

教科名	保健体育	学年	2 学年
-----	------	----	------

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主体的・対話的な学習過程を通して、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並びに個人生活及び、社会生活における健康・安全についての理解を深めるとともに、目的に応じた技能を身に付けるようにする。 (2) 各種の運動や健康・安全についての自他や社会の課題を発見し、その解決に向けて仲間と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養う。 (3) 生涯にわたって継続して運動に親しむことや、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。 ※目標はさらに 1 段階と 2 段階で構成されている。
学年の目標	各種運動の楽しさや喜びを味わい、きまりやルール、マナーを守って仲間と協力し話し合うなど健康・安全や課題の解決を適切に意識して自主的に運動に親しむことのできる態度を身に付ける。

月	時 数	単元名 題材名	単元目標 (観点別の目標)	学習内容	評価の観点 (生徒の達成度を A～D の 4 段階で総合評価)
4 5	3	「陸上競技」 短距離走	【知識及び技能】 ・スタートの基本動作を理解し、低い姿勢からスムーズな加速の定着を図る。 【思考力、判断力、表現力等】 ・スタートから加速における課題を理解し、改善に向けて練習を工夫する態度の定着を図る。 【学びに向かう力、人間性等】 ・短距離走の基本的なルールを遵守し、記録の向上に向けた学習ができる態度の定着を図る。	短距離走（50m～100m走）【高等部 2 段階】 ①スタンディングスタートからの素早い加速について。 ②クラウチングスタートからの体の起こし方について。 ③スターティングブロックの有効な使用方法について。 ④自分に合ったピッチとスライドについて。 ⑤スピードを維持するためのフォームについて。 ⑥50m走、100m走の計測。 【数学：単位、時間】	【知識・技能】 1 段階:短距離走のスタートから中間疾走までの低い姿勢を意識して走り切ることができる。 2 段階：スターティングブロックの特性を生かし、スタートから中間疾走までの低い姿勢を意識し、加速を維持したまま最後まで走り切ることができる。
					【思考・判断・表現】 1 段階：短距離走のスタートから加速局面における課題を発見、その解決のための方策を工夫することができる。 2 段階：短距離走のスターティングブロックにおける活用課題を発見し、その解決のための方策を工夫したり練習したり、仲間と考えながら運動することができる。
					【主体的に学習に取り組む態度】 1 段階：きまりやルールを守り、仲間と協力したり、話し合いをしたりしながら、最後まで取り組むことができる。 2 段階：きまりやルールを守り、仲間と協力したり、話し合いをしたり、しながら、記録の向上を目指して取り組むことができる。
					評価方法：実技テスト、授業の取り組み状況
6 7 8 9	3	「陸上競技」 ハンドボール 投げ	【知識及び技能】 ・投法の基本動作を理解し、自分に合った投法でスムーズに投げる技術の定着を図る。 【思考力、判断力、表現力等】 ・助走から投げ終えるまでの課題を理解し、改善に向けて練習を工夫することができる態度の定着を図る。 【学びに向かう力、人間性等】 ・ハンドボール投げの基本的なルールを遵守し、記録の向上に向けた学習ができる態度の定着を図る。	投てき（ハンドボール投げ）【高等部 2 段階】 ①基本的なルールの確認及び定着。 ②効率的な助走の仕方について。 ③自分に合った投法の習得。 ④ラインをはみ出さず投げ終える技術の定着。 ⑤計測。 【数学：単位・長さ】	【知識・技能】 1 段階：基本的動作（体の向き、体重移動、腕の動き）が分かり、助走を付けて投法することができる。 2 段階：基本動作（体の向き、体重移動、腕の動き）を理解し、持ち方や投げる角度など技術を意識して投法することができる。
					【思考・判断・表現】 1 段階：助走の際の足の出し方における自分の課題を発見し、その解決のための方策を工夫することができる。 2 段階：助走から投法する角度などにおける自分の課題を発見したり、その解決のための方策を工夫したり、繰り返し練習することができる。
					【主体的に学習に取り組む態度】 1 段階：きまりやルールを守り、仲間と協力したり、話し合いをしたりしながら、最後まで取り組むことができる。 2 段階：きまりやルールを守り、仲間と協力したり、話し合いをしたり、しながら、記録の向上を目指して取り組むことができる。
					評価方法：実技テスト、授業の取り組み状況
	3	「陸上競技」 跳躍 走り幅跳び	【知識及び技能】 ・助走、踏み切り、着地までの基本動作を理解し、一連の流れで行うことができる技術の定着を図る。 【思考力、判断力、表現力等】 ・跳躍動作の中での課題を発見し、課題解決に向けた練習を工夫することができる態度の定着を図る。 【学びに向かう力、人間性等】 ・走り幅跳びの基本的なルールを遵守し、記録の向上に向けた学習ができる	跳躍（走り幅跳び）【高等部 2 段階】 ①基本的なルールの確認及び定着。 ②少ない助走（3～5 歩）からの効率的な踏み切りについて。 ③踏み切り板で力強く踏み切ることについて。 ④リズムカルで歩幅を合わせた助走について。（7～10 歩） ⑤記録が向上する着地の仕方について。（両足着地） ⑥記録の計測。	【知識・技能】 1 段階：走り幅跳びの助走、踏み切りに重点を置き、着地までの基本的な動き方を身に付けることができる。 2 段階：走り幅跳びの自分に合った助走、踏み切りを習得し、空中動作を意識した着地までの一連した動き方を身に付けることができる。
					【思考・判断・表現】 1 段階:助走距離から踏み切りするまでの運動における自分の課題を発見し、その解決のための方策を工夫することができる。 2 段階：空中動作（かがみ跳び、反り跳び等）における自分の課題を発見したり、その解決のための方策を工夫したりしながら、繰り返し練習することができる。

			態度の定着を図る。	【数学：単位、長さ】	【主体的に学習に取り組む態度】 1 段階：きまりやルールを守り、仲間と協力したり、話し合いをしたりしながら、最後まで取り組むことができる。 2 段階：きまりやルールを守り、仲間と協力したり、話し合いをしたり、しながら、記録の向上を目指して取り組むことができる。 評価方法：実技テスト、授業の取り組み状況
	4	「球技」 グラウンドゴルフ	【知識及び技能】 ・フォームや打法の基本動作を理解し、一連の流れで行うことができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ・少ない打数でカップインする技術についての課題を理解し、改善に向けて工夫することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ・グラウンドゴルフの基本的なルールを遵守し、記録の向上に向けた学習ができる。	球技（グラウンドゴルフ）【高等部 1 段階】 ①基本的なルールや道具の安全な使用法の確認。 ②スイングの仕方について。 ③強打と軽打の使い分けについて。 ④できるだけ少ない打数でカップインする技術について。 ⑤一緒にコースでプレーする他者との関わりについて。 ⑥他のグループとのやりとりについて。(安全確認等) ⑦自分の打数の把握について。 ⑧コースでのプレー。 【数学：数量】	【知識・技能】 1 段階：自分に合ったフォームや打ち方など基本的動作を身に付けることができる。 2 段階：スイングの仕方や強弱に打ち方を使い分けて、プレーすることができる。 【思考・判断・表現】 1 段階：グランドゴルフの自分の課題を発見し、その解決のための方策を工夫することができる。 2 段階：自分の課題を発見し、その解決のための方策を工夫したり、グランド状態を見分けたりしながら取り組むことができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 1 段階：グラウンドゴルフの基本的なルールを知り、意識して取り組むことができる。 2 段階：グラウンドゴルフの基本的なルールを遵守しながら、記録の向上に向けて学習することができる。 評価方法：実技テスト、授業の取り組み状況
10 11 12	4	「球技」 ベースボール型	【知識及び技能】 ・ピッチャーの投球から得点までの基本動作を理解し、一連の流れで行うことができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ・味方との連携についての課題を発見し、課題解決に向けた練習を工夫することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ・ベースボール型球技の基本的なルールを遵守し、チームの勝利に向けた学習ができる。また、勝敗にかかわらず相手を尊重できる。	球技（ベースボール型）【高等部 1 段階】 ①基本的なルールの確認。 ②基本的なボールの打ち方や蹴り方について。 ③基本的なボールキャッチの仕方について。 ④ピッチャーのボールの投げ方や転がし方について。 ⑤基本的な守備隊形について。 ⑥効率のよい打順について。 ⑦試合 【数学：数量、時計】	【知識・技能】 1 段階：キャッチボールから止まったボールを打つなど基本的な技術を理解するとともに技能を身に付けることができる。 2 段階：キャッチボールでは遠くに投げたり、受けたりし、ピッチャーの投げたボールを打つ技術の習得と目的に応じた技能を身に付けることができる。 【思考・判断・表現】 1 段階：捕球する相手に向かって投げたり、バットの持ち方の方策を工夫したり、仲間と考えたりしたことを他者に伝えることができる。 2 段階：遠くに投げるための思考や左右どちらが打ちやすいのかなど、解決のために仲間と思考し、判断したことを目的や状況に応じて工夫して他者に伝えることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 1 段階：基本的なきまりやルール、マナーなどを守り、仲間と協力したり、話し合う場面を作ったりしながら取り組むことができる。 2 段階：基本的なきまりやルール、マナーなどを守り、仲間と協力したり、話し合う場面を作ったりしながら生徒が自主的に運動することができる。 評価方法：実技テスト、授業の取り組み状況
	4	保健 「応急手当・心肺蘇生」	【知識及び技能】 ・応急手当・心肺蘇生の基本的な知識を理解し、自主的に実践することができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ・自分や他者に危険が及んだ際の課題を発見し、課題解決に向けて考え、他者とよく話し合いながら学習に取り組むことができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ・応急手当・心肺蘇生の基本的な知識を生かし、日常生活で有効に活用できる態度の定着を図る。	保健（応急手当・心肺蘇生）【高等部 2 段階】 ①生命、健康の重要性についての確認。 ②胸骨圧迫、人工呼吸、AED 使用の重要性についての確認。 ③傷口を清潔にする、圧迫止血、患部冷却等の応急手当についての重要性の確認。 ④運動後の健康管理についての確認。 ⑤実技 ※消防署と連携し、講師を招いての講習を行うなど、柔軟に実施する。 【家庭：家庭生活、保育】	【知識・技能】 1 段階：応急手当・心肺蘇生の意義が分かり、基本的な手順や方法など実践することができる。 2 段階：応急手当・心肺蘇生の意義を理解し、基本的な手順や方法など自ら進んで行う実践することができる。 【思考・判断・表現】 1 段階：健康・安全に関わる自他の課題を発見し、その解決のための方策を工夫したり、仲間と考えたりしたことを他者に伝えることができる。 2 段階：健康・安全に関わる自他の課題を発見し、よりよい解決のために仲間と思考し判断したことを、目的や状況に応じて他者に伝えることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 1 段階：日常生活で起こる、傷害や熱中症などの知識が分かり、主体的に取り組むことができる。 2 段階：日常生活で起こる、傷害や熱中症などの知識を理解し、自ら進んで主体的に取り組むことができる。 評価方法：単元テスト 小テスト・レポート課題・授業の取り組み状況

1	2	保健 「思春期と健康②」	【知識及び技能】 ・思春期に起こる様々な変化の基本的な知識を理解し、自他を尊重することができる態度の定着を図る。 【思考力、判断力、表現力等】 ・自分や他者の心身の変化の課題を発見し、課題解決に向けて考え、よく他者と話し合いながら学習に取り組むことができる態度の定着を図る。 【学びに向かう力、人間性等】 ・思春期と健康の基本的な知識を生かし、日常生活で活用できる態度の定着を図る。	保健（思春期と健康②）【高等部 1 段階】 ①思春期における心の変化と対処法について。 ②思春期における体の変化と対処法について。 ③男女の体の変化の違いの理解と日常生活（男女交際等）との結びつきについて。 ④異性を尊重する態度の大切さについて。 ⑤適切な情報の入手方法と不適切な情報への対処法について。 【家庭：家庭生活、保育】	【知識・技能】 1 段階：心身の発達等に伴い健康課題が生じること、自分の行動や異性への理解や尊重する態度が分かり、性に関する情報等への適切な対処ができる。 2 段階：心身の発達等に伴い健康課題が生じること、自分の行動や異性への理解や尊重する態度を理解し、性に関する情報等への適切な対処ができる。 【思考・判断・表現】 1 段階：思春期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することができる。 2 段階：思春期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他者と話し合いながら、解決に取り組むことができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 1 段階：思春期と健康、結婚生活と健康、加齢と健康についての知識が分かり、主体的に取り組むことができる。 2 段階：思春期と健康、結婚生活と健康、加齢と健康についての知識を理解し、自ら進んで主体的に取り組むことができる。 評価方法：単元テスト 小テスト・レポート課題・授業の取り組み状況
			【知識及び技能】 ・リズムや動きの変化などの基本動作を理解し、一連の流れで行うことができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ・踊りの一連の流れに対する課題を発見し、他者と話し合いながら課題解決に向けた練習を工夫することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ・ダンスの基本的なルールを遵守し、演技の向上に向けた学習ができる。	ダンス（現代的なリズムのダンス）【高等部 1 段階】 ①基本的なルールの確認。 ②リズムの特徴の捉え方について。 ③変化のある動きの組み合わせについて。 ④自然な弾みやスイングなどの動きで全身を使って踊ることについて。 ⑤軽快なリズムで全身を使って踊ることについて。 ⑥演技（発表） 【情報：iPad の活用、動画の撮影】	【知識・技能】 1 段階：揺れる、回る、ステップを踏んで手をたたくなど基本的動作の表現や踊りを通した交流をすることができる。 2 段階：揺れる、回る、ステップを踏んで手をたたくなど基本的動作を組み合わせ、表現や踊りを通した交流をすることができる。 【思考・判断・表現】 1 段階：他者の動きを観察したり、見てもらったりすることで課題を発見し、その解決のための方策を工夫したり、仲間と考えたりしたことを他者に伝えることができる。 2 段階：他者の動きに合わせて、よりよい解決のために、仲間と思考し判断したことを目的や状況に応じて他者に伝えることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 1 段階：ダンスの多様な経験を通して、仲間の表現を認め助け合ったり、場の用具の安全を確保したりし、自主的に運動することができる。 2 段階：ダンスの多様な経験を通して、一人一人の表現や役割を認め助けあったり、場の用具の安全を確保したりし、見通しをもって自主的に運動することができる。 評価方法：実技テスト、授業の取り組み状況
	2	3	【知識及び技能】 ・技の完成までの基本動作を理解し、安全に一連の流れで行うことができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ・打突や受けについての課題を発見し、課題解決に向けた練習を工夫することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ・スポーツチャンバラの基本的なルールを遵守し、技の向上に向けた学習ができる。また、勝敗にかかわらず相手を尊重できる。	武道（スポーツチャンバラ）【高等部 1 段階】 ①安全に関するルールの確認。 ②礼儀作法について。 ③打突の基本動作について。 ④受けの基本動作について。 ⑤有利に試合を進めるための体さばきについて。 ⑥有利に試合を進めるための技の習得について。 ⑦試合形式 【情報：iPad の活用、動画の撮影】	【知識・技能】 1 段階：基本となる、しかけ技（二段の技、引き技、出はな技、払い技）の攻防をすることができる。 2 段階：相手の動きに応じた基本動作（構え、体さばき、基本打突の仕方と受け方）から基本となる技を用いて簡単な試合展開をすることができる。 【思考・判断・表現】 1 段階：技の名称や行い方を理解し、技を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けることができる。 2 段階：課題に応じた練習方法を理解し、自己に適した練習を選ぶことができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 1 段階：(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ができる(分担した役割を果たそうとすること) 2 段階：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・安全に気を配ること）ができる。 評価方法：実技テスト、授業の取り組み状況
			【知識及び技能】 ・攻守の入れ替わりから勝敗までの基本動作を理解し、一連の流れで行うことができる。 【思考力、判断力、表現力等】	球技（ゴール型）【高等部 1 段階】 ①基本的なルールの確認。 ②基本的なボールの扱い方について。 ③基本的なドリブルの仕方について。 ④基本的なシュートの仕方について。	【知識・技能】 1 段階：ドリブル、パス、シュートなどの基本的動作を行うことができる。 2 段階：ドリブル、パス、シュートなどの基本的動作を習得し、少人数でゲームをすることができる。
3	3	「球技」 ゴール型			

			・味方との連携についての課題を発見し、課題解決に向け、話し合いながら練習を工夫することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ・ゴール型球技の基本的なルールを遵守し、チームの勝利に向けた学習ができる。また、勝敗にかかわらず相手を尊重できる。	⑤基本的な位置取りについて。 ⑥味方との連携について。 ⑦周りを見てプレーすることの重要性について。 ⑧試合 【数学：数量、時計】	【思考・判断・表現】（生徒の達成度を A～D の 4 段階で総合評価） 1 段階：攻守を意識し、ドリブル、パス、シュートにおける方策を工夫したり、仲間と考えたりしたことを他者に伝えることができる。 2 段階：攻守を意識し、ドリブル、パス、シュートにおける方策を工夫し、解決のために仲間と思考し、判断したことを目的や状況に応じて工夫して他者に伝えることができる。
					【主体的に学習に取り組む態度】 1 段階：基本的なきまりやルール、マナーなどを守り、仲間と協力したり、話し合う場面を作ったりしながら取り組むことができる。 2 段階：基本的なきまりやルール、マナーなどを守り、仲間と協力したり、話し合う場面を作ったりしながら生徒が相手を尊重しながら運動することができる。
	2	保健 「薬物と健康」	【知識及び技能】 ・未成年の喫煙や飲酒、成人を含めた薬物乱用の基本的な知識を理解し、健康かつ合法的に生活できる態度を身に付ける。 【思考力、判断力、表現力等】 ・自らの周りにある誘惑や不適切な情報についての課題を発見し、課題解決に向けて考え、他者と話し合いながら学習に取り組むことができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ・薬物と健康の基本的な知識を生かし、日常生活で活用することができる。	保健（薬物と健康）【高等部 1 段階】 ①健康的な発達、発育について。 ②喫煙の危険性について。 ③飲酒の危険性について。 ④薬物の危険性について。 ⑤違法行為への誘惑に対する対処法について。 ⑥喫煙、飲酒、薬物乱用に関する法律について。 ⑦適切な情報の入手方法と不適切な情報への対処法について。 【社会：法律】	【知識・技能】 1 段階：喫煙や飲酒による健康課題と薬物乱用に心身の健康について分かり、防止対策や社会環境への影響を考えることができる。 2 段階：喫煙や飲酒による健康課題と薬物乱用に心身の健康について分理解し、防止対策や社会環境への影響を考えることができる。
					【思考・判断・表現】 1 段階：社会生活と関連付け、自他や社会生活への課題の解決方法を話し合ったり、ノートにまとめたりすることができる。 2 段階：社会生活と関連付け、自他や社会生活への課題の解決方法を話し合ったり、ノートにまとめたりすることで社会生活での道筋を立てて説明することができる。
	通年	体育理論	【知識及び技能】 ・運動やスポーツについての基本的な知識を理解し、活用することができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ・自らにとっての運動やスポーツの課題を発見し、課題解決に向けて考え、他者と話し合いながら学習に取り組むことができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ・運動やスポーツの基本的な知識を生かし、生活と結びつけて学習に取り組むことができる。	体育理論【高等部 1 段階】【高等部 2 段階】 ・運動やスポーツの多様性について。 ・運動の効果と学び方について。 ・運動の安全な行い方について。 ・文化としてのスポーツの意義について。 ※体育理論については、毎授業での説明の際、知識・技能・技術の伝達、スポーツの歴史等を 3 年間取り扱う形式で実施する。	【知識・技能】 1 段階： 2 段階：
					【思考・判断・表現】 1 段階： 2 段階：
	通年	集団行動	【知識及び技能】 集団としての必要な行動の仕方が分かる。 【思考力、判断力、表現力】 整列や集合時に適切に判断し行動できる。 【学びに向かう力、人間性】 自ら協力的に列の隊形や間隔の調整を行おうとすることができる。	①気をつけ、休めの姿勢 ② 1 列縦隊、2 列縦隊 ・背の順、出席番号順等 ③体操の隊形 ④指示を聞いて集合、整列 ⑤番号確認	【知識・技能】 1 段階：気をつけ、休め等の指示を聞き、横隊や縦隊の整列ができる。 2 段階：決められた間隔で整列ができる。
					【思考・判断・表現】 1 段階：周囲の状況に合わせて判断し、自分で判断して整列に必要な行動ができる。 2 段階：自ら判断して、整列するための行動ができる。
					【主体的に学習に取り組む態度】 1 段階： 2 段階：
					評価方法：実技テスト、授業の取り組み状況