶせのとき、相手を仰向けに返して抑え込みに入ることができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）見取り稽古などから、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、練習の成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 （２）自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 （３）選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 （４）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っている。 （５）相手を尊重するなどの伝統的な行動をする場面で、よりよい所作について、自己や仲間の活動を振り返っている。 （６）体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに武道を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 （７）武道の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）武道の学習に自主的に取り組もうとしている。 （２）相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。 （３）仲間と互いに合意した自己の役割を果たそうとしている。 （４）一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 （５）健康・安全を確保している。
⑥	スポーツの発祥と成立	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）スポーツは、人類の歴史とともに世界各地で日常の遊びや生活などから生まれてきたことについて、言ったり書き出したりしている。 （２）近代になって、スポーツは娯楽から競技に変化し、一般の人びとに広がっていったことについて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ スポーツの歴史的発展について、事実や理念を整理したり、自己のスポーツへの関わりを見いだしたりして、自己や社会にスポーツがもたらす影響について課題を発見している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ スポーツの発祥と成立についての学習に、自主的に取り組もうとしている。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
⑥	スポーツ文化の発展と現代社会	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）現代では、競技だけでなく、広く身体表現や身体活動を含む概念としてスポーツが用いられるようになってきており、その理念が時代に応じて多様に変容してきていることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）近年、我が国から世界に普及し、発展しているスポーツがあり、日本の文化の発信に貢献していることについて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ スポーツの歴史的発展と多様な変化について、事実や理念を整理したり、自己のスポーツへの関わりを見いだしたりして、自己や社会にスポーツがもたらす影響について課題を発見している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ スポーツ文化の発展と現代社会についての学習に、自主的に取り組もうとしている。
	オリンピック・パラリンピックと国際社会	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）現代のスポーツは、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしており、その代表的なものにオリンピックやパラリンピック等の国際大会があることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）オリンピックムーブメントは、オリンピック競技大会を通じて、人々の友好を深め世界の平和に貢献しようとするものであることについて、言ったり書き出したりしている。 （３）パラリンピック等の国際大会が、障害の有無等を超えてスポーツを楽しむことができる共生社会の実現に寄与していることについて、言ったり書き出したりしている。 （４）競技会での勝利が個人や国家等に多大な利益をもたらすようになるとドーピング（禁止薬物使用等）が社会問題として取り上げられるようになったことについて、言ったり書き出したりしている。（５）ドーピングは不当に勝利を得ようとするフェアプレイの精神に反する不正な行為であり、能力の限界に挑戦するスポーツの文化的価値を失わせる行為であることについて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ 現代のスポーツの意義や価値について、事実や理念を整理したり、自己のスポーツへの関わりを見いだしたりして、自己や社会にスポーツがもたらす影響について課題を発見している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ オリンピック・パラリンピックと国際社会についての学習に、自主的に取り組もうとしている。
	スポーツの経済効果とスポーツ産業	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ 現代のスポーツの経済的効果には、スポーツの実施による直接的な効果のみならず、例えば、スポーツ用品、スポーツに関する情報やサービス、スポーツ施設などの広範な業種から構成されるスポーツ産業による効果、スポーツイベント等による波及的な経済的効果があり、経済活動に大きな影響を及ぼしていることについて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ スポーツの経済的効果について、習得した知識を基に、持続可能なスポーツの発展のための課題の解決に向けて、自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ スポーツの経済効果とスポーツ産業についての学習に、自主的に取り組もうとしている。
⑥	スポーツに求められる高潔さ	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ スポーツの経済的波及効果が高まることに伴って、スポーツの価値をおとしめる可能性が生じることから、スポーツに関わる全ての人々に、スポーツの価値を一層高める関わり方が求められていることについて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ スポーツの高潔さについて、習得した知識を基に、持続可能なスポーツの発展のための課題の解決に向けて、自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ スポーツに求められる高潔さについての学習に、自主的に取り組もうとしている。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	持続可能性からみたスポーツと環境	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）スポーツに関わる人々の増加は，例えば，地域の人々の生活や社会環境にも様々な影響をもたらすようになっていることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）スポーツを行う際には，提供者，利用者の双方が持続可能な社会の実現や共生社会の実現を視野に入れた取組が求められることについて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ スポーツが環境や社会へもたらす影響について，習得した知識を基に，持続可能なスポーツの発展のための課題の解決に向けて，自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ 持続可能性からみたスポーツ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。

「4年 保健」1単位

使用教材 新高等保健体育（大修館書店）、図説新高等保健（大修館書店）

1 評価の観点

評価の観点		
【知】知識・技能	【思】思考力・判断力・表現力	【態】主体的に学習に取り組む態度
個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身に付けている。	健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝える力を身に付けている。	生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。

2 年間の学習内容

保 健	現代社会と健康	①	健康の考え方
		②	現代の感染症とその予防
		③	生活習慣病などの予防と回復
		④	喫煙、飲酒、薬物乱用と健康
		⑤	精神疾患の予防と回復
	安全な社会生活	⑥	安全な社会づくり
		⑦	応急手当

