

第三学年 年間指導計画・主な指導（基礎・基本となる）内容・観点別の主な評価規準

（山梨大学教育人間科学部附属中学校 保健体育科：H22）

月	4月			5月			6月			7月			9月			10月			11月			12月			1月			2月			3月				
週	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
①	体づくり運動 (6)			選択-1 球技：バスケット・ソフト・卓球 (20)						選択-2 水泳・陸上競技・器械運動 (18)						選択-3 柔道・ダンス (18)						選択-4 球技：バレーボール・サッカー・卓球 (20)													
②																												知識(3)	保健(2)			体づくり運動(2)			保健(16)
③	知識(3)			保健(2)						体づくり運動(2)			保健(16)																						

主な指導（基礎・基本となる）内容 *「体育に関する知識」「保健」を除いて。枠に入らない部分は別紙を参照してください。

	体づくり運動	ソフトボール	バスケットボール	卓球	陸上競技	器械運動	水泳	柔道	ダンス	サッカー	バレーボール	卓球
態度の内容	<ul style="list-style-type: none"> 仲間と協力しあって運動する態度 例示にしたがって運動を自ら進んで行う態度 自分の体の状態などに関心を強め、少しでもいい状態にしようとする心がまえ 	<ul style="list-style-type: none"> 運動を楽しむ積極的に取り組む姿勢 仲間とともに取り組む協力性と責任感 協力して練習やゲームに取り組む姿勢 お互いを認めあって活動をする姿勢 勝敗に対する公正な態度 道具の準備や片付けを協力して行う態度 自己の能力を最大発揮する姿勢 安全に留意する態度 	<ul style="list-style-type: none"> 仲間とともに取り組む協力性と責任感 仲間との競争により、互いに高めあう姿勢 勝敗に対する公正な態度 自己の能力の限界に挑み、記録を伸ばそうとする姿勢 練習場や器具の安全を確かめ、事故を起こさないように留意する態度 	<ul style="list-style-type: none"> 安全に留意しての器械・器具の準備 体を充分ほくしけがを予防する姿勢 技の完成度を高めるため体力向上に心がける姿勢 グループやペアの仲間とアドバイスし合う態度 	<ul style="list-style-type: none"> 体の調子や安全を常に確かめる態度 相手を尊重する心と態度 自己の能力を最大発揮する姿勢 仲間と協力し、学習をすすめる態度 勝敗に対する公正な態度 禁忌技に対する厳正な態度 安全に留意する態度 	<ul style="list-style-type: none"> 意欲的に取り組み、自己の能力を最大発揮しながら踊る楽しさを味わう姿勢 グループ内における自己主張と協調 互いのよさを認め、交流しあう態度 安全に留意する態度 	<ul style="list-style-type: none"> 運動を楽しむ積極的に取り組む姿勢 仲間とともに取り組む協力性と責任感 協力して練習やゲームに取り組む姿勢 お互いを認めあって活動をする姿勢 勝敗に対する公正な態度 道具の準備や片付けを協力して行う態度 自己の能力を最大発揮する姿勢 安全に留意する態度 					
知識判断の内容	<ul style="list-style-type: none"> 例示にそって体ほぐしの行い方と体力の高め方を工夫すること 仲間と意見を出し合っただのグループ学習 自己の身体の変化に気づきながら構成をした運動 	<ul style="list-style-type: none"> 個人技能、集団技能それぞれ自分たちにあった課題を持つこと 課題に即した練習方法の工夫 対戦を意識しての集団技能の工夫 ゲーム分析を生かす力 相互評価と教え合い 実技書などの資料の活用 ゲームの進め方とルール 学習の振り返りと課題発見 	<ul style="list-style-type: none"> 自己の能力に適した種目の選択と目標設定 記録向上のための練習方法の工夫 相互評価と教え合い 実技書などの資料の活用 自己の運動の行ない方を客観的に捉える力の向上 学習の振り返りと課題発見 	<ul style="list-style-type: none"> 自己の能力や動きの様子を知ること 自己に適した技を選択すること 技の組み合わせの完成に向けての練習方法の工夫 仲間とのアドバイスし合うこと 	<ul style="list-style-type: none"> 自分の泳ぎに対する課題を明確にすること 記録を分析しながら練習を改善すること 課題を解決するための練習方法の工夫 仲間との互いの泳ぎに対するアドバイス 	<ul style="list-style-type: none"> 自己の能力に適した練習方法の工夫 かかり練習 約束練習 自由練習 相互評価と教え合い 実技書などの資料の活用 試合の進め方とルール 学習の振り返りと課題発見 	<ul style="list-style-type: none"> 集団や自己の能力に適した課題の持ち方 課題に適した練習や発表の工夫 鑑賞による相互評価と教え合い 実技書・ビデオなどの資料の活用 学習の振り返りと課題発見 	<ul style="list-style-type: none"> 個人技能、集団技能それぞれ自分たちにあった課題を持つこと 課題に即した練習方法の工夫 対戦を意識しての集団技能の工夫 ゲーム分析を生かす力 相互評価と教え合い 実技書などの資料の活用 ゲームの進め方とルール 学習の振り返りと課題発見 				
