

第7節 保健体育

第1 本資料の活用について

1 作成の基本的な考え方

- (1) 中学校学習指導要領、中学校学習指導要領解説、埼玉県中学校教育課程編成要領の趣旨及び内容を踏まえて作成する。
- (2) 生徒、学校及び地域社会の実態に即した各学校における指導計画の作成や授業を展開する上での参考資料とする。

2 取り上げた内容

今回の学習指導要領改訂の要点として、体育分野では、学校段階の接続及び発達の段階のまとまりに応じた指導を重視する観点から、小学校から高等学校までの12年間を見通して体系化を図るとともに、目標及び内容を第1学年及び第2学年と第3学年に分けて示している。また、指導内容の明確化を図る観点から、体育理論を除く運動に関する領域の内容を(1)技能(「体づくり運動」は運動)(2)態度及び(3)知識、思考・判断に整理統合して示している。さらに、指導内容の確実な定着を図ることができるよう指導内容を明確に示すとともに領域の取り上げ方についても弾力化を図っている。

保健分野では、主として個人生活における健康・安全に関する事項について、自ら健康を適切に管理し改善していく思考力・判断力などの資質や能力を育成する観点を重視し、従前の内容を踏まえ「心身の機能の発達と心の健康」、「健康と環境」、「傷害の防止」及び「健康な生活と疾病の予防」の4つの内容で構成している。

これらを基に保健体育の学習指導では、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する基礎を培う観点から、多くの領域の学習を十分させた上で、その学習体験をもとに自ら探求したい運動を選択できるようにするため、第1学年及び第2学年ですべての領域を履修させるとともに、選択開始時期を第3学年としている。

本資料では、これらを踏まえ、学習指導の充実を図るため、指導内容の体系化及び明確化を図る観点から、各領域における「学習過程の工夫」及び「指導内容の明確化」の両面から示すこととした。

学習指導の計画例については、原則として1種目1ページに、学習過程と指導内容を組み合わせた単元構造図として示した。学習過程では、ねらい①で基礎的な知識や技能の習得を図り、ねらい②でそれらを活用して、学習課題への取り組み方を工夫できるよう配慮した。また、指導内容については、学習指導要領解説に示されている(1)技能(「体づくり運動」は運動)(2)態度及び(3)知識、思考・判断の内容からキーワードを示すことにより、学習過程と指導内容の関連を図っている。

体育分野では、すべての領域が必修となる第1学年及び第2学年の計画例を取り上げた。

「A 体づくり運動」は主に体力を高める運動について、「B 器械運動」はマット運動と跳び箱運動について、「C 陸上競技」はハードル走と走り幅跳びについて、「D 水泳」はバタフライを含む泳法全般の指導について、「E 球技」はゴール型からバスケットボール、ネット型からバレーボール、ベースボール型からソフトボールについて、「F 武道」は柔道と剣道について、「G ダンス」は創作ダンスと現代的なリズムのダンスのそれぞれの内容について示した。「H 体育理論」は第1学年の内容について授業展開例を示した。

保健分野については、今回、学習内容として新たに加わった二次災害による傷害(第2学年)、医薬品の正しい使い方(第3学年)についての授業展開例を示した。

3 実践化への配慮事項

本資料は、各学校、各領域において指導計画作成に当たり、参考となるための資料として作成したものである。特に、体育分野で示した計画例は、第1学年及び第2学年の内容をまとめて示していることから、実践化に当たっては、生徒の実態に応じて、内容を精選するとともに、道徳の時間などとの関連を考慮しながら、保健体育科の特質に応じた指導を工夫するなど、特色ある実践が展開されるよう望みたい。その際、埼玉県中学校教育課程編成要領も併せて参考にされたい。

第2 指導計画作成のための資料

A 体づくり運動「体ほぐしの運動」・「体力を高める運動」(体の柔らかさ・巧みな動き・力強い動き・動きを持続する能力を高める運動) 第1・2学年

1	単元の目標	①積極的に取り組むとともに、分担した役割を果たそうとすることなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする (関心・意欲・態度) ②課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする (思考・判断) ③体力を高め、目的に適った運動を身に付け、組み合わせることができるようにする (運動) ④体づくり運動の意義と行い方、運動の組み立て方を理解できるようにする (知識・理解)
2	指導上の留意点	・体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体力を高め、目的に適った運動を身に付け、組み合わせることができるようにさせる ・学習に積極的に取り組み、意欲をもち、課題に応じた運動の取り組み方を工夫させる ・心拍数や疲労感などを手がかりにして、無理のない運動の強度と時間を選んで行うことができるようにさせる

3	学習過程・指導内容	① 運動の特性や自己の適性、体力を高めることの必要性を理解し、学習の見通しをもつ ○オリエンテーション ・単元の目標や体力を高める運動の特性やねらいの把握 ・学習の見通し、学習の流れ、約束事の把握 ・評価の仕方 など ○学習ノートの活用・記入方法の理解 ○自己の体力の分析 ・新体力テストの結果をもとに自己の体力分析 ○運動有能感に関する調査 ○体ほぐしの運動の行い方の理解
4	時間	0 ○共通メニュー・心拍数の計測・本時の課題の確認・ウォーミングアップ(緩やかな音楽に合わせたストレッチ) > ○体ほぐしの運動(縄跳びを使用した2人跳び・3人跳び・ミニ綱引きなど)
5	ねらい①	いろいろな運動のねらいを理解し、ねらいに応じた運動を正しく行う ○サーキットトレーニング種目を正しい方法で行う それぞれの運動のねらい(体の柔らかさ・巧みな動き・力強い動き・動きを持続する能力)を理解する
6	ねらい②	自己の体力の課題に合った運動の種目や強度、負荷を設定し、マイプロプログラムA(ベレーンジ)・B(チャレンジ)を作成する ○マイプロプログラムA・Bの動きを行う ○心拍数の測定と主観的運動強度との比較 ○クーリングダウン
7	ねらい③	自己の体力の課題に合った運動の種目や強度、負荷を設定し、マイプロプログラムA(ベレーンジ)・B(チャレンジ)を作成する ○マイプロプログラムA・Bの動きを行う ○心拍数の測定と前時との比較 主観的運動強度 ○クーリングダウン
8	学習の成果を評価し、日常生活に生かすための課題や手がかりをまとめる	○実施してきた運動を通しての成果の確認 ○学習ノートのまとめ ○日常生活で継続できるマイプロプログラムの作成 ○運動有能感に関する調査

4	運動	ねらいに応じた運動を行う 体の柔らかさを高める 巧みな動きを高める 力強い動きを高める 動きを持続する能力を高める
5	指導内容	健康・安全に気を配る 分担した役割を果たそうとする 心と体の関係に気づき、体の調子を整える。仲間と交流する 運動を通して、体がほぐれると心もほぐれること 仲間と協力したり助け合ったりすることで楽しさと心地よさが増すこと
6	指導内容	健康・安全に気を配る 分担した役割を果たそうとする 準備・片付け・記録などの役割に積極的に取り組むこと 仲間の学習の援助 体の状態のみならず、心の状態も確かめながら、体調の変化などに気を配ること 仲間の助言 仲間との連帯感を高めて気持ちよく活動すること
7	指導内容	健康・安全に気を配る 分担した役割を果たそうとする 準備・片付け・記録などの役割に積極的に取り組むこと 仲間の学習の援助 体の状態のみならず、心の状態も確かめながら、体調の変化などに気を配ること 仲間の助言 仲間との連帯感を高めて気持ちよく活動すること

8	運動	ねらいに応じた運動を組み合わせて運動の計画に取り組む 一つのねらいを決めて、その中からいくつかの運動を効率よく組み合わせる ねらいが異なる簡単な運動例をバランスよく組み合わせる
9	指導内容	健康・安全に気を配る 分担した役割を果たそうとする 準備・片付け・記録などの役割に積極的に取り組むこと 仲間の学習の援助 体の状態のみならず、心の状態も確かめながら、体調の変化などに気を配ること 仲間の助言 仲間との連帯感を高めて気持ちよく活動すること
10	指導内容	健康・安全に気を配る 分担した役割を果たそうとする 準備・片付け・記録などの役割に積極的に取り組むこと 仲間の学習の援助 体の状態のみならず、心の状態も確かめながら、体調の変化などに気を配ること 仲間の助言 仲間との連帯感を高めて気持ちよく活動すること
11	指導内容	健康・安全に気を配る 分担した役割を果たそうとする 準備・片付け・記録などの役割に積極的に取り組むこと 仲間の学習の援助 体の状態のみならず、心の状態も確かめながら、体調の変化などに気を配ること 仲間の助言 仲間との連帯感を高めて気持ちよく活動すること

A 体づくり運動「体力を高める運動」(主として動きを持続する能力を高める運動) 第1・2学年

<p>1 単元の目標</p> <p>①積極的に取り組むとともに、分担した役割を果たそうとすることなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする(関心・意欲・態度)</p> <p>②課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。(思考・判断)</p> <p>③体力を高め、目的に適した運動を身に付け、組み合わせることを理解できるようにする。(運動)</p> <p>④体づくり運動の意義と行い方、運動の組み立て方などを理解できるようにする。(知識・理解)</p>	<p>2 指導上の留意点</p> <p>・体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体力を高め、目的に適した運動を身に付け、組み合わせることをできるようにさせる。</p> <p>・学習に積極的に取り組み、意欲をもち、課題に応じた運動の取り組み方を工夫させる。</p> <p>・心拍数や疲労感などを手がかりにして、無理のない運動の強度と時間を選んで行うことができるようにさせる。</p>
--	---

	時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
3 学習過程・指導内容	0	<p>○共通メニュー＜心拍数の計測・本時の課題の確認・ウォーミングアップ(緩やかな音楽に合わせたストレッチ)＞</p> <p>○7分間走を行い、心肺機能の向上を確認する</p>									
学習過程	15	<p>運動の特性や自己の適性、体力を高めることの必要性を理解し、学習の見通しをもつ</p> <p>○オリエンテーション</p> <ul style="list-style-type: none"> ・単元の目標や体力を高める運動の特性やねらいの把握 ・学習の見通し、学習の流れ、約束事の把握 ・評価の仕方 など <p>○グループビンゴ</p>	<p>ねらい①</p> <p>運動の行い方を知り、思いっきり動いて、楽しみながら体力を高める</p> <p>○リズムカルな音楽に合わせてエアロビック体操を行う</p> <ul style="list-style-type: none"> ・基本的な動きを中心とした短い運動プログラムを一つのユニットとして設定する ・各自の運動課題を認識して、ユニット1～3の動きを行う ・それぞれの動きの特徴がわかりやすいようにニックネームをつけておく <p>*ユニット1 前屈ステップ(前・上・右) ハザイステップ(右・左・左) 膝たきサイドステップ～側面(戻りボックスステップからウォウステップ(連続)) など</p> <p>*ユニット2 Vステップ(足かき 右(左)) オールホーレ シェイクシェイク アップカウガイダンスステップ(足から踵ステップ) など</p> <p>*ユニット3 バグテンよっしや 大の字ステップ 足上げおぼたき ハチハチ 船こぎ など</p>	<p>ねらい②</p> <p>運動の仕方を工夫し、思いっきり動いて、楽しみながら体力を高める</p> <p>○各グループでユニット1～3の動きに移動や回転を入れて、変化・発展させる</p> <p>*ユニット4 左のステップへ右のステップ ハンパレルステップ アクセルステップ コンパスステップ など</p> <p>○新しい動き(ユニット4)を行う</p> <p>○ユニット1～4の中からグループで3つを選択し、組み合わせる(ユニット4は必ず入れる)</p>	<p>学習の成果を評価し、日常生活に生かすための課題や手がかりをまとめる</p> <ul style="list-style-type: none"> ○学習ノートをまとめる ・7分間走後の心拍数グラフ、フヤ主運動後の心拍数グラフ、主観的運動強度の変化などから学習を振り返る ○運動有能感に関する調査 						
運動	50	<p>○心拍数の測定と主観的運動強度との比較</p> <p>○クーリングダウン</p> <p>本時の学習の振り返り</p>									
指導内容	健康・安全に気を配る	<p>7分間ペース走を正しく行う</p> <p>思いっきり動く</p> <p>運動を通して、体の状態や身のこなしを整えること</p> <p>思いっきり動き、動きを発展させること</p> <p>ねらい(主に動きを持続する能力を高める)に応じて運動を行う</p> <p>自己の健康や体力の状態に応じた体力を高めるための運動</p> <p>健康・安全に気を配る</p> <p>用具や場所などの自己や仲間の安全に留意すること</p> <p>準備・片付け・記録などの役割に積極的に取り組むこと</p> <p>仲間の学習への援助</p> <p>仲間への助言</p> <p>仲間との連帯感を高めて気持ちよく活動すること</p>									
運動	状態	<p>7分間ペース走を正しく行う</p> <p>思いっきり動く</p> <p>運動を通して、体の状態や身のこなしを整えること</p> <p>思いっきり動き、動きを発展させること</p> <p>ねらい(主に動きを持続する能力を高める)に応じて運動を行う</p> <p>自己の健康や体力の状態に応じた体力を高めるための運動</p> <p>健康・安全に気を配る</p> <p>用具や場所などの自己や仲間の安全に留意すること</p> <p>準備・片付け・記録などの役割に積極的に取り組むこと</p> <p>仲間の学習への援助</p> <p>仲間への助言</p> <p>仲間との連帯感を高めて気持ちよく活動すること</p>									
指導内容	体づくり運動の意義	<p>体づくり運動の意義</p> <p>体づくり運動の行い方</p> <p>安全で合理的に高めることのできる適切な運動の行い方</p> <p>健康・安全に気を配る</p> <p>用具や場所などの自己や仲間の安全に留意すること</p> <p>準備・片付け・記録などの役割に積極的に取り組むこと</p> <p>仲間の学習への援助</p> <p>仲間への助言</p> <p>仲間との連帯感を高めて気持ちよく活動すること</p>									
知識・思考・判断	体づくり運動の意義	<p>体づくり運動の意義</p> <p>体づくり運動の行い方</p> <p>安全で合理的に高めることのできる適切な運動の行い方</p> <p>健康・安全に気を配る</p> <p>用具や場所などの自己や仲間の安全に留意すること</p> <p>準備・片付け・記録などの役割に積極的に取り組むこと</p> <p>仲間の学習への援助</p> <p>仲間への助言</p> <p>仲間との連帯感を高めて気持ちよく活動すること</p>									

