

単元	I 体づくり運動I (体ほぐし・体力を高める動き)			4月(3時間)
目標	体の状態や自己の体力に応じて協力し合いながら、体の調子を整えたり、巧みな動きを高めたりできる。			
評価 規準	(①知・技) 体の状態や自己の体力に合った巧みな動きの運動の行い方を理解し、体力を高めることができる。 (②思・判・表) 運動内容の達成度を確認しながら、体の状態や自己の体力に合った動きを選んでいる。 (③主体的態度) 互いに協力したり、励まし合ったりして、体をほぐし運動や体力を高める運動に取り組もうとしている。			
過程	時間	学習活動	指導上の留意点	評価項目<評価方法(観点)>※太字は「記録に残す評価」
つか む	I	○試しのジグザグ走やボール運びを行い、共通のめあてと自分のめあてを立てる。 共通のめあて _____ 体づくりチャレンジに向けて、巧みな動きを高める運動に挑戦して、体力を高めよう	○「体づくりチャレンジ」へ向けて巧みな動きの運動への意欲をもつことができるように、試しの時間を十分確保する。	◇試しの巧みな動きの運動に対して、いろいろな動きの組み合わせができるようしたいといった思いを発言したり、記述したりしている。 <発言・学習プリント③>
追 究 す る	I	○ジグザク走やボールの投げ上げキャッチなどの巧みな動きを高める運動に目標を決めて挑戦する。	○互いの動きを見合い、動きのポイントに気付けるように、ペアや兄弟グループを設定する。	◇体の状態や自己の体力に合った回数や時間を選んでいる。 <行動・学習プリント②>
ま と め る	I	○体づくりチャレンジを行い、互いの頑張りを認め合って学習のまとめをする。	○巧みな動きを高める運動ができた達成感を味わえるように、「できるようになったこと」「自分や友達のがんばり」「体づくり運動の楽しさ」という振り返りの視点を提示する。	◇ジグザグ走や投げ上げキャッチの行い方を理解し、巧みな動きの回数や時間の記録を伸ばすことができる。 <行動①>
【備考】 ・ボールはソフトドッジボールを使用するとよい。 ・ジグザグ走で使うボールは、体育館の倉庫にある。				

単元	2 短距離走・リレー		4・5月(5時間)
目標	互いに教え合い、局面毎の動きのポイントを見付けながら、75mを全力で走り、速度を落とさず確実にバトンパスをして、短距離走・リレーができる。		
評価規準	(①知・技) 75mを全力で走り、速度を落とさず確実にバトンパスをする行い方を理解し、短距離走・リレーができる。 (②思・判・表) バトンパスやコーナー・バックストレートの走り方の局面ごとの動きのポイントを見付けている。 (③主体的態度) 互いに教え合いながら、記録を伸ばすために試行を繰り返して、短距離走・リレーに進んで取り組んでいる。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つかむ	1	○試しの75m走の個々のタイムや全員リレーのタイムを計測し、共通のめあてや自分のめあてを立てる。 共通のめあて _____ 記録会へ向けて、コーナー・ストレートの走り方やバトンパスのポイントを見付けて、短距離走・リレーをしよう	○短距離走・リレーに挑戦していく具体的な見通しをもてるように、「できるようになりたい動き」「学び方」「楽しく安全に運動するためにできること」の視点を提示する。
追究する	1	活動① ○バトンパスの受け渡しのポイントを見付け、試行する。	○スピードに乗ったバトンの受け渡しができるように、スタートの目印となる玉入れの球を用意する。
	1	○コーナーの走り方のポイントを見付け、試行する。	○コーナーの走り方の動きのポイントを焦点化できるように、「傾き」「腕」という観点を提示する。
	1	○ストレートの走り方のポイントを見付け、試行する。	○内側に傾けた体を戻して走るというポイントを踏まえたコーナー走ができるように、走っているところを互いに見合い、教え合う機会を設定する。
まとめる	1	○記録会を行い、学習のまとめをする。	○決めた位置の通過に合わせてスタートし、コーナーでは外側の腕を大きく振って走るなどができたという達成感を味わえるように、「できるようになったこと」「友達のがんばり」「短距離走・リレーの楽しさ」という振り返りの視点を提示する。
【備考】 ・活動①と活動②を1単位時間の中でサイクル的に行う。(短距離走のタイム→練習→全員リレーのタイムという流れがよい) ・毎時間計測することにより、意欲の継続化を図る。 ・準備：バトン、コーンなど			

