

平成30年度 指導計画・評価計画表

【1年保健体育科】指導者名:中村 新妻 藤元

観点 ①運動や健康・安全への関心・意欲・態度 ②運動や健康・安全についての思考・判断 ③運動の技能 ④運動や健康・安全についての知識・理解

指導単元・月	観点	単元の評価規準(学習評価表)	具体的評価目標(おおむね満足 B)	評価方法・場面	弱点克服
集団行動 体づくり運動 体ほぐし運動 4月 【7時間】	①	・授業中は集中して、話を聞くことができる。 ・すすんで授業に参加し、楽しく授業に取り組むことができる。 ・体力を高めることを目標に運動をしている。	・技能を高めようと繰り返し練習している。 ・自己の役割を自覚して責任を果たそうとしている。	・観察、カード	・補習 ・未記録者、 未提出者連絡
	②	・自分の能力に適した「課題」をもって学習できる。	・課題の解決を目指し、活動を工夫することができる。	・観察、カード	
	③	・種目に対して積極的に参加している。	・常に手を抜かず、全力で取り組むことができる。	・観察、スキルテスト	
	④	・ルールを理解している。	・記録、計測の仕方を知っている。	・観察、期末テスト ・計測	
陸上競技 ・短距離走 ・リレー ・体育祭 4月後半・5月・6月 【10時間】	①	・授業中は集中して、話を聞くことができる。 ・すすんで授業に参加し、楽しく授業に取り組むことができる。 ・みんなと協力して学習できる。 ・協力して用具の準備や片づけができる。 ・協力し合い、進んで練習を行おうとする。 ・楽しさと心地よさを味わおうとする。	・呼吸やタイミングに合わせて運動をしている。 ・楽しんで運動をしている。 ・提出物は期限までに提出する。	・観察、カード	・補習 ・未記録者、 未提出者連絡
	②	・自分の能力に適した「課題」をもって学習できる。 ・課題の解決を目指し、活動を工夫する。 ・友達のアドバイスできる(聞くこと)。	・教科書等から課題の解決に向けて練習を行っている。 ・自己の能力に応じた練習や努力が見られる。 ・運動の内容、グループを考慮して構成している。 ・記録を設定し課題を見つけることができる。 ・教科書等で練習の仕方を選び、学習計画を立てている。	・観察、カード	

		・技能を身につけることができる。 ・記録を伸ばすことができる。 ・自己の種目にあった運動ができる。	・公正な態度をとり、記録の向上を楽しんでいる。 ・自分のフォームを改善して合理的に走る工夫することができる。 ・動きや身のこなしができる。 ・クラウチングスタートの正しいフォームでスタートを素速く跳び出すことができる。 ・前走者のスピードを考え、オーバーゾーンをしないでバトンパスをすることができる。	・観察、スキルテスト ・記録	
		・ルールが理解できる。 ・計測の仕方ができる。	・ルール、記録、計測、審判の方法を知っている。	・観察、期末テスト	
球技	①	・自主的に準備、片づけができる。 ・みんなと協力して学習できる。 ・自主的に用具の準備や片づけができる。 ・積極的に参加し、楽しく取り組むことができる。	・ルール。マナーを守ろうとしている。 ・身体の調子を整えて練習、ゲームをしている。 ・提出物は期限までに提出する。	・観察、カード	・補習 ・未記録者、未提出者連絡
体力テスト	②	・友達にアドバイスできる。(聞くこと) ・練習方法を工夫、参加できる・学習内容や方法を工夫できる。 ・学習資料を活用して学習できる。 ・自分の役割を自覚し、学習できる。	・チームに対して協力しようとしている。 ・自己の「課題」解決に向けて学習計画を立てている。 ・練習方法を工夫している。	・観察、カード	
ハンドボール投げ 計測	③	・個人的技能(パス、サーブ)ができる。 ・ゲームなどの集団技能ができる。 ・基本の動作ができる。 ・ボールをとらえることができる。	・ゲームの中で、個人、集団的技能が発揮できる。 ・ゲームに必要な技能が身についている。 ・ラリーを続けることができる。	・観察、スキルテスト	
5月・6月	④	・ルールを理解できる。 ・ゲームの進め方を理解している。 ・運動の学び方や楽しみ方を理解している。 ・基本的なルールを理解している。	・ゲームの運営の仕方やルール、審判の方法を理解している	・観察、カード ・期末テスト	
【7時間】					