B 器械運動 (マット運動) 第1・2学年

1 単元の目標	①積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとする	①積極的に取り組むとともに、よい演技を味わい、その技がよりよくなるようにさせる。
	②基礎的な知識や技能を活用して、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。	②学習に積極的に取り組み、よい演技を認めることなどに意欲をもち、健康や安全に気を配ることも、技の行い方や練習の仕方などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにさせる。
2 指導上の留意点	③技ができる楽しさや喜びを味わい、その技がよりよくなるようにさせる。	③学習に積極的に取り組み、よい演技を認めることなどに意欲をもち、健康や安全に気を配ることも、技の行い方や練習の仕方などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにさせる。
	④器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解できるようにする。	④学習に積極的に取り組み、よい演技を認めることなどに意欲をもち、健康や安全に気を配ることも、技の行い方や練習の仕方などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにさせる。

3 学習過程・指導内容	1 時間	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
0	共通メニュー<本時の課題の確認、準備運動(ストレッチ)、用具の準備・後片付け、慣れの運動(毎時間、基本的な動きを取り上げ、主運動につなげやすくする)>	ねらい① ある程度できる技をよりよくできるようにし、技を組み合わせて行う	ねらい② ある程度できる技の課題を解決するための練習方法を選択して行う	ねらい③ ある程度できる技の課題を解決するための練習方法を選択して行う	ねらい④ ある程度できる技の課題を解決するための練習方法を選択して行う	ねらい⑤ ある程度できる技の課題を解決するための練習方法を選択して行う	ねらい⑥ ある程度できる技の課題を解決するための練習方法を選択して行う	ねらい⑦ ある程度できる技の課題を解決するための練習方法を選択して行う	ねらい⑧ ある程度できる技の課題を解決するための練習方法を選択して行う	ねらい⑨ ある程度できる技の課題を解決するための練習方法を選択して行う	ねらい⑩ ある程度できる技の課題を解決するための練習方法を選択して行う
	15	学習の約束	学習の約束	学習の約束	学習の約束	学習の約束	学習の約束	学習の約束	学習の約束	学習の約束	
1 5	学習の進め方	学習の進め方	学習の進め方	学習の進め方	学習の進め方	学習の進め方	学習の進め方	学習の進め方	学習の進め方	学習の進め方	
	学習カード、学習資料の使い方	学習カード、学習資料の使い方	学習カード、学習資料の使い方	学習カード、学習資料の使い方	学習カード、学習資料の使い方	学習カード、学習資料の使い方	学習カード、学習資料の使い方	学習カード、学習資料の使い方	学習カード、学習資料の使い方	学習カード、学習資料の使い方	
3 0	授業の流れの確認	授業の流れの確認	授業の流れの確認	授業の流れの確認	授業の流れの確認	授業の流れの確認	授業の流れの確認	授業の流れの確認	授業の流れの確認	授業の流れの確認	
	既習技の確認(前転、後転、開脚前転、開脚後転、補助倒立等)	既習技の確認(前転、後転、開脚前転、開脚後転、補助倒立等)	既習技の確認(前転、後転、開脚前転、開脚後転、補助倒立等)	既習技の確認(前転、後転、開脚前転、開脚後転、補助倒立等)	既習技の確認(前転、後転、開脚前転、開脚後転、補助倒立等)	既習技の確認(前転、後転、開脚前転、開脚後転、補助倒立等)	既習技の確認(前転、後転、開脚前転、開脚後転、補助倒立等)	既習技の確認(前転、後転、開脚前転、開脚後転、補助倒立等)	既習技の確認(前転、後転、開脚前転、開脚後転、補助倒立等)	既習技の確認(前転、後転、開脚前転、開脚後転、補助倒立等)	
5 0	ペアやグループでの活動	ペアやグループでの活動	ペアやグループでの活動	ペアやグループでの活動	ペアやグループでの活動	ペアやグループでの活動	ペアやグループでの活動	ペアやグループでの活動	ペアやグループでの活動	ペアやグループでの活動	
	学習カードへの記載	学習カードへの記載	学習カードへの記載	学習カードへの記載	学習カードへの記載	学習カードへの記載	学習カードへの記載	学習カードへの記載	学習カードへの記載	学習カードへの記載	

技能	今できる技の完成度を高め、より美しく演技できるようにする	今できる技の完成度を高め、より美しく演技できるようにする	今できる技の完成度を高め、より美しく演技できるようにする	今できる技の完成度を高め、より美しく演技できるようにする	今できる技の完成度を高め、より美しく演技できるようにする	今できる技の完成度を高め、より美しく演技できるようにする	今できる技の完成度を高め、より美しく演技できるようにする	今できる技の完成度を高め、より美しく演技できるようにする	今できる技の完成度を高め、より美しく演技できるようにする	今できる技の完成度を高め、より美しく演技できるようにする
	安全に留意し、できる技を行う	安全に留意し、できる技を行う	安全に留意し、できる技を行う	安全に留意し、できる技を行う	安全に留意し、できる技を行う	安全に留意し、できる技を行う	安全に留意し、できる技を行う	安全に留意し、できる技を行う	安全に留意し、できる技を行う	安全に留意し、できる技を行う
指導内容	約束事の確認	約束事の確認	約束事の確認	約束事の確認	約束事の確認	約束事の確認	約束事の確認	約束事の確認	約束事の確認	約束事の確認
	器具や周りの安全に注意して活動しようとする	器具や周りの安全に注意して活動しようとする	器具や周りの安全に注意して活動しようとする	器具や周りの安全に注意して活動しようとする	器具や周りの安全に注意して活動しようとする	器具や周りの安全に注意して活動しようとする	器具や周りの安全に注意して活動しようとする	器具や周りの安全に注意して活動しようとする	器具や周りの安全に注意して活動しようとする	器具や周りの安全に注意して活動しようとする
知識、思考・判断	課題にあつた練習をすること	課題にあつた練習をすること	課題にあつた練習をすること	課題にあつた練習をすること	課題にあつた練習をすること	課題にあつた練習をすること	課題にあつた練習をすること	課題にあつた練習をすること	課題にあつた練習をすること	課題にあつた練習をすること
	練習の仕方の理解	練習の仕方の理解	練習の仕方の理解	練習の仕方の理解	練習の仕方の理解	練習の仕方の理解	練習の仕方の理解	練習の仕方の理解	練習の仕方の理解	練習の仕方の理解

B 器械運動 (跳び箱運動) 第1・2学年

時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1 単元の目標	<p>①積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとする事、分担任役割を果たそうとすることなどや、健康・安全に気を配ることができるようになる。</p> <p>②基礎的な知識や技能を活用して、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>③技ができる楽しさや喜びを味わい、その技がよりよくなるようにさせる。</p> <p>④器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解できるようにする。</p>									
3 学習過程・指導内容	<p>○共通メニュー<本時の課題の確認、準備運動(ストレッチ)、用具の準備・後片付け、慣れの運動(毎時間、基本的な動きを取り上げ、主運動につなげやすくする)></p> <p>○オリエンテーション</p> <p>ねらい① ある程度できる技をよりよくできるようにし、より高い高さに挑戦する</p> <p>○技をよりよくできるための課題を解決するための練習方法を選択して行う</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習の約束 ・学習の進め方 ・学習カード、学習資料の使い方 ・授業の流れの確認 <p>○既習技の確認(開脚跳び、かかえこみ跳び、台上前転など)</p> <p>○ペアやグループでの活動</p> <p>○学習カードへの記録</p>									
0	<p>ねらい② 新しい技に挑戦し、できるようになるにつれて技の完成度を高める</p> <p>○できるよくなるための技の反復練習をして技の完成度を高める</p>									
1.5	<p>課題解決練習例 <開脚跳び></p> <p>踏切が強く踏み切れない → 両足を揃えての踏切練習(短い助走からタイミングを合わせる練習)</p> <p>着手が上手くない → ロイター板に踏切の適切な位置を示す</p> <p>着地が止まらない → テープで目安の位置を示す</p> <p>着手の時両手を前に出す練習(跳び箱上で)</p> <p>膝を柔らかくした着地(跳び箱から)の跳び降り練習</p> <p>両手を広げてバランスを取る</p>									
3.0	<p>課題解決練習例 <前方倒立回転跳び></p> <p>踏切が強く踏み切れない → 両足を揃えての踏切練習(短い助走からタイミングを合わせる練習)</p> <p>ロイター板の適切な踏切位置を示す</p> <p>頭はね跳び(補助あり・補助なし)</p> <p>頭はね跳び(エバーマットで・助走あり)</p> <p>(低い跳び箱でその場跳びから・補助あり)</p> <p>補助を付けた前方倒立回転(マット上で)</p> <p>二連続跳び箱での前方倒立回転練習</p> <p>(着地はエバーマット上、補助あり・なし)</p>									
5.0	<p>○ペアやグループで技を見せ合い、高まった技能を確認し、相互評価を行う</p> <p>○さらに技をよりよくするための課題解決練習を行う</p> <p>・ヒテオを利用し、自分の技の完成度について自己評価や相互評価を行う</p>									
技能	<p>今できる技で高さへの挑戦を行う</p> <p>自己の課題に適した練習方法を選択し課題を解決することができる</p> <p>今できる技の完成度を高め、より美しく演技できるようにする</p> <p>「安全に留意し、で」</p> <p>「繰り返し系や回転系の基」</p> <p>「前に技を行うだけでなく、美しく、大きな技」</p> <p>「本格的な技を滑らかに行う」</p> <p>「ができるようにする」</p>									
指導内容	<p>約束事の確認</p> <p>準備・後片付け</p> <p>お互いの技を見て相互評価ができるようにする</p> <p>器具や周りの安全に注意して活動しようとする事</p> <p>自分の役割分担を果たそうとすること</p> <p>仲間の技の良さを認め、お互いを高め合うこと</p> <p>ペアやグループの人にアドバイスができること</p> <p>仲間の試技に対する補助</p>									
知識、思考・判断	<p>練習の仕方の理解</p> <p>課題に応じた運動の取り組みの工夫 I</p> <p>課題に応じた運動の取り組みの工夫 II</p> <p>課題にあつた練習をすることで上手くなること</p> <p>学習資料やペア・グループの助言から自己の課題を把握できる</p> <p>選択した技の練習方法や技能の高まりを確認できる</p> <p>課題に応じて、技の習得に適した練習方法を選択できること</p> <p>課題にのよい動きや技の良さを認めるとともに、的確なアドバイスができる</p>									

C 陸上競技（ハードル走） 第1・2学年

<p>1 単元の目標</p> <p>①積極的に取り組み、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとすること、分担当した役割を果たそうとすること（関心・意欲・態度）</p> <p>②自己の課題に応じた練習や運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>③リズムミカカルな走りからハードルを越すことができるようになる。</p> <p>④陸上競技の特性や成り立ち、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ようにする。（知識・理解）</p>	<p>2 指導上の留意点</p> <p>・記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、基本的な動きや効率のよい動きを身に付けること</p> <p>・学習に積極的に取り組む、ルールやマナーを守ることや分担当した役割を果たすことなどに意欲をもち、健康や安全に気を配るとともに、技術の名称や行い方などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにさせる。</p>
---	---

