

教科の年間指導計画

広島市立美鈴が丘中学校

学 年		3 年女子		教科目標 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。					
教 科		保健体育							
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	集団行動 スポーツテスト 体づくり運動	11	○ 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 ・ スポーツテスト ・ 体づくり運動 ・ 行動観察（準備・片付け・取り組む姿勢はどうか）				
	2								
	3								
	4								
5	1	器械運動（平均台運動） 歩く 走る バランス 昇降 技の組み合わせ	12	○ 床の上や低い台など工夫した場で、それぞれの動きが確実にできるようにする。 ○ 平均台の幅や高さには注意し、バランスを崩さないように安全性を高めながら技ができるようにする。	・ 実技テスト ・ 実技ノート の記録や提出状況 ・ 行動観察 （・ できないことを聞いたり、仲間で 教え合う。） ・ 取り組む姿勢 ・ 準備、片付け等				
	2								
	3								
	4								
6	1	球技（バドミントン）	12	○ 各種ストロークが正しく正確にできるようにする。 ○ 自分に合ったサーブができるようにする。 ○ ルールを正しく理解し、ダブルスのゲームができるようにする。	・ 実技テスト ・ 実技テスト の記録や提出状況 ・ 行動観察 ・ 取り組む姿勢 ・ 準備、片付け等 ○ 前期中間試験				
	2								
7	3					球技（ハンドボール）	10	○ 基本的な個人的技能（パス・ドリブル・シュート）を習得できるようにする。 ○ 仲間と関わり、練習方法を工夫し、集団的スキルを高めることができるようにする。 ○ ゲームを楽しむことができるようにする。	・ 実技テスト（フォームや記録） ・ 実技ノート 記録や提出状況 ・ 行動観察 （練習方法の工夫。グループで活動する。準備、片付け等）
	1								
	2								
10	3	陸上競技（走り高跳び） ベリーロール	12	○ 助走のスピードを利用し、より高く跳ぶことができるようにする。踏み切りと、バーを越す動作に重点をおいた練習をする。	・ 実技テスト ・ 実技ノート の記録や提出状況 ・ 行動観察 （・ できないことを聞いたり、仲間で 教え合う・ 準備、片付け等）				
	1								
	2								
	4								
11	3	ダンス	10	○ 恥ずかしがらず、伸び伸びと動くことができるようにする。 ○ グループでテーマを決め、創作ダンスを踊ることができるようにする。	・ 実技テスト（発表会形式） ・ 取り組む姿勢 （グループで協力している。作品づくりに向けて動きの案を出している等） ○ 後期中間試験				
	4								
12	1	長距離走・縄跳び	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。 ○ 縄跳びでは、新しい跳びかたに挑戦し習得できるようにする。	・ 長距離走の記録 ・ 実技ノート の記録や提出状況 ・ 行動観察 （練習方法を工夫する。グループで活動する。準備、片付け等）				
	2								
	3								
2	1	球技 （卓球・テニス・バスケットボール）	10	○ ラケットを使い各種ストロークの練習を行い、ダブルスの簡易ゲームを楽しむことができるようにする。 ○ 生涯スポーツにつながるよう、自分の好きな種目を選び、楽しく運動ができるようにする。	・ 実技テスト ・ 行動観察				
	2								
3	3								
	1								
	2								

総時間数

105