3 学習計画及び評価方法等

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
①	日本における健康課題の変遷	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）健康水準の向上、疾病構造の変化に伴い、個人や集団の健康についての考え方も変化してきていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 （２）免疫、遺伝、生活行動などの主体要因と、自然、経済、文化、保健・医療サービスなどの環境要因が互いに影響し合いながら健康の成立に関わっていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）健康の考え方について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 （２）国民の健康課題について、我が国の健康水準の向上や疾病構造の変化に関するデータや資料に基づいて分析し、生活の質の向上に向けた課題解決の方法をヘルスプロモーションの考え方を踏まえて整理している。 （３）健康の考え方について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 日本における健康課題の変遷について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
	健康の考え方と成り立ち	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）我が国の死亡率、受療率、平均寿命、健康寿命など各種の指標や疾病構造の変化を通して国民の健康課題について、理解したことを言ったり書いたりしている。 （２）健康水準、及び疾病構造の変化には、科学技術の発達、及び生活様式や労働形態を含む社会の状況に関わっていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）健康の考え方について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 （２）国民の健康課題について、我が国の健康水準の向上や疾病構造の変化に関するデータや資料に基づいて分析し、生活の質の向上に向けた課題解決の方法をヘルスプロモーションの考え方を踏まえて整理している。 （３）健康の考え方について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 健康の考え方と成り立ちについて、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】（知識・技能） 【思】（思考力・判断力・表現力） 【態】（主体的に学習に取り組む態度）
①	ヘルスプロモーションと健康に関わる環境づくり	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）健康を保持増進するには、ヘルスプロモーションの考え方にに基づき、適切な意思決定や行動選択により、疾病等のリスクを軽減することを含め、自らの健康を適切に管理することが必要であるとともに、環境づくりが重要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 （２）健康を保持増進するための環境には、自然環境、及び政策や制度、地域活動などの様々な社会環境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。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）健康の考え方について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 （２）国民の健康課題について、我が国の健康水準の向上や疾病構造の変化に関するデータや資料に基づいて分析し、生活の質の向上に向けた課題解決の方法をヘルスプロモーションの考え方を踏まえて整理している。 （３）健康の考え方について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ ヘルスプロモーションと健康に関わる環境づくりについて、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
	健康に関する意思決定・行動選択	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 適切な意思決定や行動選択には、個人の知識、価値観、心理状態、及び人間関係などを含む社会環境が関連していることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）健康の考え方について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 （２）国民の健康課題について、我が国の健康水準の向上や疾病構造の変化に関するデータや資料に基づいて分析し、生活の質の向上に向けた課題解決の方法をヘルスプロモーションの考え方を踏まえて整理している。 （３）健康の考え方について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 健康に関する意思決定・行動選択について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
②	現代における感染症の問題	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）感染症は、時代や地域によって自然環境や社会環境の影響を受け、発生や流行に違いが見られることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 （２）交通網の発達により短時間で広がりやすくなっていること、また、新たな病原体の出現、感染症に対する社会の意識の変化等によって、腸管出血性大腸菌（O 157 等）感染症、結核などの新興感染症や再興感染症の発生や流行が見られることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）現代の感染症とその予防について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 （２）感染症の発生や流行には時代や地域によって違いがみられることについて、事例を通して整理し、感染のリスクを軽減するための個人の取組及び社会的な対策に応用している。 （３）現代の感染症とその予防について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 現代における感染症の問題について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価標準・評価方法
		【知】（知識・技能） 【思】（思考力・判断力・表現力） 【態】（主体的に学習に取り組む態度）
②	感 染 症 の 予 防	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 感染症のリスクを軽減し予防するには、衛生的な環境の整備や検疫、正しい情報の発信、予防接種の普及など社会的な対策とともに、それらを前提とした個人の取組が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）現代の感染症とその予防について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 （２）感染症の発生や流行には時代や地域によって違いがみられることについて、事例を通して整理し、感染のリスクを軽減するための個人の取組及び社会的な対策に応用している。 （３）現代の感染症とその予防について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 感染症の予防について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
	性感染症・エイズとその予防	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ エイズ及び性感染症の原因、及び予防のための個人の行動選択や社会の対策について、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）現代の感染症とその予防について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 （２）感染症の発生や流行には時代や地域によって違いがみられることについて、事例を通して整理し、感染のリスクを軽減するための個人の取組及び社会的な対策に応用している。 （３）現代の感染症とその予防について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 性感染症・エイズとその予防について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
③	生 活 習 慣 病 の 予 防 と 回 復	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）がん、脳血管疾患、虚血性心疾患、高血圧症、脂質異常症、糖尿病などを取り上げ、生活習慣病などのリスクを軽減し予防するには、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた健康的な生活を続けることが必要であること、定期的な健康診断やがん検診などを受診することが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 （２）生活習慣病などの予防と回復には、個人の取組とともに、健康診断やがん検診の普及、正しい情報の発信など社会的な対策が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）生活習慣病などの予防と回復について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 （２）生活習慣病などの予防と回復について、習得した知識を基に自他の生活習慣や社会環境を分析し、リスクの軽減と生活の質の向上に必要な個人の取組や社会的な対策を整理している。 （３）生活習慣病などの予防と回復について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 生活習慣病の予防と回復について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
③	身体活動・運動と健康	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 生活習慣病などのリスクを軽減し予防するには、適切な運動など調和のとれた健康的な生活を続けることが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）身体活動・運動と健康について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 （２）身体活動・運動と健康について、習得した知識を基に自他の生活習慣や社会環境を分析し、リスクの軽減と生活の質の向上に必要な個人の取組や社会的な対策を整理している。 （３）身体活動・運動と健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 身体活動・運動と健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
④	食事と健康	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 生活習慣病などのリスクを軽減し予防するには、適切な食事など調和のとれた健康的な生活が続けることが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 食事と健康について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 (２) 食事と健康について、習得した知識を基に自他の生活習慣や社会環境を分析し、リスクの軽減と生活の質の向上に必要な個人の取組や社会的な対策を整理している。 (３) 食事と健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 食事と健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
	休養・睡眠と健康	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 生活習慣病などのリスクを軽減し予防するには、適切な休養及び睡眠など調和のとれた健康的な生活が続けることが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 休養・睡眠と健康について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 (２) 休養・睡眠と健康について、習得した知識を基に自他の生活習慣や社会環境を分析し、リスクの軽減と生活の質の向上に必要な個人の取組や社会的な対策を整理している。 (３) 休養・睡眠と健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 休養・睡眠と健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
	がんの予防と回復	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 肺がん、大腸がん、胃がんなど様々な種類があり、生活習慣のみならず細菌やウイルスの感染などの原因もあることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) がんの予防と回復について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 (２) がんの予防と回復について、習得した知識を基に自他の生活習慣や社会環境を分析し、リスクの軽減と生活の質の向上に必要な個人の取組や社会的な対策を整理している。 (３) がんの予防と回復について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ がんの予防と回復について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
④	喫煙と健康	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 喫煙は、生活習慣病などの要因となり心身の健康を損ねることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 (２) 喫煙による健康課題を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観の育成などの個人への働きかけ、及び法的な整備も含めた社会環境への適切な対策が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 喫煙について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 (２) 喫煙について、我が国のこれまでの取組を個人への働きかけと社会環境への対策の面から分析したり、諸外国と比較したりして、防止策を評価している。 (３) 喫煙について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 喫煙と健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	飲酒と健康	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 飲酒は、生活習慣病などの要因となり心身の健康を損ねることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 (2) 飲酒による健康課題を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観の育成などの個人への働きかけ、及び法的な整備も含めた社会環境への適切な対策が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 飲酒について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 (2) 飲酒について、我が国のこれまでの取組を個人への働きかけと社会環境への対策の面から分析したり、諸外国と比較したりして、防止策を評価している。 (3) 飲酒について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 飲酒と健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
	薬物乱用と健康	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) コカイン、MDMA などの麻薬、覚醒剤、大麻、など、薬物の乱用は、心身の健康、社会の安全などに対して深刻な影響を及ぼすことから、決して行ってはならないことについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 (2) 薬物乱用を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観や規範意識の育成などの個人への働きかけ、及び法的な規制や行政的な対応など社会環境への対策が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 薬物乱用の防止について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 (2) 薬物乱用の防止について、我が国のこれまでの取組を個人への働きかけと社会環境への対策の面から分析したり、諸外国と比較したりして、防止策を評価している。 (3) 薬物乱用の防止について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 薬物乱用と健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
⑤	精神疾患の特徴	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 精神疾患は、精神機能の基盤となる心理的、生物的、または社会的な機能の障害などが原因となり、認知、情動、行動などの不調により、精神活動が不全になった状態であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 (2) うつ病、統合失調症、不安症、摂食障害などは、誰もが罹患しうること、若年で発症する疾患が多いこと、適切な対処により回復し生活の質の向上が可能であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 精神疾患の特徴について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 (2) 精神疾患の特徴について、習得した知識を基に、心身の健康を保ち、不調に早く気付くために必要な個人の取組や社会的な対策を整理している。 (3) 精神疾患の特徴について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 精神疾患の特徴について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
⑤	精神疾患への対応	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 精神疾患の予防と回復には、身体の健康と同じく、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた生活を実践すること、早期に心身の不調に気付くこと、心身に起こった反応については体ほぐしの運動などのリラクセーションの方法でストレスを緩和することなどが重要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 (2) 心身の不調時には、不安、抑うつ、焦燥、不眠などの精神活動の変化が、通常時より強く、持続的に生じること、心身の不調の早期発見と治療や支援の早期の開始によって回復可能性が高まることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 (3) 人々が精神疾患について正しく理解するとともに、専門家への相談や早期の治療などを受けやすい社会環境を整えることが重要であること、偏見や差別の対象ではないことについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 精神疾患の予防と回復について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 (2) 精神疾患の予防と回復について、習得した知識を基に、心身の健康を保ち、不調に早く気付くために必要な個人の取組や社会的な対策を整理している。 (3) 精神疾患の予防と回復について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 精神疾患への対応について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
⑥	事故の現状と発生要因	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 事故は、地域、職場、家庭、学校など様々な場面において発生していること、事故の発生には、周りの状況の把握及び判断、行動や心理などの人的要因、気象条件、施設・設備、車両、法令、制度、情報体制などの環境要因などが関連していることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 事故の現状と発生要因について、安全に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 (２) 事故の現状と発生要因について、様々な事故や災害の事例から、安全に関する情報を整理し、環境の整備に应用している。 (３) 事故の現状と発生要因について、習得した知識を基に、事故につながる危険を予測し回避するための自他や社会の取組を評価している。 (４) 事故の現状と発生要因について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 事故の現状と発生要因について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
	交通事故防止の取り組み	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 交通事故を防止するには、自他の生命を尊重するとともに、自分自身の心身の状態や周りの環境、車両の特性などを把握すること、及び個人の適切な行動、交通環境の整備が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 (２) 交通事故には補償をはじめとする法的責任などが生じることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 交通事故防止の取り組みについて、安全に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 (２) 交通事故防止の取り組みについて、様々な事故や災害の事例から、安全に関する情報を整理し、環境の整備に应用している。 (３) 交通事故防止の取り組みについて、習得した知識を基に、事故につながる危険を予測し回避するための自他や社会の取組を評価している。 (４) 交通事故防止の取り組みについて、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 交通事故防止の取り組みについて、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
	安全な社会の形成	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 事故を防止したり事故の発生に伴う傷害等を軽減したりすることを目指す安全な社会の形成には、交通安全、防災、防犯などを取り上げて、法的な整備などの環境の整備、環境や状況に応じた適切な行動などの個人の取組、及び地域の連携などが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 安全な社会の形成について、安全に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 (２) 安全な社会の形成について、様々な事故や災害の事例から、安全に関する情報を整理し、環境の整備に应用している。 (３) 安全な社会の形成について、習得した知識を基に、事故につながる危険を予測し回避するための自他や社会の取組を評価している。 (４) 安全な社会の形成について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 安全な社会の形成について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
⑦	応急手当の意義と救急医療体制	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 適切な応急手当は、傷害や疾病の悪化を防いだり、傷病者の苦痛を緩和したりすることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 (２) 自他の生命や身体を守り、不慮の事故災害に対応できる社会をつくるには、一人一人が適切な連絡・通報や運搬も含む応急手当の手順や方法を身に付けるとともに、自ら進んで行う態度が必要であること、さらに、社会の救急体制の整備を進めること、救急体制を適切に利用することが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 応急手当について、安全に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 (２) 応急手当について、習得した知識や技能を事故や災害で生じる傷害や疾病に関連付けて、悪化防止のための適切な方法に应用している。 (３) 応急手当について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 応急手当の意義と救急医療体制について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。