水泳 7月・8月 9月後半 【10時間】 オリ・パラ教育	①	・授業中は集中して、話を聞くことができる。 ・自己の目標に向けて意欲的に取り組もうとしている。 ・仲間と協力し励まし合いながら練習しようとしている。 ・すすんで授業に参加し、楽しく授業に取り組むことができる。	・泳げる距離を伸ばそうとしている。 ・自己の記録を向上させようとしている。 ・泳ぎを覚えようとしている。 ・準備運動、整理運動をしっかりと行っている。 ・提出物は期限までに提出する。	・観察、カード	・補習 ・未記録者、未提出者連絡
	②	・自分の能力に適した「課題」をもって学習できる。 ・学習内容や練習方法を工夫できる。	・仲間と課題を確認し合い学びあっている。 ・ルール、マナーを守ろうとしている。 ・泳ぐ距離、記録の目標や技術的な課題を設定している。 ・泳法のポイントを仲間にアドバイスをしている。	・観察、カード	
	③	・クロールの技能ができる。(25m) ・平泳ぎの技能ができる。(25m) ・背泳ぎの技能ができる。(25m) ・記録を伸ばすことができる。	・選択した泳法で泳ぐことができる。 ・記録を縮めることができる。 ・泳げる距離を伸ばすことができる。	・スキルテスト ・観察、カード ・記録	
	④	・安全な練習の進め方を理解できる。 ・運動の学び方や楽しみ方を理解している。 ・基本的なルールを理解している。	・技術の構造を理解している。 ・安全な行動の仕方を理解している。	・観察 ・カード ・期末テスト	
陸上競技 9月～11月 【6時間】	①	・授業中は集中して、話を聞くことができる。 ・自己の目標に向けて意欲的に取り組もうとしている。 ・仲間と協力し励まし合いながら練習しようとしている。	・自己の記録を向上させようとしている。 ・正しい技能を覚えようとしている。 ・準備運動、整理運動をしっかりと行っている。 ・提出物は期限までに提出する。	・観察、カード	・補習 ・未記録者、未提出者連絡
	②	・自分の能力に適した「課題」をもって学習できる。 ・学習内容や練習方法を工夫できる。	・仲間と課題を確認し合い学びあっている ・ルール、マナーを守ろうとしている。 ・記録の目標や技術的な課題を設定している。 ・教科書等で練習の仕方を選び、学習計画を立てている。	・観察、カード	

		③ ・正しい走り方を身につけることができる。 ・記録を伸ばすことができる。	・技能を身につけ、反復練習をおこなうことができる。 ・常に手を抜かず、全力で取り組んでいる。	・スキルテスト ・観察、カード ・記録、計測	
		④ ・安全な練習の進め方を理解できる。 ・運動の学び方や楽しみ方を理解している。 ・基本的なルールを理解している。 ・すすんで授業に参加し、楽しく授業に取り組むことができる。	・技術の構造を理解している。 ・安全な行動の仕方を理解している。	・観察、カード ・期末テスト	
器械運動 9月～11月 【6時間】	①	・すすんで授業に参加し、楽しく授業に取り組むことができる。 ・みんなと協力して学習できる。 ・協力して用具の準備や片づけができる。	・技の上達を目指し繰り返し練習している。 ・仲間と課題、解決に向けて補助など合っている。 ・お互いに技のできばえを評価し合っている。 ・器具や周囲の安全を確かめている。 ・指導者、仲間の注意を聞き、きまりを守っている。	・観察 ・学習カード	補習 ・未記録者、 未提出者連絡
	②	・自分の能力に適した「課題」をもって学習できる。 ・学習内容や練習方法を工夫できる。 ・自分の役割を自覚し、学習できる。	・自己の能力に適した種目を選択している。 ・自己の能力に応じた目標や記録を設定し、そのための課題を把握している。 ・課題解決に向け、学習計画を立てている。	・学習カード ・監察	
	③	・技のポイントを理解し、技能ができる。 ・組み合わせ技まで発展してできる。	・自分の能力に合った技や動きを選び工夫して練習することができる。 ・連続技ができる。	・監察、学習カード ・スキルテスト ・期末テスト	
	④	・安全な練習の進め方が理解できる。 ・運動の学び方や楽しみ方を理解している。 ・基本的な技の名称を理解している。	・技のポイントを理解している。 ・学習計画の立て方を理解している。 ・安全に練習する方法を理解している。	・監察、カード ・期末テスト	
球技 9月～11月 【7時間】 オリ・パラ教育	①	・授業中は集中して、話を聞くことができる。 ・積極的に参加し、楽しく取り組むことができる。 ・健康、安全に留意できる。	・自己の目標に向けて意欲的に取り組むことができる。 ・仲間と協力して練習ができる。 ・自己の健康に留意して練習しようとする。	・観察、カード	補習 ・未記録者、 未提出者連絡
	②	・学習内容や練習方法を工夫できる。 ・「課題」を持って学習できる。	・チームや自己の「課題」を把握し、「課題」の解決に向けて学習計画を立てている。	・観察	

