

令和８年度 第２学年保健体育科 年間指導計画・評価計画

月	単元名	時数	評価規準 (1)知識・技能 (2)思考・判断・表現 (3)主体的に学習に取り組む態度	評価方法
4 5 6	体づくり運動	7	(1) 体を動かす楽しさや心地よさを味わうことができる。運動の意義と行い方、体の動きを高める方法を理解できる。目的に適した運動を身に付けることができる。 (2) 課題を発見し、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ができる。 (3) 積極的に取り組むことができる。仲間と助け合うことや話し合いに参加することができる。一人一人の違いに応じた動きなどを大切にすることができる。健康・安全に気を配ることができる。	観察 定期考査 学習カード
	陸上競技 【短距離走・リレー】 【跳躍種目】	16	(1) 特性や成り立ち、技術の名称や行い方を理解できる。短距離走リレーでは、滑らかな動きで速く走ることや、バトンの受け渡しでタイミングを合わせることができる。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。走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切って大きな動作で跳ぶことができる。 (2) 課題を発見し、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。 (3) 積極的に取り組むことができる。勝敗などを認め、ルールやマナーを守るとともに、分担された役割を果たすことができる。一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めることができる。健康・安全に気を配ることができる。	定期考査 実技テスト 学習カード
	*時数に以下も含む ・運動会練習 ・新体力テスト			定期考査 学習カード 観察 学習カード 定期考査
7 8 9 10	水泳 【背泳ぎ】 【バタフライ】	12	(1) 特性や成り立ち、技術の名称や行い方を理解できる。泳法において、手と足の動き、呼吸のバランスをとり泳ぐことができる。 (2) 課題を発見し、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。 (3) 積極的に取り組むことができる。勝敗などを認め、ルールやマナーを守るとともに、分担された役割を果たすことができる。一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めることができる。水の事故防止に関する心得を遵守し、健康・安全に気を配ることができる。	定期考査・実技テスト 学習カード 定期考査 学習カード 観察 学習カード 定期考査
	器械運動 【跳び箱運動】	8	(1) 特性や成り立ち、技術の名称や行い方を理解できる。また、基本的な技を滑らかに行うことができる。 (2) 課題を発見し、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。 (3) 積極的に取り組むとともに、よい演技などを認め、仲間の学習を援助しようとすることができる。一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めることができる。健康・安全に気を配ることができる。	定期考査・実技テスト 学習カード 定期考査 学習カード 観察 学習カード 定期考査
11 12	球技 【ゴール型】 【ネット型】	18	(1) 特性や成り立ち、技術の名称や行い方を理解できる。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、攻防をすることができる。ネット型では、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開することができる。 (2) 課題を発見し、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ができる。 (3) 積極的に取り組むとともに、仲間との話し合いに参加できる。フェアなプレイを守ることや、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めることができる。仲間の学習を援助し、健康・安全に気を配ることができる。	定期考査 実技テスト 学習カード 定期考査 学習カード 観察 学習カード 定期考査

西東京市立田無第一中学校（2／2）

月	単元名	時数	評価規準 (1)知識・技能 (2)思考・判断・表現 (3)主体的に学習に取り組む態度	評価方法
1 2 3	武道	7	(1) 特性や成り立ち、伝統的な考え方、技術の名称や行い方などを理解できる。基本動作を身に付けることができる。	定期考査・実技テスト 学習カード
			(2) 課題を発見し、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。	定期考査 学習カード
			(3) 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。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。	観察・学習カード 定期考査
	陸上競技 【長距離走】	7	(1) 特性や成り立ち、技術の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解できる。ペースを保って走ることができる。	定期考査 実技テスト 学習カード
			(2) 課題を発見し、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。	定期考査 学習カード
			(3) 積極的に取り組むことができる。ペア活動などで、分担された役割を果たすとともに仲間を援助することができる。一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めることができる。健康・安全に気を配ることができる。	観察 学習カード 定期考査
	ダンス	7	(1) 特性や由来、表現の仕方、関連して高まる体力などを理解できる。イメージを捉えて踊るなど、仲間と踊りを通じた交流をすることができる。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。	定期考査 実技テスト 学習カード
			(2) 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ができる。	定期考査 学習カード
			(3) 積極的に取り組むとともに、仲間との話し合いに参加することができる。一人一人の違いに応じた表現や役割を認めるとともに、仲間の学習を援助できる。健康・安全に気を配ることができる。	観察 学習カード 定期考査
	球技 【ゴール型】	4	(1) 特性や成り立ち、技術の名称や行い方を理解できる。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、攻防をすることができる。	定期考査 実技テスト 学習カード
			(2) 課題を発見し、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ができる。	定期考査 学習カード
			(3) 積極的に取り組むとともに、仲間との話し合いに参加できる。フェアなプレイを守ることや、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めることができる。仲間の学習を援助し、健康・安全に気を配ることができる。	観察 学習カード 定期考査
通 年	体育理論	3	(1) 運動やスポーツの意義や効果と安全な行い方について理解できる。	定期考査・提出物
			(2) 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、自己の課題を発見するとともに、解決に向けて考え判断し、他者に伝えることができる。	定期考査・提出物
			(3) 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むことができる。	定期考査・提出物 観察
	保健 【健康な生活と病気の予防】 【傷害の防止】	16	(1) 個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けることができる。交通事故や自然災害、応急手当の意義と実際について理解することができる。	定期考査 提出物
			(2) 健康な生活と疾病の予防に関わる事象や情報、傷害の防止に関わる事象や情報などから課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断できる。また、それらを他者に伝えることができる。	定期考査 提出物
			(3) 生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養うことができる。	観察 提出物・定期考査

*天候等の様々な状況により、種目の変更・中止及び実施の順序が変更になる場合があります。

*使用場所の関係により、実施の順序が変更になる場合があります。