

平成27年度 第3学年 保健体育 年間指導計画

1 教科目標

心と体を一体としてとらえ、運動や健康・安全についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる。

2 評価の観点

運動や健康・安全への 関心・意欲・態度	運動や健康・安全についての 思考・判断	運動の技能	運動や健康・安全についての 知識・理解
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する。	生涯にわたって運動を豊かに実施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。また、自己の状況に応じて体力を高めるための運動の計画を工夫している。	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現してりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身につけている。	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の考え方を理解している。

3 評価基準（100点満点）

方法	観点 運動や健康・安全への 関心・意欲・態度	運動や健康・安全に についての思考・判断	運動の技能	運動や健康・安全に についての知識・理解	合計
定期試験	5	5		25	35
ワークシート	10	10			20
授業観察	10	10			20
実技テスト			25		25
合計	25	25	25	25	100

4 使用教材

教科書「新中学保健体育」（東京書籍）

5 年間学習計画

【体育分野】（計 86時間）

学期	月	単元名	学習目標	時間	主な評価規準	評価方法
1	4	体づくり運動①【新体力テストを含む】 ★言語活動 分析する。	・自己の体に関心をもち、自己の体力や生活に応じた課題をもって次の運動を行い、体ほぐしをしたり、体力を高めたりすることができるようにする。	8	・運動に対する関心や意欲をもっている。（関心） ・体力のほぐし方、高め方を工夫している。（思考） ・体力を高めるための運動ができる。（技能） ・運動の心身への効果を理解している。（知識）	定期テスト ワークシート 授業観察
	5	体づくり運動② 【体育大会練習を含む】 ★言語活動 考案した運動を発表する活動	自己の体に関心をもち、自己の体力や生活に応じた課題をもって次の運動を行い、体ほぐしをしたり、体力を高めたりすることができるようにする。	11	・運動に対する関心や意欲をもっている。（関心） ・体力のほぐし方、高め方を工夫している。（思考） ・体力を高めるための運動ができる。（技能） ・運動の心身への効果を理解している。（知識）	自己評価 定期テスト 授業観察 実技テスト
	6	体育理論 1 運動の効果 ★言語活動 レポートにまとめる活動	・スポーツの特性に応じた学び方や安全の確保の仕方について理解するとともに、自己の生活の中の生かし方を理解する。	3	・運動や安全について関心をもっている。（関心） ・スポーツを生活に生かすことができる。（思考） ・けがへ対処、予防の方法を知っている。（知識）	自己評価 定期テスト ワークシート
		ダンス 【フォークダンス】 ★言語活動 他者と伝え合い共感する。郷土民謡に触れる。	・自己の能力に適した課題をもって次の運動を行い、感じをこめて踊ったり、みんなで楽しく踊ったりすることができるようにする。	7	・ダンスに関心を持っている。（関心） ・課題解決を目指し、練習を工夫している。（思考） ・みんなで関わりもって踊ることができる。（技能） ・ダンス仕方や鑑賞の仕方を理解している。（知識）	自己評価 定期テスト ワークシート 実技テスト 授業観察
		球技①〔ネット型〕 【バレーボール】 ★言語 振り返りを記入する活動	・チームの課題や自己の能力に適した課題をもって次の運動を行い、その技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができるようにする。	10	・球技に関心をもち、楽しさや喜びが味わえるように進んで取り組もうとする。（関心） ・ルールを工夫し、作戦を立てる。（思考） ・特性に応じた技能を身につけている。（技能） ・審判の仕方、知識を身につけている。（知識）	自己評価 授業観察 実技テスト 定期テスト