		③	・パス、ドリブル、シュートの個人技能ができる。 ・ゲームなどの集団的技能が楽しくできる。	・自己の持っている技能がゲームの中で発揮できる。 ・ルールを理解して技能を高めることができる。	・観察 ・スキルテスト	
		④	・運動の学び方や楽しみ方を理解できる。 ・ルールを理解し、審判ができる。	・ゲームの運営の仕方やルール、審判の方法を理解している。	・観察 ・期末テスト	
格技 ・柔道 11月・12月 【6時間】		①	・柔道の特性に興味・関心を持ち進んで学習しようとする。	・技の習得や上達を目指し、意欲的に取り組もうとしている。	・観察、カード	・補習 ・未記録者、未提出者連絡
		②	・自分の能力に適した「課題」をもって学習できる。 ・学習内容や練習方法を工夫できる。	・仲間と課題を確認し合い学びあっている。 ・ルール、マナーを守ろうとしている。 ・記録の目標や技術的な課題を設定している。 ・教科書等で練習の仕方を選び、学習計画を立てている。	・観察、カード	
		③	・学習内容や練習方法を工夫できる。 ・基本動作や対人的技能ができる。 ・練習や試合ができる。	・技を習得するために課題を設定している。 ・受け身をも身につけることができる。 ・基本動作と対人的技能を身につけ、試合することができる。	・スキルテスト ・観察	
		④	・礼儀作法やルールの方法を知ることができる。	・種目の特性、技能の構造、合理的な練習の方法を理解している。	・観察、カード ・期末テスト	
球技 11月・12月 【6時間】		①	・授業中は集中して、話を聞くことができる。 ・積極的に参加し、楽しく取り組むことができる。 ・健康、安全に留意できる。	・自己の目標に向けて意欲的に取り組むことができる。 ・仲間と協力して練習ができる。	・観察、カード	・補習 ・未記録者、未提出者連絡
		②	・学習内容や練習方法を工夫できる。 ・「課題」を持って学習できる。	・チームや自己の「課題」を把握し、「課題」の解決に向けて学習計画をたてている。	・観察、カード	

