

令和7年度 保健体育 第三学年 年間指導計画

	体育		保健
	A パターン	B パターン	
4月	オリエンテーション 集団行動 体づくり運動 陸上競技(短距離走・リレー他) 体力テスト 陸上競技他 体育祭練習		健康な生活と病気の予防③
5月			
6月			
7月			
8月	水泳(男女別習)		
9月	器械運動(マット運動)	陸上競技(走高跳)	健康と環境
10月		柔道	
11月	ハンドボール	陸上競技(長距離) 陸上競技(走幅跳)	
12月	卓球	器械運動(跳び箱)	
1月	ソフトボール	バスケットボール	文化としてのスポーツ
2月			
3月	バレーボール	サッカー	

	知識	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む姿勢
体づくり運動	・体づくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などについて理解している。	・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ている。	・体づくり運動に積極的に取り組むとともに、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動きなどを認めようとすること。 ・話合いに参加しようとすること。 ・健康、安全に気を配ること。

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む姿勢
器械運動	○知識 ・器械運動の特性、成り立ち、技の名称、行い方、その運動に関連して高まる体力を理解している。 ○技能 マット運動 ・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。 跳び箱運動 ・切り返し系や回転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。	・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ている。	・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。 ・健康、安全に気を配ること。

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む姿勢
陸上競技	○知識 ・陸上競技の特性、成り立ち、技の名称、行い方、その運動に関連して高まる体力を理解している。 ○技能 短距離走・リレー ・滑らかな動きで速く走ることができる。 ・バトンの受け渡しでタイミングを合わせることができる。 長距離走 ・ペースを守って走ることができる。 走り高跳び ・リズムカルな助走から力強く踏み切って大きな動作でより高く跳ぶことができる。	・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ている。	・陸上競技に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとすること。 ・自分の役割を果たそうとする事と。 ・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。 ・健康、安全に気を配ること。

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む姿勢
水泳	○知識 ・水泳の技の特性、成り立ち、技術の名称、行い方、その運動に関連して高まる体力を理解している。 ○技能 クロール 正しいフォームで、より速く泳ぐことができる。 平泳ぎ 正しいフォームで、より長く泳ぐことができる。 背泳ぎ 正しい手と足の動きで泳ぎ、きちんとゴールタッチができる。 バタフライ 正しいフォームで泳ぐことができる。 混成種目 正しいターンの仕方複数種目をつなげて泳ぐことができる。	・泳法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ている。	・水泳に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとすること。 ・分担した役割を果たそうとする事と。 ・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。 ・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。

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む姿勢
球技	○知識 - 球技の特性、成り立ち、技術の名称、行い方、その運動に関連して高まる体力を理解している。 ○技能 ゴール型 - ボール操作と空間に走りこむなどの動きによってゴール前の攻防をすることができる。 ネット型 - ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの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。 ベースボール型 - 基本的なバットの操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位置での守備などによって攻防をすることができる。	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ている。	- 球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること。 - 作戦などについての話合いに参加しようとする。 - 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プレイなどを認めようとする。 - 仲間の学習を援助しようとする。 - 健康、安全に気を配ること。

評価規準 体育理論分野

	知識	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む姿勢
体育理論	運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全行い方について理解している。	運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全行い方について、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。	運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全行い方についての学習に積極的に取り組もうとすること。

評価規準 保健分野

第3学年 健康な生活と病気の予防③ ・ 健康と環境

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む姿勢
- 感染症の要因や性感染症の種類等について理解している。 - 感染症の対策に関する社会の仕組みについて理解している。 - 医療機関や医薬品の正しい使い方や医薬品を不適切に使用することによる危険性を理解している。 - 人間に備わっている適応能力について理解している。 - 環境の条件が変化することによって、健康に影響があるということを理解している。 - ごみの処理や環境汚染について理解し、不適切な行動が環境汚染につながることを理解している。	- 健康な生活と病気の予防について社会の取り組みと関連させながら考え、表現している。 - 健康と環境について、生活に適した環境の条件を考えているとともに、それらを表現している。	健康な生活と病気の予防、健康と環境についての学習に自主的に取り組もうとすること。