中 単 元 名	小单元	評価規準・評価方法
	(教材名)	【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	心肺蘇生法	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 心肺停止状態においては、急速に回復の可能性が失われつつあり、速やかな気道確保、人工呼吸、胸骨圧迫、AED（自動体外式除細動器）の使用などが必要であること、及び方法や手順について、実習を通して理解したことを言ったり書いたりし、AED などを用いて心肺蘇生法ができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）心肺蘇生法について、安全に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 （２）心肺蘇生法について、習得した知識や技能を事故や災害で生じる傷害や疾病に関連付けて、悪化防止のための適切な方法に応用している。 （３）心肺蘇生法について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 心肺蘇生法について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
	日常的な応急手当	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 日常生活で起こる傷害や、熱中症などの疾病の際には、それに応じた体位の確保・止血・固定などの基本的な応急手当の方法や手順があることについて、実習を通して理解したことを言ったり書いたりし、応急手当ができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）日常的な応急手当について、安全に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 （２）日常的な応急手当について、習得した知識や技能を事故や災害で生じる傷害や疾病に関連付けて、悪化防止のための適切な方法に応用している。 （３）日常的な応急手当について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ 日常的な応急手当について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。

「5年 体育」2単位

使用教材 新高等保健体育（大修館書店）、ステップアップ高校スポーツ（大修館書店）

1 評価の観点

評価の観点		
【知】知識・技能	【思】思考力・判断力・表現力	【態】主体的に学習に取り組む態度
運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付けている。	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画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ている。	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、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しもうとしている。