		③	・スローイン、キャッチング、バッティングなどの個人技能ができる。 ・ゲームなどの集団的スキルが楽しくできる。	・自己の持っているスキルがゲームの中で発揮できる。 ・ルールを理解してスキルを高めることができる。	・観察 ・スキルテスト	
		④	・運動の学び方や楽しみ方を理解できる。 ・ルールを理解し、審判ができる。	・ゲームの運営の仕方やルール、審判の方法を理解している。	・観察 ・期末テスト	
陸上競技 1月・2月 【5時間】		①	・授業に積極的に参加し、楽しく取り組むことができる。 ・協力して準備、練習ができる。	・自ら進んで練習に取り組むことができる。	・観察、カード	・補習 ・未記録者、 未提出者連絡
		②	・自分の能力に適した「課題」をもって学習できる。 ・学習内容や練習方法を工夫できる。 ・自分の役割を自覚し、学習できる。	・仲間と協力し合うことができる。 ・フォームや走法の工夫ができる	・観察、カード	
		③	・積極的に参加し記録にチャレンジすることができる。	・記録を高めることができる。	・観察 ・スキルテスト ・記録	
		④	・安全な練習の進め方ができる。	・技術の構造、合理的な練習の仕方など理解できる。	・カード ・期末テスト	
ダンス 1月・2月 【6時間】		①	・積極的に参加し、楽しく取り組むことができる。	・体を動かしたり、踊る楽しさを味わったりする。	・観察、カード	・補習 ・未記録者、 未提出者連絡
		②	・グループや自分の能力に適した動きを工夫することができる。	・グループや自己の課題を設定し、解決に向けて練習を工夫している。	・観察、カード	
		③	・基本動作ができる。 ・動きの表現ができる。	・体を十分に動かして踊ることができる。	・観察 ・スキルテスト	
		④	・ダンスの特性を理解している。	・ダンスの学び方や楽しみ方を理解している。	・観察、カード ・期末テスト	
球技 2月・3月		①	・授業中は集中して、話を聞くことができる。 ・積極的に参加し、楽しく取り組むことができる。 ・健康、安全に留意できる。	・自己の目標に向けて意欲的に取り組むことができる。 ・仲間と協力して練習ができる。	・観察、カード	・補習 ・未記録者、

【7時間】 オリ・パラ教育	2	・学習内容や練習方法を工夫できる。 ・「課題」を持って学習できる。	・チームや自己の「課題」を把握し、「課題」の解決に向けて学習計画をたてている。	・観察、カード	未提出者連絡
	3	・パス、ドリブル、シュートの個人技能ができる。 ・ゲームなどの集団的技能が楽しくできる。	・自己の持っている技能がゲームの中で発揮できる。 ・ルールを理解して技能を高めることができる。	・スキルテスト	
	4	・運動の学び方や楽しみ方を理解できる。 ・ルールを理解し、審判ができる。	・ゲームの運営の仕方やルール、審判の方法を理解している。	・観察 ・期末テスト	
球技 2月・3月 【6時間】	1	・授業中は集中して、話を聞くことができる。 ・積極的に参加し、楽しく取り組むことができる。 ・健康、安全に留意できる。	・自己目標に向け意欲的に取り組むことができる。 ・仲間と協力して練習ができる。 ・自己の健康に留意して練習しようとする。	・観察、カード	
	2	・学習内容や練習方法を工夫できる。 ・「課題」を持って学習できる。	・チームや自己の「課題」を把握し、「課題」の解決に向けて学習計画をたてている。	・観察、カード	
	3	・復習としての個人技能ができる。 ・復習としてゲームなどの集団的技能が楽しくできる。	・自己の持っている技能がゲームの中で発揮できる。 ・ルールを理解して技能を高めることができる。	観察、カード	
	4	・運動の学び方や楽しみ方を理解できる。 ・ルールを理解し、審判ができる。	・ゲームの運営の仕方やルール、審判の方法を理解している。	・スキルテスト	
保健 ・心身の発達と心の健康 ・日本とオリンピック ・スポーツの効果と安全 6月・11月・2月 【16時間】 オリ・パラ教育	1	・心身の発達と心の健康について、自分の日常生活を振り返りながら、課題を見つけようとしていたり、その解決方法を調べようとしていたりしている。	・心身の発達と心の健康に強い関心を持ち、自分や仲間の生活を振り返りながら積極的に学習をしている。 ・自分の日常生活を振り返りながら、学習をしている。	・観察 ・発言 ・ノート	・未記録者、 未提出者連絡
	2	・心身の発達と心の健康について、自分の日常生活等を振り返り、問題点を見つけたり、解決の方法を選んだりすることができる。	・自分や仲間の生活を振り返り、問題点や解決方法を選んでいる。 ・自分の生活を振り返り、問題点や解決方法を選んでいる。	・観察 ・発言 ・ノート	
	3				
	4	・体の発育・発達、呼吸器・循環器のの発達、性機能の成熟、性とう向き合うか、心の発達、自己形成、欲求不満やストレスへの対処などについて理解し、知識を身につけている。	・心身の発達と心の健康についてよく理解し、具体的に説明できる。 ・心身の発達と心の健康について理解し、知識を身につけている。	・観察 ・期末テスト	

