

第3学年 保健体育科(体育分野) 年間単元指導計画

時期	単元・題材名	配当指導時数	本単元で育成すべき資質・能力 (単元の学習内容)	単元の評価規準	評価方法	教材名	主な言語活動	各教科横断的な資質・能力の育成 に関わる他教科との関連
4、5月	体づくり運動	8	①体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体との関係や心身の状態に気付き、仲間と積極的に関わり合うこと。体の動きを高める運動では、ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動を行うとともに、それらを組み合わせること。	①体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体との関係や心身の状態に気付き、仲間と積極的に関わり合っている。体の動きを高める運動では、ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動を行うとともに、それらを組み合わせている。	技能テスト 定期考査	・ラジオ体操 ・集団行動 ・体力テスト	・記録 ・説明 ・話し合い	
			②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ること。	②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。	学習カード			
③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、一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとする、話し合いに参加しようとするなどをして、健康・安全に気を配ったりしようとしている。	③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、一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとする、話し合いに参加しようとするなどをして、健康・安全に気を配ったりしようとしている。	学習カード グループ活動						
	陸上競技	8	①短距離走・リレーでは、滑らかな動きで速く走ることやバトンの受渡してタイミングを合わせる、長距離走では、ペースを守って走ること、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。	①短距離走・リレーでは、滑らかな動きで速く走ることやバトンの受渡してタイミングを合わせる、長距離走では、ペースを守って走ること、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。	技能テスト 定期考査	・短距離走 ・リレー ・長距離走 ・ハードル走	・記録 ・説明 ・話し合い	理科「循環器について」のつながらり
			②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。	②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。	学習カード			
③陸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、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などをして、健康・安全に気を配ったりしようとしている。	③陸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、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などをして、健康・安全に気を配ったりしようとしている。	学習カード グループ活動						
6月	球技	8	①ベースボール型では、基本的なバット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。	①ベースボール型では、基本的なバット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。	技能テスト 定期考査	・ソフトボール	・記録 ・説明 ・話し合い	
②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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。	②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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	学習カード						
③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し合いに参加しようとする、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などをして、健康・安全に気を配ったりしようとしている。	③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し合いに参加しようとする、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などをして、健康・安全に気を配ったりしようとしている。	学習カード グループ活動						

7、9月	水泳	9	①クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり速く泳ぐこと。平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり長く泳ぐこと。背泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり泳ぐこと。バタフライでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり泳ぐこと。	①クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり速く泳ぐことができる。平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり長く泳ぐこと。背泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり泳ぐこと。バタフライでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり泳ぐことができる。	技能テスト 定期考査	<ul style="list-style-type: none"> ・クロール ・平泳ぎ ・背泳ぎ ・バタフライ 	<ul style="list-style-type: none"> ・記録 ・説明 ・話し合い 	
			②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ること。	②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。	学習カード			
				③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・安全に気を配ったりしようとしている。	学習カード グループ活動			
10月	球技	8	①ゴール型では、ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防をすること。	①ゴール型では、ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防をすることができる。	技能テスト 定期考査	<ul style="list-style-type: none"> ・バスケットボール 	<ul style="list-style-type: none"> ・記録 ・説明 ・話し合い 	
			②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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。	②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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	学習カード			
				③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し合いに参加しようとする、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などなどしたり、健康・安全に気を配ったりしようとしている。	学習カード グループ活動			
11月	陸上競技	8	①長距離走では、ペースを守って走ること、走り幅跳びでは、スピードに乗った助走から素早く踏み切って跳ぶこと、走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切って大きな動作で跳ぶこと。	①長距離走では、ペースを守って走ること、走り幅跳びでは、スピードに乗った助走から素早く踏み切って跳ぶこと、走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切って大きな動作で跳ぶことができる。	技能テスト 定期考査	<ul style="list-style-type: none"> ・長距離走 ・走り幅跳び 	<ul style="list-style-type: none"> ・記録 ・説明 ・話し合い 	理科「循環器について」のつながらり
			②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。	②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。	学習カード			
				③陸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、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などしたり、健康・安全に気を配ったりしようとしている。	学習カード グループ活動			
12月	球技	9	①ネット型では、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。	①ネット型では、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。	技能テスト 定期考査	<ul style="list-style-type: none"> ・卓球 	<ul style="list-style-type: none"> ・記録 ・説明 	
			②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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。	②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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	学習カード			

				③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し合いに参加しようとする、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などをして、健康・安全に気を配ったりしようとしている。	学習カード グループ活動		話し合い ・話し合い	
1月	球技	9	①ゴール型では、ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防をすること。	①ゴール型では、ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防をすることができる。	技能テスト 定期考査	・サッカー	・記録 ・説明 ・話し合い	
			②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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。	②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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	学習カード			
				③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し合いに参加しようとする、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などをして、健康・安全に気を配ったりしようとしている。	学習カード グループ活動			
2月	球技	10	①ネット型では、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。	①ネット型では、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。	技能テスト 定期考査	・バドミントン	・記録 ・説明 ・話し合い	
			②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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。	②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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	学習カード			
				③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し合いに参加しようとする、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などをして、健康・安全に気を配ったりしようとしている。	学習カード グループ活動			
3月	球技	10	①ゴール型では、ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防をすること。	①ゴール型では、ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防をすることができる。	技能テスト 定期考査	・ハンドボール	・記録 ・説明 ・話し合い	
			②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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。	②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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	学習カード			
				③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し合いに参加しようとする、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などをして、健康・安全に気を配ったりしようとしている。	学習カード グループ活動			
			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。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。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付けること。	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を理解している。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している。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付けることを理解している。	定期考査	・文化としてのスポーツ	・記録	「東京2020レガシー」

3月	体育理論	3	②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。	②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、他者に伝えている。	学習ノート 自己学習ノート	の意義	・説明 ・話し合い	(オリンピック・パラリンピック教育)のつながり
				③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もうとしている。	学習ノート 自己学習ノート			