3 学習過程・指導内容		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
時間	0	共通メニュー（本時の課題の確認、集団走、準備運動、補強運動など）										
学習過程	15	ねらい① 運動の特性や学習のねらい、学習計画を理解する 学習内容を知り、学習の見通しをもつ	ねらい② 技能構造を理解し、各種の練習を通して基礎的な技能を習得する グループ学習から、自己の課題を把握する	ねらい③ ハードル走の技能構造の理解と正しい判断 アイランドリング エインターバルのリズム 上記の技能を習得させるための練習例 ミニハードル走・タイヤ引き走 アイランドリングから1台目のタッチガン ウーリードレック・抜き足・腕動作の練習 エック タッチダウンタイムの測定 ショートインターバル練習 など	ねらい④ グループ内で個々の技能を見せ合い、評価し、自己や仲間間の課題を把握 ・記録測定 ・技能の相互評価 ・自己や仲間間の課題を把握	ねらい⑤ 自己の課題を解決するための課題別練習 ア～エの中から自己の課題に応じた練習を選択して実施 グループ学習で高まった技能を評価し合う	ねらい⑥ グループ内で技能を見せ合い、評価し、自己や仲間の高まった技能や未解決の課題の把握 ・次時の課題別練習の目標設定	高まった体力や技能で記録会を行う 単元の学習を振り返り、学習のまとめをする ○記録会の実施 ・タイムトライアル2本 ・練習 ・タイムトライアル2本 ○単元のまとめ ・学習の振り返りとまとめ				
時間	50	本時の学習の振り返り										
技能	基本的な動きや効率のよい動きを身に付けることができる スピードに乗ったリズムミカカルな走り リードレックの膝からの引き上げ	素早いピッチ 抜き足の膝を折りたたむ 速くからの踏み切り	ルールやマナーを守る 相手の範囲で勝敗を争うこと 腕や足などの効果的な動かかし方があること 各目目において用いられる技術には名称があり、それぞれの特徴があること	準備・片付け・記録などの役割に積極的に取り組もうとすること 安全に留意して練習や競争を行うこと	健康・安全に気を配る 分担当した役割を果たそうとする	腕や足などの効果的な動かかし方があること 各目目において用いられる技術には名称があり、それぞれの特徴があること	素早いピッチ 抜き足の膝を折りたたむ 速くからの踏み切り	素早いピッチ 抜き足の膝を折りたたむ 速くからの踏み切り	インターバルを一定のリズムで走り、タイムを短縮したり、競争したりする インターバルを素早く、一定のリズムで走ること 速くからの踏み切り、勢いよくハードルを走り越すこと 余裕なプレレキをかけずそのままのスピードでハードルを走り越えること	腕や足などの効果的な動かかし方があること 各目目において用いられる技術には名称があり、それぞれの特徴があること	準備・片付け・記録などの役割に積極的に取り組もうとすること 安全に留意して練習や競争を行うこと	健康・安全に気を配る 分担当した役割を果たそうとする
指導内容	健康・安全に気を配る 安全に留意して練習や競争を行うこと	健康・安全に気を配る 分担当した役割を果たそうとする	準備・片付け・記録などの役割に積極的に取り組もうとすること 安全に留意して練習や競争を行うこと	腕や足などの効果的な動かかし方があること 各目目において用いられる技術には名称があり、それぞれの特徴があること	腕や足などの効果的な動かかし方があること 各目目において用いられる技術には名称があり、それぞれの特徴があること	素早いピッチ 抜き足の膝を折りたたむ 速くからの踏み切り	素早いピッチ 抜き足の膝を折りたたむ 速くからの踏み切り	インターバルを一定のリズムで走り、タイムを短縮したり、競争したりする インターバルを素早く、一定のリズムで走ること 速くからの踏み切り、勢いよくハードルを走り越すこと 余裕なプレレキをかけずそのままのスピードでハードルを走り越えること	腕や足などの効果的な動かかし方があること 各目目において用いられる技術には名称があり、それぞれの特徴があること	準備・片付け・記録などの役割に積極的に取り組もうとすること 安全に留意して練習や競争を行うこと	健康・安全に気を配る 分担当した役割を果たそうとする	腕や足などの効果的な動かかし方があること 各目目において用いられる技術には名称があり、それぞれの特徴があること
知識 思考・判断	陸上競技の特性や成り立ちを理解する 楽しさや喜びを味わうことのできる運動	陸上競技の特性や成り立ちを理解する 楽しさや喜びを味わうことのできる運動	陸上競技の特性や成り立ちを理解する 楽しさや喜びを味わうことのできる運動	腕や足などの効果的な動かかし方があること 各目目において用いられる技術には名称があり、それぞれの特徴があること	腕や足などの効果的な動かかし方があること 各目目において用いられる技術には名称があり、それぞれの特徴があること	素早いピッチ 抜き足の膝を折りたたむ 速くからの踏み切り	素早いピッチ 抜き足の膝を折りたたむ 速くからの踏み切り	インターバルを一定のリズムで走り、タイムを短縮したり、競争したりする インターバルを素早く、一定のリズムで走ること 速くからの踏み切り、勢いよくハードルを走り越すこと 余裕なプレレキをかけずそのままのスピードでハードルを走り越えること	腕や足などの効果的な動かかし方があること 各目目において用いられる技術には名称があり、それぞれの特徴があること	準備・片付け・記録などの役割に積極的に取り組もうとすること 安全に留意して練習や競争を行うこと	健康・安全に気を配る 分担当した役割を果たそうとする	腕や足などの効果的な動かかし方があること 各目目において用いられる技術には名称があり、それぞれの特徴があること

C 陸上競技（走り幅跳び） 第1・2学年

<p>1 単元の目標</p> <p>①積極的に取り組み、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ること、分担した役割を果たすこととする（関心・意欲・態度）</p> <p>②自己の課題に応じた練習や運動の取り組み方を工夫することができるようになる。（思考・判断）</p> <p>③スピードに乗った助走から素早く踏み切った跳ぶことができるようになる。（運動の技能）</p> <p>④陸上競技の特性や成り立ち、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（知識・理解）</p>	<p>2 指導上の留意点</p> <p>・記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、基本的な動きや効率のよい動きを身に付けること</p> <p>・学習に積極的に取り組む、ルールやマナーを守ることや分担した役割を果たすことなどに意欲をもち、健康や安全に気を配るとともに、技術の名称や行い方などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにさせる。</p>
---	--

時間	共通メニュー（本時の課題の確認、集団走、準備運動、補強運動など）									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
学習過程	<p>運動の特性や学習のねらい、学習計画を理解する</p> <p>学習内容を学び、学習の見通しをもち</p> <p>○オリエンテーション</p> <p>・単元の目標、陸上競技の特性やねらいの把握</p> <p>・学習の見通し、学習の流れ、約束事、理解</p> <p>・評価の仕方 など</p> <p>○30m走の記録測定</p> <p>・スタンディングスタートから</p> <p>○走り幅跳びの記録測定</p> <p>・実測で記録測定</p>									
技能	<p>ねらい① 技能構造を理解し、各種の練習を通して基礎的な技術を習得する</p> <p>グループ学習から、自己の課題を把握する</p> <p>○走り幅跳びの技能構造の理解と正しい判断</p> <p>・助走</p> <p>・踏み切り動作</p> <p>・空中動作</p> <p>・着地動作</p> <p>○上記の技能を習得させるための練習例</p> <p>・ミニハードルを、タテ向きなど</p> <p>・イリテック10mを、ライフル、リライゼーション</p> <p>・ウレテック踏み切り・着地をかけた踏み切り</p> <p>・エアーマーク使用・足の振り上げ など</p>									
指導内容	<p>ねらい② 自己の課題を解決するための練習を通して、技能を高める</p> <p>グループ学習で高まった技能を評価し合う</p> <p>○自己の課題を解決するための課題別練習</p> <p>ア～オの中から自己の課題に応じた練習を選択して実施</p> <p>○グループ内で技能を見せ合い、評価し、自己や仲間の高まった技能や未解決の課題の把握</p> <p>○次時の課題別練習の目標設定</p>									
指 導 内 容	<p>基本的な動きや効率のよい動きを身に付けることができる</p> <p>スピードに乗った助走</p> <p>素早い踏み切り</p> <p>基本的な動きや効率のよい動きを身に付けることができる</p> <p>リラックスをした踏み切り準備</p> <p>空中動作からの流れでの着地</p> <p>健康・安全に気を配る</p> <p>分担した役割を果たそうとする</p> <p>準備・片付け・記録などの役割に積極的に取り組もうとする</p> <p>陸上競技の特性や成り立ちの理解</p> <p>楽しさや喜びを味わうことのできる運動</p>									
技 能	<p>助走スピードを生かして素早く踏み切ることができる</p> <p>踏み切りに移りやすい範囲でのスピードを落とさない助走</p> <p>助走のスピードを維持したまま走り抜けるような踏み切り</p> <p>助走マークを用いて踏み切り線に足を合わせる</p>									
指 導 内 容	<p>健康・安全に気を配る</p> <p>安全に留意して練習や競争を行うこと</p> <p>陸上競技の特性や成り立ちの理解</p> <p>楽しさや喜びを味わうことのできる運動</p> <p>健康・安全に気を配る</p> <p>分担した役割を果たそうとする</p> <p>準備・片付け・記録などの役割に積極的に取り組もうとする</p> <p>陸上競技の特性や成り立ちの理解</p> <p>楽しさや喜びを味わうことのできる運動</p>									
知識・思考・判断	<p>課題に応じた運動の取り組み方の工夫</p> <p>学習課題への取り組み方を工夫すること</p> <p>基礎的な知識や技能を活用すること</p> <p>腕や足などの効果的な動かし方があること</p> <p>各種目において用いられる技術には名称があり、それぞれのポイントがあること</p> <p>腕や足などの効果的な動かし方があること</p> <p>各目において用いられる技術には名称があり、それぞれのポイントがあること</p> <p>陸上競技の特性や成り立ちの理解</p> <p>楽しさや喜びを味わうことのできる運動</p>									

D 水泳 第1・2学年

<p>1 単元の目標</p> <p>①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。</p> <p>②水泳の事故防止に関する心得など健康・安全に気を配ることができるようにする。(関心・意欲・態度)</p> <p>③自己やペアの課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。(思考・判断)</p> <p>④記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、泳法を身に付けることができるようにする。(運動の技能)</p> <p>⑤水泳の成り立ち、技術の名称や行い方、関連して置まる体力などを理解する。(知識・理解)</p>	<p>2 指導上の留意点</p> <p>・記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、泳法を身に付けることができるようにさせる。</p> <p>・学習に積極的に取り組む、ルールやプールでの安全に気を配ることや分担した役割を果たすことなどに意欲をもち、健康や水泳での安全に気を配るとともに、技術の名称や行い方などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにさせる。</p>
<p>3 学習過程・指導内容</p>	<p>1 共通メニュー(集合、あいさつ、出席点呼、健康観察、本時のねらいと課題の確認、ストレッチ、補強運動(個人・バディで)、水慣れの運動(入水、伏し浮き、け伸び、水中ウォーキング など))</p>
<p>時間</p> <p>0</p>	<p>ねらい①</p> <p>自己の課題解決に向け、各種の泳法を身に付けて泳ぐことができる</p> <p>各種泳法の基本的な技能を習得する</p> <p>○クロール・背泳ぎコース</p> <p>・呼吸練習(け伸びスタート)</p> <p>・キック練習(プル練習(S字プル))</p> <p>・スタート練習・ターン練習</p> <p>○平泳ぎ・バタフライコース(カエル足キック、ドルフィンキック)</p> <p>・プル練習(ハート型、キック形)</p> <p>・呼吸練習(け伸びスタート)</p> <p>・スタート練習・ターン練習</p>
<p>15</p>	<p>ねらい②</p> <p>個人の課題解決に向けて、練習方法を工夫し、記録の向上や競争を楽しむことができる</p> <p>個人課題に応じてコースを選択し、技能を高める</p> <p>アイ</p> <p>呼吸練習(ローリングをしながら2キック目の呼吸など)</p> <p>ウ</p> <p>キック練習(6ビート背面キック、カエル足キック、ドルフィンキックなど)</p> <p>エ</p> <p>プル練習(正確なプル、リカバリ、S字プル、ハート型プル、バタフライプルなど)</p> <p>オ</p> <p>スタート練習(ドルフィンキック、1ストローク1キック、スターティンググリップを使って)</p> <p>ターン練習(クイックターン、1ストローク1キック)</p> <p>*タイムトライアル、コンビネーション</p>
<p>30</p>	<p>記録会</p> <p>・距離泳</p> <p>・記録測定</p>
<p>50</p>	<p>本時の学習の振り返り</p>
<p>種目</p> <p>クロール</p> <p>平泳ぎ</p> <p>背泳ぎ</p> <p>バタフライ</p>	<p>目安の距離</p> <p>25～50m</p> <p>50～100m</p> <p>25～50m</p> <p>25～50m</p>
<p>技能</p>	<p>手の動き(プル)</p> <p>肘を60～90度に曲げてS字プル</p> <p>両手プルは逆ハート型を描くように水をかく</p> <p>水中は肘を肩の横で60～90度程度曲げる</p> <p>空中は手・肘を高く伸ばした直線的なりカハリー</p> <p>臍穴(キーホール)の形を描く</p>
<p>安全の確保</p> <p>段階的な指導</p> <p>健康・安全に気を配る</p> <p>事故防止に関する心得</p> <p>体調の変化、水泳場の注意事項、用具の取り扱い、適切な運動量</p> <p>特性や成り立ちの理解</p> <p>知識、思考、判断</p>	<p>一定のリズムで強いキック</p> <p>カエル足キック</p> <p>腰を「く」の字に曲げずに水平に浮いてキック</p> <p>ビート板を用いてドルフィンキック</p> <p>水中からのスタート</p> <p>浮き上がりのためのキック練習(バタ足、ドルフィンキック)</p> <p>ターンの壁にタッチし、膝を胸のほうに抱え込み蹴り出す</p> <p>ルールやマナーを守る</p> <p>約束事の確認</p> <p>約束事の確保</p> <p>安全性・公平性の確保</p> <p>関連して高まる体力</p> <p>短距離泳では主として瞬発力</p> <p>長距離泳では主として全身持久力</p> <p>基礎的な知識・技能を活用して学習課題への取り組み方を工夫する</p>
<p>指導内容</p>	<p>手の動きや足の動きと呼吸動作を合わせたコンビネーション</p> <p>スピードを高めて泳ぐ</p> <p>ローリングをしながら呼吸のタイミングを取る</p> <p>キックの終わりに合わせて伸び(グライド)をとり、進む</p> <p>手と足の余分な力を抜き、バランスを保ちながら長く泳ぐ</p> <p>リラックスした仰向けの姿勢</p> <p>手足の動作と呼吸動作のタイミングを合わせる</p> <p>呼吸動作のタイミングを合わせる</p> <p>より速い速度での泳ぎ始め</p> <p>クイックターン(水深に十分注意)</p> <p>勝敗などを認め相手の健闘を認める</p> <p>勝敗や個人の記録に關係なく全力を尽くした結果を受け入れること</p> <p>課題に応じた運動の取り組み方の工夫</p>

E 球技「ゴール型」(バスケットボール) 第1・2学年

1 単元の目標	①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、分担した役割を果たそうとすること、作戦などについての話し合い(関心・意欲・態度)に参加しようとするなどや、健康・安全に気を配ることができるようになる。
	②自己やグループの課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。
2 指導上の留意点	③勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わい、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームが展開できるようにする。
	④バスケットボールの特性や成り立ち、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ようにする。(知識・理解)

