

体育 1学期

教科	学習内容	観点	到達目標	
1 年 保 健 体 育	体ほぐしの運動		仲間と協力してお互いの体の状態に気を配ったり、グループの仲間と安全に留意して運動しようとする。	
			体ほぐしの運動や体力を高める運動の中から、目的にあった運動を選び、構成し活用しようとしている。	
			体力を高める運動を身に付けたり、合理的に体力を高めたりすることができる。	
			体ほぐしの運動や体力を高める運動の構成方法を知っている。	
	リレー			バトンパスの練習に互いに協力し、努力している。
				自分の能力に適した効果的な練習方法を取り入れられる。
				自分の能力に適したバトンパスのポイントをつかみ、技能を高め、競技したり記録を高めたりすることができる。
				バトンパスに関わるルールや、スピードを落とさずパスを渡す重要性を理解している。
	走り幅跳び			砂場の整地や助走路の安全点検、用具の安全利用に留意し互いに協力している。
				踏切板での踏切を目指して自己チェックし、効果的な練習をする。
				自分に適した助走距離の決定とリズム感のある力強い踏切ができる。
				踏切と腕振りのポイントの重要性を理解する。
マット運動			用具の安全性を確かめ、仲間と協力して教え合える。	
			倒立計、回転系の身のこなしに適切な判断を下せる。	
			基本的な技を完成し、組み合わせて美しく演技する。	
			身体の構造と機能を理解し、技の追求に役立てる。	
2 年 保 健 体 育	体ほぐしの運動		仲間と協力してお互いの体の状態に気を配ったり、グループの仲間と安全に留意して運動しようとする。	
			体ほぐしの運動や体力を高める運動の中から、目的にあった運動を選び、構成し活用しようとしている。	
			体力を高める運動を身に付けたり、合理的に体力を高めたりすることができる。	
			体ほぐしの運動や体力を高める運動の構成方法を知っている。	
	リレー			バトンパスのマーク設定に互いに協力している。
				バトンパスのマーク設定の為に、効果的な練習方法を取り入れている。
				マークを意識してダッシュするバトンパスを体得しようとする。
				バトンパスに関わるルールやスピードを落とさずパスを終了する重要性を理解する。
	走り幅跳び			砂場の整地や助走路の安全点検、用具の安全利用に留意し互いに協力している。
				踏切板での踏切を目指して自己チェックし、効果的な練習をする。
				自分に適した助走距離の決定とリズム感のある力強い踏切ができる。
				踏切と腕振りのポイントの重要性を理解する。
マット運動			用具の安全性を確かめ、仲間と協力して教え合える。	
			倒立計、回転系の身のこなしに適切な判断を下せる。	
			基本的な技を完成し、組み合わせて美しく演技する。	
			身体の構造と機能を理解し、技の追求に役立てる。	
体ほぐしの運動			仲間と協力してお互いの体の状態に気を配ったり、グループの仲間と安全に留意して運動しようとする。	
			体ほぐしの運動や体力を高める運動の中から、目的にあった運動を選び、構成し活用しようとしている。	
			体力を高める運動を身に付けたり、合理的に体力を高めたりすることができる。	
			体ほぐしの運動や体力を高める運動の構成方法を知っている。	

3年保健体育

陸上競技（種目選択）		選択した種目に積極的な練習計画でのぞむ。
		種目に適した練習計画や練習内容が組める。
		自己の能力に適した技能ポイントをつかみ、記録や技能を高めると共に、選択種目を楽しむ。
		選択した種目の特性やルールを理解できた。
器械運動（種目選択）		選択した種目に積極的な練習計画でのぞむ。
		種目に適した練習計画や練習内容が組める。
		自己の能力に適した技能ポイントをつかみ、記録や技能を高めると共に、選択種目を楽しむ。
		選択した種目の特性やルールを理解できた。