技能の内容	<ul style="list-style-type: none"> 【体ほぐし運動】 「体の調節」をねらいながらリズムに乗った体操など心が弾むような動作で行う運動 【体力を高める運動】 集団でリズムに合わせての各種の運動 お互いの体を利用しての力強い動きを高める運動 複数の異なる動きをセットにして時間や回数を決めて持続して行う運動 	<ul style="list-style-type: none"> 基本的技能の復習 チームプレーの習得 ダブルプレー 犠牲バント ヒットエンド ラン スクイズ ルールに関する知識 審判法 	<ul style="list-style-type: none"> ボールをカバリーしながらのドリブル 相手を抜き去るドリブル 色々なシュートとフェイント チームの特徴を生かしてのオフエンス（ポストプレーやスクリーン）の導入 マンツーマンディフェンスとゾーンディフェンスの強化 ルールに関する知識 審判法 	<ul style="list-style-type: none"> ラケット操作とボールコントロール 基本的なストロークの打ち方 フォート、ドライブカット、つつき サービスの技術 ドライブサービス 変化サービス スマッシュによる攻撃方法 3球目攻撃を行うための組み立て方 ゲームの進め方と基本的ルールに関する知識 審判法 	<ul style="list-style-type: none"> 記録向上のための自己技能の分析と習得 【短距離走・リレー】 クラウチングスタートとスタートダッシュ ストライド距離とピッチの関係 加速疾走～中間疾走のフォーム ハトンパス 【ハードル走】 クラウチングスタートとスタートダッシュ 踏み切り足、抜き足 ハードルの高さ ハードル間の距離に応じた ハードリングフォーム 【走り幅跳び】 自己の能力に適した助走距離のとり方 踏み切りの仕方 そりとび、はさみとびの空間動作の獲得 【走り高跳び】 自己の能力に適した助走距離のとり方 踏み切り位置のとり方 はさみとび、ペリーロール、（背面とび）の空間動作の獲得 記録の測り方に関する知識 基本的なルールに関する知識 	<ul style="list-style-type: none"> 【マット運動】 伸膝前転 後転倒立 前方倒立回転 前方倒立回転跳び 片足側面水平立ち Y字バランス 技の組み合わせ 【跳び箱】 開脚跳び 屈伸跳び 前方倒立回転跳び 側方倒立回転跳び 	<ul style="list-style-type: none"> 泳法にあった呼吸方法 各泳法の手足の動かし方 推進力となる手や足の動き 段階を追ったスタート 力を抜いたリズムミカルな泳ぎ タイムを縮めるためのターン 3種目の個人メドレー 長い距離を泳ぐ力、体力 	<ul style="list-style-type: none"> 投げ技の連絡 大内刈り→大外刈り 釣り込み腰→払い腰 釣り込み腰→大内刈り 大内刈り→背負い投げ 背負い投げ→大内刈り 固め技の連絡 けさ固め、横四方固め、上四方固めの連絡 投げ技から固め技への連絡 大外刈り→けさ固め 小内刈り→横四方固め 得意技を生かし、試合を楽しむ 基本的なルールに関する知識 審判法 	<ul style="list-style-type: none"> 極限から極限までの全身を使った表現の仕方 空間や集団の人数構成を工夫した表現の仕方 強調したいフレーズや感情を込めた動きなどの工夫のしかた イメージを体の動きに置き換え、リズムに合わせて表現する力 動きと動きを連動させた作品づくり 発表・鑑賞し、適切な感想や意見をまとめる力 	<ul style="list-style-type: none"> ボールをコントロールしながらパスをつなぐ攻撃の方法 キック、ドリブル トラッピング ヘディング 壁パスからのシュート クロスからのシュート スルーパスによる突破 サイドからのオープン攻撃 セットプレーからの攻撃の方法 フリーキック コーナーキック スローイン 基本的なディフェンス隊形の理解と実践 ポジションによる役割の理解と実践 ゲームの進め方と基本的なルールに関する知識 審判法 	<ul style="list-style-type: none"> 基本技術の復習 応用的な技術の習得 スパイク技術 ブロック技術 レシーブ隊形の工夫 特徴を生かしたポジション ニング ルールに関する知識 審判法 	<ul style="list-style-type: none"> ラケット操作とボールコントロール 基本的なストロークの打ち方 ショート、ドライブ カット、つつき サービスの技術 ドライブサービス 変化球サービス スマッシュによる攻撃方法 3球目攻撃を行なうための組み立て方 ゲームの進め方と基本的なルールに関する知識 審判法

