

学 年		1年男子		教科目標																		
教 科		保健体育		自己の能力に適した課題を発見し、その課題の解決を目指して、活動のしかたを考え、運動の技能を身につけていく。																		
月	週	単元および題材名		時数	学 習 活 動	学習のポイント 及び評価方法																
4	1	体づくり スポーツテスト	保健	11	○ 体づくり 集団行動 (姿勢、列の増減、行進、方向変換、かけ足等) ○ スポーツ (握力、上体おこし、長座体前屈、反復横跳び、20mヤトルン、50m走、立ち幅跳び、バドボール投げ)	・ 実技テスト(迅速かつ安全に集団行動を行っているか。) ・ スポーツ ・ 行動観察(準備・片付け・参加態度等はどうか)																
	2																					
3																						
5	1	陸上競技 (短距離走) リレー					心身	12	○ 目標の設定(スポーツから目標値を設定する) (クワダグスタートの技術の習得) 中間の記録会 課題達成練習 まとめの記録会 50メートル走の記録からグループ編成。班目標の設定。	・ 行動観察(バトンパスの技能を習得しながら、グループでの記録を向上させているかなど) ・ 実技テスト(記録会)												
	2																					
	3																					
4																						
6	1	水泳									身	12	○ 5分間泳 ○ 試しの記録会 ○ 課題達成練習 ○ 記録会(距離・時間)	○ 第2回定期テスト ・ 実技テスト(長く泳ぐための技能が身についたか。正しいフォームで速く泳ぐことができたか) ・ 行動観察								
	2																					
7	1	水慣れ													達	12	○ それぞれの種目の技能を練習し、事故の目標達成に向けて取り組む。習得した技能を連続技に生かし、発表会へつなげる。 ○ 学習カードによる自己・相互評価により、一人ひとりの課題を意識し、確かめ合いながら活動していく。	・ 行動観察(自己の能力にあった難度の技を選び、自己目標の達成に向けて練習していったか。) ・ 実技テスト				
	2																					
9	1	器械運動(マット運動)	心	12	○ それぞれの種目の技能を練習し、事故の目標達成に向けて取り組む。習得した技能を連続技に生かし、発表会へつなげる。 ○ 学習カードによる自己・相互評価により、一人ひとりの課題を意識し、確かめ合いながら活動していく。	・ 行動観察(自己の能力にあった難度の技を選び、自己目標の達成に向けて練習していったか。) ・ 実技テスト																
	2																					
10	1	前転、後転、倒立前転																	身	10	○ 男女共修で各種目を行う。 ○ 柔道では、基本的な技能を習得する。 (受け身・投げ技・固め技等) 相手を敬い、全力を出して取り組み、柔道の楽しさを味わうことができるようにする。	・ 実技テスト ・ 実技ノート の記録や提出状況 ・ 行動観察 (男女で協力する。練習方法を工夫する。グループで活動する。準備、片付け等)
	2																					
11	1	前方倒立回転					達	10	○ ダンスでは、恥ずかしがらず、リズムに合わせて伸び伸びと動く。 イメージを出し合い、グループや個人で楽しく踊ることができるようにする。	○ 第4回 定期テスト												
	2																					
12	1	ダンスまたは柔道																				
	2																					
1	1	連続技									身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出								
	2																					
2	1	球技(サッカー)													健康	12	○ 個人技能 パス・ドリブル・シュート・トラッピング ○ 集団技能 各種攻撃法、防御法 審判のジャッジとルール	・ 実技テスト(基本的な個人技能が習得できたか。) ・ 行動観察 ○ 第5回定期テスト				
	2																					
3	1	持久走	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出																
	2																					
1	1	ペース走、記録会																	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出
	2																					
2	1	ペース走、記録会					身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出												
	2																					
3	1	ペース走、記録会																				
	2																					
3	1	ペース走、記録会									身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出								
	2																					
3	1	ペース走、記録会													身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出				
	2																					
3	1	ペース走、記録会	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出																
	2																					
3	1	ペース走、記録会																	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出
	2																					
3	1	ペース走、記録会					身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出												
	2																					
3	1	ペース走、記録会																				
	2																					
3	1	ペース走、記録会									身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出								
	2																					
3	1	ペース走、記録会													身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出				
	2																					
3	1	ペース走、記録会	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出																
	2																					
3	1	ペース走、記録会																	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出
	2																					
3	1	ペース走、記録会					身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出												
	2																					
3	1	ペース走、記録会																				
	2																					
3	1	ペース走、記録会									身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出								
	2																					
3	1	ペース走、記録会													身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出				
	2																					
3	1	ペース走、記録会	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出																
	2																					
3	1	ペース走、記録会																	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出
	2																					
3	1	ペース走、記録会					身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出												
	2																					
3	1	ペース走、記録会																				
	2																					
3	1	ペース走、記録会									身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出								
	2																					
3	1	ペース走、記録会													身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出				
	2																					
3	1	ペース走、記録会	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出																
	2																					
3	1	ペース走、記録会																	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出
	2																					
3	1	ペース走、記録会					身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出												
	2																					
3	1	ペース走、記録会																				
	2																					
