

第3学年 体育科年間指導計画(105時間)

学期	月	単元名 ○付数字…時間数		内容・単元別評価規準(知…知識及び運動 思…思考力、判断力、表現力等 学…学びに向かう力、人間性等)	評価方法例
		屋外	屋内		
1 学 期	4月	走・跳の運動 かけっこ・リレー⑩ ・かけっこ ・周回リレー	体づくり運動 体ほぐしの運動① ・集団行動	体ほぐし運動 学 運動に進んで取り組み、きまりを守り、仲間運動したり、場や用具の安全に気を付けたりしようとしている。 思 運動の仕方によって気持ちが変わることに気づき、友達と一緒に運動したり、用具を使って運動したりするなど、楽しく運動のできる行い方を選んでいる。	観察 観察、学習カード
	5月		体づくり運動 多様な動きをつくる運動② ・移動 ・バランス ・用具(ボール・フラフープ)	多様な動きをつくる運動 知 体を移動する運動や用具を操作する運動に取り組み、体の基本的な動きを身に付けることができる。 学 運動に進んで取り組み、きまりを守り、仲間運動したり、場や用具の安全に気を付けたりしようとしている。 思 多様な動きをつくる運動の行い方を知り、友達のよい動きを見付け自分の運動に取り入れている。	観察 観察、発言 観察、発言、学習カード
	6月	表現運動 リズムダンス⑧ ・運動会等	体づくり運動 体ほぐしの運動① ・伝承遊びや集団行動 多様な動きをつくる運動① ・移動 ・バランス ・用具(ボール・フラフープ)	かけっこ・リレー 知 距離を決めて調子よく走ったり、走りながらバトンパスをしたりすることができる。 学 運動に進んで取り組み、きまりを守り仲間運動したり、勝敗を受け入れたり、場や用具の安全に気を付けたりしようとしている。 思 自己の能力に適した課題をもち、動きを身に付けるための活動や競争の仕方を工夫している。	観察 観察、発言 観察、発言、学習カード
	7月		浮く・泳ぐ運動 浮く・泳ぐ運動⑩ ・伏し浮き、背浮き ・けいび ・ばた足、かえる足 ・補助具を使ったクロールや平泳ぎのストローク ・呼吸を伴わない面かぶりクロール・平泳ぎ ・呼吸をしながらの初歩的な泳ぎ 等	表現 知 身近な生活などの題材からその主な特徴をとりえ、対比する動きを組み合わせたり、繰り返したりして踊ったりすることができる。 学 運動に進んで取り組み、誰とも仲よく練習や発表をしたり、場の安全に気を付けたりしようとしている。 思 自己の能力に適した課題を見付け、練習や発表の仕方を工夫している。	観察 観察、発言 観察、発言
	9月	走・跳の運動 小型ハードル走⑤ ・いろいろなリズムでの小型ハードル越え	体づくり運動 多様な動きをつくる運動遊び① ・用具 短縄、長縄	タグラグビー 知 投げる、捕るなどの基本的なボール操作やボールを持たないときの動きを身に付け、易しいゲームをすることができる。 学 運動に進んで取り組み、ルールを守り仲間運動したり、勝敗を受け入れたり、場や用具の安全に気を付けたりしようとしている。 思 ルールを工夫したり、ゲームに応じた簡単な作戦を立てたりしている。	観察、発言 観察、発言 観察、発言、学習カード
	10月	走・跳の運動 幅跳び・高跳び⑥ ・短い助走での幅跳び ・短い助走での高跳び	体づくり運動 多様な動きをつくる運動遊び① ・用具 短縄、長縄	幅跳び 知 短い助走から調子よく前方に踏み切り、膝を柔らかく曲げて両足で着地することができる。 学 運動に進んで取り組み、きまりを守り仲間運動したり、場や用具の安全に気を付けたりしようとしている。 思 自己の能力に適した課題をもち、動きを身に付けるための活動や競争の仕方を工夫している。	観察 観察、発言 観察、発言、学習カード
