

令和4年度 年間指導計画（評価計画） 保健体育科 3年

1 評価の観点及びその趣旨

	観 点	趣 旨
①	運動や健康・安全への知識・技能	選択した運動の技の名称や行い方，体力の高め方，運動観察の方法，スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法及び文化としてのスポーツの意義についての考え方を理解しているとともに，選択した領域の運動の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。
②	運動や健康・安全への思考・判断・表現	生涯にわたって運動を豊かに実践するための自己や仲間の課題を発見し，合理的な解決に向けて，課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに，自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。
③	主体的に学習に取り組む態度	運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう，公正，協力，責任，参画，共生などに対する意欲をもち，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。

2 年間指導計画

月	単元	学習事項（指導内容）	時数	観点	評価規準	評価方法
4 1	体 つ く り 運 動	体づくり運動 (ラジオ体操第一)	4 3	① ② ③	・運動を継続する意や原則，体の構造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し，自己や仲間の考えを他者に伝えている。 ・自主的に取り組み，互いに助け合い教え合えあう，個々の違いに応じた動きを大切にす，話し合いに貢献する，健康・安全を確保している。	○観察・学習カード ○観察 ○観察
4 5 5	陸 上 競 技	・短距離走 ・リレー	3 11	① ② ③	(知識) ・各種目で用いられる技術の名称や記録の向上につながる重要な動きのポイントがあることについて言ったり書き出したりしている。 ・技術と関連させた運動や練習を繰り返し，継続して行うことで，結果として体力を高めることができることに，言ったり書き出したりしている。 ・自己や仲間の動き方の分析は，自己観察や他者観察などの方法があることを言ったり書き出したりしている。 (技能) 短距離走・リレー ・スタートダッシュでは地面を力強くキックし，徐々に上体を起こし加速できる。 ・後半でスピードが著しく低下しないよう，力みのないリズムカルな動きで走ることができる。□ ・学習した内容を生かし，記録を向上することができる。 ・リレーでは，次走者とのコミュニケーションをとれたスピード感あるバトンパスができる。 ② ・運動の合理的な動きと自己や仲間の動きを比較し，成果や改善点を仲間に伝えている。(表現) ・自己や仲間の技術的な課題やその解決に有効な練習方法を，自己の考えを伝えている。(表現) ・競争や勝敗を受け入れたりする場面で，マナーや行為等，自己の活動を振り返っている。(思考) ・健康や安全確保のために，体調や環境に応じた練習方法等について振り返っている。(思考) ・学習成果を踏まえ，自己に適した「する，みる，支える，知る」などの運動を継続して楽しむ関わり方を見付けている。(思考) ・運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。(判断) ・体力や技能の程度に配慮し，仲間と楽しむの活動の方法や修正の仕方を見付けている。(判断) ③ ・学習に自主的に取り組もうとしている。□ ・よい技や演技に称賛の声をかけ，仲間の努力を認めようとしている。 ・健康・安全に留意している。 ・仲間と互いに合意した役割について自己の責任を果たそうとしている。 ・練習の補助や仲間に助言し，仲間の学習を援助しようとしている。	○定期考査・観察 ○観察・学習カード ○観察・学習カード ○実技テスト・観察 ○観察 ○実技テスト・観察 ○観察 ○観察・学習カード ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察
6	球 技 (ベ ー ス ボ ー ル 型)	野球	9	①	(知識) ・各種目において用いられる技術や戦術，作戦の名称やそれらを身に付けるためのポイントがあることについて，言ったり書き出したりしている。 ・戦術や作戦に応じて，技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて，学習した具体例を挙げている。 ・ゲームに必要な技術と関連した補助運動や部分練習を計画的に行うことで，結果として体力を高めることができることを言ったり書き出したりしている。 ・練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには，自己観察や他者観察などの方法があることを言ったり書き出したりしている。 (技能) □安定したバット操作 ・身体の軸を安定させてバットを振りぬくことができる。 ・タイミングを合わせてボールを捉えることができる。 ・ねらった方向にボールを打ち返すことができる。 (走塁) ・スピードを落とさずに円を描くように塁間を走ることができる。 ・打球や守備の状況に応じた塁の回り方や塁を進んだり戻ったりすることができる。 (ボール操作) ・捕球場所へ最短距離で移動し打ったボールを捕ることができる。 ・ねらった方向へステップを踏みながら，一連の動きでボールを投げるができる。 ・仲間の送球に対して塁上でタイミングよくボールを受けたり，中継したりすることができる。 (連携した守備) ・味方からの送球を受けるために，走者の進む先の塁に動くことができる。 ・打球や走者の位置に応じた中継プレイに備える動きができる。	○定期考査・観察 ○定期考査・観察 ○観察・学習カード ○観察・学習カード ○実技テスト・観察 ○実技テスト・観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○実技テスト・観察 ○実技テスト・観察 ○観察 ○観察 ○観察