3 学習過程・指導内容	時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	0	共通メニュー<集合・整列・健康観察・本時のねらいの確認・準備運動・補強運動・ランニング・慣れの運動(毎時間、基本的な動きを取り上げ、主運動につなげやすくする)>	ねらい① 自己やチームの課題に応じた練習を工夫し、今できる技能を使つてゲームを楽しむ	ねらい② 高まった技能で、チームに応じた練習や作戦を工夫してゲームを楽しむ	攻撃(ボール操作の課題解決練習例) ○ドリルゲーム(8の字ドリブル・ゴール下ジャンプシュート・レイアップシュート等) ○個人の課題を解決するための練習(ドリブル・パス・シュート等) ○チームの課題を解決するための練習(パスの連携等)	攻撃(ボール操作の課題解決練習例) ○ボール保持者に対する守り方(構え・手の上げ方等・1対1) ○パスカットの練習(2対1・3対2等) ○チームの守り方の練習	準備(課題解決練習の例) ○ボール保持者(構え・手の上げ方等・1対1) ○パスカットの練習(2対1・3対2等) ○チームの守り方の練習	ゲームII ○第2次リーグ戦(正規に近いルールでのゲーム) ○マンツーマンデファイエンス(ハーフコート・オールコートでも可)	個人・チームの伸びや、学習全体を評価し、次の学習の課題や手かかりをまとめる。		
15	・ルールやマナー ・チーム編成等 ・スキルテスト	攻撃(ボール操作の課題解決練習例) ○ドリルゲーム(8の字ドリブル・ゴール下ジャンプシュート・レイアップシュート等) ○個人の課題を解決するための練習(ドリブル・パス・シュート等) ○チームの課題を解決するための練習(パスの連携等)	攻撃(ボール操作の課題解決練習例) ○ボール保持者に対する守り方(構え・手の上げ方等・1対1) ○パスカットの練習(2対1・3対2等) ○チームの守り方の練習	準備(課題解決練習の例) ○ボール保持者(構え・手の上げ方等・1対1) ○パスカットの練習(2対1・3対2等) ○チームの守り方の練習	ゲームII ○第2次リーグ戦(正規に近いルールでのゲーム) ○マンツーマンデファイエンス(ハーフコート・オールコートでも可)						
30	例:8の字ドリブル ・試しのゲーム 例:4対4(5分) ・課題の明確化	攻撃(ボール操作の課題解決練習例) ○ボール保持者に対する守り方(構え・手の上げ方等・1対1) ○パスカットの練習(2対1・3対2等) ○チームの守り方の練習	準備(課題解決練習の例) ○ボール保持者(構え・手の上げ方等・1対1) ○パスカットの練習(2対1・3対2等) ○チームの守り方の練習	ゲームII ○第2次リーグ戦(正規に近いルールでのゲーム) ○マンツーマンデファイエンス(ハーフコート・オールコートでも可)							
50	本時の学習の振り返り										

技能	基本的な技能(ボール操作)や仲間と連携した動きを生かしたゲーム展開 ドリブル(相手を抜くまたはキープ・パス・バス(味方へのパス)・シュート(得点をねらうシュート)) ゴール方向に守備者がいない位置でのシュート(レイアップシュート・ジャンプシュート) 得点しやすい空間にいる味方へのパス(ロングパス・ゴール下へのパス)	準備・片付け	安全への留意(ボール・用具・活動場所など)	積極的な話し合い活動への参加 それぞれの考えを伝え合うことの重要性を理解し、取り組みむこと	仲間の学習への援助 仲間との連帯感(補助・助言) 自己やチームの課題発見 適切な表現方法	動き方を工夫し、仲間と連携した動きでのゲーム展開 ボールを持たないときの動き パスを受けるための空いているスペースへの動き ボールとゴールが同時に見えるポジション ボール保持者への守り方(マークの仕方)
	指導内容	約束事の確認 積極的に活動に取り組むこと お互いを尊重する気持ち(ルール・マナー・フェアプレー)	役割分担を守ること (記録・審判・得点)	課題に応じた運動の取り組み方の工夫I 技術や名称の理解 行い方・活用方法の理解	課題に応じた運動の取り組み方の工夫II 戦術や作戦の名称の理解 ルール・審判方法の理解	高まる体力についての理解
態度	球技の特性についての理解 球技の歴史についての理解	球技の歴史についての理解	球技の歴史についての理解	球技の歴史についての理解	球技の歴史についての理解	球技の歴史についての理解

E 球技「ネット型」（バレーボール）第1・2学年

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1 単元の目標	①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、分担当した役割を果たそうとすること、作戦などについての話し合い（関心・意欲・態度）												
	②自己やグループの課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。 ③勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わい、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームが展開できるようにする。 ④バレーボールの特性や成り立ち、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ようにする。												
2 指導上の留意点	・勝敗を競い楽しむことや、フェアなプレイを守ろうとすること、分担当した役割を果たそうとすることや話し合いに参加することなど、積極的に取り組むこと、健康や安全に気を配ること、技術の名称や行い方などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにさせる。												
	・積極的に取り組むこと、健康や安全に気を配ること、技術の名称や行い方などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにさせる。												
3 学習過程・指導内容	時間	0	15	30	50	本時の学習の振り返り							
	学習過程	ねらい① 自己やチームの課題に応じた練習を工夫し、今できる技能を使ってゲームを楽しむ ・特性、学習の進め方 ・ルールやマナー ・チーム編成等 ・スキルテスト 例：直上パス(30秒) ・試しのゲーム 例：4対4(ミニコート) ・課題の明確化	ねらい② 自己やチームの課題に応じた練習を工夫し、今できる技能を使ってゲームを楽しむ 攻撃(ボール操作の課題解決練習例) ○ドリブルゲーム(直上パス・対面パス・サーブ・壁打ちスパイク等) ○個人の課題を解決するための練習(パス・レシーブ・サーブ等) ○チームの課題を解決するための練習(ネット越し2対2のラリー練習等) ・スキルテスト 例：直上パス(30秒) ・試しのゲーム 例：4対4(ミニコート) ・課題の明確化	ねらい③ 自己やチームの課題に応じた練習を工夫し、今できる技能を使ってゲームを楽しむ 攻撃(課題解決練習の例) ○ネット越しトスアタック練習・スパイク練習等 ○ボールを持たないときの動き方Ⅲ(守備から攻撃への隊形づくり) ○3段攻撃の練習(レシーブ→トス→スパイク) 準備(課題解決練習の例) ○レシーブ練習(扇形・円陣型・ボックス型等) ○ボールを持たないときの動き方Ⅳ(レシーブの隊形づくりとブロック) ゲームⅡ ○第2次リーグ戦(正規に近いルールでのゲーム) ○3段攻撃型ゲーム等	ねらい④ 高まった技能で、チームに応じた練習や作戦を工夫してゲームを楽しむ 攻撃(課題解決練習の例) ○ネット越しトスアタック練習・スパイク練習等 ○ボールを持たないときの動き方Ⅲ(守備から攻撃への隊形づくり) ○3段攻撃の練習(レシーブ→トス→スパイク) 準備(課題解決練習の例) ○レシーブ練習(扇形・円陣型・ボックス型等) ○ボールを持たないときの動き方Ⅳ(レシーブの隊形づくりとブロック) ゲームⅡ ○第2次リーグ戦(正規に近いルールでのゲーム) ○3段攻撃型ゲーム等	ねらい⑤ 高まった技能で、チームに応じた練習や作戦を工夫してゲームを楽しむ 攻撃(課題解決練習の例) ○ネット越しトスアタック練習・スパイク練習等 ○ボールを持たないときの動き方Ⅲ(守備から攻撃への隊形づくり) ○3段攻撃の練習(レシーブ→トス→スパイク) 準備(課題解決練習の例) ○レシーブ練習(扇形・円陣型・ボックス型等) ○ボールを持たないときの動き方Ⅳ(レシーブの隊形づくりとブロック) ゲームⅡ ○第2次リーグ戦(正規に近いルールでのゲーム) ○3段攻撃型ゲーム等	ねらい⑥ 高まった技能で、チームに応じた練習や作戦を工夫してゲームを楽しむ 攻撃(課題解決練習の例) ○ネット越しトスアタック練習・スパイク練習等 ○ボールを持たないときの動き方Ⅲ(守備から攻撃への隊形づくり) ○3段攻撃の練習(レシーブ→トス→スパイク) 準備(課題解決練習の例) ○レシーブ練習(扇形・円陣型・ボックス型等) ○ボールを持たないときの動き方Ⅳ(レシーブの隊形づくりとブロック) ゲームⅡ ○第2次リーグ戦(正規に近いルールでのゲーム) ○3段攻撃型ゲーム等	ねらい⑦ 高まった技能で、チームに応じた練習や作戦を工夫してゲームを楽しむ 攻撃(課題解決練習の例) ○ネット越しトスアタック練習・スパイク練習等 ○ボールを持たないときの動き方Ⅲ(守備から攻撃への隊形づくり) ○3段攻撃の練習(レシーブ→トス→スパイク) 準備(課題解決練習の例) ○レシーブ練習(扇形・円陣型・ボックス型等) ○ボールを持たないときの動き方Ⅳ(レシーブの隊形づくりとブロック) ゲームⅡ ○第2次リーグ戦(正規に近いルールでのゲーム) ○3段攻撃型ゲーム等	ねらい⑧ 高まった技能で、チームに応じた練習や作戦を工夫してゲームを楽しむ 攻撃(課題解決練習の例) ○ネット越しトスアタック練習・スパイク練習等 ○ボールを持たないときの動き方Ⅲ(守備から攻撃への隊形づくり) ○3段攻撃の練習(レシーブ→トス→スパイク) 準備(課題解決練習の例) ○レシーブ練習(扇形・円陣型・ボックス型等) ○ボールを持たないときの動き方Ⅳ(レシーブの隊形づくりとブロック) ゲームⅡ ○第2次リーグ戦(正規に近いルールでのゲーム) ○3段攻撃型ゲーム等	ねらい⑨ 高まった技能で、チームに応じた練習や作戦を工夫してゲームを楽しむ 攻撃(課題解決練習の例) ○ネット越しトスアタック練習・スパイク練習等 ○ボールを持たないときの動き方Ⅲ(守備から攻撃への隊形づくり) ○3段攻撃の練習(レシーブ→トス→スパイク) 準備(課題解決練習の例) ○レシーブ練習(扇形・円陣型・ボックス型等) ○ボールを持たないときの動き方Ⅳ(レシーブの隊形づくりとブロック) ゲームⅡ ○第2次リーグ戦(正規に近いルールでのゲーム) ○3段攻撃型ゲーム等	ねらい⑩ 高まった技能で、チームに応じた練習や作戦を工夫してゲームを楽しむ 攻撃(課題解決練習の例) ○ネット越しトスアタック練習・スパイク練習等 ○ボールを持たないときの動き方Ⅲ(守備から攻撃への隊形づくり) ○3段攻撃の練習(レシーブ→トス→スパイク) 準備(課題解決練習の例) ○レシーブ練習(扇形・円陣型・ボックス型等) ○ボールを持たないときの動き方Ⅳ(レシーブの隊形づくりとブロック) ゲームⅡ ○第2次リーグ戦(正規に近いルールでのゲーム) ○3段攻撃型ゲーム等	個人・チームの伸びや、学習全体を評価し、次の学習の課題や手加かりをまとめる。	
4 指導内容	基本的能力	基本的な技能(ボール操作)や仲間と連携した動きを生かしたゲーム展開 パス(味方へ・相手コートへ)・サーブ(ねらった場所へ)・トスアタック(空いている空間へ) 中心付近をとらえたサーブ(アンダー・オーバー) 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など	基本的な技能(ボール操作)や仲間と連携した動きを生かしたゲーム展開 パス(味方へ・相手コートへ)・サーブ(ねらった場所へ)・トスアタック(空いている空間へ) 中心付近をとらえたサーブ(アンダー・オーバー) 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など	基本的な技能(ボール操作)や仲間と連携した動きを生かしたゲーム展開 パス(味方へ・相手コートへ)・サーブ(ねらった場所へ)・トスアタック(空いている空間へ) 中心付近をとらえたサーブ(アンダー・オーバー) 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など	基本的な技能(ボール操作)や仲間と連携した動きを生かしたゲーム展開 パス(味方へ・相手コートへ)・サーブ(ねらった場所へ)・トスアタック(空いている空間へ) 中心付近をとらえたサーブ(アンダー・オーバー) 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など	基本的な技能(ボール操作)や仲間と連携した動きを生かしたゲーム展開 パス(味方へ・相手コートへ)・サーブ(ねらった場所へ)・トスアタック(空いている空間へ) 中心付近をとらえたサーブ(アンダー・オーバー) 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など	基本的な技能(ボール操作)や仲間と連携した動きを生かしたゲーム展開 パス(味方へ・相手コートへ)・サーブ(ねらった場所へ)・トスアタック(空いている空間へ) 中心付近をとらえたサーブ(アンダー・オーバー) 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など	基本的な技能(ボール操作)や仲間と連携した動きを生かしたゲーム展開 パス(味方へ・相手コートへ)・サーブ(ねらった場所へ)・トスアタック(空いている空間へ) 中心付近をとらえたサーブ(アンダー・オーバー) 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など	基本的な技能(ボール操作)や仲間と連携した動きを生かしたゲーム展開 パス(味方へ・相手コートへ)・サーブ(ねらった場所へ)・トスアタック(空いている空間へ) 中心付近をとらえたサーブ(アンダー・オーバー) 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など	基本的な技能(ボール操作)や仲間と連携した動きを生かしたゲーム展開 パス(味方へ・相手コートへ)・サーブ(ねらった場所へ)・トスアタック(空いている空間へ) 中心付近をとらえたサーブ(アンダー・オーバー) 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など	基本的な技能(ボール操作)や仲間と連携した動きを生かしたゲーム展開 パス(味方へ・相手コートへ)・サーブ(ねらった場所へ)・トスアタック(空いている空間へ) 中心付近をとらえたサーブ(アンダー・オーバー) 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など	基本的な技能(ボール操作)や仲間と連携した動きを生かしたゲーム展開 パス(味方へ・相手コートへ)・サーブ(ねらった場所へ)・トスアタック(空いている空間へ) 中心付近をとらえたサーブ(アンダー・オーバー) 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など 返球方向への構え・足・手姿勢 など	
	指導内容	約束事の確認 積極的に活動に取り組むこと お互いを尊重する気持ち (ルール・マナー・フェアプレー)	積極的な話し合い活動への参加 それぞれの考えを伝え合うこと この重要性を理解し、取り組みごと	積極的な話し合い活動への参加 それぞれの考えを伝え合うこと この重要性を理解し、取り組みごと	積極的な話し合い活動への参加 それぞれの考えを伝え合うこと この重要性を理解し、取り組みごと	積極的な話し合い活動への参加 それぞれの考えを伝え合うこと この重要性を理解し、取り組みごと	積極的な話し合い活動への参加 それぞれの考えを伝え合うこと この重要性を理解し、取り組みごと	積極的な話し合い活動への参加 それぞれの考えを伝え合うこと この重要性を理解し、取り組みごと	積極的な話し合い活動への参加 それぞれの考えを伝え合うこと この重要性を理解し、取り組みごと	積極的な話し合い活動への参加 それぞれの考えを伝え合うこと この重要性を理解し、取り組みごと	積極的な話し合い活動への参加 それぞれの考えを伝え合うこと この重要性を理解し、取り組みごと	積極的な話し合い活動への参加 それぞれの考えを伝え合うこと この重要性を理解し、取り組みごと	積極的な話し合い活動への参加 それぞれの考えを伝え合うこと この重要性を理解し、取り組みごと
5 評価	球技の特性についての理解 球技の歴史についての理解	球技の特性についての理解 球技の歴史についての理解	球技の特性についての理解 球技の歴史についての理解	球技の特性についての理解 球技の歴史についての理解	球技の特性についての理解 球技の歴史についての理解	球技の特性についての理解 球技の歴史についての理解	球技の特性についての理解 球技の歴史についての理解	球技の特性についての理解 球技の歴史についての理解	球技の特性についての理解 球技の歴史についての理解	球技の特性についての理解 球技の歴史についての理解	球技の特性についての理解 球技の歴史についての理解	球技の特性についての理解 球技の歴史についての理解	高まる体力についての理解

