

第3学年	体育				
授業細目	単元	並び順	配当時間数	学習活動	評価規準など
体育	陸上競技【短距離・リレー】	5	11	<ul style="list-style-type: none"> ・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りで次走者のスピードを十分高めること、長距離走では、自己に適したペースを維持して走ること【知識技能】 ・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ること。【思考判断表現】 ・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。【主体的に学習に取り組む態度】 ・体調の変化等に気を配る。 ・用具や練習場所など安全に留意して運動を行う。 ・準備運動と整理運動を行う 	<ul style="list-style-type: none"> ・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。【知識】 ・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りで次走者のスピードを十分高めることができる。 ・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。 【技能】 ・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。【思考判断表現】 ・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。【主体的に学習に取り組む態度】
体育	球技【ネット型】バドミントン	6	9	<ul style="list-style-type: none"> ・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。【知識技能】 ・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。【思考判断表現】 ・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や、健康・安全を確保すること。【主体的に学習に取り組む態度】 ・体調の変化等に気を配る。 ・用具や練習場所など安全に留意して運動を行う。 ・準備運動と整理運動を行う 	<ul style="list-style-type: none"> ・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。【知識】 ・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。 【技能】 ・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。【思考判断表現】 ・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したり、健康・安全を確保したりしている。【主体的に学習に取り組む態度】

第3学年	体育				
授業細目	単元	並び順	配当時間数	学習活動	評価規準など
体育	水泳	7	9	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 ・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。 ・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。 ・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。 ・複数の泳法で泳ぐこと、又はリレーをすること。【知識技能】 ・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ること。【思考判断表現】 ・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事、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事などや、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保すること。【主体的に学習に取り組む態度】 ・体調の変化等に気を配る。 ・用具や練習場所など安全に留意して運動を行う。 ・準備運動と整理運動を行う 	<ul style="list-style-type: none"> ・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。【知識】 ・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、又はリレーをすることができる。【技能】 ・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。【思考判断表現】 ・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事、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事などをしたり、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。【主体的に学習に取り組む態度】
体育	ダンス【創作ダンス】	8	12	<ul style="list-style-type: none"> ・創作ダンスでは、表したいテーマにふさわしいイメージを捉え、個や群で、緩急強弱のある動きや空間の使い方で変化を付けて即興的に表現したり、簡単な作品にまとめたりして踊ること。 ・フォークダンスでは、日本の民踊や外国の踊りから、それらの踊り方の特徴を捉え、音楽に合わせて特徴的なステップや動きと組み方で踊ること。 ・現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を捉え、変化とまとまりを付けて、リズムに乗って全身で踊ること。【知識技能】 ・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ること。【思考判断表現】 ・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する事、一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしようとする事などや、健康・安全を確保すること。【主体的に学習に取り組む態度】 ・体調の変化等に気を配る。 ・用具や練習場所など安全に留意して運動を行う。 ・準備運動と整理運動を行う 	<ul style="list-style-type: none"> ・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している。【知識】 ・創作ダンスでは、表したいテーマにふさわしいイメージを捉え、個や群で、緩急強弱のある動きや空間の使い方で変化を付けて即興的に表現したり、簡単な作品にまとめたりして踊ることができる。 ・フォークダンスでは、日本の民踊や外国の踊りから、それらの踊り方の特徴を捉え、音楽に合わせて特徴的なステップや動きと組み方で踊ることができる。 ・現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を捉え、変化とまとまりを付けて、リズムに乗って全身で踊ることができる。【技能】 ・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ている。【思考判断表現】 ・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する事、一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしようとする事などをしたり、健康・安全を確保したりしている。【主体的に学習に取り組む態度】

第3学年	体育				
授業細目	単元	並び順	配当時間数	学習活動	評価規準など
体育	球技【ゴール型】ハンドボール	9	8	<ul style="list-style-type: none"> ・ゴール型では、安定したボール操作と空間を作りだ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。【知識技能】 ・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。【思考判断表現】 ・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し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や、健康・安全を確保すること。【主体的に学習に取り組む態度】 ・体調の変化等に気を配る。 ・用具や練習場所など安全に留意して運動を行う。 ・準備運動と整理運動を行う 	<ul style="list-style-type: none"> ・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。【知識】 ・ゴール型では、安定したボール操作と空間を作りだ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。 【技能】 ・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。【思考判断表現】 ・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し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。【主体的に学習に取り組む態度】
体育	球技【ゴール型】サッカー	10	8	<ul style="list-style-type: none"> ・ゴール型では、安定したボール操作と空間を作りだ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。【知識技能】 ・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。【思考判断表現】 ・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し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や、健康・安全を確保すること。【主体的に学習に取り組む態度】 ・体調の変化等に気を配る。 ・用具や練習場所など安全に留意して運動を行う。 ・準備運動と整理運動を行う 	<ul style="list-style-type: none"> ・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。【知識】 ・ゴール型では、安定したボール操作と空間を作りだ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。 【技能】 ・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。【思考判断表現】 ・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し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。【主体的に学習に取り組む態度】

