

令和7年度 年間学習指導計画・評価計画 (保健体育科) (第3学年)

月	配当時間	題材単元名	指導目標	学習内容	評価規準		
					知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
4月	3	体づくり運動	◇自己の体力の現状を知り、体力の高め方を学ばせる。	○体力テストの実施を通して、正しい測定の方法を覚え、協力して測定を行う。	・体づくり運動の学び方、楽しみ方、深め方を理解することができた。	・自己の課題解決への取り組みができた。	・安全に気を付けて、意欲的に取り組むことができた。
	3	体育理論 文化としてのスポーツ □スポーツの文化的意義 □国際的なスポーツ大会とその役割 □人々を結び付けるスポーツ	◇運動やスポーツの必要性、楽しさ、関わり方、学び方を理解させる。	○スポーツを観る、調べるを体験を通して学ぶ。	・現代生活において、スポーツにはどんな意義があるかを理解できた。 ・国際的なスポーツ大会には、どんな役割があるかを理解できた。 ・スポーツが持つ、人々を結び付ける働きとはどんなことかを理解できた。	・文化としてのスポーツの意義について、自己課題を発見し、解決に向けて思考と判断をし、他者に伝えることができた	・文化としてのスポーツの意義についての学習に主体的に取り組むことができた。
5月	15	陸上競技	◇自分の課題に見合った目標の設定と課題解決を図るための学習計画の立案をさせる。 ◇安全な用具の使い方と正しい記録測定の方法を学ばせる。	○走種目、跳躍種目の中から種目を選択して、記録の向上を図る。	・陸上競技の基本的な知識と正しい記録測定の方法を身に付けられた。	・記録会までの見通しを持って段階的な学習計画の立案ができた。	・自分の能力に適した学習計画の作成をすることができた。
6月	6	球技 バレーボール	◇自己やチームの課題に見合った目標の設定と課題解決を図るための学習計画の立案をさせる。 ◇バレーボールの特性を知り、個人技能と集団技能を身に付けさせる。	○身に付けた個人技能と集団技能を試合の中で活かしながら、ゲームを進める。	・バレーボールの基本的な知識と正しい審判の方法やルールを理解することができた。	・何を学び、何を身に付けるのかを考えて、自己の目標を設定することができた。	・個人技能及び集団技能を活かして、ゲームを進めることができた。
	4	保健 健康な生活と病気の予防③ □感染症とその予防 □性感染症とその予防/エイズ □健康を守る社会の取り組み □医療機関の利用と医薬品の使用	◇健康な生活と病気の予防について、理解を深めさせる。 ◇自己の課題発見、課題解決のために自分の考えをまとめさせる。	○各項目についての理解を深め、課題解決を図りながら、日常生活での実践を心掛ける。	・各項目についての基礎的知識を理解することができた。	・自ら学ぶ姿勢を持ち、課題解決を図ることができた。	・健康な生活と病気の予防について、関心を持って取り組むことができた。
6月 7月	7	水泳	◇4泳法の習得を目指すとともに、各泳法の泳力の向上を図る。 ◇自分の泳力の習熟度を正しく判断して、段階的な学習計画を作成させる。	○4泳法を身に付けて、個人メドレーの記録会で記録の向上を図る。	・水泳の基本的な知識とそれぞれの泳法の特徴を理解することができた。	・泳力の習熟度を正しく判断して、課題解決を図るための学習計画の作成をすることができた。	・4泳法の習得及びそれぞれの泳法の記録の向上を図ることができた。

