

(保健体育)科(3)学年 年間指導・評価計画

- 教科の目標 ① 各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。
 ② 運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し、判断するとともに、他者に伝える力を養う。
 ③ 生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。
 ④

学期	月	単元名・学習内容	予定 時数	評価の観点		
				知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学ぶ態度
4		集団行動	10	・運動やスポーツが多様であることについて理解することができる。 ※運動やスポーツの必要性と楽しさ ・運動やスポーツは、体を動かしたり健康を維持したりするなどの必要性及び競い合うことや課題を達成することなどの楽しさから生ずる。 ・体を動かす楽しさや心地よさを味わうことができる。 ・体づくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法を理解することができる。 ・目的に適した運動を身に付けて、組み合わせることができる。	・運動やスポーツが多様であることについて、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。	・運動やスポーツが多様であることについての学習に積極的に取り組んでいる。 ・一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとしている。 ・話し合いに参加しようとしている。
		体づくり運動		・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ることができる。	・体づくり運動に積極的に取り組んでいる。 ・仲間の学習を支援しようとしている。 ・一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとしている。 ・話し合いに参加しようとしている。	
		陸上競技 ・短距離走 ・リレー		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、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、各種目特有の技能を身に付けることができる。 ※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やバトンの受渡りで次走者の	動きなどの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。	陸上競技に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・安全を確保できる。
		体育理論		・運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方について理解することができる。	・運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方について、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。	・運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方についての学習に取り組むことができる。
5		陸上競技 ・短距離走 ・リレー	11	・記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わうことができる。 ・陸上競技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解することができる。 ・基本的な動きや効率のよい動きを身に付けることができる。 ※短距離走・リレー ・滑らかな動きで速く走ることができる。 ・バトンの受け渡りでタイミングを合わせる。	・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ることができる。	・陸上競技に積極的に取り組んでいる。 ・勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。 ・健康・安全に気を配っている。
		運動会練習				
6		陸上競技 ・短距離走 ・リレー	12	・記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わうことができる。 ・陸上競技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解することができる。 ・基本的な動きや効率のよい動きを身に付けることができる。 ※短距離走・リレー ・滑らかな動きで速く走ることができる。 ・バトンの受け渡りでタイミングを合わせる。	・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ることができる。	・陸上競技に積極的に取り組んでいる。 ・勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。 ・健康・安全に気を配っている。
		体力テスト				
		保健分野 健康と環境		・身体には環境に対してある程度まで適応能力がある。身体の適応能力を超えた環境は、健康に影響を及ぼすことがある。また、快適で効率のよい生活を送るための温度、湿度や明るさには一定の至適範囲があることを理解している。 ・飲料水や空気には、健康と密接なかわりがある。また、飲料水や空気を衛生的に保つには、基準に適合するよう管理する必要があることを理解している。 ・人間の生活によって生じた廃棄物は、環境の保全に十分配慮し、環境を汚染しないように衛生的に処理する必要がある。	・健康と環境に関する情報から課題を発見し、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。	・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。
7		球技(ネット型)	9	・勝敗を競う楽しさや喜びを味わうことができる。 ・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ことができる。 ・基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開することができる。	・攻防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ることができる。	・球技に積極的に取り組んでいる。 ・フェアなプレイを守ろうとしている。 ・作戦などについての話し合いに参加しようとしている。
		水泳		・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、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、効率的に泳ぐことができる。 ※クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり、速く泳いだりすること。 ※平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり、速く泳いだりすること。 ※背泳ぎでは、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。 ※バタフライでは、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。	・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ることができる。	・水泳に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。

