

第3学年 (前期) 保健体育科女子 評価・評定計画

学習単元・内容	学習のポイント
1 体づくり運動 ア 体ほぐしの運動 ・ストレッチ(柔軟)運動 イ 体力を高める運動 ・集団行動 ・補強運動	1 体づくり運動 ア 身体の状態や変化に気づき、体を動かす楽しさや心地よさを味わおうとする。一つ一つの動作の意義を理解し、身につける。 イ 仲間と協力してお互いの体の状態に気を配ったり、安全に留意したりして運動をしようとする。 ・体力を高める運動を身につけたり、合理的に体力を高めたりすることができる。
2 体カテスト	2 体カテスト ・体カテストを実施することにより、自分の能力や体力を知り、今後の授業や体カづくりに活かして行く。
3 陸上競技 ハードル走	3 陸上競技 ハードル走 ・3歩でリズムよく走ることができる。 ・低く遠くに飛ぶことができる。
4 水泳 ア クロール イ 平泳ぎ ウ 背泳ぎ エ バタフライ	4 水泳 ア クロール イ 平泳ぎ ウ 背泳ぎ エ バタフライ ・ストローク(手の動作)やキックの仕方を習得し、呼吸のタイミングや全体のバランスを整える。
5 バレーボール	5 バレーボール ・チームの課題や自分の能力に適した課題の解決を目指して練習やゲームができるようにする。 ・2人組でオーバーハンドパスやアンダーハンドパスができる。

評価・評定について				
評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
評定に対する観点の割合(%)	25%	25%	25%	25%
評価事項 ※ 場合によって、各項目を超えて減点することがある。	ベル着忘れ物	自己評価 行動観察	集団行動 新体カテスト ハードル走 水泳(クロール・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライ) バレー(パス・スパイク・サービス)	定期テスト 保健の新聞