

### 第3学年 年間指導計画(体育・保健 全90時間)

学習の目標	
○各種の運動の課題を持ち、活動を工夫して運動を楽しくできるようにする。 ○各種運動の特性に応じた技能を身につけ、体力を養う。 ○協力、公正などの態度を育てる。 ○健康・安全に留意して最後まで努力する態度を育てる。 ○健康な生活や体の体の発育・発達について理解し、身近な生活において健康で安全な生活を営む資質や能力を育てる。	
学習の方法	
○体の基本的な動きや各種の運動の基礎となる動きができるようになる。 ○順番や決まりを守り仲良く運動したり、安全に気をつけたり、浮く・泳ぐ運動の心得を守ることができるようにする。 ○競争や運動の仕方の課題を持ち、活動を工夫することができるようにする。 ○表現や、リズムダンスなどを、みんなで楽しむことができるようにする。 ○健康の大切さを認識し、健康によい生活の仕方が理解できるようにする。	
学習の評価	
4つの観点にそって、どれだけ達成できたかによって評価する。 1. 関心・意欲・態度 2. 思考・判断 3. 運動の技能 4. 知識・理解 「よい子のあゆみ」では、それぞれについての総合的な結果をお知らせする。なお、2～4については、主な学習活動の結果をお知らせする。評価の方法は、活動の様子や発言、運動の記録など。	
単元名	主な学習内容
1. マット運動	・マットを使っていろいろな転がる動きが楽しくできるようにする。
2. かけっこ・リレー	・距離を決めて走ることを楽しむ。
3. 跳び箱運動・幅跳び運動	・跳び箱を使ってまたぎ越しや前転がりを楽しむ。・リズムに合った数歩の助走から遠くに飛ぶことを楽しむ。
4. 浮く・泳ぐ運動	・水に浮いたり、できそうな泳ぎ方に挑戦したりする。
5. 表現運動	・身近な生活や空想の世界などから題材を選び、そのものの特徴や感じをとらえて即興的に表すことを楽しむ。
6. 体づくり運動	・押す、引く、運ぶ、支えるなどして自己の力を試す。また、仲間と協力して対抗リレーなどをして、運動のルールやしかたを工夫する。
7. 鉄棒運動	・自分の能力に合った技に挑戦し、鉄棒を楽しむ。
8. ポートボール	・ドリブルやパスをして攻め、早くもどって守るようなゲームを楽しくできるようにする。
9. 縄跳び	・いろいろななわとびを楽しんでする。
10. ポートボール	・ドリブルやパスをして攻め、早くもどって守るようなゲームを楽しくできるようにする。
11. フットベースボール	・しっかりとボールをけったりキャッチしたりしながらゲームを楽しくできるようにする。
12. 毎日の生活と健康(保健)	・食事、運動、休養及び睡眠など調和の取れた生活について理解し、一日の生活のリズムに合わせて生活することを学ぶ。