

第Ⅰ学年 授業細目	体育（男女共習）				
	単元	並び順	配当時間数	学習活動	評価規準など
体育	陸上競技	1	8	◎短距離走・リレー	（知識・技能） ・陸上競技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 ・短距離走・リレーでは、滑らかな動きで速く走ることやバトンの受渡しでタイミングを合わせることができる。 （思考・判断・表現） ・動きなどの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。 （主体的に学習に取り組む態度） ・陸上競技に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや、健康・安全に気を配っている。 （安全について） ・体調の変化等に気を配る。 ・用具や練習場所など安全に留意して運動を行う。 ・準備運動と整理運動を行う。
体育	陸上競技	2	6	◎走り幅跳び	（知識・技能） ・陸上競技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 ・走り幅跳びでは、スピードに乗った助走から素早く踏み切って跳ぶことができる。 （思考・判断・表現） ・動きなどの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。 （主体的に学習に取り組む態度） ・陸上競技に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや、健康・安全に気を配っている。 （安全について） ・体調の変化等に気を配る。 ・用具や練習場所など安全に留意して運動を行う。 ・準備運動と整理運動を行う。
体育	器械運動	3	10	◎マット運動	（知識・技能） ・器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 ・マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを組み合わせることができる。 （思考・判断・表現） ・技などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。 （主体的に学習に取り組む態度） ・器械運動に積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとする、仲間の学習を援助しようとする、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや、健康・安全に気を配っている。 （安全について） ・体調の変化等に気を配る。 ・用具や練習場所など安全に留意して運動を行う。 ・準備運動と整理運動を行う。
体育	水泳	4	8	◎クロール、背泳ぎ	（知識・技能） ・水泳の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 ・クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり速く泳ぐことができる。 ・背泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり泳ぐことができる。 （思考・判断・表現） ・泳法などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。 （主体的に学習に取り組む態度） ・水泳に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全に気を配っている。 （安全について） ・体調の変化等に気を配る。 ・用具や練習場所など安全に留意して運動を行う。 ・準備運動と整理運動を行う。
体育	球技（ベースボール型）	5	8	◎ソフトボール	（知識・技能） ・球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 ・ベースボール型では、基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位置での守備などによって攻防をすることができる。 （思考・判断・表現） ・攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 （主体的に学習に取り組む態度） ・球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとする、仲間の学習を援助しようとするなどや、健康・安全に気を配っている。 （安全について） ・体調の変化等に気を配る。 ・用具や練習場所など安全に留意して運動を行う。 ・準備運動と整理運動を行う。
体育	球技（ネット型）	6	8	◎バレーボール	（知識・技能） ・球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 ・ネット型では、ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動きによって空いた場所をめぐる攻防をすることができる。 （思考・判断・表現） ・攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 （主体的に学習に取り組む態度） ・球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとする、仲間の学習を援助しようとするなどや、健康・安全に気を配っている。 （安全について） ・体調の変化等に気を配る。 ・用具や練習場所など安全に留意して運動を行う。 ・準備運動と整理運動を行う。
体育	武道	7	5	◎剣道	（知識・技能） ・武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 ・剣道では、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、打ったり受けたりするなどの簡易な攻防をすることができる。 （思考・判断・表現） ・攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。 （主体的に学習に取り組む態度） ・武道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや、禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配っている。 （安全について） ・体調の変化等に気を配る。 ・用具や練習場所など安全に留意して運動を行う。 ・準備運動と整理運動を行う。

