

教科の年間指導計画

広島市立美鈴が丘中学校

学 年	3 年男子		教科目標			
教 科	保健体育		自己の能力に適した課題を発見し、その課題の解決を目指して、活動のしかたを考え、運動の技能を身につけていく。			
月	週	単元および題材名	時数	学 習 活 動	学習のポイント および評価方法	
4	1	体づくり運動 スポーツテスト	11	○ 体づくり運動 集団行動 (姿勢、列の増減、行進、方向変換、かけ足等) ○ スポーツテスト (握力、上体おこし、長座体前屈、反復横跳び、20mヤトルン、50m走、立ち幅跳び、ハンドボール投げ)	・ 実技テスト(迅速かつ安全に集団行動を行っているか。) ・ スポーツテスト ・ 行動観察(準備・片付け・参加態度等はどうか)	
	2					
5	1		陸上競技(走り高跳び) はさみとび ベリーロール	12	○ 目標記録の設定 試しの記録会 課題達成練習 中間の記録会 フォームづくりを中心にまとめの記録会	・ 行動観察(自己の目標の高さを設定し、その達成に向けて練習できたかなど) ・ ノート、レポート提出 ・ 実技テスト(記録会)
	2					
	3					
	4					
6	1	水泳	12	○ 安全に留意して、クロール・平泳ぎ・背泳ぎができるようにする。 ○ 5分間泳や記録会を行い、自分の記録に挑戦し、目標を達成することができるようにする。 ○ グループで目標記録をつくり、リレーができるようにする。	・ 実技テスト(長く泳ぐための技能が身についたか。正しいフォームで速く泳ぐことができたか) ・ 行動観察 ○ 第2回定期テスト	
	2					
7	1	水慣れ クロール 平泳ぎ 背泳ぎ	12	○ 安全に留意して、クロール・平泳ぎ・背泳ぎができるようにする。 ○ 5分間泳や記録会を行い、自分の記録に挑戦し、目標を達成することができるようにする。 ○ グループで目標記録をつくり、リレーができるようにする。	・ 実技テスト(長く泳ぐための技能が身についたか。正しいフォームで速く泳ぐことができたか) ・ 行動観察 ○ 第2回定期テスト	
	2					
	3					
9	1	球技(バレーボール) 個人技能 集団技能	11	○ 個人技能 オーバーパス、アンダーパスの技能 オープンスパイク、クイックの技能 アンダーサーブ ○ 集団技能 3段攻撃、レシーブフォーメーション、カバーの動き	・ 実技テスト(基本的な技能を身につけることができたか) ・ 行動観察(スパイクやブロックを使い、攻防を工夫してゲームができたか)	
	2					
	3					
	4					
10	1	球技(バスケットボール) 個人技能 集団技能	11	○ 個人技能 各種パス、ドリブル、シュート、1対0、1対1、2対1 ○ 集団技能 3対3、5対5 攻撃法(速攻、セットプレー) 防御法(マンツーマン、ゾーン)、審判法	・ 実技テスト(基本的な技能を身につけることができたか) ・ 行動観察(フォーメーションを考えるなど、攻防を工夫してゲームができたか)	
	2					
	3					
	4					
11	1	柔道	18	○ 受身 後ろ受身、横受身、前まわり受身 ○ 投げ技 小内刈り、大内刈り、払い腰 ○ 固め技 上四方固め ○ 柔道の歴史	・ 行動観察(相手を敬い全力を出して取り組み楽しさを味わおうとしたか。互いに協力し、助言し合って課題に取り組んだか。など) ・ 実技テスト(自分の能力に適した技能について動きのポイントを身につけたか。) ○ 第4回定期テスト	
	2					
	3					
1	1	持久走	10	○ 自己のタイムの変化を確認しながら、目標タイムを設定する。持久力の向上を目指し、最後まであきらめずに走ることができるようにする。 ○ 縄跳びでは、新しい跳び方に挑戦し、習得できるようにする。	・ 行動観察 ・ 実技テスト ・ 記録カード提出	
	2					
	3					
2	1	球技(サッカー)	10	○ 個人技能 パス、ドリブル、シュート、ボールリフティング、マークとカバーリング ○ 集団技能 攻撃法、防御法、審判法	・ 実技テスト(基本的な個人技能が習得できたか。) ・ 行動観察 ○ 第5回定期テスト	
	2					
	3					
	4					
3	1	球技(サッカー)	10	○ 個人技能 パス、ドリブル、シュート、ボールリフティング、マークとカバーリング ○ 集団技能 攻撃法、防御法、審判法	・ 実技テスト(基本的な個人技能が習得できたか。) ・ 行動観察 ○ 第5回定期テスト	
	2					
	3					
総時間数			105			