2 年間の学習内容

保健体育 (体育分野)	①	体づくり運動
	②	陸上競技
	③	水泳
	④	球技
	⑤	武道
	⑥	体育理論：運動やスポーツの効果的な学習の仕方

3 学習計画及び評価方法等

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
①	体ほぐしの運動	【知】 <観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）体づくり運動では、自己のねらいに応じて、効果的な成果を得るための適切な運動の行い方があることについて言ったり書き出したりしている。 （２）体力の構成要素は、健康に生活するための体力と運動を行うための体力に密接に関係していることについて言ったり書き出したりしている。 （３）実生活への取り入れ方には、自己のねらいに応じた様々な運動の計画などがあることについて言ったり書き出したりしている。 （４）課題解決の方法には、自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための運動例の選択とそれに基づく計画の作成及び実践、学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて言ったり書き出したりしている。 <運動> （５）のびのびとした動作で用具などを用いた運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （６）リズムに乗って心が弾むような運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （７）緊張したり緊張を解いて脱力したりする運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （８）いろいろな条件で、歩いたり走ったり飛び跳ねたりする運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （９）仲間と協力して課題を達成するなど、集団で挑戦するような運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 【思】 <観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）生活様式や体力の程度を踏まえ、自己のねらいに応じた運動の計画を立案している。 （２）運動に取り組む場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を提案している。 （３）仲間との話合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けている。 （４）体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに体づくり運動を楽しむための調整の仕方を見付けている。 （５）体づくり運動の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【態】 <観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> （１）体づくり運動の学習に主体的に取り組もうとしている。 （２）仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 （３）一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとしている。 （４）課題解決に向けて話し合う場面で、合意形成に貢献しようとしている。 （５）危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
①	実生活に生かす運動の計画	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）体づくり運動では、自己のねらいに応じて、効果的な成果を得るための適切な運動の行い方があることについて言ったり書き出したりしている。 （２）体力の構成要素は、健康に生活するための体力と運動を行うための体力に密接に関係していることについて言ったり書き出したりしている。 （３）実生活への取り入れ方には、自己のねらいに応じた様々な運動の計画などがあることについて言ったり書き出したりしている。 （４）課題解決の方法には、自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための運動例の選択とそれに基づく計画の作成及び実践、学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて言ったり書き出したりしている。 ＜自己のねらいに応じた実生活に生かす運動の計画と実践＞ （５）体調の維持などの健康の保持増進をねらいとして、各種の有酸素運動や体操などの施設や器具を用いず手軽に行う運動例や適切な食事や睡眠の管理の仕方を取り入れて、卒業後も継続可能な手軽な運動の計画を立てて取り組むことができる。 （６）生活習慣病の予防をねらいとして、「健康づくりのための身体活動基準 2013」（厚生労働省　運動基準の改定に関する検討会　平成 25 年 3 月）などを参考に、卒業後も継続可能な手軽な運動の計画を立てて取り組むことができる。 （７）調和のとれた体力を高めることをねらいとして、体力測定の結果などを参考に、定期的に運動の計画を見直して取り組むことができる。 （８）競技力の向上及び競技で起こりやすいけがや疾病の予防をねらいとして、体力の構成要素を重点的に高めたり、特に大きな負荷のかかりやすい部位のけがを予防したりする運動の組合せ例を取り入れて、定期的に運動の計画を見直して取り組むことができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）生活様式や体力の程度を踏まえ、自己のねらいに応じた運動の計画を立案している。 （２）運動に取り組む場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を提案している。 （３）仲間との話合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けている。 （４）体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに体づくり運動を楽しむための調整の仕方を見付けている。 （５）体づくり運動の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）体づくり運動の学習に主体的に取り組もうとしている。 （２）仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 （３）一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとしている。 （４）課題解決に向けて話し合う場面で、合意形成に貢献しようとしている。 （５）危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。
	新体力テスト	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）定期的・計画的に運動を継続することは、心身の健康、健康や体力の保持増進につながる意義があることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）運動を計画して行う際は、どのようなねらいをもつ運動か、偏りがないか、自分に合っているかなどの運動の原則があることについて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）体力の程度を踏まえ、自己や仲間の課題に応じた計画を設定している。 （２）課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）新体力テストに自主的に取り組もうとしている。 （２）仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。 （３）一人一人に応じた動きなどの違いを大切にしようとしている。 （４）自己や仲間の課題解決に向けた話合いに貢献しようとしている。 （５）健康・安全を確保している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
②	陸上競技	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）陸上競技では、各種目の局面ごとに技術の名称があり、それぞれの技術には、記録の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的な練習の仕方があることについて言ったり書き出したりしている。 （２）陸上競技の運動種目によって必要な体力要素があり、その運動種目の技能に関連させながら体力を高めることができることについて言ったり書き出したりしている。 （３）課題解決の方法には、自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、記録会などを通した学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて言ったり書き出したりしている。 （４）競技会や記録会で、競技のルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて言ったり書き出したりしている。 〔長距離走〕 （５）自分で設定したペースの変化や仲間のペースに応じて、ストライドやピッチを切り替えて走ることができる。 〔ハードル走〕 （６）ハードリングでは、振り上げ脚を振り下ろしながら、反対の脚(抜き脚)を素早く前に引き出すことができる。 （７）インターバルで力強く腕を振って走ることができる。 （８）インターバルでは、３歩のリズムを最後まで維持して走ることができる。 （９）ハードリングとインターバルの走りを滑らかにつなぐことができる。 〔走り幅跳び〕 （１０）加速に十分な距離から、高いスピードで踏み切りに移ることができる。 （１１）タイミングよく腕・肩を引き上げ、力強く踏み切ることができる。 〔走り高跳び〕 （１２）助走では、リズムを保ちながらスピードを高め踏み切りに移ることができる。 （１３）踏み切りでは、振り上げ脚の引き上げと両腕の引き上げをタイミングよく行うことができる。 （１４）背面跳びでは、バーの上で上体を反らせるクリアーの姿勢をとった後、腹側に体を曲げて、背中マットに着地することができる。 〔やり投げ〕 （１５）助走で得た勢いを投げの動作に移すことができる。 （１６）投げの動作では、投げる側の腕を大きく振ることができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）選択した運動種目について、自己や仲間の動きを分析して良い点や修正点を指摘している。 （２）課題解決の過程を踏まえて、自己や仲間の新たな課題を発見している。 （３）自己や仲間の課題を解決するための練習の計画を立てている。 （４）練習や競技会の場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を提案している。 （５）練習や競技会の場面で、自己や仲間の活動を振り返り、よりよいルールやマナーについて提案している。 （６）体力や技能の程度、性別等の違いを超えて仲間とともに陸上競技を楽しむための調整の仕方を見付けている。 （７）陸上競技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）陸上競技の学習に主体的に取り組もうとしている。 （２）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している。 （３）役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとしている。 （４）一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 （５）危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
③	個人メドレー (複数の泳法 で長く泳ぐ)	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）> (１) 水泳では、各種目や運動の局面ごとに技術の名称があり、それぞれの技術には、効率のよい泳ぎにつながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の仕方があることについて言ったり書き出したりしている。 (２) 水泳の種目によって必要な体力要素があり、その種目の技能に関連させながら体力を高めることができることについて言ったり書き出したりしている。 (３) 課題解決の方法には、自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、記録会などを通した学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて言ったり書き出したりしている。 (４) 競技会や記録会で、競技のルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員「[楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて言ったり書き出したりしている。 [クロール] (５) 手は遠くの水をつかむように前方に伸ばすことができる。 (６) 肘を曲げて腕全体で水をとらえ、加速するようにかくことができる。 (７) 流線型の姿勢を維持して、しなやかでリズムカルなキックを打つことができる。 (８) 肩のローリングを使って最小限の頭の動きで呼吸を行うことができる。 [平泳ぎ] (９) 手を前方に大きく伸ばした後に肘を曲げ、加速させながら内側にかき込み、抵抗を減らすために素早く手を前に戻すストロークの動きをすることができる。 (10) 抵抗の少ない肩幅程度の足の引き付けから、足先を外側にして直ちにキックをすることができる。 (11) プルのかき終わりと同時に、顎を引いて口を水面上に出して息を吸い、キックの蹴り終わりに合わせて、流線型の姿勢を維持して大きく伸びることができる。 [背泳ぎ] (12) 入水した手は、肩のローリングによって手のひらをやや下側に向けて水をとらえ、肘を曲げながらかくことができる。 (13) かき終わりで肘を伸ばした後、力を抜き、肩のローリングを使ってリズムよくリカバリー動作を行うことができる。 (14) 水平姿勢を維持しながら泳ぐことができる。 (15) キックは、脚全体をしなやかに使って蹴り上げ、脚全体を伸ばして蹴り下ろすことができる。 (16) 呼吸は、ストロークに合わせてリズムよく行うことができる。 [バタフライ] (17) 腕のリカバリーは、力を抜いて水面近くを横から前方に運ぶことができる。 (18) 体のうねり動作に合わせたしなやかなドルフィンキックをすることができる。 (19) ストローク動作に合わせて、低い位置で呼吸を保つことができる。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）> (１) 選択した泳法について、自己や仲間の動きを分析して、良い点や修正点を指摘している。 (２) 課題解決の過程を踏まえて、自己や仲間の新たな課題を発見している。 (３) 自己や仲間の課題を解決するための練習の計画を立てている。 (４) 練習や競技会などの場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を提案している。 (５) パディやグループでの学習で、状況に応じて自己や仲間の役割を提案している。 (６) 体力や技能の程度、性別等の違いを超えて、仲間とともに水泳を楽しむための調整の仕方を見付けている。 (７) 水泳の学習成果を踏まえて自己に適した「する、みる、支える、知る」などの生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）> (１) 水泳の学習に主体的に取り組もうとしている。 (２) 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している。 (３) 役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとしている。 (４) 一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 (５) 水泳の事故防止の心得を遵守し、危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
④	ネット型 (バレーボ ール)	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）球技では、各型の各種目の局面ごとに技術や戦術，作戦の名称があり，それぞれの技術，戦術，作戦には，攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的，計画的な練習の方法があることについて言ったり書き出したりしている。 （２）球技の型や種目によって必要な体力要素があり，その型や種目の技能に関連させながら体力を高めることができることについて言ったり書き出したりしている。 （３）課題解決の方法には，チームや自己に応じた目標の設定，目標を達成するための課題の設定，課題解決のための練習法などの選択と実践，ゲームなどを通した学習成果の確認，新たな目標の設定といった過程があることについて言ったり書き出したりしている。 （４）競技会で，ゲームのルール，運営の仕方や役割に応じた行動の仕方，全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて言ったり書き出したりしている。 （５）サービスでは，ボールに変化をつけて打つことができる。 （６）ボールを相手側のコートを守備のいない空間に緩急や高低などの変化をつけて打ち返すことができる。 （７）ボールに回転をかけて打ち出したり，回転に合わせて返球したりすることができる。 （８）変化のあるサーブに対応して，面を合わせてレシーブすることができる。 （９）移動を伴うつなぎのボールに対応して，攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にトスを上げることができる。 （10）仲間と連動してネット付近でボールの侵入を防いだり，打ち返したりすることができる。 （11）ボールをコントロールして，ネットより高い位置から相手側のコートに打ち込むことができる。 （12）チームの作戦に応じた守備位置から，拾ったりつないだり打ち返したりすることができる。 （13）ラリーの中で，相手の攻撃や味方の移動で生じる空間をカバーして，守備のバランスを維持する動きをすることができる。 （14）相手の攻撃の変化に応じて，仲間とタイミングを合わせて守備位置を移動することができる。 （15）仲間と連携した攻撃の際に，ポジションに応じて相手を引き付ける動きをすることができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）選択した運動について，チームや自己の動きを分析して，良い点や修正点を指摘している。 （２）課題解決の過程を踏まえて，チームや自己の新たな課題を発見している。 （３）チームや自己の課題を解決するための練習の計画を立てている。 （４）練習やゲームの場面で，チームや自己の危険を回避するための活動の仕方を提案している。 （５）練習やゲームを行う場面で，チームや自己の活動を振り返り，よりよいマナーや行為について提案している。 （６）チームでの学習で，状況に応じてチームや自己の役割を提案している。 （７）チームでの話合いの場面で，合意を形成するための調整の仕方を見付けている。 （８）体力や技能の程度，性別等の違いを超えて，仲間とともに球技を楽しむための調整の仕方を見付けている。 （９）球技の学習成果を踏まえて，自己に適した「する，みる，支える，知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）球技の学習に主体的に取り組もうとしている。 （２）フェアなプレイを大切にしようとしている。 （３）作戦などを話し合う場面で，合意形成に貢献しようとしている。 （４）一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとしている。 （５）仲間の課題を指摘するなど，互いに助け合い高め合おうとしている。 （６）危険の予測をしながら回避行動をとるなど，健康・安全を確保している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
④	ゴール型 (アルティメット・バスケットボール)	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 球技では、各型の各種目の局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があることについて言ったり書き出したりしている。 (２) 球技の型や種目によって必要な体力要素があり、その型や種目の技能に関連させながら体力を高めることができることについて言ったり書き出したりしている。 (３) 課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通した学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて言ったり書き出したりしている。 (４) 競技会で、ゲームのルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて言ったり書き出したりしている。 (５) 防御をかわして相手陣地やゴールにボールを運ぶことができる。 (６) 味方が作り出した空間にパスを送ることができる。 (７) 空いた空間に向かってボールをコントロールして運ぶことができる。 (８) 守備者とボールの間に自分の体を入れて、味方と相手の動きを見ながらボールをキープすることができる。 (９) 隊形を整えるためにボールを他の空間へ動かすことができる。 (10) 自陣から相手陣地の侵入しやすい場所に移動することができる。 (11) シュートやトライをしたり、パスを受けたりするために味方が作り出した空間に移動することができる。 (12) 侵入する空間を作り出すために、チームの作戦に応じた移動や動きをすることができる。 (13) 得点を取るためのフォーメーションやセットプレイなどのチームの役割に応じた動きをすることができる。 (14) チームの作戦に応じた守備位置に移動し、相手のボールを奪うための動きをすることができる。 (15) 味方が抜かれた際に、攻撃者を止めるためのカバーの動きをすることができる。 (16) 一定のエリアから得点しにくい空間に相手や相手のボールを追い出す守備の動きをすることができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 選択した運動について、チームや自己の動きを分析して、良い点や修正点を指摘している。 (２) 課題解決の過程を踏まえて、チームや自己の新たな課題を発見している。 (３) チームや自己の課題を解決するための練習の計画を立てている。 (４) 練習やゲームの場面で、チームや自己の危険を回避するための活動の仕方を提案している。 (５) 練習やゲームを行う場面で、チームや自己の活動を振り返り、よりよいマナーや行為について提案している。 (６) チームでの学習で、状況に応じてチームや自己の役割を提案している。 (７) チームでの話合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けている。 (８) 体力や技能の程度、性別等の違いを超えて、仲間とともに球技を楽しむための調整の仕方を見付けている。 (９) 球技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 球技の学習に主体的に取り組もうとしている。 (２) フェアなプレイを大切にしようとしている。 (３) 作戦などを話し合う場面で、合意形成に貢献しようとしている。 (４) 一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとしている。 (５) 仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 (６) 危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。

