

# 令和8年度 保健体育科 年間評価計画(3年)

月	単元名	単元のねらい	学習内容	評価規準【①知識・技能 ②思考・判断・表現 ③主体的に学習に取り組む態度】	主な評価方法
4	集団行動 体づくり運動	・体をほぐしたり、体の動きを高めたりすることができるようにする。	○オリエンテーション・集団行動 ○体ほぐしの運動 ○体力を高める運動	①体力向上の運動の仕方を身につけることができる。体ほぐしの運動の意義と行い方を知っている。体の動きを高める運動の意義と高め方を知っている。 ②グループや自分に適した課題を持ち、身のこなしの工夫や効果的な活動ができる。 ③自分の体の状態に気づき、体を動かす楽しさ、体力の向上、協力し、安全に留意して運動に取り組もうとしている。	<p>主体的に学習に取り組む態度</p> <p>・授業観察、学習カード、レポート、提出物、期末考査</p> <p>思考・判断・表現</p> <p>・学習カード、レポート、授業観察、期末考査</p> <p>知識・技能</p> <p>・実技テスト、授業観察、学習カード、レポート、期末考査</p>
	球技	・基本技能を身につけ、ルールとマナーを守り、ゲームができるようにする。	○ハンドボール ○バレーボール	①集団技能や個人技能を高め、相手チームに応じて作戦を立ててゲームができる。競技の運営、ルールや審判法を身につけている。 ②自分と相手の技能を的確に把握し、作戦を立ててゲームができる。実践から出た課題解決が図れる。 ③ルールを守り、安全に留意してゲームを楽しむとともに役割と責任を果たし協力して取り組もうとしている。	
5	陸上競技	・自己の能力に適した課題を持って技能を高め、競技したり、記録を高めることができるようにする。	○短距離走・走り高跳び・ハードル走	①自分の体力・技能を高め競技し、記録を向上させることができる。練習や競技の仕方を理解し、知識を身につけている。競技の審判法・ルールを理解している。 ②自分の能力に適した目標を設定している。課題解決の練習工夫。競技の仕方を身につけている。 ③健康安全に留意し、全力での競技、記録向上、楽しさ、協力と励まし合い、進んだ練習に意欲を持ち取り組もうとしている。	
	体育理論	・文化としてのスポーツの意義について課題を発見し理解できるようにする。	○文化としてのスポーツの意義	①文化としてのスポーツの意義について理解している。 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、より良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ができる。 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。	
6	新体カテスト	・実生活に活かす運動の計画が立てられるようにする。	○体の動き高める運動 ○新体カテスト	①体ほぐしの運動の意義と行い方を知っている。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ることができる。 ②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ができる。 ③体づくり運動の学習に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしながら取り組もうとしている。	
	体づくり運動				
7	水泳	・4泳法を身につける。	○オリエンテーション・安全と事故防止 ○クロール・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライ	①記録の向上や競技の楽しさを味わい、技術の名称や行い方、運動観察の方法などを理解し、効率的に泳ぐことができる。 ②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ができる。 ③水泳の事故防止に関する心得を遵守し、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしたりして自主的に取り組もうとしている。	
9 ~ 10	器械運動	・自分の能力に適した課題を持ち、技がよりよくできるようにする。	○マット運動	①自己の能力に応じて技を選択し、個々の技がよりよくできる。技の出来上りを確かめる方法を身につけている。 ②自分の能力に適した技を選び、課題を持つ。練習の仕方や道具を工夫し、仲間と協力して取り組める。 ③適した技を習得し、より良く運動を楽しむとともに練習場を整え、協力、補助をし、進んで取り組もうとしている。	
	陸上競技	・長く走り続ける能力を高めることができるようにする。	○12分間走、1500m・1000mタイムトライアル	①自分の体力・技能を高め競技し、記録を向上させることができる。技術の名称や行い方、運動観察の方法などを理解するとともに、各種目特有の技能を身につけている。 ②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。 ③勝敗など冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとすることや、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認めて積極的に学習に取り組もうとしている。	
10 ~ 11	球技	・基本技能を身につけ、ルールとマナーを守り、ゲームができるようにする。	○ソフトボール	①集団技能や個人技能を高め、相手チームに応じて作戦を立ててゲームができる。競技の運営、ルールや審判法を身につけている。 ②自分と相手の技能を的確に把握し、作戦を立ててゲームができる。実践から出た課題解決が図れる。 ③ルールを守り、安全に留意してゲームを楽しむとともに役割と責任を果たし協力して取り組もうとしている。	
	体づくり運動	・体の動きを高めたりすることができるようにする。	○体の動き高める運動	①体力向上の運動の仕方を身につけることができる。体ほぐしの運動の意義と行い方を知っている。体の動きを高める運動の意義と高め方を知っている。 ②グループや自分に適した課題を持ち、身のこなしの工夫や効果的な活動ができる。 ③自分の体の状態に気づき、体を動かす楽しさ、体力の向上、協力し、安全に留意して運動に取り組もうとしている。	
11	球技	・基本技能を身につけ、ルールとマナーを守り、ゲームができるようにする。	○バスケットボール ○ハンドボール	①集団技能や個人技能を高め、相手チームに応じて作戦を立ててゲームができる。競技の運営、ルールや審判法を身につけている。 ②自分と相手の技能を的確に把握し、作戦を立ててゲームができる。実践から出た課題解決が図れる。 ③ルールを守り、安全に留意してゲームを楽しむとともに役割と責任を果たし協力して取り組もうとしている。	
12	器械運動	・自分の能力に適した課題を持ち、技がよりよくできるようにする。	○マット運動	①技ができる楽しさを味わうとともに、自己に適した技で演技することができる。 ②技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ができる。 ③自主的に取り組むとともに、よい演技を讀みようとすること、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課題を大切にしたりして取り組もうとしている。	
1	球技	・基本技能を身につけ、ルールとマナーを守りゲームができるようにする。	○サッカー	①集団技能や個人技能を高め、相手チームに応じて作戦を立ててゲームができる。競技の運営、ルールや審判法を身につけている。 ②自分と相手の技能を的確に把握し、作戦を立ててゲームができる。実践から出た課題解決が図れる。 ③ルールを守り、安全に留意してゲームを楽しむとともに役割と責任を果たし協力して取り組もうとしている。	
2 ~ 3	球技		○バスケットボール		
通年	保健分野		<p>○健康な生活と疾病の予防</p> <p>①感染症の予防や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。 ②感染症の予防や個人の健康を守る社会の取り組みについて、それらから課題を発見し、解決方法を考え、適切な情報を選択し、それらを伝え合っている。 ③感染症の予防や個人の健康を守る社会の取り組みの学習に自主的に取り組もうとしている。</p> <p>○健康と環境</p> <p>①生活習慣病の予防や喫煙・飲酒・薬物乱用について、理解している。 ②生活習慣病の予防や喫煙・飲酒・薬物乱用について自己の課題を発見し、より良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ができる。 ③生活習慣病の予防や喫煙・飲酒・薬物乱用について、自他の健康の保持増進や回復についての学習に積極的に取り組もうとしている。</p> <p>①健康と環境について理解している。 ②健康と環境に関わる事象や情報から課題を発見し、解決方法を考え、適切な情報を選択し、それらを伝え合っている。 ③健康と環境についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>		