

令和4年度 保健体育科 《第3学年女子》年間指導計画・評価計画

担当:西川

保健体育科 第3学年の目標

- (1) 運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、運動を豊かに実践することができるようにするため、運動、体力の必要性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) 運動についての自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。
- (3) 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たす、一人一人の違いを認めようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動する態度を養う。

★**知**は、運動への知識・技能、**思**は、運動についての思考・判断・表現、**行**は、主体的に取り組む態度、

月	単元名	指導目標	指導内容		評価規準	評価方法	小学校との関連
4	体づくり運動 ＜7時間＞ 体ほぐしの運動 体力を高める運動	体ほぐしや体力を高める運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、健康の保持増進や体力の向上を図り、目的に適した運動の計画を立て取り組む。	ストレッチ体操、筋力トレーニング他	知	運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解している。	行動観察 学習カード	体づくりの運動 1年～6年 ・体ほぐしの運動② 1年～2年 ・多様動きをつくる運動遊び ・力試し、用具 3年～4年 ・多様な動きをつくる運動⑥⑦ 5年～6年 ・体力を高める運動⑤⑥
				思	ねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動計画を立てるとともに、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。	行動観察 学習カード 定期テスト	
				行	体づくり運動の楽しさや心地よさが味わうことができるよう、体力の違いに配慮しようとして、自己の責任を果たそうとすることなどや、健康・安全を確保して、学習に自主的に取り組もうとしている。	行動観察 定期テスト	
	体育理論 ＜3時間＞ 現代生活におけるスポーツの文化的意義 国際的なスポーツ大会などが果たす文化的な意義や役割 人々を結び付けるスポーツの文化的な働き	文化としてのスポーツの意義について理解できるようにする。 運動の意義や効果について関心を持てるようにする。 学年種目の練習の中で意見を出し合い、クラス のまとまりを目指す	文化としてのスポーツの意義について 体育祭練習、学年競技、行進など	知	文化としてのスポーツの意義について理解している。	行動観察	
				思	文化としてのスポーツの意義について、学習した知識を活用したり応用したりしている。	行動観察 定期テスト	
				行	文化としてのスポーツの意義について、課題を解決するための活動などを通して、学習に自主的に取り組もうとしている。	行動観察 定期テスト	

4	陸上競技 〈6時間〉 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、各種目特有の技能を身に付けることができるようにする。	スタートの方法 中間疾走、フィニッシュの走り方 リレーのルールとバトンパス	知	技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 陸上競技の特性に応じた、各種目特有の技能を身に付けている。	行動観察	1年～2年 ・走の運動遊び⑥⑦ ・跳の運動遊び③④ 3年～4年 ・かけっこ、リレー 5年～6年 ・短距離走、リレー⑤ ・ハードル走④
				思	生涯にわたって陸上競技を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。	行動観察	
				国	陸上競技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、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などや、健康・安全を確保して、学習に自主的に取り組もうとしている。	行動観察 実技テスト	
5	ダンス 〈5時間〉 創作ダンス	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い、イメージを捉えた表現や踊りを通して仲間と交流ができるようにする。	創作ダンス 体育祭に向けての集団演技	知	ダンスの特性、踊りの由来と表現の仕方、関連して高まる体力などを理解している。 ダンスの特性に応じて、交流ができるよう、イメージを捉えた表現や踊りをするための動きを身に付けている。	行動観察	
				思	ダンスを豊かに実践するための学習課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。	行動観察 定期テスト	
				国	ダンスの楽しさや喜びを味わうことができるよう、よさを認め合おうとすること、分担した役割を果たそうとすることなどや、健康・安全に留意して、学習に積極的に取り組もうとしている。	行動観察 実技テスト	
6	球技 〈9時間〉 ベースボール型 ソフトボール	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームが展開できるようにする。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、連携した守備などによって攻防を展開すること。	スローイング、キャッチング、フィールドイング、ヒッティング、ベースランニング	知	技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法、試合の行い方を理解している。	行動観察 学習カード	
				思	生涯にわたって球技かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している	行動観察 定期テスト 学習カード	
				国	球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイ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、作戦などについての話し合いに貢献しようとするなどや、健康・安全を確保して、学習に自主的に取り組もうとしている。	行動観察 実技テスト	

11	球技・ネット型 バレーボール 〈9 時間〉	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦に応じた技能でゲームが展開できるようにする。 バレーボールは、役割に応じたボール操作ができるようになること。 バドミントンでは、安定した用具の操作と動きによって空いた場所をめぐる攻防を展開すること。	バレーボール はオーバーハンドパス、アンダーハンドパス、サーブ、簡易ゲーム バドミントンはオーバーヘッドストローク、アンダーハンドストローク、サービス、ショット、簡易ゲーム	知	技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法、試合の行い方を理解している。 球技の特性に応じて、ゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間と連携した動きを身に付けている。	行動観察	
12	バドミントン 〈8 時間〉			思	生涯にわたって球技を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。	行動観察	
				主	球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にしようとし、自己の責任を果たそうとし、作戦などについての話し合いに貢献しようとし、健康・安全を確保して、学習に自主的に取り組もうとしている。	行動観察 実技テスト	
1	球技選択 〈16 時間〉 バレーボール バスケットボール バドミントン	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームが展開できるようにする。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展開すること	基本技術のチーム練習 簡易ゲーム	知	技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法、試合の行い方を理解している。 球技の特性に応じて、ゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間と連携した動きを身に付けている。	行動観察 学習カード	1 年～2 年 ・ボール遊び、 ボールゲーム⑥⑧ 3 年～4 年 ・ゴール型ゲーム⑩ 5 年～6 年 ・ゴール型バスケットボール
2	フットサル			思	生涯にわたって球技を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。	行動観察 学習カード	
3				主	球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にしようとし、自己の責任を果たそうとし、作戦などについての話し合いに貢献しようとし、健康・安全を確保して、学習に自主的に取り組もうとしている。	行動観察	
4	保健 〈18 時間〉	健康な生活と疾病の予防について理解を深めることができるようにする。		知	健康の成り立ちと疾病の発生要因、生活行動・生活習慣と健康、喫煙、飲酒、薬物乱用と健康、感染症の予防、保健・医療機関や医薬品の有効利用、個人の健康を守る社会の取組について、課題の解決に役立つ基礎的な事項及びそれらと生活との関わりを理解している。	行動観察 学習カード	
3	健康な生活と病気の予防			思	健康な生活と疾病の予防について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、科学的に考え、判断し、それらを表している。	行動観察 学習カード	
				主	健康な生活と疾病の予防について関心をもち、学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	行動観察 定期テスト	