月	単元	学習事項 (指導内容)	時数	観点	評価規準	評価方法
	球技 (ベースボール型)			② ③	<ul style="list-style-type: none"> ・運動の合理的な動きと自己や仲間の動きを比較し、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。(表現) ・自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法について、自己の考えを伝えている。(表現) ・運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。(判断) ・健康や安全の確保のために、体調や環境に応じた練習方法等について振り返っている。(思考) ・チームで分担した役割の成果や改善ポイントについて、自己の活動を振り返っている。(思考) ・作戦などの話し合いで、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。(表現) ・体力や技能の程度に配慮し、仲間と楽しむ活動の方法や修正の仕方を見付けている。(判断) ・学習成果を踏まえ、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむ関わり方を見付けている。(思考) ・学習に自主的に取り組もうとしている。 ・健康・安全に留意している。 ・よい技や演技に称賛の声をかけ、仲間の努力を認めようとしている。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしている。 ・作戦などについての話し合いに貢献しようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ○観察・学習カード ○観察・学習カード ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察・学習カード ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察
7	水泳	バタフライ	9	① ② ③	<ul style="list-style-type: none"> (知識) ・陸上競技(短距離走)と同様(技能) 〈バタフライ〉 ・腕を前方に伸ばし、手のひらが胸の前を通るような形を描くようにして腰や太ももくらいまで大きくかく動きで進むことができる。 (スタート及びターン) ・スタートは水中で両足あるいは左右どちらかの足をプールの壁につけた姿勢から、スタートの合図と同時に顔を水中に沈め、抵抗の少ない流線型の姿勢で力強く壁を蹴り泳ぎだすことができる。 ・ターンはプールの壁から5m程度離れた場所からタイミングを計りながら、泳ぎの速度を落とさず両手で同時に壁にタッチし、膝を抱えるようにして体を反転させ蹴りだすことができる。 ・手の入水時のキック、かき終わりの時のキック及び呼吸動作を一定のリズムで行うことができる。 (複数の泳法で泳ぐこと) ・今まで学習したクロール、平泳ぎ、バタフライから2～3種目を選び続けて泳ぐことができる。 ② ・運動の合理的な動きと自己や仲間の動きを比較し、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。(表現) ・泳法の合理的な動きと自己や仲間の動きを比較し、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。(表現) ・自己や仲間の技術的な課題やその解決に有効な練習方法を、自己の考えを伝えている。(表現) ・泳法に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。(判断) ・健康や安全確保ため、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。(思考) ・パディと分担した役割に関する成果や改善ポイントを自己の活動を振り返っている。(思考) ・体力や技能の程度に配慮し、仲間と楽しむ活動の方法や修正の仕方を見付けている。(判断) ・学習成果を踏まえ、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむ関わり方を見付けている。(思考) ③ ・水泳の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・健康・安全に留意している。 ・練習の補助や仲間に助言し、仲間の学習を援助しようとしている。 ・よい技や演技に称賛の声をかけ、仲間の努力を認めようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ○陸上競技と同様 ○実技テスト・観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察・学習カード ○観察・学習カード ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察