3	1	ペース走、記録会									身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出								
	2																					
3	1	ペース走、記録会													身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出				
	2																					
3	1	ペース走、記録会	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出																
	2																					
3	1	ペース走、記録会																	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出
	2																					
3	1	ペース走、記録会					身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出												
	2																					
3	1	ペース走、記録会																				
	2																					
3	1	ペース走、記録会									身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出								
	2																					
3	1	ペース走、記録会													身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出				
	2																					
3	1	ペース走、記録会	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出																
	2																					
3	1	ペース走、記録会																	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出
	2																					
3	1	ペース走、記録会					身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出												
	2																					
3	1	ペース走、記録会																				
	2																					
3	1	ペース走、記録会									身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出								
	2																					
3	1	ペース走、記録会													身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出				
	2																					
3	1	ペース走、記録会	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出																
	2																					
3	1	ペース走、記録会																	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出
	2																					
3	1	ペース走、記録会					身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出												
	2																					
3	1	ペース走、記録会																				
	2																					
3	1	ペース走、記録会									身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出								
	2																					
3	1	ペース走、記録会													身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出				
	2																					
3	1	ペース走、記録会	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出																
	2																					
3	1	ペース走、記録会																	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出
	2																					
3	1	ペース走、記録会					身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出												
	2																					
3	1	ペース走、記録会																				
	2																					
3	1	ペース走、記録会									身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出								
	2																					
3	1	ペース走、記録会													身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出				
	2																					
3	1	ペース走、記録会	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出																
	2																					
3	1	ペース走、記録会																	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出
	2																					
3	1	ペース走、記録会					身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出												
	2																					
3	1	ペース走、記録会																				
	2																					
3	1	ペース走、記録会									身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出								
	2																					
3	1	ペース走、記録会													身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出				
	2																					
3	1	ペース走、記録会	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出																
	2																					
3	1	ペース走、記録会																	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出
	2																					
3	1	ペース走、記録会					身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出												
	2																					
3	1	ペース走、記録会																				
	2																					
3	1	ペース走、記録会									身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出								
	2																					
3	1	ペース走、記録会													身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出				
	2																					
3	1	ペース走、記録会	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出																
	2																					
3	1	ペース走、記録会																	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出
	2																					
3	1	ペース走、記録会					身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出												
	2																					
3	1	ペース走、記録会																				
	2																					
3	1	ペース走、記録会									身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出								
	2																					
3	1	ペース走、記録会													身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出				
	2																					
3	1	ペース走、記録会	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出																
	2																					
3	1	ペース走、記録会																	身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出
	2																					
3	1	ペース走、記録会					身	12	○ 1500M走 (自己目標の設定、呼吸法、ペース走、記録会)	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード 提出												