

令和5年度 保健体育科 年間指導計画及び年間評価計画(3学年) 体育分野

月	単元・教材 学習内容	観点評価規準		
		知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
4 5 6	体づくり運動 ・新体力テスト 注1) ・体ほくしの運動 ・体力を高める運動	○知識 ・運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などについて理解している。	・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ている。	・体づくり運動に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする、話し合いに貢献しようとするなどや、健康・安全を確保したりしている。
	陸上競技 ・短距離走 ・リレー ・走り高跳び	○知識 ・陸上競技の技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。 ○技能 ・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スピードを十分高めることができる。 ・長距離走では、自己に適したペースを維持して走ることができる。 ・走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切り滑らかな空間動作で跳ぶことができる。	・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ている。	・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などや、健康・安全を確保すること。
7 8 9	水泳 ・クロール ・平泳ぎ ・背泳ぎ ・バタフライ	○知識 ・水泳の技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。 ○技能 ・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ができる。 ・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ができる。 ・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ができる。 ・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ができる。	・泳法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ている。	・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・安全を確保している。
	球技 ・バスケットボール	○知識 ・球技の技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。 ○技能 ・ゴール型では、安定したボール操作と空間を作りだすなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をすることができる。	・攻防などの自己やチームの課題を発見し、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。	・球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い教え合おうとするなどをしようしたり、健康・安全を確保したりしている。

10 11 12	ダンス ・創作ダンス	○知識 ・ダンスの名称や用語、踊りの特徴と表現の仕方、交流や発表の仕方、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。 ○技能 ・創作ダンスでは、表したいテーマにふさわしいイメージを捉え、個や群で、緩急強弱のある動きや空間の使い方で変化を付けて即興的に表現したり、簡単な作品にまとめたりして踊ることができる。	・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ている。	・ダンスに自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、作品や発表などの話合いに貢献しようとするなど、一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしようとするなどをして、健康・安全を確保したりしている。
	陸上競技 ・持久走 ・ハードル走	○知識 ・陸上競技の技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。 ○技能 ・長距離走では、自己に適したペースを維持して走ることができる。 ・ハードル走では、スピードを維持した走りからハードルを低く越すことができる。	・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ている。	・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など、自己の責任を果たそうとするなど、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などや、健康・安全を確保すること。
	器械運動 ・マット運動 ・跳び箱運動	○知識 ・器械運動の技の名称や行い方、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。 ○技能 ・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安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技することができる。 ・跳び箱運動では、繰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、条件を変えた技や発展技を行うことができる。	・技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ている。	・器械運動に自主的に取り組むとともに、よい演技を讀えようとするなど、互いに助け合い教え合おうとすること、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などをして、健康・安全を確保したりしている。
	球技 ・ハンドボール	○知識 ・球技の技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。 ○技能 ・ゴール型では、安定したボール操作と空間を作りだすなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をすることができる。	・攻防などの自己やチームの課題を発見し、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。	・球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとするなど、作戦などについて話合いに貢献しようとするなど、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとするなど、互いに助け合い教え合おうとすることなどをしようとして、健康・安全を確保したりしている。
	球技 ・バレーボール	○知識 ・球技の技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。 ○技能 ・ネット型では、役割に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防をすることができる。	・攻防などの自己やチームの課題を発見し、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。	・球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとするなど、作戦などについて話合いに貢献しようとするなど、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとするなど、互いに助け合い教え合おうとすることなどをしようとして、健康・安全を確保したりしている。
1 2 3	武道 ・剣道	○知識 武道の伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などについて理解している。 ○技能 相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技を用いて、相手の構えを崩し、しかけたり応じたりするなどの攻防をすることができる。	・攻防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ている。	・武道に自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとするなど、自己の責任を果たそうとするなど、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などをして、健康・安全を確保したりしている。

<p>球技 ・ソフトボール</p>	<p>○知識 ・球技の技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。</p> <p>○技能 ・ベースボール型では、安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と連携した守備などによって攻防をすることができる。</p>	<p>・ 攻防などの自己やチームの課題を発見し、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>	<p>・ 球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする事、作戦などについての話し合いに貢献しようとする事、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする事、互いに助け合い教え合おうとする事などをしようしたり、健康・安全を確保したりしている。</p>
-----------------------	--	---	--