9	器械体操	マット運動	10	① ② ③	<ul style="list-style-type: none"> (知識) ・技ができる楽しさや喜びを味わうことができることについて、言ったり書き出したりしている。 ・技の出来映えを競うことを楽しむ運動として成り立ちがあることについて、言ったり書き出したりしている。 ・技の名称を言ったり書き出したりしている。 ・技の行い方の課題を解決するための合理的な動き方のポイントの具体例を挙げている。 ・種目などにより高まる体力要素が異なることについて、言ったり書き出したりしている。 (技能) 〈回転系〉 《背中をマットに接して回転する》 ・体をマットに順々に接触させて回転する動き方や回転力を高めるための動き方で、技の一連の動きを滑らかにして回ることができる。 ・学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで回ることができる。 《手や足の支えで回転する》 ・全身を支えたり突き放したりする着手の仕方、回転力を高める動き方、起き上がりやすくする動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして回転することができる。 ② ・提示された動きのポイントやつまずきを参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。(表現) ・学習した安全上の留意点を、他の学習場面で仲間に伝えている。(表現) ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。(思考) ・体力や技能の程度を踏まえ、仲間と楽しむ練習や発表を行う方法を見付けている。(思考) ・提供された練習方法で、自己の課題に応じて、技の習得に適した練習を選んでいる。(判断) ・学習成果を踏まえ、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむ関わり方を見付けている。(思考) ③ ・よい技や演技に称賛の声をかけ、仲間の努力を認めようとしている。 ・練習の補助や仲間に助言し、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・安全に留意している。 ・学習に積極的に取り組もうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ○定期考査・観察 ○定期考査・観察 ○定期考査・観察 ○観察・学習カード ○定期考査・観察 ○実技テスト・観察 ○実技テスト・観察 ○実技テスト・観察 ○観察・学習カード ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察・学習カード ○観察 ○観察 ○観察 ○観察 ○観察

月	単元	学習事項（指導内容）	時数	観点	評価規準	評価方法
10	球技（ゴール型）	バスケットボール	10	① ② ③	<p>（知識）</p> <ul style="list-style-type: none"> 球技（ベースボール型）と同様（技能）（安定したボール操作） ゴールの枠内にシュートをコントロールすることができる。 味方が操作しやすいパスを送ることができる。 守備者とボールの間に自分の体を入れてボールキープができる。（空間を作りだすなどの動き） ゴール前に広い空間を作りだすために、守備者を引きつけてゴールから離れることができる。 パスを出した後に次のパスを受ける動きをすることができる。 ボール保持者が進行できる空間を作りだすために、進行方向から離れることができる。 ゴールとボール保持者を結んだ直線上で守ることができる。 ゴール前の空いている場所をカバーすることができる。 <p>② 球技（ベースボール型）と同様</p> <p>③ 球技（ベースボール型）と同様</p>	<p>○球技と同様</p> <p>○実技テスト・観察</p> <p>○実技テスト・観察</p> <p>○観察</p> <p>○観察</p> <p>○観察</p> <p>○観察</p> <p>○実技テスト・観察</p> <p>○実技テスト・観察</p> <p>○球技と同様</p> <p>○球技と同様</p>
11	陸上競技	長距離走	10	① ② ③	<p>（知識）</p> <ul style="list-style-type: none"> 陸上競技（短距離走）と同様（技能） リズムカルに腕を振り、力みのないフォームで走ることができる。 呼吸を楽にしたり、走りのリズムを作ったりする呼吸法を取り入れて走ることができる。 自己の体力や技能の程度に合ったペースを維持して走ることができる。 学習した内容を生かし、記録を向上することができる。 <p>② 陸上競技（短距離走）と同様</p> <p>③ 陸上競技（短距離走）と同様</p>	<p>○陸上競技と同様</p> <p>○実技テスト・観察</p> <p>○観察</p> <p>○観察</p> <p>○実技テスト・観察</p> <p>○陸上競技と同様</p> <p>○陸上競技と同様</p>
12	球技（ゴール型）	サッカー	9	① ② ③	<p>① 球技（ゴール型）と同様</p> <p>② 球技（ゴール型）と同様</p> <p>③ 球技（ゴール型）と同様</p>	<p>○球技と同様</p> <p>○球技と同様</p> <p>○球技と同様</p>