⑤	柔道	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）対戦相手は「道」を追求する大切な仲間であることについて言ったり書き出したりしている。 （２）柔道では、用いられる技の名称や用語があり、それぞれの技には、技の向上につながる重要な動きや安全で合理的、計画的な練習の仕方があることについて言ったり書き出したりしている。 （３）武道の種目によって必要な体力要素があり、その種目の技能に関連させながら体力を高めることができることについて言ったり書き出したりしている。 （４）課題解決の方法には、自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、試合などを通した学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて言ったり書き出したりしている。 （５）試合で、競技のルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて言ったり書き出したりしている。 〔基本動作〕 （６）姿勢と組み方では、相手の体格や姿勢、かける技などに対応して、素早く自然体で組むことができる。 （７）崩しと体さばきでは、自分の姿勢の安定を保ちながら相手の体勢を不安定にし、素早く技をかけやすい状態をつくることができる。 （８）進退動作では、自分の姿勢の安定を保ちながら素早く体の移動をすることができる。 （９）受け身では、相手の投げ技に応じて安定した受け身をとることができる。 〔投げ技〕 （１０）取は払い腰をかけて投げ、受は受け身をとることができる。 （１１）取は内股をかけて投げ、受は受け身をとること。 〔投げ技の防御〕 （１２）受は、相手の釣り手（襟を持っている方の手）を抑えて技をかけさせないで防ぐことができる。 （１３）受は、相手が技をかけた力を利用して自分の体を前後左右に適時にさばいて防ぐことができる。 （１４）受は、相手よりも重心を低く落として防ぐことができる。 （１５）受は、相手の引き手（袖を持っている方の手）を振り払って防ぐことができる。 〔投げ技の連絡〕 （１６）釣り込み腰から払い腰へ連絡することができる。 （１７）内股から体落としへ連絡することができる。 （１８）内股から大内刈りへ連絡することができる。 〔投げ技の変化〕 （１９）相手の大内刈りや大外刈りを切り返すことができる。 （２０）相手の大内刈りや小内刈りをかわして体落としで投げることができる。 〔固め技〕 （２１）取は、肩固め、縦四方固めで相手を抑えることができる。 （２２）受は、肩固め、縦四方固めで抑えられた状態で、相手を体側や頭方向などに返すことによって逃げるることができる。 〔固め技の防御〕 （２３）自分が仰向けの状態で相手が脚部から攻めてくるとき、自分の体側や上体に侵入させないように防ぐことができる。 （２４）相手が仰向けの状態からその脚部にいる自分を攻めてくるとき、横転や仰向けにされないように防ぐことができる。 （２５）自分が腹ばいか四つんばいの状態で相手が体側から攻めてくるとき、横転や仰向けにされないように防ぐことができる。 〔固め技の連絡〕 （２６）取は相手の動きの変化に応じながら、けさ固め、横四方固め、上四方固めに加えて、肩固め、縦四方固めの連絡をすることができる。 （２７）受はけさ固め、横四方固め、上四方固めに加えて、肩固め、縦四方固めで抑えられた状態から、相手の動きの変化に応じながら、相手を体側や頭方向に返すことによって逃げるができる。 （２８）相手が四つんばいのとき、相手を仰向けに返して抑え込みに入ることができる。 〔固め技の変化〕 （２９）相手のけさ固めや横四方固めを体側や頭方向などに返して横四方固めで抑えることができる。 〔投げ技から固め技への連絡〕 （３０）内股からけさ固めへ連絡することができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）見取り稽古などから、自己や仲間の動きを分析して良い点や修正点を指摘している。 （２）課題解決の過程を踏まえて、自己や仲間の新たな課題を発見している。 （３）自己や仲間の課題を解決するための練習の計画を立てている。 （４）練習や試合の場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を提案している。 （５）相手を尊重するなどの伝統的な行動をする場面で、自己や仲間の活動を振り返り、よりよい所作について提案している。 （６）体力や技能の程度、性別等の違いを超えて仲間とともに柔道を楽しむための調整の仕方を見付けている。 （７）柔道の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。
---	----	---

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価基準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
		【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）柔道の学習に主体的に取り組もうとしている。 （２）相手を尊重し、礼法などの伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。。 （３）役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとしている。 （４）一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 （５）危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。
⑥	スポーツにおける技術と戦術・戦略	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）個々の運動やスポーツを特徴付けている技術は、練習を通して身に付けられた合理的な動き方としての技能という状態で発揮されることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）技能には、クローズドスキル型とオープンスキル型の技能があること、オープンスキル型の技能は、対人的な競技などで絶えず変化する状況の下で多く発揮されること、クローズドスキル型の技能は、個人的な競技などで状況の変化が少ないところで多く発揮されること、その型の違いによって学習の仕方が異なることについて、言ったり書き出したりしている。 （３）スポーツの技術や戦術、ルールは、用具や用品、施設などの改良によって変わり続けていること、特に現代では、テレビやインターネットなどのメディアの発達などによっても影響を受けていることについて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、概念と自己の状況を関連付けたりして、自己や社会についての課題を発見している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）スポーツにおける技術と戦術・戦略についての学習に、主体的に取り組もうとしている。
	スポーツにおける技能と体力	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）運動やスポーツの技能は、体力と相互に関連しており、技能は、身長や体重などの体格や巧みさなどの体力との関連で発揮されることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）運動やスポーツの技能を発揮する際には、個々の技能に関連した体力を高めることが必要になることや、期待される成果に応じた技能や体力の高め方があることについて、言ったり書き出したりしている。 （３）運動やスポーツを行う際、個人の体力に不適切で過度な負荷や一定部位への長期的な酷使は、けがや疾病の原因となる可能性があること、また、これらを予防することでスポーツが末永く継続できることについて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、概念と自己の状況を関連付けたりして、自己や社会についての課題を発見している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）スポーツにおける技能と体力についての学習に、主体的に取り組もうとしている。
	技能の上達過程と練習の考え方	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）運動やスポーツの技能の上達過程を試行錯誤の段階、意図的な調整の段階及び自動化の段階の三つに分ける考え方があること、また、これらの段階に応じて、効果的に上達を図るためには、良い動きを参考として自己の課題を設定すること、課題解決のための自己に適した練習方法を選択すること、自己観察や他者観察を通して課題を発見し解決すること、上達に応じて次の課題を設定することといった取り組み方が運動の継続に有効であることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）技能の獲得には、一定の期間がかかることを踏まえ、解決すべき課題を意識した上で、繰り返し取り組むことが安定した技能の定着につながることに ついて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、概念と自己の状況を関連付けたりして、自己や社会についての課題を発見している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）技能の上達過程と練習の考え方についての学習に、主体的に取り組もうとしている。
	効果的な動きのメカニズム	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）運動やスポーツの技能は、体力と相互に関連しており、技能は、身長や体重などの体格や巧みさなどの体力との関連で発揮されることについて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、概念と自己の状況を関連付けたりして、自己や社会についての課題を発見している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）効果的な動きのメカニズムについての学習に、主体的に取り組もうとしている。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	体力トレーニング	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）運動やスポーツの技能は、体力と相互に関連しており、技能は、身長や体重などの体格や巧みさなどの体力との関連で発揮されることについて、言ったり書き出したりしている。 （２）運動やスポーツの技能を発揮する際には、個々の技能に関連した体力を高めることが必要になることや、期待される成果に応じた技能や体力の高め方があることについて、言ったり書き出したりしている。 （３）運動やスポーツの技能の上達過程を試行錯誤の段階、意図的な調整の段階及び自動化の段階の三つに分ける考え方があること、また、これらの段階に応じて、効果的に上達を図るためには、良い動きを参考として自己の課題を設定すること、課題解決のための自己に適した練習方法を選択すること、自己観察や他者観察を通して課題を発見し解決すること、上達に応じて次の課題を設定することといった取り組み方が運動の継続に有効であることについて、言ったり書き出したりしている。 （４）技能の獲得には、一定の期間がかかることを踏まえ、解決すべき課題を意識した上で、繰り返し取り組むことが安定した技能の定着につながることに ついて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、概念と自己の状況を関連付けたりして、自己や社会についての課題を発見している。 （２）運動やスポーツの活動時の健康・安全の確保の仕方について、習得した知識を基に、環境の異なる場所や変化を想定して、危険を予見し回避するための自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えること。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）体力トレーニングについての学習に、主体的に取り組もうとしている。
	運動やスポーツでの危険予知と安全確保	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）運動やスポーツを行う際、個人の体力に不適切で過度な負荷や一定部位への長期的な酷使は、けがや疾病の原因となる可能性があること、また、これらを予防することでスポーツが末永く継続できることについて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）運動やスポーツの活動時の健康・安全の確保の仕方について、習得した知識を基に、環境の異なる場所や変化を想定して、危険を予見し回避するための自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシートレポート、ペーパーテスト）＞ （１）運動やスポーツでの危険予知と安全確保についての学習に、主体的に取り組もうとしている。