評価項目<評価方法(観点)>※太字は「記録に残す評価」

◇できる限り速度を落とさずにバトンの受け渡しをしたいなど、具体的な自分のめあてを記述している。
 <学習プリント③>

◇ポイントでスタートし、「はい」の合図で速度を落とさず確実にバトンパスをする行い方を理解しバトンの受け渡しができる。
 <行動①>

◇コーナーでは、体を内側に傾け、外側の腕を大きく振って走るというポイントを記述している。
 <学習プリント②>

◇内側にかたむけていた体を戻し、肩の力を抜き、肘を後ろに引いて走る行い方を理解し、走ることができる。
 <行動①>

◇最高記録を目指して自己の最善を尽くしてリレーをしようとし、互いに走り方やバトンパスのよさに記述している。
 <学習プリント③>

単元	3 バスケットボール		5・6月(8時間)
目標	友達と協力して、集団技能を習得する練習やルール、作戦・練習を工夫しながら、公正な態度でゲームをして、バスケットボールができる。		
評価規準	(①知・技) 基本的なボール操作や、ノーマークの状態からシュートをしたり、ボールを受け取りやすい位置に動きパスを受けたりするなどのボールを持たない動きを身に付け、バスケットボールができる。 (②思・判・表) 攻撃でノーマークによるシュート場面をつくったり、守備でノーマークによるシュート場面をつくらせなかったりする作戦を立てている。 (③主体的態度) 集団対集団の攻防がコートの中で入り混じって競争する特性に触れながら、バスケットボールに進んで取り組もうとしている。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つかむ	1	○試しのゲームを行い、共通のめあてや自分のめあてを立てる。 共通のめあて _____ バスケットボール大会に向けて、仲間と協力して動く動きのポイントを見付け、作戦を立てて、ノーマークでシュートをして、得点を決めよう	○バスケットボールをする上で身に付けたい動きを具体的に見付けられるように、「できるようになりたい動き」「学び方」「楽しく安全に運動するためにできること」の視点を提示する。
追究する	3	活動① ○集団技能の大切なポイントを捉えて、タスクゲームを行う。 1時間目…シュート、パスの動き 2時間目…攻め込むときの動き(Vカット) 3時間目…攻め込むときの動き(Lカット)	活動② ○バスケットボールのオールコートゲームに挑戦する。
	2	○作戦や練習を試す。	○シュート、パスの動きのポイントを焦点化できるように、「手」「膝」の観点毎に話し合える機会を設定する。 ○VカットやLカットの動きのポイントを焦点化できるように、「どこへ」「どのように」の観点毎に話し合う機会を設定する。 ○VカットやLカットの動きを身に付けられるように、チーム内で繰り返し挑戦し、動きのコツやカンを伝え合う機会を設定する。 ○VカットやLカットの動きを取り入れた作戦が立てられるように、操作できる作戦盤を用意する。 ○作戦を実行できるように、立てた作戦をチーム内で繰り返し挑戦し、振り返る機会を設定する。
まとめる	2	○バスケットボール大会を行い、互いの頑張りを認め合い、学習のまとめをする。	○VカットやLカット使った作戦ができたという学習の成果を感じられるように、「できるようになったこと」「自分や友達のがんばり」「バスケットボールの楽しさ」という振り返りの視点を提示する。
【備考】 ・チームは、男女混合、等質の6～8グループを、試しのゲームの様子や個々の運動能力などをもとに編制する。 ・一単位時間の始めに、連続シュートゲーム、どんどんパスゲーム、ナンバーパスゲーム、ドリブルポイントゲームなどの練習を取り入れるとよい。 ・準備：ボール、得点板、ヒブス、作戦盤 【試しのゲーム(最初)でのルール例】 ・キッズバスケットボールを使用する。 ・3対3で、オールコートを使用する。 ・得点は、リングに当たったら1点、リングに入ったら2点。 ・ドリブルはしない。 ・ボールを持っている人には触らない。 ・トラベリングは、しないように心がける。			