Ⅴ 球技「ベースボール型」(ソフトボール) 第1・2学年

1 単元の目標	①積極的に取り組むことにも、フェアなプレイ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、作戦などについての話し合い(関心・意欲・態度)に参加しようとするなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする。
	②自己やグループの課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。 ③勝敗を驚い合う楽しさや喜びを味わい、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームが展開できるようにする。(運動の技能) ④ソフトボールの特性や成り立ち、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ようにする。(知識・理解)

3 学習過程・指導内容	時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	0	○共通メニュー＜集合・整列・健康観察・本時のねらいの確認・準備運動・補強運動・ランニング・慣れの運動(毎時間、基本的な動きを取り上げ、主運動につなげやすくなる)＞ ○オリエンテーション ・特性、学習の進め方 ・ルールやマナー ・チーム編成等 ・スキルテスト 例:トスバッティング ・試しのゲーム 例:三角ベース ・課題の明確化									
学習過程	15	ねらい① 自己やチームの課題に応じた練習を工夫し、今できる技能を使ってみよう 攻撃(バット操作の課題解決練習例) ○素振り練習(振り方・構え・踏み込み・振り方等の基本的なバット操作) ○バッティング練習Ⅰ(止まったボールを打つ・バント練習・ミート練習等) 守備(ボール操作の課題解決練習例) ○キャッチボール(姿勢・構え・グラブの使い方・ボールのとり方と投げ方等) 攻撃(ボールを持たないときの動きの課題解決練習例) ○走塁練習(全力疾走での一塁への駆け抜け・二塁への進塁等)									
	30	ゲームⅠ ○第1次リーグ戦(コートや人数、ルール等を工夫したゲーム) ○三角ベース型ゲーム(ミニコート)									

指導内容	技能	本時の学習の振り返り 基本的な技能(バット操作やボール操作)を生かしたゲーム展開 ボール(キャッチング・送球)・バット操作(構え・素振り)・走塁(塁間での走り) キャッチング(ゆるいゴロ・ゆるいライナー・フライ) 送球(組った方向への送球・各塁へ) バッティング(構え・水平なスイング・タイミング) 走塁(駆け抜け・進塁・塁上での停止)									
		約東事の確認 積極的に活動に取り組むこと お互いを尊重する気持ち(ルール・マナー・フェアプレー)									
指導内容	態度	安全への留意(ボール・用具・活動場所など) 積極的な話し合い・活動への参加 それぞれの考えを伝え合うことの重要性を理解し、取り組むこと									
		球技の特性についての理解 球技の歴史についての理解									
指導内容	知識、思考・判断	準備・片付け 役割分担を守ること(記録・審判・得点) 課題に応じた運動の取り組み方の工夫Ⅰ 技術や名称の理解 行い方・活用方法の理解									
		課題に応じた運動の取り組み方の工夫Ⅱ 戦術や作戦の名称の理解 ルール・審判方法の理解									

2 指導上の留意点

- ・勝敗を驚い楽しむことや喜びを味わい、基本的なバット操作・走塁・ボールの扱い方や仲間と連携した動きで攻防を展開できるようにさせる。
- ・積極的に取り組むことにも、フェアなプレイ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や話し合いに参加することなどや、健康・安全に気を配ることができるようにさせる。
- ・勝敗を驚い合う楽しさや喜びを味わい、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームが展開できるようにする。
- ・ソフトボールの特性や成り立ち、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ようにさせる。

学習過程	ねらい②	高まった技能で、チームに応じた練習や作戦を工夫してゲームを楽しむ 攻撃(課題解決練習の例) ○バット練習Ⅱ(トスバッティング・フリーバッティング等) ○打撃と走塁の練習 守備(ボール操作の課題解決練習例) ○打球に対応した捕球の練習 ○2人組での打球練習 ○シフトソック(内野位置から一塁への送球・外野位置から二塁への送球等)									
	ゲームⅡ	○第2次リーグ戦(正規に近いルールでのゲーム) ○ダイヤモンド型ゲーム									

指導内容	態度	動き方を工夫し、仲間と連携した動きでのゲーム展開 ボールを持たないときの動き 守備位置での準備姿勢(構え・動き方) 各ポジションの基本的な動き方(定位置・移動しながら)									
		中間の学習への援助 仲間との連帯感(補助・助言) 自己やチームの課題発見 適切な表現方法									
指導内容	知識、思考・判断	課題に応じた運動の取り組み方の工夫Ⅱ 戦術や作戦の名称の理解 ルール・審判方法の理解									
		高まる体力についての理解									

F 武道(柔道) 第1・2学年

<p>1 単元の目標</p> <p>①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らうとすること、分担した役割を果たそうとすることなど、様々な役割を配ることができるようにする。 (関心・意欲・態度) ②自己やペアの課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。 ③相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技を用いて、投げたり抑えたりするなどの攻防を展開できるようにする。 (運動の技能) ④柔道の特性や成り立ち、伝統的な考え方や、技の名称や正しい方、関連して高まる体力などを理解する。 (知識・理解)</p>	<p>2 指導上の留意点</p> <p>・技ができる楽しみや喜びを味わい、基本動作や基本となる技ができるようにさせる。 ・積極的に取り組むことなどを理解し、健康や安全に気を配ることを促す。 ・積極的に取り組むことなどを理解し、健康や安全に気を配ることを促す。</p>	
<p>3 学習過程・指導内容</p>	<p>1 共通メニュー (集合、あいさつ、出席点呼、健康観察、本時のねらいと課題の確認、ストレッチ、補強運動 (個人・ペアで)、慣れの運動 (基本的な動きを取り上げ、主運動につなげやすくする))</p> <p>2 ねらい① ・柔道の特性や学習のねらい、学習計画を理解する。 ・学習内容を知り学習の見通しをもつ</p> <p>3 ねらい② ・基本動作の習得 (礼法、組み方、進退動作、崩し、体さばき、基本動作の崩しゲーム など) ・受け身の習得 (前回り受け身、横受け身、後ろ受け身、受け身ゲーム など) *崩し、体さばきと関連させる</p> <p>4 ねらい③ ・固め技の習得 (けさ固め、横四方固め、上四方固め、抑え込みゲーム) ・投げ技の基本動作</p> <p>5 ねらい④ ・投げ技の習得 (体落とし、木腰、膝車、大外刈り、支え釣り込み足、課題解決練習、グループ練習、かかり練習、約束練習 など)</p> <p>6 2人1組の対人で練習 本時の学習の振り返り</p>	<p>10</p>
<p>学習過程</p>	<p>1 5</p> <p>○オリエンテーション 特性と歴史の理解 礼儀に関する意味の理解 安全と態度 学習の約束・進め方 学習目標の設定 グループ (ペア) 編成 *ペアは体格条件の近い者 学習計画の立案</p>	<p>3 0</p>
<p>学習過程</p>	<p>1 5</p> <p>○自由練習 ・技の連絡変化 ・応じ技 ○ごく簡単な試合 ・審判 ○学習のまとめ</p>	<p>5 0</p>
<p>技能</p>	<p>基本となる技</p> <p><投げ技の基本となる技> 支え技系：膝車→支え釣り込み足 刈り技系：大外刈り→小内刈り、大内刈り まわし技系：体落とし→大腰</p> <p><固め技の基本となる技> けさ固め 横四方固め 上四方固め (「抑え込みの条件」を満たす)</p> <p>取 (技をかける人) 受 (技をかけられる人)</p>	<p>技</p>
<p>指導内容</p>	<p>相手の動きに応じた基本動作</p> <p>姿勢 組み方 進退動作 崩し 体さばき</p> <p>受け身：後ろ受け身→横受け身→前回り受け身</p> <p>崩し：相手の不安定な体勢をとらえて技をかけやすい状態をつくる (八方崩し)</p> <p>「崩し」「体さばき」「技のかけ」をまとまった技能としてとらえる</p> <p>健康・安全に気を配る</p> <p>体調の変化、危険な動作や禁止技を用いないこと、用具や練習場所の安全確認、技の難易度や自己の技能の程度把握</p>	<p>態度</p>
<p>指導内容</p>	<p>投げたり抑えたりするなどの攻防を展開</p> <p>自由練習 ごく簡単な試合</p> <p><投げ技> かかり練習→約束練習→自由練習 *ごく簡単な試合 1~2分程度</p> <p><固め技> けさ固め・横四方固め・上四方固め (「抑え込みの条件」を満たし、相手を抑え込む) *10秒~20秒程度</p> <p>相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守る</p> <p>相手を尊重する独自の作法、所作を守ること 自分で自分を律する 克己の心・礼儀</p>	<p>度</p>
<p>知識・判断</p>	<p>特性や成り立ちの理解</p> <p>技術の名称や正しい方</p> <p>関連して高まる体力</p> <p>闘争力、筋持久力、巧緻性など</p> <p>活動の仕方、組み合わせ方、安全上の留意点などを学習場面に適用・応用する</p> <p>基礎的な知識・技能を活用して学習課題への工夫をする</p>	<p>知識・判断</p>

F 武道(剣道) 第1・2学年

- 1 単元の目標**
 ① 積極的に取り組みとともに、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などや、楽しんで取り組むことなど、健全・安全に気を配ることができるようになる。
 ② 自己やペアの課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。
 ③ 相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技を用いて、打ったり受けたりをできるようにする。
 ④ 剣道の特性や成り立ち、伝統的な考え方や、技の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解する。(知識・理解)
- 3 学習過程・指導内容**

0	共通メニュー(集合、あいさつ、出席点呼、健康観察、本時のねらいと課題の確認、ストレッチ、補強運動(個人・ペアで)、慣れの運動(基本的な動きを取り上げ、主運動につなげやすくなる))									
15	ねらい① 礼法や基本動作を身につけられること、基本となる技を習得することができること	ねらい② 身に付けた基本となる技を生かして練習を工夫し、攻防を楽しむことができる				高まった技能で自由練習やごく簡単な試合のまとめをする				
30	ねらい③ 礼法や基本動作の習得(礼法、構え、体さばき、基本打突の仕方・受け方、足さばきゲーム・素振りゲームなど) *基本打突:正面打ち・左右面打ち・小手打ち・胴打ち(構え、体さばきと関連させる) *ペアでの教え合い、約束練習 など	切り返し練習				〇自由練習 ・しかけ技 ・応じ技 〇ごく簡単な試合 ・審判 〇学習のまとめ				
50	〇オリエンテーション 特性と歴史の理解 礼儀に関する意味の理解 安全と態度・進め方 学習の約束・設定 学習目標の(へり)編成 学習計画の立案 7 防具の着脱	〇基本となる技の習得(しかけ技:二段の技・引き技・応じ技) *課題解決練習、かかり練習、約束練習、ごく簡単な試合 など				2人1組の対人で練習 本時の学習の振り返り				

