

令和8年度 第8学年 保健体育科 年間指導計画及び評価規準

学期	月	時数	体育的分野	保健的分野	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
1	4	9	オリエンテーション (集団行動)③		【知識】 ・陸上競技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 【技能】 ・短距離走・リレーでは、滑らかな動きで速く走ることやバトンの受渡しでタイミングを合わせることができる。 【保健】 ・生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病の多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できることを理解している。 ・喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。また、これらの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があることを理解している。 【知識】 ・運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方について理解している。 ※体育理論については「技能」に係る評価の対象がないことから、「技能」の評価規準は設定していない。 【知識】 ・体づくり運動の意義と行い方、体ほぐしの方法などについて理解している。※「体づくり運動」の体ほぐしの運動は、技能の習得・向上をねらいとするものでないことが主な目的となることから、「技能」の評価規準は設定していない。	・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。 ・健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。 ・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。	・陸上競技に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどをしてしたり、健康・安全に気を配ったりしている。 ・健康な生活と疾病の予防についての学習に自主的に取り組もうとしている。
	5	10	陸上(短距離・リレー)⑪ 体育理論③		【知識】 ・球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 【技能】 ・ゴール型では安定したボール操作と空間を作りだすなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をすることができる。	・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。 ・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。	・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。 ・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など、一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとするなど、話合いに参加しようとする。
	6	12	体 の動きを高める運動 ⑤ 自分で選択・決定・調整できる授業として「学習の手引き」を利用	生活習慣の健康への影響④	【知識】 ・球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 【技能】 ・ゴール型では安定したボール操作と空間を作りだすなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をすることができる。	・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。	・泳法に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどをしてしたり、健康・安全に気を配ったりしている。
	7	7	水泳⑦		【知識】 ・水泳の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 【技能】 ・クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライでは、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。		
2	9	11	ネット型⑧ 陸上(跳躍)①	生活習慣の健康への影響②	【知識】 ・器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 【技能】 ・マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを組み合わせることができる。	・技などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。	・器械運動に積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとするなど、仲間の学習を援助しようとするなど、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどをしてしたり、健康・安全に気を配ったりしている。
	10	10	陸上(跳躍)⑤ 球技(ベースボール型)③	生活習慣の健康への影響②	【知識】 ・陸上競技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 【技能】 ・走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切った大きな動作で跳ぶことができる。	・動きなどの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。	・陸上競技に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどをしてしたり、健康・安全に気を配ったりしている。
	11	10	球技(ベースボール型)⑤ 器械運動③ 自分で選択・決定・調整できる授業として「学習の手引き」を利用	けがの防止と応急手当②	【保健】 ・交通事故や自然災害などによる傷害は、人的要因や環境要因などが関わって発生することを理解している。 ・交通事故などによる傷害の多くは、安全な行動、環境の改善によって防止できることを理解している。 ・自然災害による傷害は、災害発生時だけでなく、二次災害によっても生じること。また、自然災害による傷害の多くは、災害に備えておくこと、安全に避難することによって防止できることを理解している。 ・応急手当を適切に行うことによって、傷害の悪化を防止することができることを理解しているとともに、心肺蘇生法などの技能を身に付けている。 【知識】 ・体を高める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。 体の動きを高める運動は、ねらいに応じて運動を行うことが主な目的となることから、「技能」の評価規準は設定していない。 【知識】 ・球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 【技能】 ・ベースボール型は、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。	・傷害の防止について、危険の予測やその回避の方法を考えているとともに、それらを表現している。 ・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。 ・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。	・傷害の防止についての学習に自主的に取り組もうとしている。 ・体づくり運動、体の動きを高める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など、一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとするなど、話合いに参加しようとするなどをしてしたり、健康・安全に気を配ったりしている。
	12	10	器械運動④ 長距離走④	けがの防止と応急手当②	【知識】 ・武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 【技能】 ・剣道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。 ・柔道は相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、投げたり抑えたりする簡易な攻防をすることができる。	・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。	・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をしてしたり、健康・安全に気を配ったりしている。
	1	8	武道⑤ 現代的なリズムのダンス①	けがの防止と応急手当②	【知識】 ・ダンスの特性や由来、表現の仕方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 【技能】 ・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。	・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。	・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など、交流などの話合いに参加しようとするなど、一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとするなどをしてしたり、健康・安全に気を配ったりしている。
3	2	9	現代的なリズムのダンス⑥ 球技(ゴール型)① 自分で選択・決定・調整できる授業として「学習の手引き」を利用	けがの防止と応急手当②	【知識】 ・球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 【技能】 ・ゴール型では、安定したボール操作と空間を作りだすなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をすることができる。 ・ネット型では、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。	・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。	・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など、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとするなど、仲間の学習を援助しようとするなどをしてしたり、健康・安全に気を配ったりしている。
	3	9	ゴール型⑨				
	予備【5】						
		105	体育 8 9 時間 保健 1 6 時間		*必要に応じてタブレットを活用して授業を展開する。	*必要に応じてタブレットを活用して授業を展開する。	*必要に応じてタブレットを活用して授業を展開する。