

「体育」

指導と評価の年間計画

教科	科目	単位数	指導学年	教科書名	副教材等
保健体育	体育	3	1年男子		

到達目標 (学習指導要領)	各種の運動の合理的な実践を通して、運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにするとともに、体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育て、生涯を通じて継続的に運動ができる資質や能力を育てる。
到達に向けての 具体的取り組み (指導上の留意)	各種目において基礎基本の技能の習得を目指すとともに、補強運動、基本練習によって基礎体力を維持向上し、自己の能力に応じた役割を果たし、試合、練習を工夫できるようにする。また、自主的に活動できる態度を養い、将来もスポーツを楽しんでいける実践力を育てる。

学期	月	単元・教材名	指導内容	評価の方法	評価の観点
1	4	集団行動	集団行動に必要な基本的な動き ストレッチ・ラジオ体操第2 基本的なトレーニング	受講状況観察 体操実技テスト	意欲 関心 態度 運動技能
		体ほぐし 体づくり運動			
	5	10h			
		6	陸上競技(走) 6h	基本フォーム スタート・中間・フィニッシュ 50m・100m走	受講状況観察 記録会結果
7	4h	水泳	平泳ぎ25m・クロール25m 基本フォーム	受講状況観察 実技テスト	意欲 関心 態度 運動技能
		柔道	オリエンテーション 受け身 基本動作 投げ技	行動観察 実技テスト ・後ろ受身・横受身 ・前回り受身	取り組む姿勢 安全確保のための約束 ごとを守っているか
2	9	水泳		受講状況観察 記録会結果	意欲 関心 態度
		4h			
	10	陸上競技(走)	ハードル走	受講状況観察 記録会結果	意欲 関心 態度
		6h			
	11	バレーボール	ハンドリング サーブ・アンダー・オーバー・アタック 6人制 ゲーム	受講状況観察 実技テスト	意欲 関心 態度 運動技能
12	10h				
3	1	持久走	ペースランニング ビルドアップジョグ インターバルトレーニング 3000m	受講状況観察 記録会結果	意欲 関心 態度
		2	10h		
		3			
	柔道	寝技(抑え技) 寝技の稽古 打ち込み 約束稽古	行動観察 実技テスト(抑え技)	取り組む姿勢 正確な動作・姿勢	
		6h			