

第二学年 年間指導計画・主な指導（基礎・基本となる）内容・観点別の主な評価規準

（山梨大学教育人間科学部附属中学校 保健体育科：H22）

月	4月			5月			6月			7月			9月				10月			11月		12月			1月		2月			3月					
週	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
①	体づくり運動 (6)			球技 (15) ソフトボール						陸上競技 (8)				器械運動 (8)				武道 (10) 柔道			ダンス (10)			体づくり(1)	球技 (15) サッカー										
②	知識 (2)			保健 (14)														知識 (2)																	

主な指導（基礎・基本となる）内容 * 「体育に関する知識」「保健」を除いて。枠に入らない部分は別紙を参照してください。

	体づくり運動	ソフトボール	走り幅跳び・ハードル走	跳び箱	柔道	ダンス	サッカー
態度の内容	<ul style="list-style-type: none"> 仲間と協力しあって運動する態度を例示にしたがって運動を自ら進んで行う態度 自分の体の状態などに関心を強め、少しでもいい状態にしようとする心がまえ 	<ul style="list-style-type: none"> 積極的に運動に取り組む姿勢 仲間と協力する姿勢 勝敗に対する正しい態度 ゲームの開始と終わりに挨拶をする 道具の準備片付けを協力して行う 安全への留意 	<ul style="list-style-type: none"> 仲間とともに取り組む協力性と責任感 仲間との競争により、互いに高めあう姿勢 勝敗に対する公正な態度 自己の能力の限界に挑み、記録を伸ばそうとする姿勢 練習場や器具の安全を確かめ、事故を起こさないように留意する態度 	<ul style="list-style-type: none"> 安全に留意しての器械・器具の準備（役割分担を果たす） 体を充分ほぐしけがを予防する姿勢 技の完成度を高めるため体力向上に心がける姿勢 アドバイスし合いながら技の完成に向け努力する態度 繰り返し練習している仲間の努力やよい演技を認めようとする態度 	<ul style="list-style-type: none"> 基本動作の再確認 着衣、礼法 相手を尊重する心と態度 自己の能力を最大発揮する姿勢 仲間と協力し、学習をすすめる態度 勝敗に対する公正な態度 禁じ技に対する厳正な態度 安全に留意する態度 	<ul style="list-style-type: none"> 意欲的に取り組み、自己の能力を最大発揮しながら踊る楽しさを味わう姿勢 グループ内における自己主張と協調 互いのよさを認め、交流しあう態度 安全に留意する態度 	<ul style="list-style-type: none"> 積極的に運動に取り組む姿勢 仲間と協力する姿勢 勝敗に対する正しい態度 ゲームの開始と終わりに挨拶をする 道具の準備片付けを協力して行う
知識 思考 判断 の内容	<ul style="list-style-type: none"> 例示にそって体ほぐしの行い方と体力の高め方を工夫すること 仲間と意見を出し合っのグループ学習 自己の身体の変化に気付きながら構成を工夫した運動 	<ul style="list-style-type: none"> 実力に応じた課題設定 グループに即した練習方法の工夫 教え合い ゲームの進め方と実態に合わせたルールの工夫 実技書などの資料の活用 学習の振り返りと課題発見 	<ul style="list-style-type: none"> 自己の能力に適した種目の選択と目標設定 記録向上のための練習方法の工夫 相互評価と教え合い 実技書などの資料の活用 自己の運動の行ない方を客観的に捉える力の向上 学習の振り返りと課題発見 	<ul style="list-style-type: none"> 自己の能力や動きの様子を知ること 学習する技の合理的な動き方のポイントを見つけること 技の習得に適した練習方法の選択 仲間の良い動きなどを指摘すること 	<ul style="list-style-type: none"> 自己の能力に適した練習方法の工夫 かかり練習 約束練習 自由練習 相互評価と教え合い 実技書などの資料の活用 試合の進め方とルールの工夫 学習の振り返りと課題発見 	<ul style="list-style-type: none"> 集団や自己の能力に適した課題の持ち方 課題に適した練習や発表の工夫 鑑賞による相互評価と教え合い 実技書・ビデオなどの資料の活用 学習の振り返りと課題発見 	<ul style="list-style-type: none"> 各自の課題を明確にする ゲームの記録 記録を課題に生かす力 練習やゲーム方法の工夫 グループ内での自己の役割の自覚
技能の内容	<ul style="list-style-type: none"> 【体ほぐし運動】 「体の調節」をねらいながらリズムに乗った体操など心が弾むような動作で行う運動 【体力を高める運動】 体の柔らかさや巧みな動きを高めるための運動 お互いの体を利用しての力強い動きを高める運動 複数の異なる動きをセットにして時間や回数を決めて持続して行う運動 	<ul style="list-style-type: none"> 基本的技能の習得 打撃、投球、捕球、走塁 バッティング（ミート） バント、ピッチング ゴロ、フライの捕球、一塁への送球 各ポジションの守り方 ゲームの進め方と基本的なルールに関する知識 審判法 	<ul style="list-style-type: none"> 記録向上のための自己技能の分析と習得 【走り幅跳び】 自己の能力に適した助走距離のとり方 踏み切りの仕方 はさみとび、そりとびの空間動作の獲得 【ハードル走】 スタートダッシュ（アプローチ） 踏み切り足、抜き足 ハードルの高さ ハードル間（インターバル）の距離に応じたハードリングフォーム 記録の測り方に関する知識 基本的なルールに関する知識 	<ul style="list-style-type: none"> 【跳び箱】 基本的技能 踏み切り動作 着手の仕方 空中フォーム 着地の仕方 開脚跳び 開脚伸身跳び かかえ込み跳び 台上前転 頭はね跳び 前方屈腕倒立回転跳び 	<ul style="list-style-type: none"> 基本的な固め技 けさ固め、横四方固め 上四方固め 基本的な投げ技 足技…支え釣り込み足 ひざ車 大内刈り 固め技ゲーム 得意技を生かし、試合を楽しむ 基本的なルールに関する知識 	<ul style="list-style-type: none"> ダンスの種類と特徴の知識 理解 体のいろいろな部位を極限に使う表現する運動のしかた 短いフレーズによる規定のダンスを正確に踊る フレーズに合わせた短いまとまりの運動づくり 課題曲に合わせた動き（作品）づくり よい動きを見極める発表や鑑賞のしかた 	<ul style="list-style-type: none"> 基本的な個人技能によるボールコントロール ドリブル、トラッピング ヘディング インサイドキック インステップキック パスをつないだ攻撃の方法 ボールキープ 三角パス、壁パス クロスからのシュート スルーパス マンツーマンによるマーキングとプレッシャー ポジションによる役割の理解と実践 ゲームの進め方と基本的なルールに関する知識 審判法

