令和５年度　第３学年　保健体育科　年間指導計画

月	単元名	時数	目標	学習指導要領	観点別学習状況の評価規準	評価方法	育成を目指す「資質・能力」との関連
4月	【体つくり運動】 ㋑体力を高める運動	7	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。	知・運（1）イ	運動を継続する意義，体の構造，運動の原則などを理解できる。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の計画を立て取り組むこと。	ワークシート	主体性
				思・判・表	自己の課題を発見し，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ようとしている。	ワークシート	
				学びに向かう力 人間性等	体つくり運動に積極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こと，話合いに参加しようとすることなどや，健康・安全を確保できる。	ワークシート	
	【球技】 ㋑ネット型 バレーボール	7	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。	知・技（1）イ	球技の特性や成り立ち，技術の名称や行い方，体力の高め方、運動観察の方法などを理解できる。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すること。	テスト ワークシート	協働性 思考力
				思・判・表	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ることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力 人間性等	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こと，作戦などについての話合いに貢献しようとすること，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こと，互いに助け合い教え合おうとすることなどや，健康・安全を確保することができる。	ワークシート	
5月	【陸上競技】 ㋐短距離走・リレー	6	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。	知・技（1）ア	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい，技術の名称や行い方，体力の高め方，運動観察の方法などを理解するとともに，各種目特有の技能を身につけることができる。短距離・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け渡しで次走者のスピードを十分高めることができる。	テスト ワークシート	主体性
				思・判・表	動きなどの自己の課題を発見し，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ることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力 人間性等	陸上競技に積極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こと，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ことなどや，健康・安全を確保すること。	ワークシート	
6月	【ダンス】 ㋒現代的なリズムのダンス ◎	6	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。	知・技（1）ウ	感じを込めて踊ったり、みんなで自由に踊ったりする楽しさや喜びを味わい、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することができる。現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴をとらえ、変化まとまりを付けて、リズムに乗って全身で踊ることができる。	テスト	表現力
				思・判・表	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ようとしている。	ワークシート	
				学びに向かう力 人間性等	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、一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしようとしている。	ワークシート	
7月	【器械運動】 ㋐マット運動★	8	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。	知・技（1）ア	球技の特性や成り立ち，技術の名称や行い方，その運動に関連して高め方などを理解することができる。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組み合わせることができる。	テスト ワークシート	思考力 表現力
				思・判・表	技などの自己の課題を発見し，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ることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力 人間性等	器械運動に積極的に取り組むとともに，よい演技を認めようとすること，仲間の学習を援助しようとすること，一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとすることなどや健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
	【水泳】	1	水泳の事故防止に関する心得を守り，健康・安全に留意して事故・防止の知識を取り扱う。	学びに向かう力，人間性等	水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	思考力
	現代社会におけるスポーツの文化的意義	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について，理解を深めることができる。	知(1)ア(ア)	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できる。	テスト ノート	主体性
				思・判・表	文化としてのスポーツの意義について，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，他者に伝えることができる。	ノート	
				学びに向かう力 人間性等	文化としてのスポーツの意義についての学習に自主的に取り組むこと。	ノート	

9月	国際的なスポーツ大会の役割	1	オリンピックやパラリンピック及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について，理解を深めることができる。	知 (1) ア(イ)	オリンピックやパラリンピック及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できる。	テスト ノート	協働性
				思・判・表	文化としてのスポーツの意義について，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，他者に伝えることができる。	ノート	
				学びに向かう力 人間性等	文化としてのスポーツの意義についての学習に自主的に取り組むこと。	ノート	
	人々を結びつけるスポーツ	1	スポーツは，民族や国，人種や性，傷害の違いなどを超えて人々を結び付けていることについて，理解を深めることができる。	知 (1) ア(ウ)	スポーツは，民族や国、人種や性，障害の違いなどを超えて人々を結びつけていることを理解できる。	テスト ノート	表現力
				思・判・表	文化としてのスポーツの意義について，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，他者に伝えることができる。	ノート	
				学びに向かう力 人間性等	文化としてのスポーツの意義についての学習に自主的に取り組むこと。	ノート	
	【武道】 ㋐剣道	6	剣道に積極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守ろうとすること，分担した役割を果たそうとすることなど゛や，禁し゛技を用いないなど安全に気を配るこ とか゛て゛きるようにする。	知・技（1）ア	武道の特性や成り立ち，伝統的な考え方，技の名称や行い方，その運動に関連して高まる体力などを理解できる。剣道では，相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて，打ったり受けたりするなどの簡易な攻防をすることができる。	テスト ワークシート	思考力 判断力
				思・判・表	攻防などの自己の課題を発見し，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ることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力 人間性等	武道に積極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守ろうとすること，分担した役割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認めようとすることなどや，禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ることができる。	ワークシート	
１０月	【陸上競技】 ㋒ハードル	5	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。	知・技（1）イ	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい，技術の名称や行い方，体力の高め方，運動観察の方法などを理解するとともに，各種目特有の技能を身につけることができる。ハードルでは、リズミカルな走りから滑らかにハードルを越すことができる。	テスト ワークシート	主体性
				思・判・表	動きなどの自己の課題を発見し，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ることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力 人間性等	陸上競技に積極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こと，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ことなどや，健康・安全を確保すること。	ワークシート	
	【陸上競技】 ㋐長距離走	6	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。	知・技（1）ア	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい，技術の名称や行い方，体力の高め方，運動観察の方法などを理解するとともに，各種目特有の技能を身につけることができる。長距離走ではペースを守って走ることができる。	テスト ワークシート	主体性
				思・判・表	動きなどの自己の課題を発見し，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ることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力 人間性等	陸上競技に積極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こと，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ことなどや，健康・安全を確保すること。	ワークシート	
11月	【球技】 ㋐ベースボール型 ソフトボール	8	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。	知・技（1）ウ	球技の特性や成り立ち，技術の名称や行い方，体力の高め方、運動観察の方法などを理解できる。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、ボール操作と連携した守備などによって攻防をすること。	テスト ワークシート	協働性 思考力
				思・判・表	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ることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力 人間性等	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こと，作戦などについての話合いに貢献しようとすること，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こと，互いに助け合い教え合おうとすることなどや，健康・安全を確保することができる。	ワークシート	
12月	【球技】 ㋐ゴール型 サッカー	8	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。	知・技（1）ア	球技の特性や成り立ち，技術の名称や行い方，体力の高め方、運動観察の方法などを理解できる。ゴール型では，安定したボール操作と空間を作り出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。	テスト ワークシート	協働性 思考力
				思・判・表	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ることができる。	ワークシート	
				学びに向かう力 人間性等	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こと，作戦などについての話合いに貢献しようとすること，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こと，互いに助け合い教え合おうとすることなどや，健康・安全を確保することができる。	ワークシート	