

令和7年度 第3学年 保健体育科年間指導計画・評価規準 ※内容の配列は天候や進行により前後することがある。

	内容	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	<p>体づくり運動</p> <p>集団行動 体力テスト 体づくり運動(7)</p>	<ul style="list-style-type: none"> 自己の生活や体力に応じた体ほぐしを行い、体力を高めるための運動の合理的な行い方を身につける。 体づくり運動の意義について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 体づくり運動の行い方について、学習した具体例を挙げている。 運動の計画の立て方について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 体ほぐしのねらいを踏まえて、自己の課題に応じた活動を選んでいく。 ねらいや体力の程度に応じて強度、時間、回数、頻度を設定している。 自己の責任を果たす場面で、ねらいに応じた活動の仕方を見付けている。 仲間と学習する場面で、体力の違いに慮した補助の仕方などを見付けている。 実生活で継続しやすい運動例を選んでいく。 	<ul style="list-style-type: none"> 体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 集団行動や体力テストに自主的に取り組もうとしている。 体力の違いに配慮しようとしている。 自己の責任を果たそうとしている。 互いに助け合い教え合おうとしている。 健康・安全を確保している。
	<p>陸上競技</p> <p>短距離走 リレー ハードル走 体育祭種目(16)</p>	<ul style="list-style-type: none"> 短距離走、リレーでは、滑らかな動きで速く走ることができる。 ハードル走では、リズムカルな走りから滑らかにハードルを越すことができる。 体育祭の学年種目や個人種目では、自己の能力を最大限に発揮し、周囲と協調しながら継続的に練習することが出来る。 陸上競技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 陸上競技に関連して高まる体力について、学習した具体例を挙げている。 	<ul style="list-style-type: none"> 自己の課題に応じた運動の行い方の改善すべきポイントを見付けていく。 自己の課題に応じて、適切な練習方法を選んでいく。 仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択に関して指導している。 健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選んでいく。 陸上運動を継続して楽しむための自己に適したかわり方を見付けていく。 	<ul style="list-style-type: none"> 学習に自主的に取り組もうとしている。 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している。 自己の責任を果たそうとしている。 互いに助け合い教え合おうとしている。 健康・安全を確保している。 体育祭に自主的、意欲的に取り組もうとしている。
	<p>体育理論</p> <p>文化としてのスポーツ(2)</p>	<p>以下の理解したことを言ったり、書き出したりしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> 現代社会におけるスポーツの文化的意義。 国際的なスポーツ大会などが果たす文化的な意義や役割。 人々を結び付けるスポーツの文化的な働き。 	<p>文化としてのスポーツの意義について、必要な情報を比較したり、分析したりしてまとめた考えを説明している。</p>	<p>文化としてのスポーツの意義について、意見を交換したり、自分の考えを発表したりするなどの活動を通して、学習に積極的に取り組もうとしている。オリンピック・パラリンピックに関心をもち、情報を収集しようとしている。</p>
	<p>保健</p> <p>健康と環境(5)</p>	<p>健康と環境について、課題を発見し、その解決を目指した学習に主体的に取り組む、理解できるようにする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 健康に関する資料などで調べたことを基に課題や解決の方法を見つけたり、選んだりするなどして、それらを説明している。 学習したことを自分たちの生活や事例などと比較したり、関係を見つめたりするなどして、筋道を立ててそれらを説明している。 	<ul style="list-style-type: none"> 健康に関する資料を見たり、自分たちの生活を振り返ったりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。
	<p>保健</p> <p>健康な生活と病気の予防(7)</p>	<p>感染症の予防及び個人の健康を守る社会の取り組みについて、課題を発見し、その解決を目指した学習に主体的に取り組む、理解できるようにする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 感染症の予防及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、学習の進め方を工夫・調整し、自己や社会における健康の保持増進についての学習に主体的に取り組もうとしている。 感染症の予防及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、疾病にかかる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。 感染症の予防及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。 	<ul style="list-style-type: none"> 健康に関する資料を見たり、自分たちの生活を振り返ったりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。
	<p>水泳</p> <p>クロール 平泳ぎ 背泳ぎ バタフライ(6)</p>	<ul style="list-style-type: none"> クロールでは、手と足、呼吸のバランスをとり長く泳ぐことができる。 平泳ぎでは、手と足、呼吸のバランスをとり長く泳ぐことができる。 背泳ぎでは、手と足、呼吸のバランスをとり長く泳ぐことができる。 バタフライでは、手と足、呼吸のバランスをとり長く泳ぐことができる。 水泳の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 関連して高まる体力について、学習した具体例を挙げている。 	<ul style="list-style-type: none"> 泳法を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けていく。 課題に応じた練習方法を選んでいく。 仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けていく。 学習した安全上の留意点を他の練習場面に当てはめている。 	<ul style="list-style-type: none"> 水泳の学習に積極的に取り組もうとしている。 勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。 分担した役割を果たそうとしている。 仲間の学習を援助しようとしている。 水泳の事故防止に関する心得など健康・安全に留意している。