技能	相手の動きに応じた基本動作 構え 体さばき 基本打突の仕方・受け方 ＜構え・体さばき＞ 自然体、中段の構え、足さばき(歩み足、送り足) ＜基本打突の仕方(受け方)＞ 正面打ち・左右面打ち・小手打ち・胴打ち 基本打突の仕方・受け方は、構え・体さばきと関連させて一連の動きとして身に付ける	基本となる技 ＜しかけ技の基本となる技＞ 二段の技:小手一面、面一脚 引き技:引き面、引き胴 ＜応じ技の基本となる技＞ 抜き技:面抜き胴、小手抜き面 2人1組の対人で、体さばきを用いてしかけ技や応じ技の基本となる技を習得(基本動作や対人的技能との関連)	打ったり受けたりするなどの攻防を展開 かかり練習 約束練習 自由練習 自由練習 自由練習 自由練習 自由練習 ＜しかけ技や応じ技の基本となる技の攻防＞ 技の形を正しく行う 体さばきを用いて相手の構えを崩す 相手の打突をかわして打突する ＜ごく簡単な試合＞ 自由練習の延長として、1～2分程度行う *突き技は扱わない
態度	健康・安全に気を配る 体調の変化、危険な動作や禁止技を用いないこと、防具や練習場所の安全確認、技の難易度や自己の技能の程度の把握	分担した役割を果たそうとする 準備・片付けなどの役割に積極的に取り組みこと 中間の学習を援助すること(仲間への助言など)	相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守る 相手を尊重する独自の作法、所作を守ること 自分で自分を律する 克己の心・礼儀
知識、思考・判断	特性や成り立ちの理解 日本固有の文化 伝統的な考え方や、望ましい自己形成の重視	技術の名称や行い方 技術的なポイントの理解 技をかけるための崩しや体さばきの理解	課題に応じた運動の取り組み方の工夫 活動の仕方、組み合わせ方、安全上の留意などを学習場面に適用・応用する 基礎的な知識・技能を活用して学習課題への取り組み方を工夫する

G ダンス(創作ダンス) 第1・2学年

1 単元の目標	<p>①積極的に取り組むとともに、よさを認め合おうとすること、分担した役割を果たそうとすることなどや、健康・安全に気を配ることが出来るようにする。 (関心・意欲・態度)</p> <p>②自己やグループの課題解決を目指して練習や発表の仕方を工夫することができるようにする。 (思考・判断)</p> <p>③多様なテーマから表したいイメージをとらえ、動きに変化を付けて即興的に表現したり、変化のあるまとまりの表現にしたりして踊ることができるようにする。 (運動の技能)</p> <p>④ダンスの特性、表現の仕方などを理解できるようにする。 (知識・理解)</p>
2 指導上の留意点	<p>・感じを込めて踊ったりみんなと踊ったりする楽しさや喜びを味わい、イメージをとらえた表現や踊りを通して交流ができるようにさせる。</p> <p>・ダンスの学習に積極的に取り組む、仲間のよさを認め合うことなどに意欲を持ち、健康や安全に気を配るとともに、ダンスの特性、踊りの由来と表現の仕方などを理解し課題に応じた運動の取り組み方を工夫することができるようにさせる。</p>

時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
学習過程	<p>共通メニュー〈本時の課題の確認、ダンスウォームアップ・・・円形コミュニケーション、2人組でストレッチ、本時の課題に即したいろいろな動きの手がかりからの即興など〉</p> <p>○オリエンテーション ・学習の約束 ○恥ずかしがらずに堂々と全体を使って思いきり動くこと ○仲間の表現を認め合おう</p> <p>○ものを扱う ・新聞紙を使った即興(例：走る→放り投げる→手で受け止める等) ・新聞紙を使った模倣 (1)先生が (2)2人組で ・ひと流れの動きを練習する ・動きに変化を加えて、ひと流れの動きにする ○ 2つに分け、見せ合い</p>	<p>A 身近な生活や日常動作「スボーン」のスローモーションの動き・何回も繰り返す動きで誇張</p> <p>B 対極の動きの連続「走る→止まる」「走る→跳ぶ→転がる」「伸びる→縮む」</p> <p>C 多様な感じ「激しい」「急変する」「軽快な」「軟らかい」等線急・強弱、静と動の組合せ</p> <p>D 群の動き「集まる」「飛び散る」密集や分散の繰り返す</p>	<p>ねらい① いろいろな仲間とともに、動きに変化を付け、即興的にひと流れの動きにして表現しよう</p> <p>○イメージバスケット・テーマからいろいろなイメージを出し合う ○イメージを即興的に表現・動きのツボンポイント(本時の課題)の工夫 ○思いついた動きを即興的に踊ってみたり、仲間の動きをまねたりする ○変化をつけたひと流れの動きで表現する * 毎回選んだ友達(2~6人)と組んで踊る ○見せ合い1 (お互いの動きを見せ合いポイントにそって評価し合う) ○アドバイスを生かして作品をさらによくする ○見せ合い2</p>	<p>ねらい② 仲間とともに、テーマにふさわしい変化と起伏や場の使い方で、変化のあるひとまとまりの表現にして踊ろう</p> <p>○表したい内容を出し合い、イメージ別グループビンゴ ○グループごとの創作や見せ合い ・前時まで創ったところまで踊ってみる ・グループごとのめあての確認 ・一番表したところ(なかり)が分かるよう工夫する(なかりはじめ→おわりの順に創る) ・見せ合い1 (見せ合いポイントにそって評価し合う) ・アドバイスを生かして作品をさらによくする ・踊り込み ・見せ合い2 (その日のまとめとして)</p>	<p>変化のあるひとまとまりの表現ができる</p> <p>「はじめ～なかに～おわり」の構成で表現して踊ること</p> <p>「はじめ～なかに～おわり」の構成で表現して踊ること</p> <p>「はじめて～なかに～おわり」の構成で表現して踊ること</p> <p>「はじめて～なかに～おわり」の構成で表現して踊ること</p>	<p>多様なテーマから表したいイメージをとらえる 具体的なイメージを示すこと</p> <p>動きに変化を付けて即興的に表現する</p> <p>思いつくままにとらえたイメージをすぐに動きにかえて表現すること</p> <p>動きを誇張したり、繰り返したり、動きに変化を付けてたりして、「ひと流れの動き」にして表現すること</p> <p>スローモーションの動き、変化や連続の動きの組み合わせ</p> <p>ダイナミックに動き、変化や連続の動きの組み合わせ</p> <p>変化やメリハリを付けての表現</p> <p>密集や分散を繰り返してダイナミックに空間が変化する動き</p>	<p>よさを認め合おうとする</p> <p>よさを認め合おうとする</p> <p>よさを認め合おうとする</p> <p>よさを認め合おうとする</p>	<p>ねらい① いろいろな仲間とともに、動きに変化を付け、即興的にひと流れの動きにして表現しよう</p> <p>ねらい② 仲間とともに、テーマにふさわしい変化と起伏や場の使い方で、変化のあるひとまとまりの表現にして踊ろう</p>	<p>ねらい① いろいろな仲間とともに、動きに変化を付け、即興的にひと流れの動きにして表現しよう</p> <p>ねらい② 仲間とともに、テーマにふさわしい変化と起伏や場の使い方で、変化のあるひとまとまりの表現にして踊ろう</p>	<p>ねらい① いろいろな仲間とともに、動きに変化を付け、即興的にひと流れの動きにして表現しよう</p> <p>ねらい② 仲間とともに、テーマにふさわしい変化と起伏や場の使い方で、変化のあるひとまとまりの表現にして踊ろう</p>	<p>発表や交流を通して学習のまとめをする</p> <p>発表や交流を通して学習のまとめをする</p> <p>発表や交流を通して学習のまとめをする</p> <p>発表や交流を通して学習のまとめをする</p>
技能	<p>中間の動きをまねし、みること</p> <p>変化のある簡単なひとまとまりの表現として踊ること</p>	<p>準備、片付け</p> <p>役割分担を守ること</p>	<p>動きに変化を付けて表現すること</p> <p>ダイナミックに動き、変化や連続の動きの組み合わせ</p> <p>変化やメリハリを付けての表現</p> <p>密集や分散を繰り返してダイナミックに空間が変化する動き</p>	<p>多様なテーマから表したいイメージをとらえる 具体的なイメージを示すこと</p> <p>動きに変化を付けて即興的に表現する</p> <p>思いつくままにとらえたイメージをすぐに動きにかえて表現すること</p> <p>動きを誇張したり、繰り返したり、動きに変化を付けてたりして、「ひと流れの動き」にして表現すること</p> <p>スローモーションの動き、変化や連続の動きの組み合わせ</p> <p>ダイナミックに動き、変化や連続の動きの組み合わせ</p> <p>変化やメリハリを付けての表現</p> <p>密集や分散を繰り返してダイナミックに空間が変化する動き</p>	<p>変化のあるひとまとまりの表現ができる</p> <p>「はじめ～なかに～おわり」の構成で表現して踊ること</p> <p>「はじめて～なかに～おわり」の構成で表現して踊ること</p> <p>「はじめて～なかに～おわり」の構成で表現して踊ること</p> <p>「はじめて～なかに～おわり」の構成で表現して踊ること</p>	<p>よさを認め合おうとする</p> <p>よさを認め合おうとする</p> <p>よさを認め合おうとする</p> <p>よさを認め合おうとする</p>	<p>ねらい① いろいろな仲間とともに、動きに変化を付け、即興的にひと流れの動きにして表現しよう</p> <p>ねらい② 仲間とともに、テーマにふさわしい変化と起伏や場の使い方で、変化のあるひとまとまりの表現にして踊ろう</p>	<p>ねらい① いろいろな仲間とともに、動きに変化を付け、即興的にひと流れの動きにして表現しよう</p> <p>ねらい② 仲間とともに、テーマにふさわしい変化と起伏や場の使い方で、変化のあるひとまとまりの表現にして踊ろう</p>	<p>ねらい① いろいろな仲間とともに、動きに変化を付け、即興的にひと流れの動きにして表現しよう</p> <p>ねらい② 仲間とともに、テーマにふさわしい変化と起伏や場の使い方で、変化のあるひとまとまりの表現にして踊ろう</p>	<p>発表や交流を通して学習のまとめをする</p> <p>発表や交流を通して学習のまとめをする</p> <p>発表や交流を通して学習のまとめをする</p> <p>発表や交流を通して学習のまとめをする</p>	
指導内容	<p>約束事の確認</p> <p>恥ずかしがらずに堂々と動くこと 全体を使って思いきり動くこと 仲間の表現を認め合おうこと</p>	<p>準備、片付け</p> <p>役割分担を守ること</p>	<p>動きに変化を付けて表現すること</p> <p>ダイナミックに動き、変化や連続の動きの組み合わせ</p> <p>変化やメリハリを付けての表現</p> <p>密集や分散を繰り返してダイナミックに空間が変化する動き</p>	<p>多様なテーマから表したいイメージをとらえる 具体的なイメージを示すこと</p> <p>動きに変化を付けて即興的に表現する</p> <p>思いつくままにとらえたイメージをすぐに動きにかえて表現すること</p> <p>動きを誇張したり、繰り返したり、動きに変化を付けてたりして、「ひと流れの動き」にして表現すること</p> <p>スローモーションの動き、変化や連続の動きの組み合わせ</p> <p>ダイナミックに動き、変化や連続の動きの組み合わせ</p> <p>変化やメリハリを付けての表現</p> <p>密集や分散を繰り返してダイナミックに空間が変化する動き</p>	<p>変化のあるひとまとまりの表現ができる</p> <p>「はじめ～なかに～おわり」の構成で表現して踊ること</p> <p>「はじめて～なかに～おわり」の構成で表現して踊ること</p> <p>「はじめて～なかに～おわり」の構成で表現して踊ること</p> <p>「はじめて～なかに～おわり」の構成で表現して踊ること</p>	<p>よさを認め合おうとする</p> <p>よさを認め合おうとする</p> <p>よさを認め合おうとする</p> <p>よさを認め合おうとする</p>	<p>ねらい① いろいろな仲間とともに、動きに変化を付け、即興的にひと流れの動きにして表現しよう</p> <p>ねらい② 仲間とともに、テーマにふさわしい変化と起伏や場の使い方で、変化のあるひとまとまりの表現にして踊ろう</p>	<p>ねらい① いろいろな仲間とともに、動きに変化を付け、即興的にひと流れの動きにして表現しよう</p> <p>ねらい② 仲間とともに、テーマにふさわしい変化と起伏や場の使い方で、変化のあるひとまとまりの表現にして踊ろう</p>	<p>ねらい① いろいろな仲間とともに、動きに変化を付け、即興的にひと流れの動きにして表現しよう</p> <p>ねらい② 仲間とともに、テーマにふさわしい変化と起伏や場の使い方で、変化のあるひとまとまりの表現にして踊ろう</p>	<p>発表や交流を通して学習のまとめをする</p> <p>発表や交流を通して学習のまとめをする</p> <p>発表や交流を通して学習のまとめをする</p> <p>発表や交流を通して学習のまとめをする</p>	
知識、思考・判断	<p>課題に合った練習をするこ うまくこなすこと</p>	<p>課題に合った練習方法を選ぶこと</p> <p>課題に合った練習方法を選ぶこと</p>	<p>動きに変化を付けて表現すること</p> <p>ダイナミックに動き、変化や連続の動きの組み合わせ</p> <p>変化やメリハリを付けての表現</p> <p>密集や分散を繰り返してダイナミックに空間が変化する動き</p>	<p>多様なテーマから表したいイメージをとらえる 具体的なイメージを示すこと</p> <p>動きに変化を付けて即興的に表現する</p> <p>思いつくままにとらえたイメージをすぐに動きにかえて表現すること</p> <p>動きを誇張したり、繰り返したり、動きに変化を付けてたりして、「ひと流れの動き」にして表現すること</p> <p>スローモーションの動き、変化や連続の動きの組み合わせ</p> <p>ダイナミックに動き、変化や連続の動きの組み合わせ</p> <p>変化やメリハリを付けての表現</p> <p>密集や分散を繰り返してダイナミックに空間が変化する動き</p>	<p>変化のあるひとまとまりの表現ができる</p> <p>「はじめ～なかに～おわり」の構成で表現して踊ること</p> <p>「はじめて～なかに～おわり」の構成で表現して踊ること</p> <p>「はじめて～なかに～おわり」の構成で表現して踊ること</p> <p>「はじめて～なかに～おわり」の構成で表現して踊ること</p>	<p>よさを認め合おうとする</p> <p>よさを認め合おうとする</p> <p>よさを認め合おうとする</p> <p>よさを認め合おうとする</p>	<p>ねらい① いろいろな仲間とともに、動きに変化を付け、即興的にひと流れの動きにして表現しよう</p> <p>ねらい② 仲間とともに、テーマにふさわしい変化と起伏や場の使い方で、変化のあるひとまとまりの表現にして踊ろう</p>	<p>ねらい① いろいろな仲間とともに、動きに変化を付け、即興的にひと流れの動きにして表現しよう</p> <p>ねらい② 仲間とともに、テーマにふさわしい変化と起伏や場の使い方で、変化のあるひとまとまりの表現にして踊ろう</p>	<p>ねらい① いろいろな仲間とともに、動きに変化を付け、即興的にひと流れの動きにして表現しよう</p> <p>ねらい② 仲間とともに、テーマにふさわしい変化と起伏や場の使い方で、変化のあるひとまとまりの表現にして踊ろう</p>	<p>発表や交流を通して学習のまとめをする</p> <p>発表や交流を通して学習のまとめをする</p> <p>発表や交流を通して学習のまとめをする</p> <p>発表や交流を通して学習のまとめをする</p>	

