

令和4年度 調布市立第三中学校

第3学年保健体育科（男女共修 体育分野）

年間指導計画・評価規準・評価計画

月	指導計画			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度	評価方法
4	・体づくり運動	・体ほぐしの運動 ・体力を高める運動	8	○知識 ・運動を継続する意義、体の構造、運動の原則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、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、話し合いに貢献しようとするなどや、健康・安全を確保したりしている。	○実技テスト ○考査 ○学習・記録カード ○自己・相互評価の活用 ○観点別評価 ・授業での取り組み内容 ・学習への積極性 ・仲間との協力性 ・運動の技能向上 ・安全についての関心 ・競技の理解と公正な態度での活動
5	・陸上競技	・短距離走 ・リレー	10	○知識 ・陸上競技の技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。 ○技能 ・短距離走・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渡して次走者のスピードを十分高めることができる。	・動き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、自己の考えたことを他者に伝えている。	・陸上競技に自主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、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などや、健康・安全を確保すること。	
6 7 8	・水泳	・クロール ・平泳ぎ ・背泳ぎ ・バタフライ ・メドレー	14	○知識 ・水泳の技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。 ○技能 ・クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができる。 ・平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができる。 ・背泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで泳ぐことができる。 ・バタフライでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで泳ぐことができる。 ・複数の泳法で泳ぐことができる。	・泳法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、自己の考えたことを他者に伝えている。	・水泳に自主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、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などや、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保している。	
9	・武道	・柔道	10	○知識 武道の伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などについて理解している。 ○技能 ・柔道では、相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技、連絡技を用いて、相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防をすることができる。	・攻防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、自己の考えたことを他者に伝えている。	・武道に自主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大切にしようとする、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などや、健康・安全を確保したりしている。	
10	・球技	・ゴール型 ・ネット型	10	○知識 ・球技の技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。 ○技能 ・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ができる。 ・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ができる。	・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ている。	・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、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、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、互いに助け合い教え合おうとすることなどをしようとしたり、健康・安全を確保したりしている。	
11	・陸上競技	・長距離走	8	○知識 ・陸上競技の技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。 ○技能 ・長距離走では、自己に適したペースを維持して走ることができる。	・動き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、自己の考えたことを他者に伝えている。	・陸上競技に自主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、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などや、健康・安全を確保すること。	

12 1 2 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>球技</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ゴール型</li> <li>ネット型</li> <li>ベースボール型</li> </ul>	28	<p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>球技の技術の名称や行い方，体力の高め方，運動観察の方法などについて理解している。</li> </ul> <p>○技能</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>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ができる。</li> <li>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ができる。</li> <li>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ができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>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ている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>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事，作戦などについての話合いに貢献しようとする事，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事，互いに助け合い教え合おうとする事などをしようとしたり，健康・安全を確保したりしている。</li> </ul>
-------------------	--	---	----	---	--	---