「5年 保健」1単位

使用教材 新高等保健体育（大修館書店）、図説新高等保健（大修館書店）

1 評価の観点

評価の観点		
【知】知識・技能	【思】思考力・判断力・表現力	【態】主体的に学習に取り組む態度
個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身に付けている。	健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝える力を身に付けている。	生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。

2 年間の学習内容

保 健	生涯を通じる健康	①	生涯の各段階における健康
		②	労働と健康
	健康を支える環境づくり	③	環境と健康
		④	食品と健康
		⑤	保健・医療制度及び地域の保健・医療機関
		⑥	様々な保健活動や社会的対策
		⑦	健康に関する環境づくりと社会参加

3 学習計画及び評価方法等

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
①	思春期と健康	【知】 ＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）思春期における心身の発達や性的成熟に伴う身体面、心理面、行動面などの変化に関わり、健康課題が生じることがあることについて言ったり書き出したりしている。 （２）自分の行動への責任感や異性を理解したり尊重したりする態度が必要であること及び性に関する情報等への適切な対処が必要であることについて言ったり書き出したりしている。 【思】 ＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）思春期と健康について、習得した知識を基に、心身の発達や性的成熟に伴う健康課題を解決するために、性に関わる情報を適切に整理している。 【態】 ＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）思春期と健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
	性意識の変化と 性行動の選択	【知】 ＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）自分の行動への責任感や異性の理解と尊重について言ったり書き出したりしている。 （２）性行動の選択には性に関する情報への適切な対処が必要であることを言ったり書き出したりしている。 【思】 ＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）思春期と健康について、習得した知識を基に、心身の発達や性的成熟に伴う健康課題を解決するため情報を適切に整理している。 【態】 ＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）思春期と健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
	結婚生活と健康	【知】 ＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）家族計画の意義や人工妊娠中絶の心身への影響などについても理解し、結婚生活を健康に過ごすには、自他の健康に対する責任感、良好な人間関係や家族や周りの人からの支援、及び母子の健康診査の利用や保健相談などの様々な保健・医療サービスの活用が必要であることについて言ったり書き出したりしている。 【思】 ＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）結婚生活と健康について、習得した知識を基に、結婚生活に伴う健康課題の解決や生活の質の向上に向けて、保健・医療サービスの活用方法を整理している。 【態】 ＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）結婚生活と健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	妊娠・出産と健康	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 受精、妊娠、出産とそれに伴う健康課題について理解できるようにするとともに、健康課題には年齢や生活習慣などが関わることにについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 妊娠・出産と健康について、習得した知識を基に、母子の健康のためや生活の質の向上に向けて、母子保健サービスの活用方法を整理している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 妊娠・出産と健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
	家族計画	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 家族計画の意義や人工妊娠中絶の心身への影響などについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 家族計画について、習得した知識を基に、家族計画を立てる際に必要な要件について整理している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 家族計画について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
	加齢と健康	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 中高年期を健やかに過ごすためには、若いときから、健康診断の定期的な受診などの自己管理を行うこと、生きがいをもつこと、運動やスポーツに取り組むこと、家族や友人などとの良好な関係を保つこと、地域における交流をもつことなどが関係することについて言ったり書き出したりしている。 (2) 高齢期には、加齢に伴い、心身の機能や形態が変化すること、その変化には個人差があること、疾病や事故のリスクが高まること、健康の回復が長期化する傾向にあることについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 加齢と健康について、習得した知識を基に、中高年期の疾病や事故のリスク軽減のための個人の取組と社会的対策を整理している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 加齢と健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
②	高齢社会に対応した取り組み	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 高齢社会における健康課題について言ったり書き出したりしている。 (2) 高齢者の暮らしや健康を支えるために必要な社会の取り組みについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 地域包括ケアシステムの効果を高めるには、どのようなサービスがあると良いか具体策を整理している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 高齢社会に対応した取り組みについて、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
	働くことと健康	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 働くことの意義と働き方の多様化について言ったり書き出したりしている。 (2) 働く人における健康問題について言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 将来予測される、労働者の新たな健康課題について整理している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 働くことと健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
	労働災害と防止	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 労働による傷害や職業病などの労働災害は、作業形態や作業環境の変化に伴い質や量が変化してきたことについて言ったり書き出したりしている。 (2) 労働災害を防止するには、作業形態や作業環境の改善、長時間労働をはじめとする過重労働の防止を含む健康管理と安全管理が必要であることについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 労働災害と健康について、習得した知識を基に、労働災害の防止に向けて、個人の取組と社会的対策を整理している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 労働災害と健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
③	働く人の健康づくり	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 働く人の健康の保持増進は、職場の健康管理や安全管理とともに、心身両面にわたる総合的、積極的な対策の推進が図られることで成り立つことについて言ったり書き出したりしている。 (2) 働く人の日常生活においては、積極的に余暇を活用するなどして生活の質の向上を図ることなどで健康の保持増進を図っていくことが重要であることについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 働く人の健康の保持増進について、習得した知識を基に、生活の質の向上を図ることと関連付けて、課題解決の方法に応用している。 (2) 生涯を通じる健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 働く人の健康の保持増進について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
	大気汚染と健康	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 人間の生活や産業活動は、大気汚染を引き起こし、健康に影響を及ぼしたり被害をもたらしたりすることがあるということについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 健康を支える環境づくりにおける事象や情報などについて、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 環境の汚染と健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
	水質汚濁・ 土壌汚染と健康	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 健康への影響や被害を防止するためには、汚染物質の排出をできるだけ抑制したり、排出された汚染物質を適切に処理したりすることなどが必要であることについて言ったり書き出したりしている。 (2) 環境基本法などの法律等が制定されており、環境基準の設定、排出物の規制、監視体制の整備などの総合的・計画的対策が講じられていることについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 人間の生活や産業活動などによって引き起こされる自然環境汚染について、事例を通して整理し、疾病等のリスクを軽減するために、環境汚染の防止や改善の方策に応用している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 環境と健康に関わる対策について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
	健康被害を防ぐための環境対策	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 環境汚染による健康への影響を防ぐために行われている対策について言ったり書き出したりしている。 (2) 産業廃棄物や新たな環境汚染の課題について言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 住んでいる地域近く大気汚染状況を調べ、自分たちの健康を守ったり、身近な大気の世界を守るためにはどのようにしたらよいか整理している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 健康被害を防ぐための環境対策について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。

