

保健体育科 第3学年 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
運動の特性と運動の合理的な実践に関する事柄を理解し、知識を身につけている。また、運動の楽しさや喜びを味わうために必要な技能や体力を高めるための運動の合理的な行い方を身につけている。	自他の能力に適した運動の課題の解決を目指して、活動の仕方を考え、工夫している。また、他者との協働的な活動にて教え合うことや伝えることなど表現することができる。	自ら進んで運動を実施し、運動の楽しさや喜びを体得しようとする。また、自他の課題を把握し、解決のために学習、練習方法を調整して協働的に取り組もうとすることができる。

☆ 年間指導計画と評価規準＜前期＞

月	題材及び学習内容	時数	学習のねらい	評 価 規 準	評価の方法
				ほ ぼ 満 足 で き る 規 準 (B)	
4	(1) 集団行動	1	・ 集団による安全で能率的に行動できる仕方を身につける。	・ 集団行動の基本的動きを覚え、的確に実践している。(1・2・3)	
	(2) 体づくり運動 (毎時間の補助運動)	4	・ 体ほぐしの運動や体力を高める方法を実践し、生涯体育の基礎を育てる。	・ 体を動かす楽しさや、心地よさを味わおうとする。(3) ・ 体ほぐしの行い方と体力の高め方を工夫している。(2) ・ 体力を合理的に高めるための運動ができる。(1) ・ 体づくり運動の構成の仕方を理解し、知識を身に付けている。(1)	
	(3) 新体力テスト	1	・ 自分の体力を知り、目標を定める。	・ 自分の体力に関心をもち取り組んでいる。(1・3)	
5	(4) 陸上競技 (スタート) (短距離走) (リレー)	9	・ 力強いクラウチングスタートを身に付け全力疾走する。 ・ バトンの受け渡し方、テークオーバーゾーンの有効な使い方を身に付け競走したり、記録に挑戦したりする。	・ 特性に関心をもち、勝敗に対して公正な態度をとろうとするとともに健康・安全に留意して練習をしようとする。(3) ・ 種目の特性に応じた技能を身に付けるとともに、技能や記録を高めることができる。(3) ・ 競技や審判の方法を理解し、知識を身に付けている。(1) ・ 互いの良さを認め合い、協力して練習したり発表したりしようとする。(2) ・ 自分やグループの課題解決を目指して練習の仕方を工夫している。(2) ・ ダンスの特性や歴史を理解し、感情をこめて踊ることができる。(1)	
	(5) ダンス	6	・ 感情を込めて楽しく踊る。 ・ テーマに合わせてリズムよく踊る。	・ ダンスの特性や歴史を理解し、感情をこめて踊ることができる。(1)	
6	(6) 球技 ネット型 (バレーボール)	4	・ チームや自己の課題をもって行う。 ・ 役割を自覚し協力して責任を果たす。 ・ ルールや作戦を工夫し試合を楽しむ。	・ チームにおける自分の役割を自覚し、その責任を果たそうとしている。(3) ・ チームや自分の課題に応じて練習の仕方を工夫している。(2) ・ 自分の技能をゲームの中で発揮することができる。(1) ・ 競技や審判の方法を理解し、知識を身に付けている。(1)	
	(7) 器械運動 (マット・跳び箱運動)	3	・ 能力に適した課題をもって行い、練習の仕方を工夫し 技能を高める。 ・ 器具を点検し、安全に練習する。	・ 自分の課題の技に挑戦し楽しさや喜びを味わおうとしているとともに器械・器具を点検し安全に留意している。(3) ・ 自分にあった技の練習の仕方を工夫している。(2) ・ 器械運動の特性に応じて演技するための自己に適した技を身に付けている。(1) ・ 技術の構造を理解し、練習の仕方や技の出来栄の確かめ方を理解し、知識を身に付けている。(1) ・ 仲間と協力して資料を集めたり、意見交換をしたりしながら意欲的に学習しようとしている。(3) ・ 人間の健康は環境と深く関わって成立していることなどを理解し、日常生活の課題解決に役立つ知識を身に付けている。(1)	
7	(8) 保健	5	・ 生活における健康・安全に関する理解を通して、生涯を通じて健康を管理・改善する能力を身につける。	・ 仲間と協力して資料を集めたり、意見交換をしたりしながら意欲的に学習しようとしている。(3) ・ 人間の健康は環境と深く関わって成立していることなどを理解し、日常生活の課題解決に役立つ知識を身に付けている。(1)	【観点(1)】 ・ 実技テスト、記録 ・ 授業中の取り組み ・ 定期考査等
	(9) 水泳	9	・ 課題解決を目指し、速く、自分に合ったより長い距離を泳ぐ。 ・ 事故防止の心得を守る。	・ 水泳事故防止に関する心得を守り、健康・安全に留意して、進んで練習に取り組もうとする。(3) ・ 技能を高め、続けて長く泳いだり、速く泳いだりすることができる。(1) ・ 各泳法の技術の構造、合理的な練習の仕方などを理解するとともに、競技や審判の方法を理解している。(2)	