評価項目<評価方法(観点)>※太字は「記録に残す評価」

◇試しのゲーム後の思いや願いを記述し、ノーマークでのシュートといった具体的なめあてを立てている。
 <学習プリント③>

◇シュート、パスの動きのポイントを記述している。
 <学習プリント②>

◇VカットやLカットの動きのポイントを記述している。
 <学習プリント②>

◇VカットやLカットの行い方を理解し、パスやシュートができる。
 <行動①>

◇自分たちのチームの特徴に応じて考えた攻め方を記述している。
 <学習プリント②>

◇作戦を基に、VカットやLカットを組み合わせ、ノーマークでシュートをする行い方を理解し、シュートができる。
 <行動①>

◇バスケットボールをしている友達の動きのよさを記述している。
 <学習プリント③>

単元	4 跳び箱運動		6月(8時間)	
目標	グループで協力し、自己の課題に応じた練習方法を選んだり、教え合ったりしながら、かかえ込み跳びや伸膝台上前転、首はね跳びや頭はね跳びができる。			
評価規準	(①知・技) かかえ込み跳びや伸膝台上前転、首はね跳びや頭はね跳びの行い方を理解し、かかえ込み跳びや伸膝台上前転、首はね跳びや頭はね跳びができる。 (②思・判・表) 動きのポイントを見付けたり、自分の課題に応じた練習方法を選んだり、課題の解決のために考えたことを友達に伝えたりしている。 (③主体的態度) 互いに協力して安全に気を付けるとともに、粘り強く跳び箱運動をしようとしている。			
過程	時間	学習活動	指導上の留意点	
つかむ	1	○技調べをして、共通のめあてと自分のめあてを立てる。 共通のめあて _____ 6の○跳び箱発表会に向けて、動きのポイントを見付け、友達と協力しながら、新しい技をできるようにしよう	○跳び箱運動で取り組んでいく動きや学び方の見通しをもてるよう、「できるようにになりたい動き」、「学び方」、「楽しく安全に運動するためにできること」という視点を提示する。	◇できるようにになりたい技や課題に合った練習をする、粘り強く跳び箱運動を行うなどの具体的な自分のめあてを立てている。 <学習プリント③>
追究する	1	○かかえ込み跳びの動きのポイントを見付け、自己の課題を見いだす。	○かかえ込み跳びの動きのポイントに気付けるよう、「助走のスピード」「着手の位置」という観点を示す。	◇助走のスピードを生かし強く踏み切る、跳び箱の奥の方に着手するといった動きのポイントを記述している。 <学習プリント②>
	1	○かかえ込み跳びの動きのポイントを踏まえて、かかえ込み跳びに挑戦する。	○かかえ込み跳びにおける自己の課題に応じた練習方法を選ぶことができるよう、高さの異なる練習の場を設定する。	◇足をかかえ込んで、跳び箱を跳び越すことができる。 <行動①>
	1	○伸膝台上前転の動きのポイントを見付け、自己の課題を見いだす。	○伸膝台上前転の動きのポイントに気付けるよう、「足の伸び」「腰の高さ」という観点を示す。	◇足を伸ばして、腰を跳び箱より高く上げるといった動きのポイントを記述している。 <学習プリント・発言②>
	1	○伸膝台上前転の動きのポイントを踏まえて、伸膝台上前転に挑戦する。	○伸膝台上前転における自己の課題に応じた練習方法を選ぶことができるよう、ケNSTエッブやポリエチレンバー、ゴムひもといった教具を用意する。	◇足を伸ばして台上前転をしている。 <行動①>
	1	○首はね跳びや頭はね跳びの動きのポイントを見付け、自己の課題を見いだす。	○首はね跳びや頭はね跳びの動きのポイントに気付けるよう、「跳び箱につく体の部分」「はねるタイミング」の観点を示す。	◇足が頭上を通過した際にはね上げるといった動きのポイントを記述したり、発言したりしている。 <学習プリント・発言②>
	1	○首はね跳びや頭はね跳びの動きのポイントを踏まえて首はね跳びや頭はね跳びに挑戦する。	○首はね跳びや頭はね跳びができるよう、技ができるようになるまでの過程を段階的にまとめたステップアップ表を用意する。	◇ステージや跳び箱から首や頭頂部を支点に回転し、足から着地できる。 <行動①>
まとめる	1	○「6の○跳び箱発表会」で今までの動きのポイントを踏まえた跳び箱運動に挑戦し、学習のまとめをする。	○学習の成果を実感できるよう、「できるようになったこと」「自分や友達のがんばり」「跳び箱運動の楽しさ」という振り返りの視点を提示する。	◇跳び箱運動に対する自分や友達の頑張りに気付いたり、動きのよさを認めたりしたことを記述している。 <学習プリント③>