令和7年度 第3学年 保健体育科年間指導計画・評価規準 ※内容の配列は天候や進行により前後することがある。

	内容	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	器械運動	<ul style="list-style-type: none"> ・マット運動では、回転系や巧技系の技を組み合わせるための、滑らかな基本的な技、条件を変えた技、発展技のいずれかができる。 ・器械運動の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・器械運動に関連して高まる体力について、学習した具体例を挙げている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習する技の合理的な動き方のポイントを見付けている。 ・課題に応じて、技の習得に適した練習方法を選んでいる。 ・学習した技から、「はじめなかーおわり」などの構成に適した技の組み合わせ方を見付けている。 ・仲間と学習する場面で、仲間のよい動きなどを指摘している。 ・仲間と学習する場面で、学習した安全上の留意点を当てはめている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・よい演技を認めようとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。
	球技	<ul style="list-style-type: none"> ・ネット型では、空いた場所をめぐる攻防を展開するための役割に応じたボール操作や安定した用具操作と連携した動きができる。 ・特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・高まる体力について、学習した具体例を挙げている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ボール操作やボールを持たないときの動きなどの技術を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けている。 ・自己やチームの課題を見付けている。 ・提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 ・学習した安全上の留意点を他の練習場面や試合場面に当てはめている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習に主体的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイを大切にしようとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・作戦などについての話し合いに貢献しようとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。 ・健康・安全を確保している。
	ダンス	<ul style="list-style-type: none"> ・現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴をとらえ、変化のある動きを組み合わせ、リズムに乗って全身で踊るための動きができる。 ・ダンスの特性について、学習した具体例を挙げている。 ・踊りの由来について、学習した具体例を挙げている。 ・表現の仕方について、学習した具体例を挙げている。 ・ダンスに関連して高まる体力について、学習した具体例を挙げている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の興味や関心に合ったテーマや踊りを設定している。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・発表の場面で、仲間のよい動きや表現などを指摘している。 ・学習した安全上の留意点を仲間と学習する場面に当てはめている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ダンスの学習に積極的に取り組もうとしている。 ・よさを認め合おうとしている。 ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 ・健康・安全に留意している。
	保健	<p>以下のことについて、理解したことを言ったり、書き出したりしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康の成り立ちと病気の発生要因 ・生活行動・生活習慣と健康 ・喫煙・飲酒・薬物乱用と健康 ・感染症の予防 ・保健・医療機関や医薬品の有効利用 ・個人の健康を守る社会の取り組み 	<p>健康な生活と病気の予防について、</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康に関する資料などで調べたことを基に課題や解決の方法を見つけたり、選んだりするなどして、それらを説明している。 ・学習したことを自分たちの生活や事例などと比較したり、関係を見つけたりするなどして、筋道を立ててそれらを説明している。 	<p>健康な生活と病気の予防について、</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康に関する資料を見たり、自分たちの生活を振り返ったりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 ・課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。
	球技	<ul style="list-style-type: none"> ・ベースボール型では、攻防を展開するための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の動きができる。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・球技に関連して体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ・運動観察の方法について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 ・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・提供された作戦や戦術から、自己やチームの特徴を踏まえた作戦や戦術を選んでいる。 ・作戦などの話し合いの場面で、合意を形成するための適切ななかかわり方を見付けている。 ・健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選んでいる。 ・球技を継続して楽しむための自己に適したかわり方を見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習に主体的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイを大切にしようとしている。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・作戦などについての話し合いに貢献しようとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。 ・健康・安全を確保している。
	陸上競技	<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ができる。 ・陸上競技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・陸上競技に関連して高まる体力について、学習した具体例を挙げている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・技術を身に付けるため運動の行い方のポイントを見付けている。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。 ・学習した安全上の留意点を他の練習や競争場面に当てはめている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習に主体的に取り組もうとしている。 ・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している。 ・自己の責任を果たそうとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。 ・健康・安全を確保している。

