

令和7年度 3年保健体育科 年間指導計画及び具体的な評価の方法	観点別学習状況 評価の観点	観点番号
	知識・技能	1
	思考・判断・表現	2
	主体的に学習に取り組む態度	3

※3年間で保健48単位時間※体育理論3単位時間、体づくり運動7単位時間

月	指導事項区分		配当 時間	指導内容 主な評価規準		観点 番号	具体的な評価の方法
	単元	節					
4月	体づくり運動	集団行動 体ほぐしの運動 実生活に生かす運動の計画 柔軟性を高める運動	7	・一中体操 ・補強運動 ・ストレッチ ・体力テスト	・体操のポイントを理解し、効果を意識し、体を動かそうとしている ・運動の特性を理解し行える ・合理的な運動の取り組み方を考えている	3	授業観察
						1	学習カードの記述内容
2						提出課題の記述内容	
2						単元テスト	
5月	陸上競技 (運動会)	短距離走 100m走 リレー (ハードル走)	7	・クラウチングスタート、トルソーフィニッシュ ・中間疾走 ・バトンパス ・ルールの理解	・スムーズなスタートとトップスピードを維持した走り、トルソーフィニッシュができる ・他者に自分の考えを伝えている ・ルールを理解しようとしている	1	授業観察
						1	学習カードの記述内容
2						提出課題の記述内容	
3						実技テスト、単元テスト	
6月	球技 ネット型	バレーボール	9	・オーバーハンドパス、アンダーハンドパス ・サービス、レシーブ ・スパイク ・ルール理解	・習得した技能を試合で応用できる ・合理的な作戦を立て、試合に臨んでいる ・ボールを持たない人の動きを工夫している ・ルールを理解し、貢献しようとしている	1	授業観察
						2	学習カードの記述内容
2						提出課題の記述内容	
3						実技テスト、単元テスト	
	体育理論	文化としてのスポーツ	3	・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 ・人々を結びつけるスポーツ	・内容を理解している ・自分の生活に生かそうとしている ・将来を見据えて考えている	1	授業観察
						3	提出課題の記述内容
2						単元テスト	
7月	水泳	クロール 平泳ぎ 背泳ぎ バタフライ	4	・4泳法の習得 ・継続距離測定 ・タイム測定 ・ターン	・4泳法、正しいフォームで泳げる ・合理的な声掛けを行っている ・主体的に取り組もうとしている ・仲間の取組を認めようとしている	1	授業観察
						2	学習カードの記述内容
3						提出課題の記述内容	
3						実技テスト、単元テスト	
	保健	健康と環境	5	・環境の変化と適応能力 ・活動に適した環境 ・室内の空気の状態 ・水の役割と飲料水の確保	・内容を理解している ・自分の生活と社会情勢などに照らし合わせて考え、生かそうとしている ・学習した内容と結び付けて考えている	1	授業観察
						3	学習カードの記述内容
3						提出課題の記述内容	
2						単元テスト	
8月	水泳	クロール 平泳ぎ 背泳ぎ バタフライ	4	・4泳法の習得 ・継続距離測定 ・タイム測定 ・ターン	・4泳法、正しいフォームで泳げる ・合理的な声掛けを行っている ・主体的に取り組もうとしている ・仲間の取組を認めようとしている	1	授業観察
2						学習カードの記述内容	
3						提出課題の記述内容	
3						実技テスト、単元テスト	
9月	武道	柔道	9	・礼儀・作法 ・受け身、固め技、投げ技 ・連絡技 ・乱取り	・習得した技能に磨きをかけている ・「一本」の条件を満たして技を行える ・状況に応じた動きを判断し実行できる ・安全に留意して行おうとしている	1	授業観察
						1	学習カードの記述内容
2						提出課題の記述内容	
3						実技テスト、単元テスト	
	ダンス	現代的なリズムのダンス	9	・リズムに乗って踊る ・体を大きく動かして踊る ・仲間と関わって踊る	・体を大きく使って表現している ・リズムに合わせて踊っている ・合理的な声掛けを行っている ・主体的に取り組もうとしている	1	授業観察
						1	学習カードの記述内容
2						提出課題の記述内容	
3						実技テスト、単元テスト	
10月	保健	健康と環境	4	・生活排水の処理 ・ごみの処理 ・環境の汚染と保全	・内容を理解している ・自分の生活と社会情勢などに照らし合わせて考え、生かそうとしている ・学習した内容と結び付けて考えている	1	授業観察
						3	学習カードの記述内容
3						提出課題の記述内容	
2						単元テスト	
11月	陸上競技	長距離走 1500m走(距離変更あり) 10分間走(時間変更あり)	9	・正しいフォーム ・一定のペース ・スタンディングスタート ・ルール理解	・一定のペースで走ることができる ・記録を更新するために工夫している ・ルールを理解している ・他者の取組を認めようとしている	1	授業観察
						2	学習カードの記述内容
1						提出課題の記述内容	
3						実技テスト、単元テスト	
	武道	柔道	9	・礼儀・作法 ・受け身 ・固め技 ・投げ技	・所作や技能を習得している ・合理的な声掛けを行っている ・安全に留意して行おうとしている ・他者の取組を認めようとしている	1	授業観察
						2	学習カードの記述内容
3						提出課題の記述内容	
3						実技テスト、単元テスト	
12月	保健	健康な生活と疾病の予防③	3	・感染症とその予防 ・性感染症とその予防／エイズ	・内容を理解している ・自分の生活と社会情勢などに照らし合わせて考え、生かそうとしている ・学習した内容と結び付けて考えている	1	授業観察
						3	学習カードの記述内容
3						提出課題の記述内容	
2						単元テスト	
1月	球技 ゴール型	ハンドボール (アルティメット) (サッカー)	9	・基本技能の習得 ・空いている空間をめぐる攻防 ・ボールを持たないときの動き ・ルール理解	・習得した技能を試合で応用できる ・合理的な作戦を立て、試合に臨んでいる ・ゴール前での攻防を工夫している ・ルールを理解し、貢献しようとしている	1	授業観察
						2	学習カードの記述内容
2						提出課題の記述内容	
3						実技テスト、単元テスト	
2月	保健	健康な生活と疾病の予防③	2	・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	・内容を理解している ・自分の生活と社会情勢などに照らし合わせて考え、生かそうとしている ・学習した内容と結び付けて考えている	1	授業観察
						3	学習カードの記述内容
3						提出課題の記述内容	
2						単元テスト	
	球技 ゴール型	・バスケットボール	8	・ディフェンスとオフェンスの攻防 ・ボールを持たない人の動き ・ボールコントロール、安定したボール操作 ・ルール理解と作戦	・習得した技能を試合で応用できる ・合理的な作戦を立て、試合に臨んでいる ・ゴール前での攻防を工夫している ・ルールを理解し、貢献しようとしている	1	授業観察
						2	学習カードの記述内容
2						提出課題の記述内容	
3						実技テスト、単元テスト	
3月	器械運動	跳び箱運動	4	・切り返し跳び ・回転跳び	・一連の動きを滑らかに安定して行える ・条件を変えて跳び越すことができる ・合理的な声掛けを行っている ・安全に留意して行おうとしている	1	授業観察
						1	学習カードの記述内容
2						提出課題の記述内容	
3						実技テスト、単元テスト	