		球技(ネット型)	<ul style="list-style-type: none"> ・勝敗を競う楽しさや喜びを味わうことができる。 ・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ことができる。 ・基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・攻防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ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・球技に積極的に取り組んでいる。 ・フェアなプレイを守ろうとしている。 ・作戦などについての話し合いに参加しようとしている。
9		水泳	<ul style="list-style-type: none"> ・記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わうことができる。 ・水泳の特性や成り立ち、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。 ※クロール ・手と足の動き、呼吸のバランスをとり速く泳ぐ ※平泳ぎ ・手と足の動き、呼吸のバランスをとり長く泳ぐ 	<ul style="list-style-type: none"> ・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ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・水泳に積極的に取り組んでいる。 ・勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。 ・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。
		水泳	<ul style="list-style-type: none"> ・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、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、効率的に泳ぐことができる。 ※クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり、速く泳いだりすること。 ※平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり、速く泳いだりすること。 ※背泳ぎでは、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。 ※バタフライでは、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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・水泳に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。こと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・安全を確保することができる。
		器械運動	<ul style="list-style-type: none"> ・技ができる楽しさや喜びを味わうことができる。 ・器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解することができる。 ・技をよりよく行うことができる。 ※マット運動 ・回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うことができる。 ・条件を変えた技や発展技を行うことができる。 ・それらを組み合わせることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・器械運動に積極的に取り組んでいる。 ・よい演技を認めようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。 ・健康・安全に気を配っている。
		体づくり運動	<ul style="list-style-type: none"> ・体を動かす楽しさや心地よさを味わうことができる。 ・体づくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などを理解することができる。 ・目的に適した運動を身に着け、組み合わせることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動に積極的に取り組んでいる。 ・仲間の学習を支援しようとしている。 ・一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとしている。 ・話し合いに参加しようとしている。
2	10	器械運動	<ul style="list-style-type: none"> ・技の名称や行い方、運動観察の方法、体力の高め方などについて理解している。 ※マット運動 ・回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うことができる。 ・条件を変えた技や発展技を行うことができる。 ・それらを組み合わせることができる。 ※跳び箱運動 ・切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに安定して行うことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・器械運動に積極的に取り組んでいる。 ・よい演技を認めようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。 ・健康・安全に気を配っている。
		球技(ゴール型)	<ul style="list-style-type: none"> ・勝敗を競う楽しさや喜びを味わうことができる。 ・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ことができる。 ・基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・攻防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ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・球技に積極的に取り組んでいる。 ・フェアなプレイを守ろうとしている。 ・作戦などについての話し合いに参加しようとしている。 ・一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に気を配っている。
11		球技(ゴール型)	<ul style="list-style-type: none"> ・勝敗を競う楽しさや喜びを味わうことができる。 ・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ことができる。 ・基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・攻防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ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・球技に積極的に取り組んでいる。 ・フェアなプレイを守ろうとしている。 ・作戦などについての話し合いに参加しようとしている。 ・一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に気を配っている。
		武道(柔道、空手)	<ul style="list-style-type: none"> ・技ができる楽しさや喜びを味わうことができる。 ・武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解することができる。 ・基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・攻防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ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・武道に積極的に取り組んでいる。 ・相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。 ・禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配っている。
		保健分野 健康な生活と疾病の予防	<ul style="list-style-type: none"> ・感染症は、病原体が主な要因となって発生すること。また、感染症の多くは、発生源をなくすこと、感染経路を遮断すること、主体の抵抗力を高めることによって予防できることを理解している。 ・健康の保持増進や疾病の予防のためには、個人や社会の取り組みが重要であり、保健・医療機関を有効に利用することが必要であること。また、医薬品は、正しく使用することを理解している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・心身の機能の発達と心の健康について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現することができる。 	
12	7	陸上競技 ・長距離走 ・飛躍	<ul style="list-style-type: none"> ・記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わうことができる。 ・陸上競技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解することができる。 ・基本的な動きや効率のよい動きを身に付けることができる。 ※長距離走 ・ペースを守って走ることができる。 ※走り幅跳び ・スピードに乗った助走から力強く踏み切って跳ぶことができる。 ※走り高跳び ・リズムカルな助走から力強く踏み切り滑らかな空動作で跳ぶことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・陸上競技に積極的に取り組んでいる。 ・勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。 ・健康・安全に気を配っている。

1	ダンス	6	<ul style="list-style-type: none"> ・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うことができる。 ・ダンスの特性や由来、表現の仕方、その運動に関連して高まる体力などを理解することができる。 ・イメージを捉えた表現や踊りを通じた交流をすることができる。 ※現代的なリズムのダンス ・リズムの特徴を捉え、変化のある動きを組み合わせて、リズムに乗って全身で踊ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・表現などの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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ダンスに自主的に取り組んでいる。 ・仲間の学習を支援しようとしている。 ・作品や発表などの話し合いに参加しようとしている。 ・一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとしている。 ・健康・安全に気を配っている。
	球技 ・ネット型 ・ゴール型		<ul style="list-style-type: none"> ・勝敗を競う楽しさや喜びを味わうことができる。 ・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ことができる。 ・基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・攻防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ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・球技に積極的に取り組んでいる。 ・仲間の学習を支援しようとしている。 ・作戦などについての話し合いに参加しようとしている。
3	ダンス	9	<ul style="list-style-type: none"> ・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うことができる。 ・ダンスの特性や由来、表現の仕方、その運動に関連して高まる体力などを理解することができる。 ・イメージを捉えた表現や踊りを通じた交流をすることができる。 ※現代的なリズムのダンス ・リズムの特徴を捉え、変化のある動きを組み合わせて、リズムに乗って全身で踊ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ダンスに積極的に取り組んでいる。 ・仲間の学習を支援しようとしている。 ・交流などの話し合いに参加しようとしている。 ・一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとしている。 ・健康・安全に気を配っている。
	球技 ・ネット型 ・ベースボール型		<ul style="list-style-type: none"> ・勝敗を競う楽しさや喜びを味わうことができる。 ・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ことができる。 ・基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・攻防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ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・球技に積極的に取り組んでいる。 ・フェアなプレイを守ろうとしている。 ・作戦などについての話し合いに参加しようとしている。 ・一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に気を配っている。
	球技 ・ネット型 ・ベースボール型	5	<ul style="list-style-type: none"> ・勝敗を競う楽しさや喜びを味わうことができる。 ・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ことができる。 ・基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・攻防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ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・球技に積極的に取り組んでいる。 ・フェアなプレイを守ろうとしている。 ・作戦などについての話し合いに参加しようとしている。 ・一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に気を配っている。
合 計		105			