	7	活動 水泳 ★言語活動 データを読み取る活動, 班で話し合う活動, レポ ート作成・報告会	・水泳の事故防止に関する心得に ついて理解する。	2	・水泳の事故防止に関心を持ち, その解決方法を 調べようとしたりする。(関心) ・自分の知識や日常生活等を振り返り, 課題を見 つけ, 文献の収集や資料分析などを通して, その 解決の方法を選んだりしている。(思考) ・水泳の事故防止の心得を理解している。(知識)	ワークシート 授業観察
2	9	陸上競技 【ハードル・跳躍】 ★言語活動 話し合う	・自己の能力に適した課題をもっ て次の運動を行い, その技能を高 め, 競技したり, 記録を高めたり することができるようにする。	4	・陸上に関心を示し進んで取り組んでいる。(関心) ・練習の仕方や競技の仕方を工夫している。(思考) ・記録を高めたりすることができる。(技能) ・特性、審判の仕方を理解している。(知識)	自己評価 定期テスト ワークシート
	10	器械運動 【マット運動】 ★言語活動 学習の振り返りを記入 する活動	・自己の能力に適した課題をもっ て次の運動を行い, その技能を高 め, 技がよりよくできるようにす る。	8	・楽しさや喜びを味わおうとしている。(関心) ・課題解決を図り, 練習を工夫している。(思考) ・技能を高めて運動することができる。(技能) ・特性や技の構造を理解している。(知識)	自己評価 定期テスト ワークシート 実技テスト
	11	球技②〔バースポ ール型〕 【ソフトボール】 ★言語活動 学習の振り返りを記入 する活動 武道	・チームの課題や自己の能力に適 した課題をもって次の運動を行 い, その技能を身につけ, 作戦を 生かした攻防を展開してゲームが できるようにする。	7	・楽しさや喜びを味わおうとしている。(関心) ・ルールを工夫し, 作戦を立てる。(思考) ・特性に応じた技能を身につけている。(技能) ・審判の仕方, 知識を身につけている。(知識)	自己評価 定期テスト 実技テスト
		球技③〔ネット型〕 【バドミントン】 ★言語 振り返りを記入する活 動	・チームの課題や自己の能力に適 した課題をもって次の運動を行 い, その技能を身につけ, 作戦を 生かした攻防を展開してゲームが できるようにする。	7	・球技に関心をもち, 楽しさや喜びが味わえるよ うに進んで取り組もうとする。(関心) ・ルールを工夫し, 作戦を立てる。(思考) ・特性に応じた技能を身につけている。(技能) ・審判の仕方, 知識を身につけている。(知識)	自己評価 定期テスト 授業観察
3	1	陸上競技② 【持久走】 ★言語活動 記録整理, 分析する活動	・自己の能力に適した課題をもっ て次の運動を行い, その技能を高 め, 競技したり, 記録を高めたり することができるようにする。	8	・陸上に関心を示し進んで取り組んでいる。(関心) ・練習の仕方や競技の仕方を工夫している。(思考) ・記録を高めたりすることができる。(技能) ・特性、審判の仕方を理解している。(知識)	定期テスト 授業観察 実技テスト
	2	球技④〔ゴール型〕 【バスケットボール】 ★言語活動 学習の振り返りを記入 する活動	・チームの課題や自己の能力に適 した課題をもって次の運動を行 い, その技能を身につけ, 作戦を 生かした攻防を展開してゲームが できるようにする。	6	・楽しさや喜びを味わおうとしている。(関心) ・ルールを工夫し, 作戦を立てる。(思考) ・特性に応じた技能を身につけている。(技能) ・審判の仕方, 知識を身につけている。(知識)	自己評価 定期テスト 実技テスト
	3	球技⑤〔ゴール型〕 【サッカー】 ★言語活動 学習の振り返りを記入 する活動	・チームの課題や自己の能力に適 した課題をもって次の運動を行 い, その技能を身につけ, 作戦を 生かした攻防を展開してゲームが できるようにする。	5	・楽しさや喜びを味わおうとしている。(関心) ・ルールを工夫し, 作戦を立てる。(思考) ・特性に応じた技能を身につけている。(技能) ・審判の仕方, 知識を身につけている。(知識)	自己評価 定期テスト 実技テスト

【保健分野】(計 19時間)

学期	月	単元名	学習目標	時間	主な評価規準	評価方法
2	9 10	健康な生活と病気の予防 ★言語活動 調べたことをまとめる活動	<ul style="list-style-type: none"> 健康は主体と環境の相互作用の下に成り立ち、疾病は主体の要因と環境の要因がかかわり合って発生することを理解させる。 健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた食事、運動、休養・睡眠の調和のとれた生活が必要であることを理解させる。 	5	<ul style="list-style-type: none"> 健康のために必要な生活行動や病気の予防について、関心がある。(関心) 健康のために必要な生活行動や病気の予防について、解決の方法を選ぶことができる。(思考) 生活習慣や喫煙、飲酒、薬物乱用、感染症などについて、課題解決の知識を身につけている。(知識) 	定期テスト ワークシート 授業観察
2	11	健康な生活と病気の予防 ★言語活動 調べたことをまとめる活動	<ul style="list-style-type: none"> 喫煙・飲酒・薬物乱用などの行為は心身にさまざまな影響を与え、健康を損なう原因になること、そのような行為に誘われたときには適切に対処する必要があることを理解させる。 	6	<ul style="list-style-type: none"> 健康のために必要な生活行動や病気の予防について、関心がある。(関心) 健康のために必要な生活行動や病気の予防について、解決の方法を選ぶことができる。(思考) 生活習慣や喫煙、飲酒、薬物乱用、感染症などについて、課題解決の知識を身につけている。(知識) 	定期テスト ワークシート 授業観察
	12	健康な生活と病気の予防 ★言語活動 レポート作成	<ul style="list-style-type: none"> 感染症は病原体が主な要因となって発生し、発生源をなくす、感染経路を遮断する、主体の抵抗力を高めることで予防できることを理解させる。 個人と集団の健康は密接な関連があること、また、健康の保持増進のためには保健・医療機関を有効に利用することの大切さを理解させる。 	8	<ul style="list-style-type: none"> 健康のために必要な生活行動や病気の予防について、関心がある。(関心) 健康のために必要な生活行動や病気の予防について、解決の方法を選ぶことができる。(思考) 生活習慣や喫煙、飲酒、薬物乱用、感染症などについて、課題解決の知識を身につけている。(知識) 	定期テスト ワークシート 授業観察