中 単 元 名	小单元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
③	環境衛生に関わる活動	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 上下水道の整備，ごみやし尿などの廃棄物を適切に処理する等の環境衛生活動は，自然環境や学校・地域などの社会生活における環境，及び人々の健康を守るために行われていることについて言ったり書き出したりしている。 (2) 問題点，対策などを総合的に把握し改善していかなければならないことについて，安全で良質な水の確保や廃棄物の処理と関連付けて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 人間の生活や産業活動などによって引き起こされる自然環境汚染について，事例を通して整理し，疾病等のリスクを軽減するために，環境汚染の防止や改善の方策に応用している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 環境衛生に関わる活動について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
	食品の安全性と健康	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 人々の健康を支えるためには，食品の安全性を確保することが重要であり，食品の安全性が損なわれると，健康に深刻な被害をもたらすことがあり，食品の安全性を確保することは健康の保持増進にとって重要であることについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 食品の安全性と食品衛生に関わる活動について，習得した知識を自他の日常生活に適用して，健康被害の防止と健康を保持増進するための計画を立てている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 食品の安全性について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
④	食品の安全性を確保する取り組み	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 食品の安全性を確保するために，食品衛生法などの法律等が制定されており，様々な基準に基づいて食品衛生活動が行われていることや，食品の製造・加工・保存・流通など，各段階での適切な管理が重要であることについて言ったり書き出したりしている。 (2) 食品衛生に関わる健康被害の防止と健康の保持増進には，適切に情報を公開，活用するなど行政・生産者・製造者・消費者などが互いに関係を保ちながら，それぞれの役割を果たすことが重要であることについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 食品の安全性と食品衛生に関わる活動について，習得した知識を自他の日常生活に適用して，健康被害の防止と健康を保持増進するための計画を立てている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 食品衛生に関わる活動について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
	保健制度とその活用	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 我が国には，人々の健康を支えるための保健・医療制度が存在し，行政及びその他の機関などから健康に関する情報，医療の供給，医療費の保障も含めた保健・医療サービスなどが提供されていることについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 医薬品の制度とその活用について，医薬品には承認制度があり，販売に規制が設けられていることと関連付けながら，生活の質の向上のために利用の仕方を整理している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 我が国の保健・医療制度について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
⑤	医療制度とその活用	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 医療制度のしくみについて言ったり書き出したりしている。 (2) 医療サービスの適切な活用方法について言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 医療機関について調べ、かかりつけ医をもつことのメリットを個人と地域の両面から整理している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 医療制度とその活用について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。

中 単 元 名	小 単 元 (教材名)	評価規準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	医薬品の制度とその活用	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 医薬品は、医療用医薬品、要指導医薬品、一般用医薬品の三つに大別され、承認制度によってその有効性や安全性が審査されており、販売に規制が設けられていることについて言ったり書き出したりしている。 (2) 疾病からの回復や悪化の防止には、個々の医薬品の特性を理解した上で、使用法に関する注意を守り、正しく使うことが必要であることについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) お薬手帳の効果的な活用法について整理している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 医薬品の制度のその活用について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
⑥	様々な保健活動や対策	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 我が国や世界では、健康を支えるために、健康課題に対応して各種の保健活動や社会的対策が行われていることについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) ヘルスプロモーションの考え方に基づいた、健康に関する環境づくりへ積極的に参加していくために、適切な情報を選択・収集して、分析・評価し計画を立てている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 様々な保健活動や社会対策について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。
⑦	誰もが健康に過ごせる社会に向けた環境づくり	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 自他の健康を保持増進するには、ヘルスプロモーションの考え方に基づいた、健康に関する環境づくりが重要であることについて言ったり書き出したりしている。 (2) 一人一人が健康に関心をもち、健康を支える適切な環境づくりに積極的に参加していくことが必要であり、そのことが自分を含めた世界の人々の健康の保持増進につながることについて言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 健康を支える環境づくりについて、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 健康に関わる環境づくりと社会参加について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営もうとしている。

「6年 体育」3単位

使用教材 ステップアップ高校スポーツ（大修館書店）

評価の観点

評価の観点		
【知】知識・技能	【思】思考力・判断力・表現力	【態】主体的に学習に取り組む態度
運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようになるため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付けている。	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画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ている。	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、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しもうとしている。