第三学年 年間指導計画・主な指導（基礎・基本となる）内容・観点別の主な評価規準 （山梨大学教育人間科学部附属中学校 保健体育科：H21）

月 週	4月			5月			6月			7月			9月			10月			11月			12月			1月			2月			3月			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34
①	体づくり運動 (6)			選択-1 球技：バスケ・ソフト・卓球 (20)						選択-2 水泳・陸上競技・器械運動 (18)						体づくり 運動 (2)						選択-3 柔道・ダンス (18)						選択-4 球技：バレーボール・サッカー・卓球 (20)						
②																																		
③	知識(3)									保健(2)									保健(16)															
観点別の主な評価規準 * 「体育に関する知識」「保健」を除いて。																																		
関心 意欲 態度	<ul style="list-style-type: none"> 自己の体に関心持って積極的に体力の向上を目指そうとする 積極的に仲間とかかわりあいながら運動をしようとする 			<ul style="list-style-type: none"> チーム内における役割をきちんと果たし、協力して練習やゲームを運営しようとする 勝敗に対して公正な態度をとることができたり、周囲の仲間と声を掛け合って、楽しくスポーツに取り組んだりしようとする 						<ul style="list-style-type: none"> 互いに協力して練習や競技に積極的に取り組もうとする 健康・安全に留意して練習や競技を行おうとする 						<ul style="list-style-type: none"> 勝敗に対して公正な態度をとりながら、互いに相手を尊重し、練習や試合を行おうとする 互いの良さを認め合い、アドバイスしあいながら協力し合ったり練習したり発表したりしようとする 						<ul style="list-style-type: none"> チーム内における役割をきちんと果たし、協力して練習やゲームを運営しようとする 勝敗に対して公正な態度をとり、楽しくスポーツに取り組もうとする 												
知識 ・ 思考 判断	<ul style="list-style-type: none"> 体力向上について知識や理解が深まっている 自分の体を知ったり運動の課題を見つけたりできている 体力の向上に向けて運動を工夫して行おうとしている 			<ul style="list-style-type: none"> バスケットボール、バレーボール、サッカー、ソフトボール、卓球の技能や作戦（フォーメーションなども含む） ルール、ゲーム方法について理解を深めている 課題を明確にするために、ゲーム分析をしたり、データを調べたりしている 作戦やフォーメーションについて理解を深め、練習やゲームの中に取り入れようとしている チームや個人の課題とゲームや練習でのパフォーマンスとの違いに気づき、修正するための工夫ができている 						<ul style="list-style-type: none"> 各運動の技能について理解を深めている 自己の能力に適した課題の解決を目指して、練習の仕方や競技の仕方を工夫しながら、互いにアドバイスをし合っている 						<ul style="list-style-type: none"> 武道やダンスに対する理解を深めている 自己の能力に適した技を習得するための練習の仕方や試合の仕方を工夫することができている グループの課題や自己に適した課題の解決を目指し、練習の仕方や発表の仕方を工夫している 						<ul style="list-style-type: none"> バスケットボール、バレーボール、サッカー、ソフトボール、卓球の技能や作戦（フォーメーションなども含む） ルール・ゲーム方法について理解を深めている 課題を明確にするために、ゲーム分析をしたり、データを調べたりしている 作戦やフォーメーションについて理解を深め、練習やゲームの中に取り入れようとしている チームや個人の課題とゲームや練習でのパフォーマンスとの違いに気づき、修正するための工夫ができている 												
技能	<ul style="list-style-type: none"> 体力を高めるための運動を日常生活に生かすなどして実践することができる 			<ul style="list-style-type: none"> ゲームにおいて個人技能を発揮しながら、作戦を生かした攻防を展開することができる 練習において個人技能を生かし、作戦やフォーメーションを完成させることができる 						<ul style="list-style-type: none"> 自己の能力に適した課題を持って、その技能を高めたり、記録を高めたりすることができる 						<ul style="list-style-type: none"> 自分の能力や得意技に応じた連絡技を身につけている 身につけた連絡技を試合で使うことができる 自己の能力に適した課題を持って練習や試合、発表を行うことができる 						<ul style="list-style-type: none"> ゲームにおいて個人技能を発揮しながら、作戦を生かした攻防を展開することができる 練習において個人技能を生かし、作戦やフォーメーションを完成させることができる 												
評価 の 観点 など	授業観察（練習） 評定配分は後日			授業観察（練習・ゲーム） 分析シート 分析結果 グループ・個人ノート						授業観察（練習） 個人ノート						授業観察（練習） 個人ノート						授業観察（練習・ゲーム） 分析シート 分析結果 グループ・個人ノート												