2 学 期	11月	器械運動 鉄棒運動⑦ ・基本的な上がり技 ・基本的な支持回転技 ・基本的な下り技	体づくり運動 多様な動きをつくる運動遊び① ・用具 短縄、長縄	浮く・泳ぐ運動 知 伏し浮きやけいびなどの基本的な浮く運動や、呼吸をしながら初歩的な泳ぎをすることができる。 学 運動に進んで取り組み、仲間運動したり、浮く・泳ぐ運動の心得を守って安全に気を付けたりしようとしている。 思 自己の能力に適した課題をもち、動きを身に付けるための活動や競争の仕方を工夫している。	観察 観察、発言 観察、発言、学習カード
	12月	ゲーム ベースボール型ゲーム⑧ ・キックベース	器械運動 マット運動⑦ ・基本的な回転技 ・基本的な開立技	小型ハードル走 知 小型ハードルを自分に合ったリズムで走り越すことができる。 学 運動に進んで取り組み、きまりを守り仲間運動したり、勝敗を受け入れたり、場や用具の安全に気を付けたりしようとしている。 思 自己の能力に適した課題をもち、動きを身に付けるための活動や競争の仕方を工夫している。	観察 観察、発言 観察、発言、学習カード
	1月	ゲーム ゴール型ゲーム⑤ ・ボートボールを基にした易しいゲーム	器械運動 毎日④ ・健康な生活とわたし ・1日の生活の仕方 ・身の回りの環境	キックベース 知 蹴る、捕る、投げるなどの基本的な動きを身に付け、易しいゲームをすることができる。 学 運動に進んで取り組み、ルールを守り仲間運動したり、勝敗を受け入れたり、場や用具の安全に気を付けたりしようとしている。 思 ルールを工夫したり、ゲームに応じた簡単な作戦を立てたりしている。	観察 観察、発言 観察、発言、学習カード
	2月	ゲーム ゴール型ゲーム⑩ ・ラインサッカー	器械運動 跳び箱運動⑦ ・開脚跳び ・台上前転	鉄棒運動 知 自分の力に合った基本的な上がり技や支持回転技、下り技ができる。 学 運動に進んで取り組み、きまりを守り仲間運動したり、場や器械・器具の安全に気を付けたりしようとしている。 思 自己の能力に適した課題をもち、技ができるための練習方法や場を選んでいる。	観察、学習カード 観察、発言 観察、発言、学習カード
3 学 期	3月		体づくり運動 多様な動きをつくる運動遊び② ・用具 短縄、長縄 ・竹馬 一輪車	多様な動きをつくる運動 知 体のバランスや移動、力試し、用具の操作などの運動に取り組み、それらを組み合わせた動きを身に付けることができる。 学 運動に進んで取り組み、きまりを守り、仲間運動したり、場や用具の安全に気を付けたりしようとしている。 思 多様な動きをつくる運動の行い方を知り、友達のよい動きを見付け自分の運動に取り入れている。	観察 観察、発言 観察、発言、学習カード
				毎日④ 知 進んで学習に取り組み、毎日の生活と健康について調べたり、分かったことを発表したりしようとしている。 学 健康な生活を送るために、自己の生活を見つめ直したり、課題を見付けその解決方法を考えたりしている。 知 健康の大切さを認識するとともに、健康によい生活について理解している。	観察、発言 観察、発言、ワークシート 観察、ワークシート
				跳び箱運動 知 自分の力に合った基本的な支持跳び越し技や回転技ができる。 学 運動に進んで取り組み、きまりを守り仲間運動したり、場や器械・器具の安全に気を付けたりしようとしている。 思 自己の能力に適した課題をもち、技ができるための練習方法や場を選んでいる。	観察、学習カード 観察、発言 観察、発言、学習カード
年間指導計画作成上の工夫		○年度初めは、体ほぐしの運動の一部として、集団行動を指導する。 ○体力テスト4時間分は、余剰時間に実施する。 ○浮く・泳ぐ運動は原則として、選当たり4時間と2時間とを隔週で実施する。 ○走・跳の運動「幅跳び」の運動は、第3学年・第4学年の系統性を考えながら「高跳び」と合わせて行ってもよい。 ○ゲーム「ゴール型ゲーム」は、系統性を考えた計画に基づき、ボートボール5時間、ラインサッカー10時間とする。(大単元制) ○ゲーム「ベースボール型ゲーム」の「キックベース」は、「手やフットなどでボールを打ったり、止まったボールを打ったりするゲーム」に変更してよい。			