

保健体育 「体育」 単元の評価基準

内容のまとめり	単元	知識・技能		思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
		知識	技能（運動）		
体づくり運動	ア 体ほぐしの運動	<ul style="list-style-type: none"> 定期的・計画的に運動を継続することは、心身の健康、健康や体力の保持増進につながる意義があることについて言ったり書き出したりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 緊張したり緊張を解いて脱力したりする運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ねらいや体力の程度を踏まえ、自己や仲間の課題に応じた強度、時間、回数、頻度を設定している。 健康や安全を確保するために、体力や体調に応じた運動の計画等について振り返っている。 課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> 体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。 健康・安全を確保している。
	イ 実生活に生かす運動の計画	<ul style="list-style-type: none"> 運動を計画して行う際は、どのようなねらいをもつ運動か、偏りがないか、自分に合っているかなどの運動の原則があることについて言ったり書き出したりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 調和のとれた体力の向上を図ったり、選択した運動やスポーツの場面で必要とされる体の動きを高めたりするために、効率のよい組合せやバランスのよい組合せで運動の計画を立てて取り組むことができる。 		
器械運動	マット運動	<ul style="list-style-type: none"> 技の行い方は技の課題を解決するための合理的な動き方のポイントがあり、同じ系統の技には共通性があることについて言ったり書き出したりしている。 自己の動きや仲間の動き方を分析するには、自己観察と他者観察などの方法があることについて言ったり書き出したりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> <回転系> 体をマットに順々に接触させて回転するための動き方、回転力を高めるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて回ることができる。 全身を支えたり、突き放したりするための着手の仕方、回転力を高めるための動き方、起き上がりやすくなるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて回転することができる。 <巧技系> バランスよく姿勢を保つための力の入れ方、バランスの崩れを復元させるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて静止することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 選択した技の行い方や技の組合せ方について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 選択した技に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに器械運動を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> 器械運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 健康・安全を確保している。
陸上競技	イ 長距離走	<ul style="list-style-type: none"> 技術と関連させた運動や練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて言ったり書き出したりしている。 自己の動きや仲間の動き方を分析するには、自己観察や他者観察などの方法があることについて言ったり書き出したりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 呼吸を楽にしたり、走りのリズムを作ったりする呼吸法を取り入れて走ることができる。 自己の体力や技能の程度に合ったペースを維持して走ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに陸上競技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> 陸上競技の学習に自主的に取り組もうとしている。 仲間と互いに合意した自己の役割を果たそうとしている。 健康・安全を確保している。
球技	ア ゴール型	<ul style="list-style-type: none"> 戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて言ったり書き出したりしている。 練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて言ったり書き出したりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 味方が操作しやすいパスを送ることができる。 パスを出した後に次のパスを受ける動きをすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 選択した運動について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 チームで分担した役割に関する成果や改善すべきポイントについて、自己の活動を振り返っている。 	<ul style="list-style-type: none"> 球技の学習に自主的に取り組もうとしている。 相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 健康・安全を確保している。
	イ ネット型		<ul style="list-style-type: none"> ボールを相手側のコートの中へ空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。 ラリーの中で、味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすることができる。 		
	ウ ベースボール型		<ul style="list-style-type: none"> タイミングを合わせてボールを捉えることができる。 打球や守備の状況に応じた塁の回り方で、塁を進んだり戻ったりすることができる。 捕球場所へ最短距離で移動して、相手の打ったボールを捕ることができる。 		
武道	柔道	<ul style="list-style-type: none"> 武道には、各種目で用いられる技の名称や武道特有の運動観察の方法である見取り稽古の仕方があることについて言ったり書き出したりしている。 武道を学習することは、自国の文化に誇りをもつことや、国際社会で生きていく上で有意義であることについて、言ったり書き出したりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 姿勢と組み方では、相手の動きの変化に応じやすい自然体で組むことができる。 相手の投げ技に応じて横受け身、後ろ受け身、前回り受け身をとることができる。 取は相手の動きの変化に応じながら、けさ固め、横四方固め、上四方固めの連絡を行うことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 見取り稽古などから、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、練習の成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 相手を尊重するなどの伝統的な行動をする場面で、よりよい所作について、自己仲間の活動を振り返っている。 	<ul style="list-style-type: none"> 武道の学習に自主的に取り組もうとしている。 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。 健康・安全を確保している。
ダンス	ア 創作ダンス	<ul style="list-style-type: none"> ダンスには、身体運動や作品創作に用いられる名称や用語があることについて言ったり書き出したりしている。 交流や発表の仕方には、簡単な作品の見せ合いなどがあり、全員で交流し合う方法があることについて言ったり書き出したりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> F はこびとストーリー（起承転結、物語 など） 気に入ったテーマを選び、ストーリー性のあるはこびで、一番表現したい中心の場面をひと流れの動きで表現して、はじめとおわりを付けて簡単な作品にまとめて踊ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> それぞれのダンスに応じて、表したいテーマにふさわしいイメージや、踊りの特徴を捉えた表現の仕方を見付けている。 健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 作品創作や発表会に向けた仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ダンスの学習に自主的に取り組もうとしている。 仲間に課題を伝え合ったり教え合ったりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 健康・安全を確保している。