G ダンス(現代的なリズムのダンス) 第1・2学年

1 単元目標	① 積極的に取り組むとともに、よさを認め合おうとすること、分担当した役割を果たそうとすること、健康・安全に気を配ること(関心・意欲・態度)ができるようにする。
	② 自己やグループの課題解決を目指して練習や発表の仕方を工夫することができるようになる。 ③ リズムの特徴をとらえ、変化のある動きを組み合わせて、リズムに乗って全身で踊ることができるようにする。 ④ ダンスの特性、表現の仕方などを理解できるようにする。

3 学習過程・指導内容	時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
	0	本時の課題の確認、ダンスウォームアップ・・・円形コミュニケーション、2人組でストレッチ、本時の課題に即したいろいろな動きの手がかりからの即興など	○ロックのリズム アフタービート(強いアクセント)	○サンバのリズム ヘソの前後スイング(ワン・タッタのリズムで)	○レガエのリズム ヘソの横スイング(リラックサして)	○ヒップホップのリズム 縦リ(1拍ずつ強いアクセント)						
	15	○かかわり合いを重視した定型のダンス ○自然な弾みやスイングなどの動きで気持ちよく、簡単な繰り返しリズムで踊る。 (1)先生のまねして (2)2人組で ・最後のポーズを入れ、クラスを2つに分け、見せ合い	ねらい① 仲間とかがわり合いながら、いろいろなリズムに乗って全身で踊ろう									
	30	○かかわり合いの動きをまねして踊る ○リズムの特徴をとらえて踊ってみる*毎回違った友達(2~4人)と組んで踊る ○変化のある動きを加えて踊ってみる(リズムのり方と動きの変化) ○見せ合い1 (半分にわけお互いの動きを見せ合い、お互いのよい動きを写し合う) (交流) ○交流を生かして作品をさらによくする ○見せ合い2										


指導内容	50	本時の学習の振り返り									
	技能	リズムの特徴をとらえる	自分たちが選んだ曲のリズムの特徴を捉えること	縦リ	変化のある動きを組み合わせて踊る	手拍子、足拍子、スキップ、片足とび、両足とび、蹴る、歩く、走る、ねじる、回る、転がる、振る、曲げる、などの動きで素早く動いてみたり、止まったりすること					
	態度	約束事の確認	恥ずかしがらずに堂々と動くこと 体全体を使って思いきり動くこと 仲間の表現を認め合うこと	準備、片付け 役割分担当を守ること	よさを認め合おうとする	よさを認め合おうとする	分担当した役割を果たそうとすることなど 仲間が助言しようとする				
	知識、思考・判断	練習の仕方の理解	課題に合った練習をすることでうまくなること	課題に応じた練習方法を選ぶこと	課題に応じた練習方法を選ぶこと	課題に応じた練習方法を選ぶこと	課題に応じた練習方法を工夫すること	課題に応じた練習方法を工夫すること	課題に応じた練習方法を工夫すること	課題に応じた練習方法を工夫すること	課題に応じた練習方法を工夫すること

2 指導上の留意点

- ・感じ込みで踊ったりみんなで踊ったりする楽しさや喜びを味わい、イメージをとらえた表現や踊りを通して交流ができるようにさせる。
- ・ダンスの学習に積極的に取り組む、仲間のよさを認め合うことなどに意欲を持ち、健康や安全に気を配るとともに、ダンスの特性、踊りの由来と表現の仕方などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫することができるようにさせる。

ねらい② 仲間とともに、リズムの特徴をとらえ、変化のある動きを組み合わせて、リズムに乗って全身で踊ろう	【アンポイントの工夫】 手拍子、足拍子、スキップ、片足とび、両足とび、蹴る、歩く、走る、ねじる、回る、転がる、振る、曲げる、などの動きを素早く動いてみたり、止まったりすること
○踊りたいリズム別グルーピング	○ダンスパーティー ・リレ形式に1グループずつ順に発表し、他のグループは拍手で応援する ○今まで学習したダンスをすべて踊ってまとめとする ○単元のまとめ

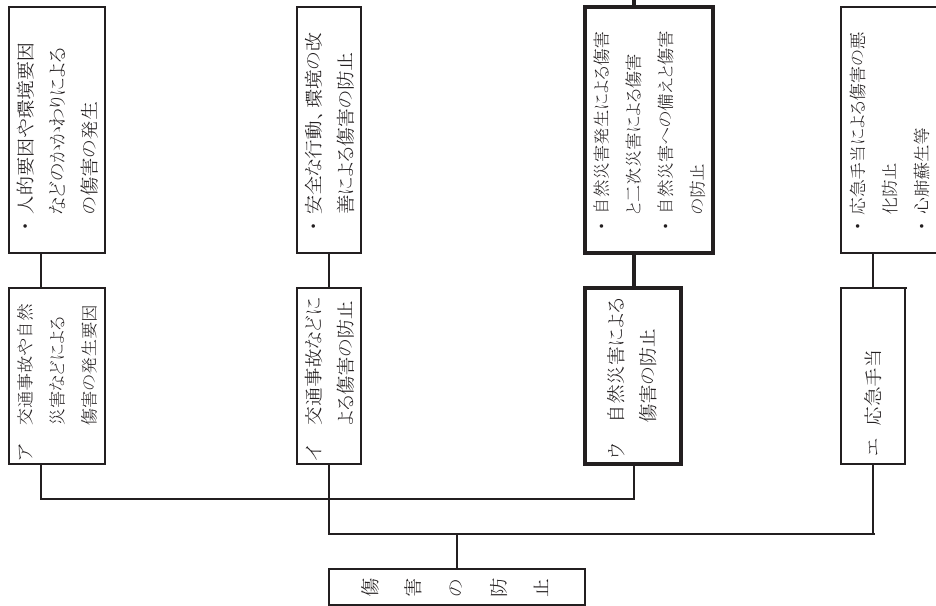
H 体育理論（運動やスポーツの多様性） 第1学年

<p>1 単元目標</p> <p>① 運動やスポーツが多様であることについて、関心をもち、仲間と意見交換をしたり、記録をしたりして進んで学習に取り組み（関心・意欲・態度） ② 運動やスポーツが多様であることについて、適切な回答を見つけて（思考・判断） ③ 運動やスポーツが多様であることについて理解できるようにする。（知識・理解）</p>	<p>2 指導上の留意点</p> <p>・各学年において、すべての生徒に履修させるとともに、授業時数を各学年で3単位時間以上を配当することとして、この点を十分考慮して指導計画を作成する必要がある。 ・第1学年においては、(1)運動やスポーツの多様性を取り上げることとする。 ・第2学年においては、(2)運動やスポーツが心身の発達に与える効果と安全を取り上げることとする。 ・第3学年においては、(3)文化としてのスポーツの意義を取り上げることとする。</p>
<p>3 学習過程・指導内容</p>	<p>2</p> <p>Q1 運動やスポーツには、自分ができること以外にどのような楽しみ方があるのだろうか</p> <p>運動やスポーツへのかわり方 する・見る・支える (板書)</p> <p>Q2 運動やスポーツは、多くの人の支えがあったり成り立っている。「支える」活動には、どのようなかわり方があるのだろうか</p>  <p>意見や感想をまとめて発表する</p>
<p>時間</p> <p>0</p> <p>Q1 知っている運動やスポーツ名を書いてみよう (ビンゴカードに記入)</p> <p>15</p> <p>Q2 運動やスポーツは、人々になぜ愛されているのだろうか</p> <p>必要性と多様な楽しさ (板書)</p> <p>Q3 運動やスポーツは、本当に必要だろうか</p> <p>賛成・反対の意見交換 【言語活動の充実】主張の要約</p> <p>30</p> <p>Q4 現代において運動やスポーツは、どのような役割を果たしているのだろうか</p> <p>Q5 運動やスポーツは、どのようなタイプに分類できるか分析してみよう (Q1の種目も当てはめてみよう)</p> <p>☆要素(競争的、記録向上、対戦的、自己表現的、自然体験的、健康や体力向上)</p> <p>50</p> <p>発展ととらえ方の変容 (板書)</p>	<p>3</p> <p>Q1 サッカーの時、ゴールにけり込む動作をなんと呼びますか Q2 シュート、ドリブル、リフティングなどを総称してなんと呼びますか Q3 野球の送りバントなど仲間と連携して行う戦い方をなんと呼びますか</p> <p>技術、戦術、作戦などの定義表 (板書)</p> <p>Q4 走り高跳びの世界記録は、どのように変化しているのだろうか また、大きく変化しているときに何があったのだろうか 【言語活動の充実】情報の分析</p> <p>Q5 技術の向上には、どのような方法があるのだろうか 発明への意見交換 【言語活動の充実】主張の要約 ☆よい動き方を見つける。 ・合理的な練習の目標や計画を立てる ・実施後の結果の確認をする</p> <p>まとめの確認テスト 活用問題・知識問題</p>
<p>学習過程</p>	<p>運動やスポーツが多様であること</p> <p>運動やスポーツへの多様なかわり方</p> <p>する、見る、支える</p> <p>調べる</p>
<p>単元</p>	<p>運動やスポーツの必要性と楽しさ</p> <p>運動やスポーツの発展と変容</p> <p>スポーツの概念</p> <p>運動やスポーツの起原</p> <p>運動やスポーツの発展と楽しさから生み出されたこと</p> <p>運動やスポーツが多様であることについて、積極的に意見交換をしたり、情報を見いだしたりすること</p> <p>運動やスポーツへの多様なかわり方があることについて、言ったり、書き出したこと</p> <p>運動やスポーツの発生、発展について、言ったり、書き出したこと</p> <p>人々の生活に深くかかわりながら、いろいろな欲求や必要性を満たしつつ発展し、その時々々の社会の変化とともに、そのとらえ方も変容してきたこと</p>
<p>単元</p>	<p>運動やスポーツの必要性と楽しさ</p> <p>運動やスポーツの発展と変容</p> <p>スポーツの概念</p> <p>運動やスポーツの起原</p> <p>運動やスポーツの発展と楽しさから生み出されたこと</p> <p>運動やスポーツが多様であること</p> <p>運動やスポーツへの多様なかわり方があることについて、積極的に意見交換をしたり、情報を見いだしたりすること</p> <p>運動やスポーツへの多様なかわり方があることについて、言ったり、書き出したこと</p> <p>運動やスポーツの発生、発展について、言ったり、書き出したこと</p> <p>人々の生活に深くかかわりながら、いろいろな欲求や必要性を満たしつつ発展し、その時々々の社会の変化とともに、そのとらえ方も変容してきたこと</p>
<p>指導内容</p>	<p>運動やスポーツの発生、発展について、言ったり、書き出したこと</p> <p>人々の生活に深くかかわりながら、いろいろな欲求や必要性を満たしつつ発展し、その時々々の社会の変化とともに、そのとらえ方も変容してきたこと</p> <p>運動やスポーツが多様であることについて、積極的に意見交換をしたり、情報を見いだしたりすること</p> <p>運動やスポーツへの多様なかわり方があることについて、言ったり、書き出したこと</p> <p>運動やスポーツの発生、発展について、言ったり、書き出したこと</p> <p>人々の生活に深くかかわりながら、いろいろな欲求や必要性を満たしつつ発展し、その時々々の社会の変化とともに、そのとらえ方も変容してきたこと</p>
<p>内容</p>	<p>運動やスポーツの発生、発展について、言ったり、書き出したこと</p> <p>人々の生活に深くかかわりながら、いろいろな欲求や必要性を満たしつつ発展し、その時々々の社会の変化とともに、そのとらえ方も変容してきたこと</p> <p>運動やスポーツが多様であることについて、積極的に意見交換をしたり、情報を見いだしたりすること</p> <p>運動やスポーツへの多様なかわり方があることについて、言ったり、書き出したこと</p> <p>運動やスポーツの発生、発展について、言ったり、書き出したこと</p> <p>人々の生活に深くかかわりながら、いろいろな欲求や必要性を満たしつつ発展し、その時々々の社会の変化とともに、そのとらえ方も変容してきたこと</p>

保健 「傷害の防止」(自然災害による傷害の防止) 第2学年

1 単元の目標

- ① 交通事故や自然災害などについて、自分の経験や資料を用いて話し合い活動を行い、仲間と積極的に意見交換することができるようにする。(関心・意欲・態度)
- ② 交通事故や自然災害などについて、話し合い活動などをもとに自分の生活の課題をとらえ、適切な行動を考えることができるようにする。(思考・判断)
- ③ 交通事故や自然災害などについて、様々な要因への適切な対策を理解し、また要因に対して適切な予防策や災害発生後の対策があることについて理解できるようにする。(知識・理解)