1	球技（ネット型）	<ul style="list-style-type: none"> バレーボール 卓球 	10	① ② ③	<p>（知識）</p> <ul style="list-style-type: none"> 球技（ベースボール型）と同様（技能）（役割に応じたボール操作や安定した用具の操作） サービスは、ボールをねらった場所に打つことができる。 ボールを相手側のコートに空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。 攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にボールを上げることができる。 ネット付近でボールの侵入を防いだり、打ち返すことができる。 腕やラケットを強く振って、ネットより高い位置から相手側のコートに打ち込むことができる。 ポジションの役割に応じて、拾ったりつないだり打ち返したりすることができる。（連携した動き） ラリーの中で、味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすることができる。 連携プレイのための基本的なフォーメーションに応じた位置に動くことができる。 <p>② 球技（ベースボール型）と同様</p> <p>③ 球技（ベースボール型）と同様</p>	<p>○球技と同様</p> <p>○実技テスト・観察</p> <p>○実技テスト・観察</p> <p>○観察</p> <p>○観察</p> <p>○観察</p> <p>○実技テスト・観察</p> <p>○実技テスト・観察</p> <p>○球技と同様</p> <p>○球技と同様</p>
4	体育理論	文化としてのスポーツの意義	1	① ② ③	<p>① スポーツは、文化的な生活を営み、よりよく生きていくために重要であることを理解している。</p> <p>② 国際的なスポーツ大会が果たす役割を考えようとしている。スポーツの文化的意義について、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、他者に伝えている。</p> <p>③ スポーツの文化的意義についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	<p>○定期考査・観察</p> <p>○観察</p> <p>○観察</p>
		国際的なスポーツ大会の文化的な役割	1	① ② ③	<p>① オリンピックやパラリンピックおよび国際的なスポーツ大会などは、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしていることを理解している。</p> <p>② 国際的なスポーツ大会の文化的な役割について、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、他者に伝えている。</p> <p>③ 国際的なスポーツ大会の文化的な役割についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	<p>○定期考査・観察</p> <p>○観察</p> <p>○観察</p>
		人々を結び付けるスポーツ	1	① ② ③	<p>① スポーツは民族や国、人種や性、障がいの違いなどをこえて人々を結び付けていることを理解している。</p> <p>② 人々を結び付けるスポーツについて、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、他者に伝えている。</p> <p>③ 人々を結び付けるスポーツについての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	<p>○定期考査・観察</p> <p>○観察</p> <p>○観察</p>
4 3	保健	感染症の原因	2	① ② ③	<p>① 感染症は、病原体に感染することによって起こる病気であり、病原体の感染には、自然環境と社会環境、主体の条件が関係することを理解している。</p> <p>② 感染症の原因について、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。</p> <p>③ 感染症の原因についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	<p>○定期考査・観察</p> <p>○観察</p> <p>○観察</p>
		感染症の予防	1	① ② ③	<p>① 感染症を予防するには、発生源をなくす、感染経路を遮断する、予防接種で免疫を付けるなど体の抵抗力を高めることが有効であることを理解している。また、感染症にかかった場合は、できるだけ早く適切な治療を受けることが重要であることを理解している。</p> <p>② 感染症の予防について、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。</p> <p>③ 感染症の予防についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	<p>○定期考査・観察</p> <p>○観察</p> <p>○観察</p>
		性感染症の予防	1	① ② ③	<p>① 性感染症は、感染経路が性的接触で、感染者の粘液などに含まれる病原体に感染する病気であること、感染のリスクを軽減する効果的な予防方法を身に付ける必要があることを理解している。</p> <p>② 性感染症の予防について、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。</p> <p>③ 感染症の予防についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	<p>○定期考査・観察</p> <p>○観察</p> <p>○観察</p>