9月	8	球技 ハンドボール	◇自己やチームの課題に見合った目標の設定と課題解決を図るための学習計画の立案をさせる。 ◇ハンドボールの特性を知り、個人技能と集団技能を身に付けさせる。 ◇チームで話し合い、練習計画、作戦を立てられるようにさせる。	○身に付けた個人技能と集団技能を試合の中で活かしながら、チームで作戦を立てながら試合を展開する。	・それぞれの種目の特性を知り、個人技能及び集団技能を高めることができた。	・自分の能力に見合った学習計画の作成と高まった体力に応じた学習計画の作成をすることができた。 ・それぞれの種目の特性を理解して、段階的な学習計画を立てることができた。	・各グループ（チーム）で、教え合い、協力して学習への取り組みができた。
9月 10月	8	器械運動 跳び箱・マット	◇自己の技能に見合った課題の設定をさせる。 ◇器械運動の特性を知り、技の習得、挑戦ができるようにさせる。	○自分の技能に適した技を完成させて発表をする。	・参考資料等を活用して、工夫をしながら練習することができた。 ・器械運動の特性を理解し、発表会での技を完成することができた。	・自己の技能に見合った目標や課題の設定ができた。 ・発表会までの見通しを持った段階的な学習計画の立案ができた。	・各グループ（チーム）で、教え合い、協力して学習への取り組みができた。
10月	8	球技 ソフトボール	◇自己やチームの課題に見合った目標の設定と課題解決を図るための学習計画の立案をさせる。 ◇ソフトボールの特性を知り、個人技能と集団技能を身に付けさせる。 ◇チームで話し合い、練習計画、作戦を立てられるようにさせる。	○身に付けた個人技能と集団技能を試合の中で活かしながら、チームで作戦を立てながら試合を展開する。	・それぞれの種目の特性を知り、個人技能及び集団技能を高めることができた。	・自分の能力に見合った学習計画の作成と高まった体力に応じた学習計画の作成をすることができた。 ・それぞれの種目の特性を理解して、段階的な学習計画を立てることができた。	・各グループ（チーム）で、教え合い、協力して学習への取り組みができた。
10月 11月	3	保健 健康と環境 □環境の変化と適応能力 □活動に適した環境 □室内の空気の条件	◇心身の機能の発達について、理解を深めさせる。 ◇自己の課題発見、課題解決のために自分の考えをまとめさせる。	○各項目についての理解を深め、課題解決を図りながら、日常生活での実践を心掛ける。	・各項目についての基礎的知識を理解することができた。	・自ら学ぶ姿勢を持ち、課題解決を図ることができた。	・心身の機能の発達と心の健康について、関心を持って取り組むことができた。
11月	7	陸上競技 長距離走	◇自己の体力に見合った目標や課題の設定をさせる。 ◇長距離走（持久走）の特性を知り、記録への挑戦ができるようにさせる。	○記録会までの見通しを持って、段階的に学習を進められるようにする。	・継続的に学習を行うことで結果として体力を高めることができた。	・自己の体力に見合った目標、課題の設定ができた。	・記録会までの見通しを持って、学習に取り組むことができた。 ・記録への挑戦ができた。
11月 12月	8	柔道	◇礼法の意味を理解し、基本動作を身に付けさせる。 ◇柔道の特性を知り、お互いを尊重しながら安全に学習に取り組む態度を身に付けさせる。	○正しい基本動作や礼法を身に付けて、安全な受け身の仕方、固め技、投げ技を身に付ける。	・必要な礼法を学び、正しい基本動作を身に付けることができた。 ・安全な受け身の仕方を身に付け、固め技や投げ技に挑戦することができた。	・柔道の特性を知り、相手を尊重して心の鍛錬、修養ができた。	・伝統的な行動の仕方を大切にし、自分で自分を律する克己の心に触れることができた。

1月	7	ダンス	◇各グループで係分 担をして、協力して 作品を作り上げるよ うにさせる。 ◇ダンスの特性を知 り、表現の仕方を身 に付けさせる。 ◇お互いの発表を鑑 賞する態度を身に付 けさせる。	○グループ内で振り 付けや用具などの仕 事を分担しながら、 ダンスを完成させ て、発表をする。	・ダンスの特性を理解しな がら、表現の仕方を身に付 けることができた。	・発表会までの見通しを 持った学習計画を作成す ることができた。	・グループで協力して、学 習を進めることができた。 ・発表会での鑑賞態度、評 価の仕方を身に付けるこ うができた。
2月	8	球技 サッカー	◇自己やチームの課 題に見合った目標の 設定と課題解決を図 るための学習計画の 立案をさせる。 ◇サッカーの特性を 知り、個人技能と集 団技能を身に付けさ せる。 ◇チームで話し合 い、練習計画、作戦 を立てられるように させる。	○身に付けた個人技 能と集団技能を試合 の中で活かしなが ら、チームで作戦を 立てながら試合を展 開する。	・それぞれの種目の特性を 知り、個人技能及び集団技 能を高めることができた。	・自分の能力に見合った学 習計画の作成と高まった体 力に応じた学習計画の作成 をすることができた。 ・それぞれの種目の特性を 理解して、段階的な学習計 画を立てることができた。	・各グループ（チーム） で、教え合い、協力して学 習への取り組みができた。
1月 2月	4	保健 健康と環境 □水の役割と飲料水 の確保 □生活排水の処理 □ごみの処理 □環境の汚染と保全	◇心身の機能の発達 について、理解を深 めさせる。 ◇自己の課題発見、 課題解決のために自 分の考えをまとめさ せる。	○各項目についての 理解を深め、課題解 決を図りながら、日 常生活での実践を心 掛ける。	・各項目についての基礎的 知識を理解することができ た。	・疾病等にかかるリスクを 軽減し、健康を保持増進す る方法を選択することがで きる。	・心身の機能の発達と心の 健康について、関心を持っ て取り組むことができた。 ・自ら学ぶ姿勢を持ち、課 題解決を図ることができ た。
2月 3月	6	球技 バスケットボール	◇自己やチームの課 題に見合った目標の 設定と課題解決を図 るための学習計画の 立案をさせる。 ◇バスケットボール の特性を知り、個人 技能と集団技能を身 に付けさせる。 ◇チームで話し合 い、練習計画、作戦 を立てられるように させる。	○身に付けた個人技 能と集団技能を試合 の中で活かしなが ら、チームで作戦を 立てながら試合を展 開する。	・それぞれの種目の特性を 知り、個人技能及び集団技 能を高めることができた。	・自分の能力に見合った学 習計画の作成と高まった体 力に応じた学習計画の作成 をすることができた。 ・それぞれの種目の特性を 理解して、段階的な学習計 画を立てることができた。	・各グループ（チーム） で、教え合い、協力して学 習への取り組みができた。
合計	105						

	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	授業観察・発表会 試合（ゲーム展開） レポート 個人記録カード 実技テスト 定期考査	授業観察・発表会 試合（ゲーム展開） レポート 自己評価カード 学習カード 定期考査	授業観察・発表会 試合（ゲーム展開） ノート・ワーク レポート 自己評価カード 学習カード