9	(5) 球技 ネット型 (バレーボール)	6	・ チームや自己の課題をもって行う。 ・ 役割を自覚し協力して責任を果たす。 ・ ルールや作戦を工夫し試合を楽しむ。	・ チームにおける自分の役割を自覚し、その責任を果たそうとしている。(3) ・ チームや自分の課題に応じて練習の仕方を工夫している。(2) ・ 自分の技能をゲームの中で発揮することができる。(1) ・ 競技や審判の方法を理解し、知識を身に付けている。(1) ・ 自分の課題の技に挑戦し楽しさや喜びを味わおうとしているとともに器械・器具を点検し安全に留意している。(3) ・ 自分にあった技の練習の仕方を工夫している。(2) ・ 器械運動の特性に応じて演技するための自己に適した技を身に付けている。(1) ・ 技術の構造を理解し、練習の仕方や技の出来栄の確かめ方を理解し、知識を身に付けている。(1)	【観点(2)】 ・ 単元ごとのプリント、ワーク、ノート等の提出 ・ 期末考査 ・ 授業中の取り組み
	(6) 器械運動 (マット・跳び箱運動)	6	・ 能力に適した課題をもって行い、練習の仕方を工夫し 技能を高める。 ・ 器具を点検し、安全に練習する。	・ 自分の課題の技に挑戦し楽しさや喜びを味わおうとしているとともに器械・器具を点検し安全に留意している。(3) ・ 自分にあった技の練習の仕方を工夫している。(2) ・ 器械運動の特性に応じて演技するための自己に適した技を身に付けている。(1) ・ 技術の構造を理解し、練習の仕方や技の出来栄の確かめ方を理解し、知識を身に付けている。(1)	
10	(10) 球技 ゴール型 (アルティメット)	10	・ 安全に留意し、能力に適した技能を修得する。 ・ チームや自己の課題をもって行う。 ・ 役割を自覚し協力して責任を果たす。 ・ ルールや作戦を工夫し、試合を楽しむ。	・ チームにおける自分の役割を自覚し、その責任を果たそうとしている。(3) ・ チームや自分の課題に応じて練習の仕方を工夫している。(2) ・ 自分の技能をゲームの中で発揮することができる。(1) ・ 競技や審判の方法を理解し、知識を身に付けている。(1) ・ 仲間と協力して資料を集めたり、意見交換をしたりしながら意欲的に学習しようとしている。(3) ・ 人間の健康は環境と深く関わって成立していることなどを理解し、日常生活の課題解決に役立つ知識を身に付けている。(1)	【観点(3)】 ・ 出席(忘れ物) 状況 ・ 授業中の取り組み
11	(8) 保健	7	・ 生活における健康・安全に関する理解を通して、生涯を通じて健康を管理・改善する能力を身につける。	・ 仲間と協力して資料を集めたり、意見交換をしたりしながら意欲的に学習しようとしている。(3) ・ 人間の健康は環境と深く関わって成立していることなどを理解し、日常生活の課題解決に役立つ知識を身に付けている。(1)	
12	(11) 球技 ゴール型 (バスケットボール)	11	・ 安全に留意し、能力に適した技能を修得する。 ・ チームや自己の課題をもって行う。 ・ 役割を自覚し協力して責任を果たす。 ・ ルールや作戦を工夫し、試合を楽しむ。	・ チームにおける自分の役割を自覚し、その責任を果たそうとしている。(3) ・ チームや自分の課題に応じて練習の仕方を工夫している。(2) ・ 基本的なボール操作とバッド操作を身に付けている。(1) ・ 競技や審判の方法を理解し、知識を身に付けている。(1) ・ 特性に関心をもち、勝敗に対して公正な態度をとろうとするとともに健康・安全に留意して練習をしようとする。(2)	
1	(12) 陸上競技 (長距離走)	3	・ 互いに協力して練習や競技をし、勝敗に対して公正な態度がとれる。 ・ 課題解決を目指して練習をする。	・ 自己に適したペースを維持して走ることができる。(1) ・ 自分自身の記録へ挑戦している。(3)	
	(13) 体育理論	3	・ 運動の特性に応じた学び方や安全の確保の仕方を理解し、生活に活かす。	・ 運動やスポーツが多様であること、その意義などについて関心をもっている。(3) ・ 運動やスポーツの意義や効果について理解している。(1)	
2	(8) 保健	3	・ 生活における健康・安全に関する理解を通して、生涯を通じて健康を管理・改善する能力を身につける。	・ 仲間と協力して資料を集めたり、意見交換をしたりしながら意欲的に学習しようとしている。(3) ・ 人間の健康は環境と深く関わって成立していることなどを理解し、日常生活の課題解決に役立つ知識を身に付けている。(1)	
3	(14) 球技 ゴール型 (サッカー)	10	・ チームや自己の課題をもって行う。 ・ 役割を自覚し協力して責任を果たす。 ・ ルールや作戦を工夫し試合を楽しむ。	・ チームにおける自分の役割を自覚し、その責任を果たそうとしている。(3) ・ チームや自分の課題に応じて練習の仕方を工夫している。(2) ・ 自分の技能をゲームの中で発揮することができる。(1) ・ 競技や審判の方法を理解し、知識を身に付けている。(1)	
	(15) 球技 ネット型 (卓球・バドミントン)	4	・ ペアや自己の課題をもって行う。 ・ 役割を自覚し協力して責任を果たす。 ・ ルールや作戦を工夫し試合を楽しむ。	・ ペアや自分の役割を自覚し、その責任を果たそうとしている。(3) ・ ペアや自分の課題に応じて練習の仕方を工夫している。(2) ・ 自分の技能をゲームの中で発揮することができる。(1) ・ 競技や審判の方法を理解し、知識を身に付けている。(1)	