令和8年度　第3学年　保健体育科　　**（評価規準）**

領域	学習活動	学びに向かう力、人間性等
体つくり運動	・体ほぐしの運動 ・体力を高める運動	・自分の体力に関心を持ち、体を動かす楽しさや心地よさを見つける ・仲間と協力し、互いに補助し合ったりする ・お互いの体の状態に気を配る
陸上競技	・短距離、リレー ・長距離走	・記録や技能を向上させたりする喜びや楽しさを味わおうとする ・互いに協力し、励まし合いながらすすんで練習や競技を行おうとする
器械運動	・マット運動	・技がよりよくできたり、難易度の高い新しい技を習得したりする ・マット運動の楽しさや喜びを味わおうとする
水泳	・クロール ・平泳ぎ ・背泳ぎ ・バタフライ ・個人メドレー、リレー	・泳法の特性に興味・関心を持ち、自ら進んで水泳を楽しもうとする ・自分の能力に適した課題を持って、速く泳ぐための技能を高めようとする
球技	【ゴール型】 ・バスケットボール ・ハンドボール ・サッカー	・チームにおける自分の役割を自覚して責任を果たしたり、教えあったりして互いに協力しながら進んで練習やゲームをしようとする ・健康・安全に留意し意欲的に運動を行う

球技	【ネット型】 ・バレーボール	・チームにおける自分の役割を自覚して、その責任を果たし、互いに協力して、練習やゲームをしようとする ・勝敗に対して、公正な態度をとろうとする ・健康・安全に留意して練習やゲームをしようとする
ダンス	・創作ダンス	・ダンスの学習に自主的に取り組もうとしている ・話し合いに貢献しようとし、一人一人に応じた表現や役割を大切にしている
体育理論	・文化としてのスポーツの意義	・情報を集めたり、意見を交換したりして、学習に積極的に取り組もうとしている
保健	・健康な生活と疾病の予防	・教師や仲間とともに活動したり、資料を見たり、自分の日常生活を振り返りながら課題を発見しようとする ・資料をもとに、自分の考えや意見をまとめようとする
	・健康と環境	・健康と環境との関わりについて資料を見たり、自分の日常生活を振り返りながら課題を発見しようとしている

		・教師や仲間とともに活動したり、教科書などの資料を読んだりして課題の解決に取り組み、課題について調べようとしている ・教科書などの資料を元に、自分の考えや意見をまとめ発表しようとしている

学習活動における評価規準

思考力・判断力・表現力等	
・自分の体力や生活に合った課題を見つけ、目的にあった運動を選んで構成していく ・施設や用具を効果的に利用する	・体力を高める ・体ほぐしの ・体ほぐしの
・課題解決の為に効果的な練習の仕方を選んだり、記録向上に合わせて効果的な練習の方法を選んだり見つけたりすることができる	・動きのポイ ・自分の能力 能を高め競技 ・ルール、計
・自分の能力に適した技や難易度の高い技を選び課題をもって取り組もうとする	・自己や仲間 を工夫してで ・運動観察の た技で演技す
・自分の能力に合った課題を設定することができる ・自分の課題を解決するための練習方法を選択したり、考えたりするなどし、工夫して練習を行うことができる	・自分の能力 法で泳ぐ、又 ・水泳の事故 身につける ・技術の名称 られることを
・練習やゲームを通して、自分やチームの課題を明らかにし、その課題の解決を図ろうとしている ・自分の課題を解決するための練習方法を選択したり、考えたりするなどし、他者に分かりやすく伝えることができる	・チームや自 能や個人的技 ・正しいボー り、ゴール前 る相手をマー ・種目の特性 習計画の立て

・チームの課題や自分の能力に適した課題解決をすることができる ・ルールを工夫したり、作戦を立てたりして練習の仕方を工夫することができる ・自分の技能の程度などを把握し、課題解決に向けて練習に取り組むことができる	・特性に応じ ・相手チーム開してゲーム ・競技や審判 ・特性や学び
・テーマや音楽に合った踊りを設定している ・発表の場で、仲間の良い動きなどを指摘している	・リズムの特乗って、全身 ・表したいテり入れ、一つ ・様々な動き体力が高めら
・意見や情報を分析したり、整理したりしている	・文化として
・教師や仲間とともに活動したり、資料を見たり、自分の日常生活を振り返りながら課題を発見できる ・資料をもとに、予想したり、整理したりすることができる ・学習したことを日常生活に当てはめることができる	・健康の保持主な要因とな ・感染症の要 ・個人の健康するためには
・健康と環境について　自分の日常生活等を振り返り、問題点を見つけることができる	・人間の健康する適応能力

・健康と環境について自分の経験や資料などを元に予想したり、整理したりすることができる ・健康と環境について学習したことを日常生活に当てはめることができる	・人間の生命について知っ ・心身の健康に処理し、衛

知識及び技能	評価資料
る運動を身につけたり、各運動が計画的、合理的にでき 運動を理解することができる 運動や体力を高める運動の方法や活用の方法を知る	・授業観察
ントを身につけることができる に適した技能について、動きのポイントを身につけ、技したり記録を高めたりすることができる 測の方法、競技の方法を知る	・授業観察 ・学習カード ・記録会 ・定期考査
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きる 方法や体力の高め方などを理解するとともに自己に適しることができる。	・実技テスト ・学習カード ・授業観察 ・定期考査
に応じた技能ポイントを練習によって克服し、複数の泳はリレーで競争することができる 防止の練習場のルールを守るなど、安全な行動の仕方を や行い方を理解し、泳法を関連させた練習で体力を高め理解する	・授業観察 ・各泳法の記録 ・定期考査
分の能力に適した課題の練習やゲームを通して集団的技能を高める ル操作で、相手にボールを奪われないように保持したの空いている空間に走り込む動きや、ボールを持っていクするなどの動きができる や学習の進め方、集団的技能や個人的な練習の仕方、練方を理解し、知識を身につけている	・授業観察 ・学習カード ・実技テスト ・定期考査

た個人的技能・集団的技能を身に付ける	・授業観察 ・定期考査
に対応した定位置に戻るなどの作戦を生かした攻防を展ができる	・学習カード
の方法を理解し、知識を身に付ける	・ルール確認
方、技術の構造、合理的な練習の方法を理解する	・実技テスト
徴をとらえ、変化のある動きを組み合わせて、リズムにで踊るための動きができる	・授業観察
ーマに相応しいイメージを捉えて、個や群での動きを取の作品にまとめて踊ることができる	・学習カード
に関連した柔軟性やリズミカルな全身運動をすることでれることを理解する	・発表会 ・定期考査
のスポーツの意義を理解している	・授業観察 ・ワークシート ・定期考査
増進には、生活習慣が深く関わっていることと、それがって起こる疾病やその予防の仕方について知る	・授業観察
因とその予防の方法について知る	・学習ノート
と集団の健康は密接な関係があること、健康を保持増進、保健・医療機関の有効な利用が必要であることを知る	・定期考査 ・ワークシート
は環境と深く関わって成立しており、身体には環境に対があることを知っている	・授業観察

の維持や健康に密接な関わりのある空気・飲料水の条件 ている	・学習ノート
を保持増進するため、生活に伴って生じる廃棄物を適切 生的に保つ必要があることを知っている	・定期考査 ・ワークシート