第3学年	体育				
授業細目	単元	並び順	配当時間数	学習活動	評価規準など
体育	陸上競技【長距離走】	11	6	<ul style="list-style-type: none"> ・長距離走では、自己に適したペースを維持して走ること【知識技能】 ・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ること。【思考判断表現】 ・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事、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事などや、健康・安全を確保すること。【主体的に学習に取り組む態度】 ・体調の変化等に気を配る。 ・用具や練習場所など安全に留意して運動を行う。 ・準備運動と整理運動を行う 	<ul style="list-style-type: none"> ・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。【知識】 ・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。【技能】 ・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。【思考判断表現】 ・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事、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事などや、健康・安全を確保すること。【主体的に学習に取り組む態度】
体育	武道【柔道】	12	8	<ul style="list-style-type: none"> ・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。・体調の変化等に気を配る。【知識技能】 ・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ること。【思考判断表現】 ・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事、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事などや、健康・安全を確保すること。【主体的に学習に取り組む態度】 ・用具や練習場所など安全に留意して運動を行う。 ・準備運動と整理運動を行う 	<ul style="list-style-type: none"> ・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。【知識】 ・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。【技能】 ・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。【思考判断表現】 ・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事、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事などをしたり、健康・安全を確保したりしている。

第3学年	体育				
授業細目	単元	並び順	配当時間数	学習活動	評価規準など
体育	球技【ネット型】バレーボール	13	8	<ul style="list-style-type: none"> ・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。【知識技能】 ・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。【思考判断表現】 ・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し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や、健康・安全を確保すること。【主体的に学習に取り組む態度】 ・体調の変化等に気を配る。 ・用具や練習場所など安全に留意して運動を行う。 ・準備運動と整理運動を行う 	<ul style="list-style-type: none"> ・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。【知識】 ・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。 【技能】 ・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。【思考判断表現】 ・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し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。【主体的に学習に取り組む態度】
体づくり運動	体づくり運動	4	7	<ul style="list-style-type: none"> ・体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気付き、仲間と自主的に関わり合うこと。【知識】 ・実生活に生かす運動の計画では、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。【技能】 ・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ること。【思考判断表現】 ・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事、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事、話し合いに貢献しようとする事などや、健康・安全を確保すること。【主体的に学習に取り組む態度】 	<ul style="list-style-type: none"> ・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。【知識】 ・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。【思考判断表現】 ・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事、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事、話し合いに貢献しようとする事などや、健康・安全を確保したりしている。【主体的に学習に取り組む態度】
体育理論	文化としてのスポーツの意義	3	3	<ul style="list-style-type: none"> ・文化としてのスポーツの意義について、理解できるようにする。(知識・技能) ・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・判断するとともに、他者に伝えることができるようにする。(思考・判断・表現) ・文化としてのスポーツの意義について関心を持ち、主体的に学習の進め方を工夫・調整し、粘り強く学習に取り組むことができるようにする。(主体的に学習に取り組む態度) 	<ul style="list-style-type: none"> 文化としてのスポーツの意義について、理解している。(知識・技能) 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・判断するとともに、それらを他者に伝えたり、表したりしている。(思考・判断・表現) 文化としてのスポーツの意義について関心を持ち、主体的に学習の進め方を工夫・調整し、粘り強く学習に取り組もうとしている。(主体的に学習に取り組む態度)

第3学年	体育				
授業細目	単元	並び順	配当時間数	学習活動	評価規準など
保健	健康と環境	1	8	<ul style="list-style-type: none"> ・身体对环境に対する適応能力・至適範囲、飲料水や空気の衛生的管理および生活に伴う廃棄物の衛生的管理など、健康と環境の関わりについて理解できるようにする。(知識・技能) 健康と環境に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクを軽減したり、生活の質を高めたりすることなどに関連づけて解決方法を考え、適切な方法を選択し、それらを他者に伝えたり、表したりすることができるようにする。(思考力・判断力・表現力) ・健康と環境について関心をもち、主体的に学習の進め方を工夫・調整し、粘り強く学習に取り組むことができるようにする。【主体的に学習に取り組む態度】 	<ul style="list-style-type: none"> ・身体对环境に対する適応能力・至適範囲、飲料水や空気の衛生的管理および生活に伴う廃棄物の衛生的管理など、健康と環境の関わりについて理解している。(知識・技能) ・健康と環境に関わる事象や情報を基に課題を発見し、健康の保持増進のための原則や概念を明らかにするため科学的に思考・判断して、それらを他者に伝えたり、表したりしている。(思考力・判断力・表現力) ・健康と環境について関心をもち、主体的に学習の進め方を工夫・調整し、粘り強く学習に取り組もうとしている。
保健	健康な生活と疾病の予防	2	8	<ul style="list-style-type: none"> ・感染症の予防および個人の健康を守る社会の取り組みについて、理解できるようにする。(知識・技能) ・感染症の予防および個人の健康を守る社会の取り組みに関わる事象や情報を基に課題を発見し、疾病等のリスクを軽減したり、生活の質を高めたりする視点から解決を目指して科学的に思考・判断して、それらを他者に伝えたり、表したりすることができるようにする。(思考・判断・表現) ・感染症の予防および個人の健康を守る社会の取り組みについて関心をもち、主体的に学習の進め方を工夫・調整し、自他の健康の保持増進や回復についての学習に粘り強く取り組むことができるようにする。(主体的に学習に取り組む態度) 	<ul style="list-style-type: none"> ・感染症の予防および個人の健康を守る社会の取り組みについて、理解している。(知識・技能) ・感染症の予防および個人の健康を守る社会の取り組みに関わる事象や情報を基に課題を発見し、疾病等のリスクを軽減したり、生活の質を高めたりする視点から解決を目指して科学的に思考・判断し、それらを他者に伝えたり、表したりしている。(思考・判断・表現) ・感染症の予防および個人の健康を守る社会の取り組みについて関心をもち、主体的に学習の進め方を工夫・調整し、自他の健康の保持増進や回復についての学習に粘り強く取り組もうとしている。(主体的に学習に取り組む態度)