2 指導上の留意点

- ・ 知識の習得を重視した上で、知識を活用する学習活動を積極的に行うことにより、思考力、判断力等を育成する。
- ・ 事例などを用いたディスカッション、ブレインストーミング、心臓蘇生法などの実習、実験、課題学習などを取り入れることとする。
- ・ 実習を取り入れる際には、応急手当の意義や手順など、該当する指導内容を理解できるようにすることに留意する。
- ・ 実験を取り入れる際には、実験の方法を習得することではなく、内容についての仮説を設定し、これを検証したり、解決したりする実証的な問題解決を図る活動を通して、科学的な事実や法則などの指導内容を理解できるようにするために留意する。
- ・ 必要に応じてコンピュータ等を活用すること、地域や学校の実情に応じて養護教諭や栄養教諭、学校栄養職員など専門性を有する教職員等の参加・協力を推進することなど多様な指導方法の工夫を行うよう配慮することとする。

3 学習過程・指導内容

時間	1	2
0	<p>《導入例》 学校で地震が発生したとき、どんな危険が起こるだろうか。 * 校内の危険箇所を拡大した校内図などを用いて示させる</p>	<p>《導入例1》 学校で「ここは危ない」と思う場所をあげ、どのような対策が必要なのかを考えてみよう</p> <p>《導入例2》 自宅から学校までの危険箇所を事前にチェックし災害発生後の帰宅ルートの確認しよう</p> <p>《導入例3》 ○防災グッズの提示 ○地震後の被災地の写真の提示</p>
15	<p>《展開例1》 自然災害による傷害について調べよう * 近年に起こった災害に関する新聞記事やインターネットなどで実態を把握し、対策を考えさせる</p> <p>《展開例2》 災害によって被害を受けた被災地のビデオ等を視聴し、なぜこのような被害が出たのかを検討し、対策を考える * 班で意見交換をし、内容をまとめる 【言語活動】</p>	<p>《展開例1》 学校の危険箇所をチェックし可能な範囲で対策を考えよう</p> <p>《展開例2》 災害発生時に的確な情報を得るためにはどのような手段を用いるとよいか話し合おう</p> <p>《展開例3》 災害発生時の状況と対策を考えよう * 災害発生後の行動について情報収集を行う必要があることを理解させる</p> <p>《展開例4》 ○パソコンやワークシートを用いて、自然災害によって引き起こされる二次災害の現状と対策を考えよう * 災害発生後の行動について情報収集を行う必要があることを理解させる</p> <p>《まとめ例》 班活動の成果を発表し、学習のまとめを行う</p>
30	<p>インターネットの利用 図書室の利用</p> <p>《まとめ例》 班活動の成果を発表し、学習のまとめを行う</p>	<p>自然災害による傷害の防止 自然災害への備えと傷害の防止</p> <p>自然災害発生による傷害と二次災害による傷害 自分の経験や資料を用いて話し合い活動や実習を行い、仲間と積極的に意見交換することに取り組もうとする 災害への備えや防止について言ったり、書き出したりすること 災害について言ったり、書き出したりすること 自然災害による傷害は、例えば、地震が発生した場合に家屋の倒壊や家具の落下、転倒などによる危険が原因となつて生じること 地震に伴って、津波、土砂崩れ、地割れ、火災などによる二次災害によつても生じること 自然災害による傷害が発生した時や発生した後、周囲の状況を的確に判断し、冷静・迅速・安全に行動すること 事前の情報やテレビ、ラジオ等による災害情報を把握する必要があること</p>
50	<p>《まとめ例》 班活動の成果を発表し、学習のまとめを行う</p>	<p>自然災害による傷害の防止 自然災害への備えと傷害の防止</p> <p>自然災害発生による傷害と二次災害による傷害 自分の経験や資料を用いて話し合い活動や実習を行い、仲間と積極的に意見交換することに取り組もうとする 災害への備えや防止について言ったり、書き出したりすること 自然災害による傷害は、例えば、地震が発生した場合に家屋の倒壊や家具の落下、転倒などによる危険が原因となつて生じること 地震に伴って、津波、土砂崩れ、地割れ、火災などによる二次災害によつても生じること 自然災害による傷害が発生した時や発生した後、周囲の状況を的確に判断し、冷静・迅速・安全に行動すること 事前の情報やテレビ、ラジオ等による災害情報を把握する必要があること</p>
内容のまとめ	<p>自然災害による傷害の防止 自然災害への備えと傷害の防止</p>	
具体的内容	<p>自然災害発生による傷害と二次災害による傷害 自分の経験や資料を用いて話し合い活動や実習を行い、仲間と積極的に意見交換することに取り組もうとする 災害への備えや防止について言ったり、書き出したりすること 自然災害による傷害は、例えば、地震が発生した場合に家屋の倒壊や家具の落下、転倒などによる危険が原因となつて生じること 地震に伴って、津波、土砂崩れ、地割れ、火災などによる二次災害によつても生じること 自然災害による傷害が発生した時や発生した後、周囲の状況を的確に判断し、冷静・迅速・安全に行動すること 事前の情報やテレビ、ラジオ等による災害情報を把握する必要があること</p>	
態度	<p>自然災害による傷害の防止 自然災害への備えと傷害の防止</p>	
指導内容	<p>話し合い活動などをもとに自分の生活の課題を考えることができるようにすること</p>	

保健「健康な生活と疾病の予防」(保健・医療機関や医薬品の有効利用) 第3学年

1 単元の目標

- 健康な生活や疾病の予防について、自分の経験や資料を用いて話し合い活動を行い、仲間と積極的に意見交換することができるようにする。
- 健康な生活や疾病の予防について、話し合い活動などをもとに自分の生活の課題をとらえ、適切な行動を考へることができるようにする。
- 健康な生活や疾病の予防について、健康を保持増進するために様々な要因への対処を理解し、また要因に対して適切な予防策があることについて理解できるようにする。

3 学習過程・指導内容

時間	1	2
0	<p>《導入例》 健康にかかわる機関を、病院以外であげてみよう</p> <p>《展開例1》 ○それぞれの機関の役割を考えてみよう * 班による話し合い ○その機関の役割を調べてみよう</p> <p>《展開例2》 ○それぞれの機関の役割について知る ○その機関についてのガイドブックを作ろう</p> <p>《展開例3》 ○インターネットの利用 ○図書室の利用 ○関係機関の協力</p> <p>班で意見交換をし内容をまとめる 【言語活動】</p> <p>《まとめ例》 班活動の成果を発表し、学習のまとめよう</p>	<p>《導入例1：発問》 ①使用上の注意書きがありますか、全て読みますか。 ②薬を飲むときに気を付けていることはありますか。</p> <p>《導入例2：〇×クイズ》 ○カプセル剤の中身を出して、粉薬のように飲んでみよう。 ○いつもよりも頭が痛かったので、薬の量を倍にしたので、効果があるか。</p> <p>《展開例1：実習》 ○錠剤と粉薬を水に溶かし、溶け方の違いを観察しよう。 ○錠剤をぬれた手で取ると、皮膚につくことを観察しよう。</p> <p>《展開例2：班活動》 ○説明書に書かれている内容を各自で予測し、話し合おう。 ○いくつかの説明書を読みくらべ、中学生が読みやすい使用説明書を作成しよう。 ○説明書に書かれている内容の通りに使用しないこと、どのような影響が身体に起こるか話し合おう。</p> <p>《展開例3：講義形式》 ○パソコンやワークシートを用いて、主作用と副作用について考えよう(副作用による写真などを用いる) * 医薬品は正しく使用することによりその効果があり、誤った使用方法は身体に悪影響を及ぼすことを理解させる</p> <p>《まとめ例》 班活動の成果を発表し、学習のまとめを行う</p>
15	<p>《導入例》 健康にかかわる機関を、病院以外であげてみよう</p> <p>《展開例1》 ○それぞれの機関の役割を考えてみよう * 班による話し合い ○その機関の役割を調べてみよう</p> <p>《展開例2》 ○それぞれの機関の役割について知る ○その機関についてのガイドブックを作ろう</p> <p>《展開例3》 ○インターネットの利用 ○図書室の利用 ○関係機関の協力</p> <p>班で意見交換をし内容をまとめる 【言語活動】</p> <p>《まとめ例》 班活動の成果を発表し、学習のまとめよう</p>	<p>《導入例3：その他》 ○取扱説明書の拡大 ○何種類かの医薬品の例示 * 人体の図を配布し、どこから薬が体内に吸収されていく</p>
30	<p>《導入例》 健康にかかわる機関を、病院以外であげてみよう</p> <p>《展開例1》 ○それぞれの機関の役割を考えてみよう * 班による話し合い ○その機関の役割を調べてみよう</p> <p>《展開例2》 ○それぞれの機関の役割について知る ○その機関についてのガイドブックを作ろう</p> <p>《展開例3》 ○インターネットの利用 ○図書室の利用 ○関係機関の協力</p> <p>班で意見交換をし内容をまとめる 【言語活動】</p> <p>《まとめ例》 班活動の成果を発表し、学習のまとめよう</p>	<p>《導入例3：その他》 ○取扱説明書の拡大 ○何種類かの医薬品の例示 * 人体の図を配布し、どこから薬が体内に吸収されていく</p>
50	<p>《導入例》 健康にかかわる機関を、病院以外であげてみよう</p> <p>《展開例1》 ○それぞれの機関の役割を考えてみよう * 班による話し合い ○その機関の役割を調べてみよう</p> <p>《展開例2》 ○それぞれの機関の役割について知る ○その機関についてのガイドブックを作ろう</p> <p>《展開例3》 ○インターネットの利用 ○図書室の利用 ○関係機関の協力</p> <p>班で意見交換をし内容をまとめる 【言語活動】</p> <p>《まとめ例》 班活動の成果を発表し、学習のまとめよう</p>	<p>《導入例3：その他》 ○取扱説明書の拡大 ○何種類かの医薬品の例示 * 人体の図を配布し、どこから薬が体内に吸収されていく</p>
内容のまとめ	<p>健康の保持増進や疾病予防の役割を担っている保健・医療機関とその利用</p> <p>自分の経験や資料を用いて話し合い活動や実習を行い、仲間と積極的に意見交換することに取り組もうとする</p> <p>各機関の役割について言ったり、書き出したりすること</p> <p>健康の保持増進と疾病予防には、各機関が持つ機能を有効に利用する必要があること</p> <p>話し合い活動などをもとに自分の生活の課題をとらえ、適切な行動を考へることができるようにすること</p>	<p>健康の保持増進や疾病予防の役割を担っている保健・医療機関とその利用</p> <p>自分の経験や資料を用いて話し合い活動や実習を行い、仲間と積極的に意見交換することに取り組もうとする</p> <p>各機関の役割について言ったり、書き出したりすること</p> <p>健康の保持増進と疾病予防には、各機関が持つ機能を有効に利用する必要があること</p> <p>話し合い活動などをもとに自分の生活の課題をとらえ、適切な行動を考へることができるようにすること</p>
内容	<p>健康の成り立ち ・ 主体と環境の要因のかかわりによって起こる疾病</p> <p>生活行動・生活習慣と健康 ・ 食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活の継続 ・ 生活習慣の乱れと生活習慣病などのつながり</p> <p>喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 ・ 心身への様々な影響 ・ 健康を損なう原因 ・ 個人の心理状態や人間関係、社会環境などの要因に対する適切な対処</p> <p>感染症の予防 ・ 病原体が主な原因となつて発生する感染症 ・ 発生源、感染経路、主体への対策による感染症の予防</p> <p>保健・医療機関や医薬品の有効利用 ・ 健康の保持増進や疾病予防の役割を担っている保健・医療機関とその利用 ・ 医薬品の正しい使用</p> <p>個人の健康を守る社会の取組 ・ 個人の健康と社会的な取組のかかわり</p>	<p>健康の成り立ち ・ 主体と環境の要因のかかわりによって起こる疾病</p> <p>生活行動・生活習慣と健康 ・ 食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活の継続 ・ 生活習慣の乱れと生活習慣病などのつながり</p> <p>喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 ・ 心身への様々な影響 ・ 健康を損なう原因 ・ 個人の心理状態や人間関係、社会環境などの要因に対する適切な対処</p> <p>感染症の予防 ・ 病原体が主な原因となつて発生する感染症 ・ 発生源、感染経路、主体への対策による感染症の予防</p> <p>保健・医療機関や医薬品の有効利用 ・ 健康の保持増進や疾病予防の役割を担っている保健・医療機関とその利用 ・ 医薬品の正しい使用</p> <p>個人の健康を守る社会の取組 ・ 個人の健康と社会的な取組のかかわり</p>

2 指導上の留意点

- 知識の習得を重視した上で、知識を活用する学習活動を積極的にを行うことにより、思考力、判断力等を育成する。
- 事例などを用いたディスカッション、ブレインストーミング、心肺蘇生法などの実習、実験、課題学習などを取り入れることとする。
- 実習を取り入れる際には、応急手当ての意義や手順など、該当する指導内容を理解できるようにすることに留意する。
- 実験を取り入れる場合は、実験の方法を習得することではなく、内容についての仮説を設定し、これを検証したり、解決したりする。実証的な問題解決を図る活動を通して、科学的な事実や法則などの指導内容を理解できるようにするために留意する。
- 必要に応じてコンピュータ等を活用すること、地域や学校の実情に応じて養護教諭や栄養教諭、学校栄養職員など専門性を有する教職員等の参加・協力を推進することなど多様な指導方法の工夫を行うよう配慮することとする。