第二学年 年間指導計画・主な指導（基礎・基本となる）内容・観点別の主な評価規準

（山梨大学教育人間科学部附属中学校 保健体育科：H21）

月	4月			5月			6月			7月			9月			10月			11月		12月		1月		2月		3月								
週	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
①	体づくり運動 (6)			球技 (15) ソフトボール						陸上競技 (8)			器械運動 (8)			武道 (10)			ダンス (10)		体づくり(1)	球技 (15) サッカー													
②																																			
③	知識 (2)			保健 (14)									知識 (2)																						

観点別の主な評価規準 * 「体育に関する知識」「保健」を除いて。

関心 意欲 態度	<ul style="list-style-type: none"> 自己の体に関心を持って積極的に体力の向上を目指そうとする 	<ul style="list-style-type: none"> チームにおける自己の役割を自覚してその責任を果たそうとする 互いに協力し、アドバイスしあって練習やゲームをしようとする 勝敗に対して公正な態度を取ろうとする 	<ul style="list-style-type: none"> 互いに協力して練習や競技に積極的に取り組もうとする 健康・安全に留意して練習や競技を行おうとする 	<ul style="list-style-type: none"> 互いに相手を尊重し、勝敗に対して公正な態度をとりながら、練習や試合を行おうとする 伝統文化を大切にしながら、安全に留意して練習や試合を行おうとする 互いの良さを認め合いながら、協力し合ったり練習したり発表したりしようとする ダンスの特性を理解し、楽しんで踊りながら自分を表現しようとする 	<ul style="list-style-type: none"> チーム内での責任を果たし、チーム力向上に貢献しようとする 練習やゲームの際に、積極的にアドバイスし合おうとする 勝敗を受け入れ、課題など次ぎに生かそうとする
知識・ 思考 判断	<ul style="list-style-type: none"> 体力向上のための運動が実践化されるよう工夫している 	<ul style="list-style-type: none"> ソフトボール、サッカーの技能やルールを理解している 課題の解決を目指して、練習の仕方を工夫しようとしている 課題の解決を目指して、ゲームやルールを工夫しようとしている 課題解決に向けての分析や検証ができています 	<ul style="list-style-type: none"> 各運動の技能について理解を深めている 自己の能力に適した課題の解決を目指して、練習の仕方や競技の仕方を選択している 	<ul style="list-style-type: none"> 武道やダンスに対する理解が深まっている 得意技を習得するための練習の仕方や試合の仕方を工夫しようとしている 課題の解決を目指し、練習の仕方や発表の仕方を工夫しようとしている 	<ul style="list-style-type: none"> ソフトボール、サッカーの技能やルールを理解している 課題の解決を目指して、練習の仕方を工夫しようとしている 課題の解決を目指して、ゲームやルールを工夫しようとしている 課題解決に向けての分析や検証ができています
技能	<ul style="list-style-type: none"> 体力向上のための運動を正確に行うことができる 	<ul style="list-style-type: none"> 今持っている力を発揮しながら練習やゲームを行い、集団的スキルや個人的スキルを高めることができる 相手チームに対応した作戦や目標を持ってゲームを行うことができる 	<ul style="list-style-type: none"> 自己の能力に適した課題を持って、技を習得したり技のできばえを良くしたりすることができる 	<ul style="list-style-type: none"> 練習や試合を通じ、自分の得意技を向上させ、相手の動きに対応して繰り出すことができる 感情を込めて踊ったり、仲間と動きを合わせて踊ったりすることができる 	<ul style="list-style-type: none"> 今持っている力を発揮しながら練習やゲームを行い、集団的スキルや個人的スキルを高めることができる 相手チームに対応した作戦や目標を持ってゲームを行うことができる

評価の 観点 など	授業観察 (練習)	授業観察 (練習・ゲーム) グループノート 個人ノート ゲーム分析シート	授業観察 (練習) 個人ノート	授業観察 (練習) 個人ノート プリント	授業観察 (練習・ゲーム) グループノート 個人ノート ゲーム分析シート
-----------------	-----------	---	--------------------	----------------------------	---