単元	5 走り高跳び		7月(7時間)
目標	安全に気を付けながら進んで取り組み、動きのポイントを踏まえた自分の課題を見付け、課題に合った練習方法を選び、繰り返し練習して、走り高跳びができる。		
評価規準	(①知・技) 走り高跳びの行い方を理解し、リズムカルな助走から力強く踏み切って、走り高跳びができる。 (②思・判・表) 走り高跳びの動きの中で助走、踏切り、振り上げ足の動きのポイントを踏まえ、目標とする動きと取り組んだ動きを比べて自分の課題を見付け、課題に合った練習方法を選び、考えを伝えている。 (③主体的態度) 積極的にグループでアドバイスし合い、安全に気を付けながら、走り高跳びに取り組もうとしている。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つかむ	1	○試しの走り高跳びを行い、共通のめあてや自分のめあてを立てる。 共通のめあて 6の○走り高跳び記録会に向けて、走り高跳びのポイントを見付けて練習し、目標の高さを跳び越そう	○走り高跳びの具体的なめあてを立てられるように、「できるようにになりたい動き」「学び方」「楽しく安全に運動するためにできること」の視点を提示する。
追究する	1	○リズムカルな助走のための動きのポイントを踏まえ、自分の課題を見付ける。	○リズムカルな助走の課題をつかむことができるよう、助走の動きのポイントを意識しながら繰り返し試す機会を設定する。
	1	○力強く踏み切るための動きのポイントを踏まえ、自分の課題を見付ける。	○自分に合った踏切り位置で上体を起こして力強く踏み切るという踏切りの動きのポイントを見付けられるよう、「踏切り位置」と「姿勢」という観点を基に、互いの考えを伝え合う機会を設定する。
	1	○振り上げ足を高く振り上げるための動きのポイントを踏まえて、跳躍に取り組む。	○振り上げ足を伸ばして振り上げるという振り上げ足の動きのポイントを見付けられるよう、「足」という観点を基に、互いの考えを伝え合う機会を設定する。
	1	○自分の課題に合った練習方法で、リズムカルな助走からの跳躍に取り組む。	○「1・2, 1・2・3」のリズムに合わせて助走することができるよう、初めの2歩と後の3歩で助走のリズムが変わるという動きができていいる映像を基に、動きのコツを伝え合う機会を設定する。
	1	○自分の課題に合った練習方法で、力強い踏切りからの跳躍に取り組む。	○踏切りの動きを評価することができるよう、目標とする踏切り姿勢を示した動きの基準を提示する。
まとめる	1	○6の○走り高跳び記録会を行い、学習のまとめをする。	○これまでの学習の成果を感じられるよう、「できるようになったこと」「自分や友達のがんばり」「走り高跳びの楽しさ」という振り返りの視点を提示する。
評価項目<評価方法(観点)>※太字は「記録に残す評価」 ◇いろいろな高さの走り高跳びに取り組んで得た感想や自分の課題を基に具体的なめあてを記述している。 <学習プリント③> ◇「1・2, 1・2・3」のリズムに合わせて助走するという動きのポイントを踏まえ、自分の課題を記述している。 <学習プリント②> ◇自分に合った踏切り位置で上体を起こして力強く踏み切るという動きのポイントを踏まえ、自分の課題を記述している。 <学習プリント②> ◇「1・2, 1・2・3」のリズムに合わせて助走している。 <行動①> ◇振り上げ足を伸ばして振り上げるという動きのポイントを記述している。 <学習プリント②> ◇踏切りの動きのポイントを基に、自分の課題に合った練習方法を選んでいる。 <行動②> ◇助走や踏切り、振り上げ足に気を付けながら挑戦している友達や自分の動きのよさを記述している。 <学習プリント③>			
【備考】 ・授業は体育館で行う。場は6つ用意できる。 ・高跳びのバーは使用せず、ゴム紐を使用する。			