年間の学習内容

物理	①	体づくり運動
	②	陸上競技
	③	球技
	④	体育理論：豊かなスポーツライフの設計の仕方
	⑤	

学習計画及び評価方法等

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価基準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
①	体ほぐしの運動	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）体づくり運動では、自己のねらいに応じて、効果的な成果を得るための適切な運動の行い方があることについて言ったり書き出したりしている。 （２）体力の構成要素は、健康に生活するための体力と運動を行うための体力に密接に関係していることについて言ったり書き出したりしている。 （３）実生活への取り入れ方には、自己のねらいに応じた様々な運動の計画などがあることについて言ったり書き出したりしている。 （４）課題解決の方法には、自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための運動例の選択とそれに基づく計画の作成及び実践、学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて言ったり書き出したりしている。 〈運動〉 （５）のびのびとした動作で用具などを用いた運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （６）リズムに乗って心が弾むような運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （７）緊張したり緊張を解いて脱力したりする運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （８）いろいろな条件で、歩いたり走ったり飛び跳ねたりする運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 （９）仲間と協力して課題を達成するなど、集団で挑戦するような運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）生活様式や体力の程度を踏まえ、自己のねらいに応じた運動の計画を立案している。 （２）運動に取り組む場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を提案している。 （３）仲間との話合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けている。 （４）体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに体づくり運動を楽しむための調整の仕方を見付けている。 （５）体づくり運動の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）体づくり運動の学習に主体的に取り組もうとしている。 （２）仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 （３）一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとしている。 （４）課題解決に向けて話し合う場面で、合意形成に貢献しようとしている。 （５）危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価基準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	実生活に生かす運動の計画	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 体づくり運動では、自己のねらいに応じて、効果的な成果を得るための適切な運動の行い方があることについて言ったり書き出したりしている。 (2) 体力の構成要素は、健康に生活するための体力と運動を行うための体力に密接に関係していることについて言ったり書き出したりしている。 (3) 実生活への取り入れ方には、自己のねらいに応じた様々な運動の計画などがあることについて言ったり書き出したりしている。 (4) 課題解決の方法には、自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための運動例の選択とそれに基づく計画の作成及び実践、学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて言ったり書き出したりしている。 〈自己のねらいに応じた実生活に生かす運動の計画と実践〉 (5) 体調の維持などの健康の保持増進をねらいとして、各種の有酸素運動や体操などの施設や器具を用いず手軽に行う運動例や適切な食事や睡眠の管理の仕方を取り入れて、卒業後も継続可能な手軽な運動の計画を立てて取り組むことができる。 (6) 生活習慣病の予防をねらいとして、「健康づくりのための身体活動基準 2013」（厚生労働省　運動基準の改定に関する検討会　平成 25 年 3 月）などを参考に、卒業後も継続可能な手軽な運動の計画を立てて取り組むことができる。 (7) 調和のとれた体力を高めることをねらいとして、体力測定の結果などを参考に、定期的に運動の計画を見直して取り組むことができる。 (8) 競技力の向上及び競技で起こりやすいけがや疾病の予防をねらいとして、体力の構成要素を重点的に高めたり、特に大きな負荷のかかりやすい部位のけがを予防したりする運動の組合せ例を取り入れて、定期的に運動の計画を見直して取り組むことができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 生活様式や体力の程度を踏まえ、自己のねらいに応じた運動の計画を立案している。 (2) 運動に取り組む場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を提案している。 (3) 仲間との話合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けている。 (4) 体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに体づくり運動を楽しむための調整の仕方を見付けている。 (5) 体づくり運動の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 体づくり運動の学習に主体的に取り組もうとしている。 (2) 仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 (3) 一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとしている。 (4) 課題解決に向けて話し合う場面で、合意形成に貢献しようとしている。 (5) 危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。
	新体力テスト	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 定期的・計画的に運動を継続することは、心身の健康、健康や体力の保持増進につながる意義があることについて、言ったり書き出したりしている。 (2) 運動を計画して行う際は、どのようなねらいをもつ運動か、偏りがないか、自分に合っているかなどの運動の原則があることについて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 体力の程度を踏まえ、自己や仲間の課題に応じた計画を設定している。 (2) 課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 新体力テストに自主的に取り組もうとしている。 (2) 仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。 (3) 一人一人に応じた動きなどの違いを大切にしようとしている。 (4) 自己や仲間の課題解決に向けた話合いに貢献しようとしている。 (5) 健康・安全を確保している。
②	短距離走、リレー	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 陸上競技の運動種目によって必要な体力要素があり、その運動種目の技能に関連させながら体力を高めることができること。 (2) 高いスピードを維持して走る中間走では、体の真下近くに足を接地したり、キックした足を素早く前に運んだりするなどの動きで走ること。 (3) 最も速く走ることのできるペース配分に応じて動きを切り替えて走ること。 (4) リレーでは、大きな利得距離を得るために、両走者がスピードにのり、十分に腕を伸ばした状態でバトンを渡すこと。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 体力や技能の程度、性別等の違いを超えて仲間とともに陸上競技を楽しむための調整の仕方を見付けること。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (1) 陸上競技の学習に主体的に取り組もうとすること。 (2) 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と。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価基準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
③	ネット型 (バドミントン・テニス・卓球)	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 球技では、各型の各種目の局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があることについて言ったり書き出したりしている。 (２) 球技の型や種目によって必要な体力要素があり、その型や種目の技能に関連させながら体力を高めることができることについて言ったり書き出したりしている。 (３) 課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通した学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて言ったり書き出したりしている。 (４) 競技会で、ゲームのルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて言ったり書き出したりしている。 (５) サービスでは、ボールに変化をつけて打つことができる。 (６) ボールを相手側のコートを守備のいない空間に緩急や高低などの変化をつけて打ち返すことができる。 (７) ボールに回転をかけて打ち出したり、回転に合わせて返球したりすることができる。 (８) 変化のあるサーブに対応して、面を合わせてレシーブすることができる。 (９) 移動を伴うつなぎのボールに対応して、攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にトスを上げることができる。 (10) 仲間と連動してネット付近でボールの侵入を防いだり、打ち返したりすることができる。 (11) ボールをコントロールして、ネットより高い位置から相手側のコートに打ち込むことができる。 (12) チームの作戦に応じた守備位置から、拾ったりつないだり打ち返したりすることができる。 (13) ラリーの中で、相手の攻撃や味方の移動で生じる空間をカバーして、守備のバランスを維持する動きをすることができる。 (14) 相手の攻撃の変化に応じて、仲間とタイミングを合わせて守備位置を移動することができる。 (15) 仲間と連携した攻撃の際に、ポジションに応じて相手を引き付ける動きをすることができる。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 選択した運動について、チームや自己の動きを分析して、良い点や修正点を指摘している。 (２) 課題解決の過程を踏まえて、チームや自己の新たな課題を発見している。 (３) チームや自己の課題を解決するための練習の計画を立てている。 (４) 練習やゲームの場面で、チームや自己の危険を回避するための活動の仕方を提案している。 (５) 練習やゲームを行う場面で、チームや自己の活動を振り返り、よりよいマナーや行為について提案している。 (６) チームでの学習で、状況に応じてチームや自己の役割を提案している。 (７) チームでの話合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けている。 (８) 体力や技能の程度、性別等の違いを超えて、仲間とともに球技を楽しむための調整の仕方を見付けている。 (９) 球技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ (１) 球技の学習に主体的に取り組もうとしている。 (２) フェアなプレイを大切にしようとしている。 (３) 作戦などを話し合う場面で、合意形成に貢献しようとしている。 (４) 一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとしている。 (５) 仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 (６) 危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価基準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	ゴール型 (アルティメット、サッカー、バスケットボール)	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) 球技では、各型の各種目の局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があることについて言ったり書き出したりしている。 (2) 球技の型や種目によって必要な体力要素があり、その型や種目の技能に関連させながら体力を高めることができることについて言ったり書き出したりしている。 (3) 課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通した学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて言ったり書き出したりしている。 (4) 競技会で、ゲームのルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて言ったり書き出したりしている。 (5) 防御をかわして相手陣地やゴールにボールを運ぶことができる。 (6) 味方が作り出した空間にパスを送ることができる。 (7) 空いた空間に向かってボールをコントロールして運ぶことができる。 (8) 守備者とボールの間に自分の体を入れて、味方と相手の動きを見ながらボールをキープすることができる。 (9) 隊形を整えるためにボールを他の空間へ動かすことができる。 (10) 自陣から相手陣地の侵入しやすい場所に移動することができる。 (11) シュートやトライをしたり、パスを受けたりするために味方が作り出した空間に移動することができる。 (12) 侵入する空間を作り出すために、チームの作戦に応じた移動や動きをすることができる。 (13) 得点を取るためのフォーメーションやセットプレイなどのチームの役割に応じた動きをすることができる。 (14) チームの作戦に応じた守備位置に移動し、相手のボールを奪うための動きをすることができる。 (15) 味方が抜かれた際に、攻撃者を止めるためのカバーの動きをすることができる。 (16) 一定のエリアから得点しにくい空間に相手や相手のボールを追い出す守備の動きをすることができる。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) 選択した運動について、チームや自己の動きを分析して、良い点や修正点を指摘している。 (2) 課題解決の過程を踏まえて、チームや自己の新たな課題を発見している。 (3) チームや自己の課題を解決するための練習の計画を立てている。 (4) 練習やゲームの場面で、チームや自己の危険を回避するための活動の仕方を提案している。 (5) 練習やゲームを行う場面で、チームや自己の活動を振り返り、よりよいマナーや行為について提案している。 (6) チームでの学習で、状況に応じてチームや自己の役割を提案している。 (7) チームでの話合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けている。 (8) 体力や技能の程度、性別等の違いを超えて、仲間とともに球技を楽しむための調整の仕方を見付けている。 (9) 球技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) 球技の学習に主体的に取り組もうとしている。 (2) フェアなプレイを大切にしようとしている。 (3) 作戦などを話し合う場面で、合意形成に貢献しようとしている。 (4) 一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとしている。 (5) 仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 (6) 危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。
④	生涯スポーツ の見方・考え方	【知】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) スポーツには、乳・幼児期から高齢期に至るライフステージごとに、体格や体力の変化などにみられる身体的特徴、精神的ストレスの変化などに見られる心理的特徴、人間関係や所属集団の変化などに見られる社会的特徴に応じた多様な楽しみ方があることについて、言ったり書き出したりしている。 【思】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方やライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方について、自己や自己を取り巻く環境の変化を予想し、自己や社会についての課題を発見することができる。 【態】<観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）> (1) 豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている。

中 単 元 名	小単元 (教材名)	評価基準・評価方法
		【知】(知識・技能) 【思】(思考力・判断力・表現力) 【態】(主体的に学習に取り組む態度)
	ライフスタイルとスポーツの楽しみ方	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）生涯にわたって「する、みる、支える、知る」などのスポーツを多様に継続するためには、ライフステージに応じたスポーツの楽しみ方を見付けることに加え、それぞれの生き方や暮らし方といったライフスタイルに応じた無理のないスポーツへの関わり方が大切であることについて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方やライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方について、自己や自己を取り巻く環境の変化を予想し、自己や社会についての課題を発見することができる。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている。
	スポーツ推進のための施策と課題	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）国や地方自治体は、スポーツの推進のために様々な施策を行っており、人や財源、施設や用具、情報などを人々に提供するなどの条件整備を行っていること、また、スポーツの推進を支援するために、企業や競技者の社会貢献、スポーツボランティアや非営利組織(NPO等)などが見られるようになっていることについて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）豊かなスポーツライフが広がる未来の社会について、これまでの学習したことを基に、将来の自己のスポーツ設計や未来の社会についての自己の提案を言葉や文章などを通して他社に伝えることができる。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている。
	ス ポ ー ツ で 「未来」を創 る	【知】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）スポーツを、人生に潤いをもたらす貴重な文化的財産として未来に継承するためには、スポーツには健康で生き生きとした生活をもたらしたり、様々な人々をつながったりするなどの可能性がある反面、過度な運動による健康への悪影響や勝利を優先する余り人間関係を悪化させるなどの問題点があることについて、言ったり書き出したりしている。 【思】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）豊かなスポーツライフが広がる未来の社会について、これまでの学習したことを基に、将来の自己のスポーツ設計や未来の社会についての自己の提案を言葉や文章などを通して他社に伝えることができる。 【態】＜観察、記述の点検（ノート、学習カード、ワークシート、レポート、ペーパーテスト）＞ （１）豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている。