

目 標	体育の見方・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、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を育成する。
-----	--

●学習内容

1 学期	3 0 時間	2 学期	4 5 時間	3 学期	3 0 時間
オリエンテーション	1	水泳	15	選択Ⅲ（サッカー、バドミントン、	7
体づくり運動	2	選択Ⅱ（バレーボール、サッカー、ソフトテニス、バドミントン）	16	バスケットボール、卓球）	
陸上競技（ランニング）	3			選択Ⅳ（バドミントン、バスケットボール、卓球）	17
スポーツテスト	4	陸上競技（ランニング）	3	体育理論	6
選択Ⅰ（ソフトボール、バレーボール、ソフトテニス）	18	選択Ⅲ（サッカー、バドミントン、バスケットボール、卓球）	11		
選択Ⅱ（バレーボール、サッカー、ソフトテニス、バドミントン）	2				

教材
教科書：なし プリントなどが配布される場合もある

授業の進め方
体育の実技を通して、評価を行う。 指定された施設や場所で、準備体操を行うことから授業を始める。 個人練習やグループ学習を行ったり、試合を行ったりする。

●身に付ける能力とそのレベル

評価の観点		知識・技術	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価基準	活用できる (できる)	運動について実践を踏まえて、運動の多様性や体力の必要性を理解しているとともに、 関連する技能を身に付けている。	生涯にわたって運動を継続するための課題を発見し、解決に向けて思考判断するとともに、 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。	運動の経験を通して、公正、協力、責任を果たす、参画、一人一人の違いを大切にする態度を身に付けているとともに、 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む態度 を身に付けている。
	習得する (わかる)	運動についての実践を踏まえて、運動の多様性や体力の必要性について理解している。	生涯にわたって運動を継続するための課題を発見し、解決する力を身に付けている。	運動の経験を通して、公正、協力、責任を果たす、参画、一人一人の違いを大切にする態度を身に付けている。
評価方法		授業に取り組む姿勢や意欲・態度	授業に取り組む姿勢や意欲・態度	授業に取り組む姿勢や意欲・態度

単元別 評価規準

体づくり運動

評価の観点		知識・技術	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価基準	活用できる (できる)	体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解するとともに、 健康の保持増進 や体力の向上を目指し、目的に適した 運動の計画を立てて取り組むことができる。	自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、 自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。	体づくり運動に自主的に取り組むとともに、お互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとし、話し合いに貢献しようとし、健康・安全を確保することを 実践している。
	習得する (わかる)	体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解する。	自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫している	体づくり運動に自主的に取り組むとともに、お互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとし、話し合いに貢献しようとし、健康・安全を確保することを理解している。

陸上競技（長距離走）

評価の観点		知識・技術	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価基準	活用できる (できる)	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、種目特有の技術を身に付けている。 長距離走では、自己に適したペースを維持して走ることができる。	動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、 自己の考えたことを他者に伝えることができる。	陸上競技に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとし、自己の責任を果たそうとし、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、健康・安全を確保することを 実践している。
	習得する (わかる)	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、種目特有の技術を理解している。	動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫している。	陸上競技に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとし、自己の責任を果たそうとし、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、健康・安全を確保することを理解している。

ソフトボール

評価の観点		知識・技術	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価基準	活用できる (できる)	ソフトボールの運動について、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、 作戦や状況に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開できる。	生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、 自己やチームの考えたことを他者に伝えることができる。	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、合意形成に貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようということ、互いに助け合い高め合おうということなどや、健康・安全を確保することを 実践 している。
	習得する (わかる)	ソフトボールの運動について、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解する。	生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫している。	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、合意形成に貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようということ、互いに助け合い高め合おうということなどや、健康・安全を確保することを理解している。

水泳

評価の観点		知識・技術	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価基準	活用できる (できる)	水泳の運動について、記録向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、 効率的に泳ぐことができる。	水泳などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫しているとともに、 自己の考えたことを他者に伝えることができる。	水泳に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようということ、自己の責任を果たそうということ、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようということなどや、水泳の事故防止に関する心得を 遵守し健康・安全を確保 している。
	習得する (わかる)	水泳の運動について、記録向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解している。	水泳などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫している。	水泳に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようということ、自己の責任を果たそうということ、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようということなどや、水泳の事故防止に関する心得を理解している。

バレーボール

評価の観点		知識・技術	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価基準	活用できる (できる)	バレーボールの運動について、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、 作戦や状況の応じた技能で仲間と連携しゲームを展開できる。	生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、 自己やチームの考えたことを他者に伝えることができる。	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、合意形成に貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようということ、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保することを 実践 している。
	習得する (わかる)	バレーボールの運動について、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解する。	生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫している。	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、合意形成に貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようということ、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保することを理解している。

サッカー

評価の観点		知識・技術	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価基準	活用できる (できる)	サッカーの運動について、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、 作戦や状況の応じた技能で仲間と連携しゲームを展開できる。	生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、 自己やチームの考えたことを他者に伝えることができる。	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、合意形成に貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようということ、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保することを 実践 している。
	習得する (わかる)	サッカーの運動について、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解する。	生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫している。	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、合意形成に貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようということなどや、健康・安全を確保することを理解している。

バスケットボール

評価の観点		知識・技術	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価基準	活用できる (できる)	バスケットボールの運動について、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、 作戦や状況の応じた技能で仲間と連携しゲームを展開できる。	生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、 自己やチームの考えたことを他者に伝えることができる。	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、合意形成に貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようということ、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保することを 実践 している。
	習得する (わかる)	バスケットボールの運動について、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解する。	生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫している。	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、合意形成に貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようということ、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保することを理解している。

ソフトテニス

評価の観点		知識・技術	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価基準	活用できる (できる)	ソフトテニスの運動について、勝敗を競ったりペアや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、 作戦や状況の応じた技能で仲間と連携しゲームを展開できる。	生涯にわたって運動を豊かに継続するためのペアや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、 自己やチームの考えたことを他者に伝えることができる。	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、合意形成に貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようということ、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保することを 実践 している。
	習得する (わかる)	ソフトテニスの運動について、勝敗を競ったりペアや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解する。	生涯にわたって運動を豊かに継続するためのペアや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫している。	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、合意形成に貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようということ、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保することを理解している。

バドミントン

評価の観点		知識・技術	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価基準	活用できる (できる)	バドミントンの運動について、勝敗を競ったりペアや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、 作戦や状況の応じた技能で仲間と連携しゲームを展開できる。	生涯にわたって運動を豊かに継続するためのペアや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、 自己やチームの考えたことを他者に伝えることができる。	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、合意形成に貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようということ、互いに助け合い高め合おうということなどや、健康・安全を確保することを 実践している。
	習得する (わかる)	バドミントンの運動について、勝敗を競ったりペアや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解する。	生涯にわたって運動を豊かに継続するためのペアや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫している。	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、合意形成に貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようということ、互いに助け合い高め合おうということなどや、健康・安全を確保することを理解している。

卓球

評価の観点		知識・技術	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価基準	活用できる (できる)	卓球の運動について、勝敗を競ったりペアや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、 作戦や状況の応じた技能で仲間と連携しゲームを展開できる。	生涯にわたって運動を豊かに継続するためのペアや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、 自己やチームの考えたことを他者に伝えることができる。	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、合意形成に貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようということ、互いに助け合い高め合おうということなどや、健康・安全を確保することを 実践している。
	習得する (わかる)	卓球の運動について、勝敗を競ったりペアや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解する。	生涯にわたって運動を豊かに継続するためのペアや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫している。	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、合意形成に貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようということ、互いに助け合い高め合おうということなどや、健康・安全を確保することを理解している。

体育理論

評価の観点		知識・技術	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価基準	活用できる (できる)	スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解し、 スポーツの歴史的発展と多様な変化、現代のスポーツの意義や価値、スポーツの経済的効果と高潔さ、スポーツが環境や社会にもたらす影響を説明できる。	スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について、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、 他者に伝えることができる。	スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展についての学習に 自主的に取り組んでいる。
	習得する (わかる)	スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解している。	スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断している。	スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解している。