単元	6 体づくり運動Ⅱ (体ほぐし・体力を高める動き)			8・9月(3時間)
目標	体の状態や自己の体力に応じて励まし合いながら、体の調子を整えたり、力強い動きを高めたりすることができる。			
評価規準	(①知・技) 自己の体力に合った力強い動きの運動の行い方を理解し、動きのポイントを生かしながら、体力を高めることができる。 (②思・判・表) 運動内容の達成度を確認しながら、体の状態や自己の体力に合った回数や時間を選んでいる。 (③主体的態度) 互いに励まし合ったりして、体力を高める運動に進んで取り組もうとしている。			
過程	時間	学習活動	指導上の留意点	評価項目<評価方法(観点)>※太字は「記録に残す評価」
つかむ	1	○試しの力強い動きを高める運動を行い、共通のめあてや自分のめあてを立てる。 共通のめあて _____ 自己の体力に合わせた力強い動きを高める運動に挑戦して、体力を高めよう	○自己の体力に合わせた力強い動きの運動への意欲をもつことができるように、試しの時間を十分確保する。	◇試しの力強い動きの運動に対して、いろいろな動きの組み合わせができるようしたいなどを発言したり、記述したりしている。 <発言・学習プリント③>
追究する・まとめる	1	○膝着き腕立て伏せや人運びなどの力強い動きを高める運動のポイントを見付け、自己の体力に応じた回数や時間などの目標を決めて挑戦する。 ○膝着き腕立て伏せや人運びなどの力強い動きを高める運動の自己の体力に応じた回数や時間などの目標に挑戦する。	○互いの動きを見合い協力してできるように、ペアや兄弟グループを設定する。 ○それぞれの運動の行い方を知り、動きのポイントに気付けるように、運動の例示や「力の入れ方」という観点を提示する。	◇ 体の調子を整えたり、自分の体力を高めたりしようと、友達と協力しながら運動に取り組んでいる。 <行動③> ◇力強い動きのポイントを記述している。 <行動②>
	1	○肋木懸垂や登り綱などの力強い動きを高める運動のポイントを見付け、自己の体力に応じた回数や時間などの目標を決めて挑戦する。 ○肋木懸垂や登り綱などの力強い動きを高める運動の自己の体力に応じた回数や時間などの目標に挑戦する。	○よい動きを見付けたり、それができたか確認したりできるように、観察、記録ができる学習プリントを用意する。 ○挑戦した成果がわかるように、挑戦した成果を記録できる学習プリントを用意する。	◇ 実施時間や回数を基に、自己の体力に応じた目標時間や回数を選んで記述している。 <学習プリント②> ◇動きを高める運動の行い方を理解し、実施時間や回数を基に、自己の体力に応じた目標時間や回数に挑戦し、達成している。 <行動①>

単元	7 運動会目指して			9月(5時間)
目標	みんなで協力し合い、練習を工夫しながら、全力で走りスムーズなバトンパスができたり、騎馬戦で騎馬を組み移動したりすることができる。			
評価 規準	(①知・技) 騎馬戦の行い方を理解し、速度を落とさず確実にバトンパスをすることや全力で騎馬戦をしたりすることができる。 (②思・判・表) スタートダッシュの走り方や騎馬戦の移動のポイントを見付けている。 (③主体的態度) 互いに協力して安全に気を付けるとともに自己の最善を尽くして練習しようとする。			
過程	時間	学習活動	指導上の留意点	評価項目<評価方法(観点)>※太字は「記録に残す評価」
つかむ	1	○運動会の学年競技の内容を知り、試しのリレーや騎馬戦を行い、共通のめあてや自分のめあてを立てる。 共通のめあて ミニ運動会へ向けて、バトンゾーンでのスタートダッシュや騎馬戦のポイントを見付けて、リレーや騎馬戦をしよう	○プレ運動会に向けて、巧みな動きの運動への意欲をもつことができるように、リレーや騎馬戦を試行したことを基に、気付いたことや感想を発表する機会を設定する。	◇騎馬戦でたくさん帽子を取りたいなど、具体的な自分のめあてを記述している。 <学習プリント③>
追究する	1	○バトンゾーンでのスタートダッシュのポイントを踏まえたリレーに挑戦する。	○スタートダッシュのポイントに気付けるように、「姿勢」の観点を基に、互いの考えを伝え合う機会を設定する。	◇低い姿勢で重心を移動するするというポイントを記述している。 <学習プリント②>
	1	○騎馬で移動する動きのポイントを見付け、試行する。	○騎馬で移動する動きのポイントに気付けるように、「力の入れ方」という観点を基に、互いの考えを伝え合う機会を設定する。	◇脇を締めて組むというポイントを記述している。 <学習プリント②>
	1	○騎馬で移動するときの動きのポイントを踏まえた騎馬戦に挑戦する。	○騎馬で崩れずに移動することができるように、騎馬を崩さないで移動している映像を基に、動きのコツやカンを伝え合う機会を設定する。	◇騎馬戦の行い方を理解し、相手の騎馬から逃げたり、相手の騎馬を追ったりして移動することができる。<行動①>
まとめる	1	○運動会を行い、今までのポイントを踏まえてリレーや騎馬戦に挑戦し、学習のまとめをする。	○学習の成果を実感できるように「できるようになったこと」「自分や友達のがんばり」「運動会をめざすことの楽しさ」という振り返りの視点を提示する。	◇バトンゾーンでのスタートダッシュや脇を締めて騎馬を組んでいる友達や自分の動きのよさを発言している。 <発言③>
【備考】 ・遊競技は学年発達や特徴を考慮し、団リレーの練習と合わせて3時間の中で練習・習熟できるものにする。 ・準備：バトン、アンカー用ゼッケンなど ・選手リレーの選手決めを、学年練習のはじめに位置付けるとよい。				

単元	8 ソフトバレーボール		10・11月(8時間)
目標	ソフトバレーボールに進んで取り組み、ルールを守り、助け合って、ルールや効果的な作戦を選び、アタックやレシーブなどを使って攻防をすることができる。		
評価規準	(①知・技) 簡易化されたゲームの行い方を理解し、チームの連係によるレシーブ、トス、アタック、ボールが落ちてくる場所への移動ができる。 (②思・判・表) ゲームの得点の仕方や自分のチームの特徴に合った作戦を立てている。 (③主体的態度) ソフトバレーボールに進んで取り組むとともに、ルールを守り、助け合ってゲームをしようとしている。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つかむ	1	○試しのゲームを行い、共通のめあてや自分のめあてを立てる。 共通のめあて _____ GFSバレーボールカップで仲間と協力した作戦で優勝を目指そう	○「GFSバレーボールカップ」へ向けて具体的な見通しを立てることができるように、「できるようになりたい動き」「学び方」「楽しく安全に運動するためにできること」の視点を提示する。
追究する	1	○レシーブ、トスのポイントを踏まえてゲームを行う。	○レシーブやトスのポイントを生かしてプレーすることができるように、ポイントの動きを繰り返す時間を確保する。
	1	○アタックのポイントを踏まえてゲームを行う。	○アタックのポイントを生かしてプレーすることができるように、ポイントの動きを繰り返す時間を確保する。
	1	○連係プレーのポイントを踏まえてゲームを行う。	○連係プレーの動きのポイントに気付けるように、「ボールをもっていないときの動き」という観点を提示する。
	1	○作戦を用いてゲームを行う。	○選んだ作戦の動きをチームで共有できるように、作戦板を用意する。
	1	○チームの特徴に合った作戦を用いてゲームを行う。	○チームで選んだ作戦の動きができるように、作戦の動きを繰り返す機会を設定する。
	1	○チームに合った作戦を生かしてゲームを行う。	○「GFSバレーボールカップ」へ向け、チームの特徴に合った作戦の動きができるように、タブレットPCを使い作戦の動きを見合う機会を設定する。
まとめる	1	○「GFSバレーボールカップ」を行い、学習のまとめをする。	○連係プレーによるレシーブやトス、アタックの成果を感じることができるように、「できるようになったこと」「自分や友達のがんばり」「ソフトバレーボールの楽しさ」という振り返りの視点を提示する。
評価項目<評価方法(観点)>※太字は「記録に残す評価」 ◇試しのゲームの中で、ソフトバレーボールのルールを守って繰り返し挑戦している。 <行動③> ◇レシーブやトスの行い方を理解し、落下点へ移動してレシーブやトスができる。 <行動①> ◇アタックの行い方を理解し、相手コートにアタックができる。 <行動①> ◇トスのタイミングやポジショニングなどのポイントを記述している。 <学習プリント②> ◇レシーブやトス、アタック、連係プレーのポイントを生かした作戦を選んでいる。 <学習プリント②> ◇チームの特徴に合った作戦を選んでいる。 <行動②> ◇チームの特徴に合った作戦の中でレシーブやトス、アタックができる。 <行動①> ◇自分や友達の作戦や連係プレーなどの頑張りに気付いたり、認めたりしたことを記述している。 <学習プリント③>			
【備考】			

単元	9 平泳ぎ		10・11月(8時間)
目標	互いに協力して、安全に気を付け、練習を工夫しながら、平泳ぎで続けて長く泳ぐことができる。		
評価規準	(①知・技) 平泳ぎの行い方を理解し、呼吸をしながら25mを泳ぐことができる。 (②思・判・表) 自己の能力に適した課題を決め、その課題解決を目指して練習を選んでいる。 (③主体的態度) 互いに協力して、プールのきまりや水泳の心得を守りながら、安全に水泳をしようとしている。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つかむ	1	○試しの平泳ぎをして、共通のめあてや自分のめあてを立てる。 共通のめあて _____ 平泳ぎの手や足の動きに呼吸のタイミングを合わせるよう挑戦したり、練習を工夫したりして、平泳ぎをしよう	○身に付けていきたい平泳ぎの動きの具体的なめあてを立てられるように、「できるようになりたい動き」「学び方」「楽しく安全に運動するためにできること」の視点を提示する。
追究する	4	活動① ○平泳ぎの動きのポイントを見付ける。 1時間目…手のかき 2時間目…呼吸 3時間目…キック 4時間目…ストローク	活動② ○ポイントを踏まえた平泳ぎに挑戦する。
	2	○自分の課題に合った練習方法を選び、練習する。	○記録に挑戦する。
		○平泳ぎの大切なポイントを友達にアドバイスすることができるように、互いの動きを見合い教え合う機会を設定する。	○手のかきの動きのポイントに気付けるように,, 「手の動き」「腕」の視点を提示する。 ○呼吸のタイミングが身に付けられるように、繰り返し挑戦し、ペアで動きのコツを伝え合う機会を設定する。 ○キックのポイントに気付けるように,, 「足の親指の向き」「伸びの姿勢」の視点を提示する。 ○ストロークと呼吸のタイミングを合わせられるように、リズムをかけ声や手拍子でとるように声をかけ合う機会を設定する。
まとめる	1	○記録会で今までのポイントを踏まえた平泳ぎに挑戦し、学習のまとめをする。	○平泳ぎができるようになった学習の成果を感じられるように、「できるようになったこと」「自分や友達のがんばり」「平泳ぎの楽しさ」という振り返りの視点を提示する。
【備考】 ・スタートについては、飛び込みを行わない。 ・準備：タイマー、ビート板、コースロープ、体育ファイル			

