

市川市立福栄中学校 令和7年度 学習の指針

教科	保健体育科
----	-------

学年	3年
----	----

1. 学習の目標

- (1) 各種目の運動の実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、運動を豊かに実践することができるようにするため、運動、体力の必要性について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。
- (2) 運動についての自己や仲間の課題を発見し、解決に向けて考え、判断するとともに、考えたことを周りの人間に伝える力を伸ばせるようとする。
- (3) 競争や協働の経験を通し、公正・協力の態度、自己の役割を果たすこと、一人一人の違いを認めること、自己の最善を尽くす態度を育てる。
- (4) 健康と環境について理解し、明るく豊かな生活を営む態度を身に付ける。

2. 学習計画

	学習内容	学習のねらい
1学期	①体づくり運動 ②陸上競技(短距離走・リレー) ③器械運動(マット・跳び箱・平均台) ※1種目選択	①・心と体の関わりについて理解する。 ・自分の体の動かし方を理解する。 ②・滑らかな動きで速く走ることや、バトンの受け渡しでタイミングを合わせることができる。 ③・技ができる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技で演技することができる。 ・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ことができる。
2学期	①武道(柔道) ②ダンス ③陸上競技(ハードル走) (走り幅跳び) ※武道、ダンス、陸上競技から1種目選択 ④球技 ゴール型 (バスケットボール・ハンドボール) ベースボール型 (ソフトボール) ※1種目選択 ⑤陸上競技(長距離走)	①・礼法や基本動作を身につけることができる。 ・基本となる技を身につけることができる。 ・安全に留意して練習することができる。 ②・イメージを動作で表現することができる。 ・仲間と協力して創作することができる。 ・色々な動きをリズムに合わせて表現する。 ③・リズミカルな走りから滑らかにハードルを越すことができるようになる ・スピードに乗った助走から素早く踏み切って跳ぶことができる ④・基本的技能を習得することができる。 ・ルールを理解し、試合を行なうことができる。 ・仲間と声を掛け合い、練習方法を工夫することができる。 ⑤・ペース配分を考え、自己の能力のを伸ばす工夫ができる。 ・自己の記録に挑戦し、向上心を持って取り組むことができる。 ・仲間と声を掛け合って取り組むことができる。
3学期	①球技 ゴール型(サッカー) ネット型 (バレーボール・ソフトテニス) ※2種目選択 ②保健	①・基本的技能を習得することができる。 ・ルールを理解し、試合を行なうことができる。 ・仲間と声を掛け合い、練習方法を工夫することができる。 ②・チームで作戦を立て、実行することができる。 ③・健康と環境について理解を深めることができる。 ・健康と環境に関する情報から課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現することができる。

3. 評価

(1) 内容および方法

	評価の内容	評価の方法
①知識・技能	<ul style="list-style-type: none"> ○ルールや専門用語の意味などの理解をし、学習の中で活用しているか。 ○基本的な動き行うための方法や手順を理解し、説明することができるか。 ○ねらいとしている技能を身に付けられたか。 	<ul style="list-style-type: none"> ①学習状況の観察 ②実技スキルテスト ③小テスト ④学習カード
②思考・判断・表現	<ul style="list-style-type: none"> ○各種目の特性を理解し、自分の課題を見つけることができたか。 ○自分の課題を解決するための方法を工夫することができたか。 ○仲間と教え合うことや練習を工夫することができたか。 	<ul style="list-style-type: none"> ①学習カード（めあての立て方、練習方法などの工夫） ②パディ学習でのコミュニケーション（アドバイス内容） ③発問への発言 ④学習状況の観察
③主体的に学習に取り組む態度	<ul style="list-style-type: none"> ○知識及び技能獲得や、思考力、判断力、表現力等を身に付けることに向けた粘り強い取り組みができたか。 ○粘り強い取り組みを行う中で、自らの学習を調整することができたか。 	<ul style="list-style-type: none"> ①授業への取組状況 ②学習状況の観察 ③学習カード（毎時の振り返り内容）

(2) 観点と評価の関係

			評定
A	A	A	5
A	A	B	4
A	B	B	
A	A	C	
A	B	C	
B	B	B	
B	B	C	
A	C	C	
B	C	C	2
C	C	C	1

<評価の注意事項>

保健体育では、取り組みの様子や、スキルテストでの評価、実技を取り組んだ内容を記入する学習カードでの評価をします。できる限り授業に参加し、積極的に取り組みましょう。

4. 教科に関するアドバイス

《体育分野》

- 先生やリーダーの話をしっかりと聞いて、指示を待って行動するのではなく、自分から活動していく力を身に付けましょう。
- 種目内容や自分の興味に関わらず、意欲を持って授業に取り組むことが大切です。苦手意識を持たずに、学習に参加しましょう。
- 「どうしたらできるようになるのか」ということをしっかり考える力を身に付け、できることをどうやって仲間に伝えていくのか、など考えながら授業に取り組んでいきましょう。
- 学習カードには、学習の結果を書き記すのではなく、発見したこと、自分で考えたことや工夫したこと、学んだ知識などを記入しておくことが重要です。

《保健分野》

- 自分自身の生活と結びつけながら、積極的に学習に取り組みましょう。
- 授業に参加しながら、健康や病気について理解を深め、正しい知識を身につけましょう。

《体育・保健分野共通》

- 学習カードや保健学習ノートなどは提出物があります。評価に重要なものとなりますので、振り返りや授業の記録など、しっかりと記入しましょう。
- 提出期限を守り、授業で配付されたプリント等も含めて紛失がないように気をつけましょう。
- 忘れ物がないように準備をし、授業に臨みましょう。