月	単元	学習事項（指導内容）	時数	観点	評価規準	評価方法
	保健	エイズの予防	1	① ② ③	・エイズはHIVが引き起こす免疫の病気で、その感染経路には性的接触による感染、血液を介しての接触、母子感染があり、性的接触をしないことが予防として有効であることを理解している。 ・性感染症の予防について、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、それら表現している。 ・エイズの予防についての学習に自主的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察
		個人の健康を守る社会の取り組み	1	① ② ③	・健康の保持増進や病気の予防には、個人が行う取り組みとともに、社会の取り組みが有効であり地域の保健所、保健センターで住民の健康診断や健康相談が行われていることを理解している。 ・個人の健康を守る社会の取り組みについて、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、それら表現している。 ・個人の健康を守る社会の取り組みについての学習に自主的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察
		医薬品の有効利用	1	① ② ③	・医薬品には、主作用と副作用があること、医薬品は正しく使用する必要があることについて理解している。また、心身の状態が不調である場合は、できるだけ早く医療機関で受診することが重要であることを理解している。 ・医薬品の有効利用について、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、それら表現している。 ・医薬品の有効利用についての学習に自主的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察
		環境への適応能力	1	① ② ③	・体には環境に対する適応能力があること、環境の変化が適応能力の限界を超えると健康に重大な影響が出ることから、気象情報の適切な利用が有効であることを理解している。 ・環境への適応能力について、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、それら表現している。 ・環境への適応能力についての学習に自主的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察
		快適な環境の条件	1	① ② ③	・快適で能率のよい生活を送るための温熱条件や明るさには至適範囲があり、その範囲は学習や作業などの種類によって異なることを理解している。 ・温熱条件や明るさの至適範囲について、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、それら表現している。 ・温熱条件や明るさの至適範囲についての学習に自主的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察
		空気の汚れと換気	1	① ② ③	・室内の二酸化炭素は、呼吸などにより増加し、空気の汚れの指標となること、定期的な換気は室内の二酸化炭素の濃度を衛生的に管理できることを理解している。また、一酸化炭素は、人体に有害であることを理解している。 ・空気の汚れと換気について、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、それら表現している。 ・空気の汚れと換気についての学習に自主的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察
		水の役割と飲料水の条件	1	① ② ③	・水は生命の維持や健康にとって重要であること、飲料水には水質基準があり、浄水場で浄化し検査していることを理解している。 ・健康や生活における水の役割や飲料水の条件について、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、それら表現している。 ・健康や生活における水の役割や飲料水の条件についての学習に自主的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察
		生活にともなう廃棄物の処理	1	① ② ③	・人間の生活に伴って生じた廃棄物は、その種類に即して自然環境を汚染しないように衛生的に処理する必要があることを理解している。 ・生活に伴って生じた廃棄物の衛生的な処理の必要性について、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、それら表現している。 ・生活に伴って生じた廃棄物の衛生的な処理の必要性についての学習に自主的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察
		環境問題への取り組み	2	① ② ③	・大気汚染や水質汚濁など、自然環境が汚染されることにより、健康に悪影響をおよぼすことがあることを理解している。また、ごみの減量や分別などの個人の取り組みを、一人ひとりが実践していくことが大切であることを理解している。 ・環境汚染の健康への影響とその対策について、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、それら表現している。 ・環境汚染の健康への影響とその対策についての学習に自主的に取り組もうとしている。	○定期考査・観察 ○観察 ○観察