

令和8年度 保健体育科 2年 年間指導計画・評価計画

<1> 教科の目標

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成することを旨とする。

<2> 2学年・各分野の目標

運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、豊かに実践できるようにする。公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たす、一人一人の違いを認めようとするなどの意欲を育てる。

<3> 評価の観点及びその趣旨

知識及び技能	運動を楽しむことのできる基礎的な技能 運動を合理的に実践することができる知識・運動の特性理解
思考力・判断力・表現力等	自分の現状把握・的確な学習方法の工夫・自己や仲間の考えたことを他者に伝える力
主体的に学習に取り組む態度	仲間の学習を援助する、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとする、健康と安全に気を配る

<4> 観点別評価の評価基準と評定

観点別 評価基準	A	十分に満足できる状況である。(80%以上)
	B	おおむね満足できる状況である。(50%以上)
	C	努力を要する状況である。(50%未満)

評定	5	「十分満足できるもののうち、特に程度の高いもの」状況と判断されるもの	(90%以上)
	4	「十分満足できる」状況と判断されるもの	(80%以上)
	3	「おおむね満足できる」状況と判断されるもの	(50%以上)
	2	「努力を要する」状況と判断されるもの	(50%未満)
	1	「一層努力を要する」状況と判断されるもの	(20%未満)

<5> 指導上の配慮事項

- ①学習カードに、自分の状態の客観的な把握、体との会話を記録し、言語活動を充実させる。
- ②自分の状態を把握した上で、自分やチームに合った課題見つけ、練習させる。さまざまな練習方法を提示したり、資料を活用させたりする。
- ③個々の習熟度に応じた指導・助言を行う。(場の工夫も含む)
- ④ユニバーサルデザインの観点から、運動の苦手な生徒にも運動の楽しさを味わえるよう工夫する。

保健体育科 2学年 体育実技分野 年間指導計画・評価計画

月	単元名 指導時数	ねらい・学習課題 学習活動	評価の観点			評価規準 評価の方法
			知・技	思	主	
4	体づくり運動 集団行動 (5時間)	<ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操や体ほぐし運動の意味を考えながら行う。 体力を高める運動を目標もって行う スポーツテスト8種目の実施。 	●	●	●	<ul style="list-style-type: none"> 体を動かす楽しさや心地よさを味わおうとしている 前年度の記録を意識し、積極的に取り組んでいる 自分や仲間の体力や運動能力の状況に合わせて運動の工夫をすることができる 体力を合理的に高める運動が補助し合ながらできる 課題に応じた運動の構成の仕方を理解している 練習の補助をしたり、仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている
5 6	陸上運動 短距離走 リレー (6時間) スピードアップ アカデミー (3時間)	<ul style="list-style-type: none"> スタート・中間疾走・フィニッシュのフォームや動きや動きを理解する。 よりよいフォームを追求する。 チームごとに作戦を立て、リレーのタイムが短距離走の合計以下になるように工夫する。 	●	●	●	<ul style="list-style-type: none"> スタート・中間疾走・フィニッシュの理想的なフォームと動きを身につけようとしている 自分にあった走り方を工夫したり、友達にアドバイスしたりしている 自分の課題に合った練習方法を身につけている 理想的なバトンパスの仕方を知り、協力・工夫して目標タイムを達成しようとしている 練習の補助をしたり、仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている
6 7	陸上競技 走り幅跳び 走り高跳び (各6時間)	<ul style="list-style-type: none"> 安全に効率よく練習するためのマナーを身につける 助走・踏み切り・空中動作・着地でのポイントをつかむ 目標記録を越えるよう練習を工夫する 	●	●	●	<ul style="list-style-type: none"> 互いの安全に留意し、助言し合いながら協力して練習することができる 正しい助走・踏切・空中動作・着地を身につけて跳躍することができる 自分の課題解決のために効果的な練習の仕方を工夫している 技能の構造を知り、効果的な練習方法を理解し目標記録を達成できる 練習の補助をしたり、仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている
5 11	陸上競技 長距離走 (8時間)	<ul style="list-style-type: none"> 自分に適したペースを自らつくる工夫をする。 持久力を高めるためのいろいろな練習方法を試す。 目標を上げながら、安定したペースで一定の距離や時間を走り通す。 	●	●	●	<ul style="list-style-type: none"> 励まし合いながら向上を目指している いろいろな練習方法を学び、課題解決に効果的な練習を選んでいる フォーム・ペース配分・呼吸法を知り、自分に合った速さで最後まで走り通す 持続的な練習方法の意義を知り、体育以外の運動場面でも生かす 練習の補助をしたり、仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている

*	陸上競技 ハードル走 (4時間) スピードアッ プアカデミー (3時間)	<ul style="list-style-type: none"> リズムよく走るためのフォームを理解する(踏み切り・空中動作・着地) リズムカルに走り通せるインターバルを見つけ、目標記録を目指す 安全に練習できる方法を身につける 	●	●	<ul style="list-style-type: none"> ● 学び合い、助け合いながら安全に練習しようとする 技能構造を知り、効果的な練習方法を理解し、目標記録を達成できる ● 練習の補助をしたり、仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている
7 8 9	水泳 クロール 平泳ぎ 背泳ぎ バタフライ (8時間)	<ul style="list-style-type: none"> 事故防止のための手段を確認する クロール・平泳ぎ・背泳ぎの基本練習をする。 無駄な力をぬき、長い距離を泳ぐ。 救助のための行動のしかたを学ぶ 	●	●	<ul style="list-style-type: none"> ● 水泳の楽しさや喜びを味わおうとしている 自分の能力に適した課題をもち、解決に適した練習方法選んでいる ● 動きのポイントを身につけ技能を高め、長く泳いだり速く泳いだりできる ● 水の事故に備え、救助の要点と手段を知っている ● 水の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全に気を配ること ● 一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする
9 ・ 10	器械運動 跳び箱運動 (6時間)	<ul style="list-style-type: none"> 安全に練習するための気配りを理解し身につける 良い踏み切りを理解し、練習する ダイナミックに跳ぶことに挑戦する バランス感覚を身につける 互いに見合って自分の現状把握をし、理想に近づく練習を工夫する 	●	●	<ul style="list-style-type: none"> ● 自分の能力に応じた課題を選び、それに挑戦する楽しさを味わおうとする ● 新しい技に挑戦し、課題をもって取り組んでいる ● 課題解決のために効果的な練習や場の工夫をする ● 安全な運動の行い方や補助のしかたを身につける ● 技のしくみや練習方法、技の出来を確かめることができる ● 良い技や演技に称賛の声をかけるなど、仲間の努力を認めようとする
	球技 卓球 (6時間)	<ul style="list-style-type: none"> サービスやフォアハンド・バックハンドなど基本的なラケット操作を身に着ける 基本的なルールを理解し、ゲームを行う 	●	●	<ul style="list-style-type: none"> ● ラケットを使う種目独自の楽しさを味わおうとする ● 基本的なルールや試合の進め方を理解し、運営することができる ● 基本的なラケット操作を身に着けラリーをすることができる ● 仲間と協力して課題解決のために活動に取り組もうとする
10 ・ 11	ダンス 現代的なリズムのダンス (6時間)	<ul style="list-style-type: none"> 曲に合わせて楽しく踊る 動きの要素や空間構成を考え、工夫する 協力して作品を完成させ、発表する 互いの作品を見て学び合う 	●	●	<ul style="list-style-type: none"> ● 動きやイメージの課題に進んで取り組み、楽しさを味わおうとしている ● 互いに協力して作品を完成させる ● 恥ずかしがらず、体を動かし踊ることができる ● 基本的なステップで踊ることができる ● 学習の進め方や良い動きを理解している ● 一人一人の違いに応じた表現や交流、発表の仕方などを

					大切にしようとしている
	武道 柔道 (7時間)	<ul style="list-style-type: none"> ● 柔道の特性を知り、礼儀を身につけ、正確な受け身や技ができるようになる ● 基本的な技を中心に練習を行う ● 特別ルールで簡易試合を行う 	●	●	<ul style="list-style-type: none"> ● 武道の楽しさや喜びを味わおうとする ● 礼儀作法や相手を尊重し、自分を律する態度を身につける ● 基本動作を高め対人技能との関連を図り、自分に適した課題をもっている ● 課題解決に適した練習方法を理解している ● 相手を尊重し伝統的な行動の仕方を守ろうとすること
2 ・3	球技 サッカー (7時間)	<ul style="list-style-type: none"> ● パス・シュートなどの基本的な技能をより高める練習をする ● 意図的にオフェンス・ディフェンスを組み立てる。 ● 基本的なルールを理解し、ゲームを行う 	●	●	<ul style="list-style-type: none"> ● 基本技能習得のための練習方法を知り、自分の課題に取り組んでいる ● ゲームを楽しむための基本的なパスやドリブルなど技能を身につけている ● ゴール型種目の特性を理解し、技能に合わせてゲームを楽しむ ● マナーを守ったり相手の健闘を認めたりして、フェアなプレイを守ろうとしている
	球技 バレーボール (7時間)	<ul style="list-style-type: none"> ● パス・サーブなどの基本的な技能をより高める練習をする ● 基本的なルールを理解する ● 正式な6人制ルールに近いゲームができるようになる。 	●	●	<ul style="list-style-type: none"> ● ネット型種目の特性を理解し、技能に合わせてゲームを楽しむ ● 基本技能習得のための練習方法を知り、自分の課題に取り組んでいる ● ゲームを楽しむための基本的なパスやサーブ技能を身につけている ● ネット型種目の基本的なルールと安全に対する知識・練習の仕方を知っている ● マナーを守ったり相手の健闘を認めたりして、フェアなプレイを守ろうとしている

保健体育科 2学年 体育理論・保健分野 年間指導計画・評価計画

月	単元名 指導時数	ねらい・学習課題 学習活動	評価の観点			評価規準 評価の方法
			知・技	思	主	
体 育 理 論	スポーツの効 果・学び方・ 安全 (3時間)	<ul style="list-style-type: none"> ・スポーツが心身と社会性に及ぼす効果 ・スポーツの学び方 ・スポーツの安全な行い方 	●	●		運動の心身に対する効果について関心を持ち、実技 と関連させながら進んで学習しようとしている ● 運動実践に生かせる課題を設定し、その課題解決の 仕方を見つける 自己の体力の現状を把握し、高める方法を理解している
保 健	健康な生活 と病気の予 防② (8時間) 傷害の防止 (8時間)	<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病とその予防 ・がんとその予防 ・喫煙と健康 ・飲酒と健康 ・薬物乱用と健康 ・喫煙・飲酒・薬物乱用ときっかけと対処 ・けがの原因と防止 ・交通事故の実態と原因 ・交通事故によるけがの防止 ・自然災害によるけがの防止 ・応急手当の意義と基本 ・心肺蘇生法の流れ 	●	●	●	日常生活を振り返りながら、環境問題に課題を見つ けようとしている 地球人としての自覚をもち、学習内容を日常生活に 生かそうとする 人の健康は環境と深く関わっていることを理解し身 体には適応能力と限界があることを理解している