

保健体育科 3年 年間指導計画・評価計画

月	学習単元・内容・ねらい（時数）	評価の観点	評価規準	主な評価方法
4	体づくり運動（7時間） ①体力を高める運動 ②体ほぐし運動 ③新体力テスト 【ねらい】 合理的な運動の仕方、運動の構成の知識を身につけ、体をほぐしたり、体力を高めたり、仲間と協力したりする大切さを学ぶ。	知識・技能	体づくり運動の必要性や運動の行い方、心身への効果を理解すると共に、課題に応じた体づくりの運動の構成の仕方を理解し、知識を身に付けている。	授業記録 行動観察 定期考査
		思考・判断・表現	自己の課題を発見し、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ている。	授業記録 行動観察
		主体的に学習にとり組む態度	体づくり運動に積極的に取り組むとともに、仲間の学習を援助しようとする事、一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとする事、話合いに参加しようとする事などや、健康・安全に気を配ることができる。	授業記録 行動観察 自己評価
5	陸上競技（19時間） ①短距離走・リレー（5月：3時間・9月：6時間） ②長距離走、走り高跳び（12、1月：10時間） 【ねらい】 記録向上や競争の楽しさや喜びを味わい、基本的な動きや効率の良い動きを身に付ける。	知識・技能	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、陸上競技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連し高まる体力などを理解するとともに、基本的な動きや効率のよい動きを身につけること。 短距離走・リレーでは、滑らかな動きで速く走ることやバトンの受渡しでタイミングを合わせる事、長距離走は、ペースを守って走ること、ハードル走では、リズムカルな走りから滑らかにハードルを越すことができている。	授業記録 行動観察 定期考査
		思考・判断・表現	動きなどの自己の課題を発見し、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ている。	授業記録 行動観察
		主体的に学習に取り組む態度	陸上競技に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとする事、分担した役割を果たそうとする事、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとする事などや、健康・安全に気を配っている。	授業記録 行動観察 自己評価
6	球技（32時間） ①バドミントン（6月：10時間） ②バレーボール（6・3月：10時間） ③ソフトボール（10月：6時間） ④バスケットボール・サッカー（1月：6時間） 【ねらい】	知識・技能	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開している。 ア ゴール型では、ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防をしている。 イ ネット型では、ボールや用具の操	授業記録 行動観察 定期考査

7 8	<p>勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、基本技能を習得し、仲間と連携し、協力して活動できる。</p>		<p>作と定位置に戻るなどの動きによって空いた場所をめぐる攻防をしている。</p> <p>ウ ベースボール型では、基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位置での守備などによって攻防をしている。</p>	
		思考・判断・表現	<p>自己の課題を発見し、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ている。</p>	授業記録 行動観察
		主体的に学習に取り組む態度	<p>球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとする、仲間の学習を援助しようとするなどや、健康・安全に気を配っている。</p>	授業記録 行動観察 自己評価
9	<p>水泳（11時間）</p> <p>①クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ</p> <p>②遠泳練習</p> <p>③AED講習</p> <p>【ねらい】</p> <p>それぞれの泳法を身につけ、長く泳いだり、速く泳いだり、競い合ったりする楽しさや喜びを味わうことができる。</p>	知識・技能	<p>記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、泳法を身に付けている。</p> <p>クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり速く泳いでいる。</p> <p>平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり長く泳いでいる。</p>	授業記録 行動観察 定期考査
		思考・判断・表現	<p>泳法などの自己の課題を発見し、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ている。</p>	授業記録 行動観察
		主体的に学習に取り組む態度	<p>水泳に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとすること、分担した役割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認めようとするなどや、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全に気を配っている。</p>	授業記録 行動観察 自己評価
10	<p>ダンス（13時間）</p> <p>【ねらい】</p> <p>仲間の良さを認め合うなどの意欲をもち、健康や安全に気を配ると共に、ダンスの特性や表現の仕方などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できる。</p>	知識・技能	<p>感じを込めて踊ったりみんなで踊ったりする楽しさや喜びを味わい、ダンスの特性や由来、表現の仕方、その運動に関連し高まる体力などを理解している。</p>	授業記録 行動観察 定期考査
		思考・判断・表現	<p>表現などの自己の課題を発見し、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ている。</p>	授業記録 行動観察
		主体的に学習に取り組む態度	<p>ダンスに積極的に取り組むとともに、仲間の学習を援助しようとする、交流などの話し合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとするなどや、健康・安全に気を配っている。</p>	授業記録 行動観察 自己評価
	<p>器械運動（6時間）</p> <p>①マット運動</p>	知識・技能	<p>技ができる楽しさや喜びを味わい、器械運動の特性や成り立ち、技の名称や</p>	授業記録 行動観察

11	【ねらい】 技ができる喜びや楽しさを味わい、よい演技を認めるなどに意欲をもち、課題に応じて活動できる		行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、技をよりよく行うこと。 マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを組み合わせることができる。	定期考査
		思考・判断・表現	技などの自己の課題を発見し、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ている。	授業記録 行動観察
		主体的に学習に取り組む態度	器械運動に積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとする、仲間の学習を援助しようとする、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや、健康・安全に気を配っている。	授業記録 行動観察 自己評価
12 1 2 3	保健分野（年間14時間） （1）健康な生活と疾病の予防③ [8時間] （2）健康と環境 [6時間]	知識・技能	感染症の要因、予防の方法や対処法などについて理解している。 エイズなどを含む性感染症に感染する要因やそのリスクを軽減する効果的な予防方法を身に付けていく必要があることを理解している。 健康の保持増進や病気の予防には、社会の取組が有効であり、住民の健康を保持するために保健所などの機関で健康診断や相談が行われていることを理解している。 医薬品には主作用と副作用があること、正しく使用する必要があることについて理解し、医療機関を受診することの重要性を理解している。	授業記録 行動観察 定期考査
		思考・判断・表現	感染症の原因やその予防について、また個人の健康を守る社会の取組や医薬品の有効利用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、それらを表現している。	授業記録 行動観察
		主体的に学習に取り組む態度	感染症の原因やその予防について、また個人の健康を守る社会の取組や医薬品の有効利用について自主的に取り組もうとしている。	授業記録 行動観察 自己評価
	体育分野（年間3時間） 文化としてのスポーツの意義	知識・技能	スポーツは、文化的な生活を営み、よりよく生きていくために重要であることを理解している。 オリンピックやパラリンピックおよび国際的なスポーツ大会などは、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしていることを理解している。 スポーツは、民族や国、人種や性、障害などの違いなどをこえて人々を結びつけていることを理解している。	授業記録 行動観察 定期考査
		思考・判断・表現	スポーツの文化的意義や国際的なスポーツ大会の文化的な役割について、また人々を結びつけるスポーツについて自己の課題を発見し、よりよい解	授業記録 行動観察

			決に向けて思考し判断するとともに、 他者に伝えている。	
		主体的 に学習 に取り組む 態度	文化としてのスポーツの意義について の学習に積極的に取り組もうとして いる。	授業記録 行動観察 自己評価