令和7年度 第3学年 保健体育科年間指導計画・評価規準 ※内容の配列は天候や進行により前後することがある。

	内容	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	球技	<ul style="list-style-type: none"> ゴール型では、ゴール前への侵入などから攻防を展開するための安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きができる。 技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 球技に関連して体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 運動観察の方法について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 	<ul style="list-style-type: none"> 提供された作戦や戦術から、自己やチームの特徴を踏まえた作戦や戦術を選んでいる。 作戦などの話し合いの場面で、合意を形成するための適切ななかかわり方を見付けている。 健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選んでいる。 球技を継続して楽しむための自己に適したなかかわり方を見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> 学習に自主的に取り組もうとしている。 フェアなプレイを大切にしようとしている。 自己の責任を果たそうとしている。 作戦などについての話し合いに貢献しようとしている。 互いに助け合い教え合おうとしている。 健康・安全を確保している。
	体育理論	<ul style="list-style-type: none"> 以下の理解したことを言ったり、書き出したりしている。 現代社会におけるスポーツの文化的意義。 国際的なスポーツ大会などが果たす文化的な意義や役割。 人々を結び付けるスポーツの文化的な働き。 	<ul style="list-style-type: none"> 文化としてのスポーツの意義について、必要な情報を比較したり、分析したりしてまとめた考えを説明している。 	<ul style="list-style-type: none"> 文化としてのスポーツの意義について、意見を交換したり、自分の考えを発表したりするなどの活動を通して、学習に積極的に取り組もうとしている。 オリンピック・パラリンピックに関心を持って情報を収集しようとしている。
	球技	<ul style="list-style-type: none"> ゴール型では、ゴール前への侵入などから攻防を展開するための安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きができる。 技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 球技に関連して体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 運動観察の方法について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 	<ul style="list-style-type: none"> 提供された作戦や戦術から、自己やチームの特徴を踏まえた作戦や戦術を選んでいる。 作戦などの話し合いの場面で、合意を形成するための適切ななかかわり方を見付けている。 健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選んでいる。 球技を継続して楽しむための自己に適したなかかわり方を見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> 学習に自主的に取り組もうとしている。 フェアなプレイを大切にしようとしている。 自己の責任を果たそうとしている。 作戦などについての話し合いに貢献しようとしている。 互いに助け合い教え合おうとしている。 健康・安全を確保している。
	球技	<ul style="list-style-type: none"> 種目の型[特性]に応じた、攻防を展開するための動きができる。 準備、片付け、審判など試合運営をするために必要な行動ができる。 ルールを理解している。 審判法を理解している。 大会の運営の仕方を理解している。 	<ul style="list-style-type: none"> 提供された作戦や戦術から、自己やチームの特徴を踏まえた作戦や戦術を選んでいる。 作戦などの話し合いの場面で、合意を形成するための適切ななかかわり方を見付けている。 健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選んでいる。 球技を継続して楽しむための自己に適したなかかわり方を見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> 学習に自主的に取り組もうとしている。 フェアなプレイを大切にしようとしている。 自己の責任を果たそうとしている。 作戦などについての話し合いに貢献しようとしている。 互いに助け合い教え合おうとしている。 健康、安全を確保している。