体育	ダンス	8	10	◎現代的なリズムのダンス	(知識・技能) ・ダンスの特性や由来,表現の仕方,その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 ・現代的なリズムのダンスでは,リズムの特徴を捉え,変化のある動きを組み合わせ、リズムに乗って全身で踊ることができる。 (思考・判断・表現) ・表現などの自己の課題を発見し,合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに,自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 (主体的に学習に取り組む態度) ・ダンスに積極的に取り組むとともに,仲間の学習を援助しようとする、交流などの話合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとするなどや,健康・安全に気を配っている。 (安全について) ・体調の変化等に気を配る。 ・用具や練習場所など安全に留意して運動を行う。 ・準備運動と整理運動を行う。
体育	陸上競技	9	6	◎長距離走	(知識・技能) ・陸上競技の特性や成り立ち,技術の名称や行い方,その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 ・長距離走では,ペースを守って走ることができる。 (思考・判断・表現) ・動きなどの自己の課題を発見し,合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに,自己の考えたことを他者に伝えている。 (主体的に学習に取り組む態度) ・陸上競技に積極的に取り組むとともに,勝敗などを認め,ルールやマナーを守ろうとすること,分担した役割を果たそうとすること,一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや,健康・安全に気を配っている。 (安全について) ・体調の変化等に気を配る。 ・用具や練習場所など安全に留意して運動を行う。 ・準備運動と整理運動を行う。
体育	球技(ゴール型)	10	10	サッカー	(知識・技能) ・球技の特性や成り立ち,技術の名称や行い方,その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 ・ゴール型では,ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防をすることができる。 (思考・判断・表現) ・攻防などの自己の課題を発見し,合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに,自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 (主体的に学習に取り組む態度) ・球技に積極的に取り組むとともに,フェアなプレイを守ろうとすること,作戦などについての話合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとする、仲間の学習を援助しようとするなどや,健康・安全に気を配っている。 (安全について) ・体調の変化等に気を配る。 ・用具や練習場所など安全に留意して運動を行う。 ・準備運動と整理運動を行う。
体育	体づくり運動	11	7	◎体ほぐしの運動・体の動きを高める運動	(知識・運動) 体づくり運動の意義と行い方,体の動きを高める方法などについて理解している。 (思考・判断・表現) 自己の課題を発見し,合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに,自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 (主体的に学習に取り組む態度) 体づくり運動に積極的に取り組むとともに,仲間の学習を援助しようとする、一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとする、話合いに参加しようとするなどや,健康・安全に気を配っている。 (安全について) ・体調の変化等に気を配る。 ・用具や練習場所など安全に留意して運動を行う。 ・準備運動と整理運動を行う。
体育	体育理論	11	3	運動やスポーツの多様性について,課題を発見し,その解決を目指した学習に主体的に取り組む,理解できるようにする。	(知識) ・運動やスポーツは,体の発達やその機能の維持,体力の向上などの効果や自信の獲得,ストレスの解消などの心理的効果およびルールやマナーについて合意したり,適切な人間関係を築いたりするなどの社会性を高める効果が期待できることを理解している。 (思考・判断・表現) ・運動やスポーツの学び方について,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。 (主体的に学習に取り組む態度) ・安全な運動やスポーツの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。
保健	健康な生活と疾病の予防①	11	5	健康の成り立ちと疾病の発生要因及び生活習慣と健康について,課題を発見し,その解決を目指した学習に主体的に取り組む,理解できるようにする。	(知識) 健康の成り立ちと疾病の発生要因及び生活習慣と健康について,理解している。 (思考・判断・表現) 健康の成り立ちと疾病の発生要因及び生活習慣と健康に関わる事象や情報を基に課題を発見し,健康の保持増進のための原則や概念を明らかにするため科学的に思考し判断して,それらを他者に伝えたり,表したりしている。 (主体的に学習に取り組む態度) 健康の成り立ちと疾病の発生要因及び生活習慣と健康について関心をもち,主体的に学習の進め方を工夫・調整し,粘り強く学習に取り組もうとしている。
保健	心身の機能の発達と心の健康	2	11	心身の機能の発達と心の健康について,課題を発見し,その解決を目指した学習に主体的に取り組む,理解できるようにする。	(知識) 身体機能の発達,生殖に関わる機能の成熟,精神機能の発達と自己形成及び欲求やストレスへの対処と心の健康について理解し,ストレスへの対処の仕方を身につけることができるようにする。 (思考・判断・表現) 心身の機能の発達と心の健康に関わる事象や情報を基に課題を発見し,疾病等のリスクを軽減したり,生活の質を高めたりすることなどに関連づけて解決方法を考え,適切な方法を選択し,それらを伝えたり,表したりすることができるようにする。 (主体的に学習に取り組む態度) 心身の機能の発達と心の健康について関心をもち,学習の進め方を工夫・調整し,自他の健康の保持増進や回復についての学習に主体的に取り組むことができるようにする。