

## 令和5年度 第3学年保健体育科 年間指導計画・評価計画

月	単元名	時数	評価規準 (1)知識・技能 (2)思考・判断・表現 (3)主体的に学習に取り組む態度	評価方法
4	体づくり運動	7	(1) 運動を継続する意義、体の構造、運動の原則について理解することができる。 (2) 自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。 (3) 体づくり運動に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする、話し合いに貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができる。	観察 定期考査 学習カード
4 5	陸上競技 短距離走・リレー 跳躍競技	9	(1) 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解できる。短距離走・リレーでは、中間走へのつなぎを滑らかにして速く走ることバトンの受け渡しで次走者のスピードを十分高めることができる。跳躍競技では、スピードに乗った助走から力強く踏み切って跳んだり、リズムカルな助走から力強く踏み切り滑らかな空間動作で跳ぶことができる。 (2) 自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 (3) 自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする、自己の責任を果たそうとすること、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、健康・安全を確保することができる。	観察 定期考査 実技テスト 学習カード
6	体育理論	3	(1) 文化としてのスポーツの意義について理解している。 (2) 文化としてのスポーツの意義について、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えることができる。 (3) 文化としてのスポーツの意義についての学習に自主的に取り組むことができる。	観察 定期考査
6 7	球技 ネット型 ゴール型	各 8	(1) 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解している。また、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開すること。 (2) 攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 (3) 自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い教え合おうとするなどや、健康・安全を確保したりしている。	観察 定期考査 実技テスト 学習カード
7 8 9	水泳	9	(1) 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。各泳法で、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで泳ぐことができる。 (2) 自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 (3) 自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする、自己の責任を果たそうとすること、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などや、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保したりしている。	観察 定期考査 実技テスト 学習カード
9 10	器械運動 マット運動	9	(1) 技の名称や行い方、運動観察の方法、体力の高め方を理解できる。また、自己に適した技の演技ができる。	観察 定期考査

	跳び箱運動		(2) 自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができる。	実技テスト 学習カード
			(3) 自主的に取り組むことができる。また、演技を讃えようとする、互いに助け合い教え合おうとする、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保することができる。	
4 ～ 10	保健 健康と環境	9	(1) 個人生活における健康・安全について理解できる。	観察 定期考査 ワーク プリント
			(2) 健康と環境に関する事柄から、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。	
			(3) 健康と環境についての学習に、自主的に取り組もうとしている。	
11 12	球技 ベースボール型 ゴール型	10	(1) 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解している。また、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開すること。	観察 定期考査 実技テスト 学習カード
			(2) 攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができる。	
			(3) 自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い教え合おうとするなどや、健康・安全を確保したりしている。	
	陸上競技 【長距離走】	8	(1) 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解できる。 自己に適したペースを維持して走ることができる。	観察 定期考査 実技テスト 学習カード
			(2) 自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができる。	
			(3) 自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする、自己の責任を果たそうとする、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする、健康・安全を確保することができる。	
1 2	ダンス	10	(1) 名称や用語、踊りの特徴と表現の仕方、交流や発表の仕方、運動観察の方法、体力の高め方について理解している。リズムの特徴を捉え、変化とまとまりを付けて、リズムに乗って全身で踊ることができる。	観察 定期考査 実技テスト 学習カード
			(2) 自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができる。	
			(3) 自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとする、作品や発表などの話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保することができる。	
10 ～ 3	保健 健康な生活と疾病の 予防	9	(1) 健康な生活と疾病の予防についての理解を深めることができる。 健康を守る社会の取り組みについて理解を深めることができる。	観察 定期考査 ワーク プリント
			(2) 健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現することができる。	
			(3) 健康な生活と疾病の予防についての学習に自主的に取り組もうとしている。	
2 3	球技 ゴール型	6	(1) 技の名称や行い方、運動観察の方法、体力の高め方を理解している。ゴール型では、安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をすることができる。	観察 定期考査 実技テスト 学習カード

			(2) 攻防なども自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができる。	
			(3) 自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする事、作戦などについての話し合いに貢献しようとする事、一人一人の違이에応じたプレイなどを大切にしようとする事、互いに助け合い教え合おうとする事などをしたり、健康・安全を確保することができる。	

\*感染症の状況により、種目の変更・中止及び実施の順序が変更になる場合があります。

\*使用場所の関係により、実施の順序が変更になる場合があります。