評価項目<評価方法(観点)>※太字は「記録に残す評価」

◇平泳ぎの手のかきが終わったときに上体を上げて呼吸をするなど、具体的な自分のめあてを記述している。
<発言③>

◇両手で胸の前に水をかき込むというポイントを記述している。
<学習プリント②>

◇壁につかまってバディと呼吸の練習をするなど、自分の課題に応じた練習方法を選んでいる。
<行動②>

◇ハの字の形から足の裏全体で水をける行い方を理解し、その動きができる。
<行動①>

◇呼吸とキックのタイミングを合わせることができる。
<行動①>

◇平泳ぎで呼吸をしながら25m泳ぐことができる。
<行動①>

◇キックと腕のかき、呼吸のタイミングに気を付けながら挑戦している友達や自分の動きのよさを記述している。
<学習プリント③>

単元	10 15 病気の予防		9・10月(3時間)3月(5時間)
目標	心身の健康に関心を持ち、病気の原因と予防の仕方について理解する。		
評価規準	(①知・技) 病気の多くは、発生要因に対する適切な対応によって予防できることを理解する。 (②思・判・表) 病気の原因と、自分たちの生活行動や環境を関連付け、予防の方法を考える。 (③主体的態度) 心身の健康に関心を持ち、課題を見付けたり、自分の考えを発表しようとしたりする。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つかむ	1	○病気の起こり方「かぜ」のひき方について話し合う。	○自分が今までの生活の中でかかった病気を振り返ることができるように、子どもたちがかかりやすい病気について伝え合う場を設定する。
追究する	1	○病原体がもとになって起こる病気を知り、予防の方法を話し合う。	○病原体がもとに起こる病気と予防の方法との結び付きを意識して考えることができるように、予防の方法で大切だと思ったことに印を付けたり、その理由を書いたりする時間を確保する。
	1	○エイズについて知り、感染している人との関わり方について話し合う。	○エイズについて正しく理解できるように、調べたことを基に、観戦している人との社会生活について話し合う活動を設定する。
	1	○生活習慣病について知り、予防の方法を話し合う。	○生活習慣と予防の方法との結び付きを意識して調べることができるように、生活習慣との関連で予防の方法で大切だと思ったことに印を付けたり、その理由を書いたりする時間を確保する。
	1	○喫煙の害について知り、進められた場合の対応について話し合う。	○喫煙の害やその対応について考えられるように、喫煙による被害や実態分かる資料を提示する。
	1	○飲酒の害について知り、進められた場合の対応について話し合う。	○飲酒の害や、進められた場合の対応が捉えられるように、飲酒の害とそれぞれの対応などを整理して板書する。
	1	○薬物乱用の害について知り、薬物から身を守るための方法について話し合う。	○薬物から身を守る方法を考えられるように、身近なことからできることについて話し合う機会を設定する。
まとめ	1	○病気を予防するための地域での保健活動について話し合ったり、まとめのテストを行ったりする。	○病気を予防するためにできることに気付けるように、特に重要だと考える保健活動について話し合う機会を設定する。
評価項目<評価方法(観点)>※太字は「記録に残す評価」 ◇病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境が関わりあって起こることを理解している。 <学習プリント①> ◇病原体がもとになって起こる病気には、インフルエンザや結核があり、病原体の発生源をなくしたり、病原体を体の中に入れないようにしたり、体の抵抗力を高めたりするなどの予防法について記述している。 <学習プリント②> ◇エイズは、HIVによって体の抵抗力が低下する病気であることや、エイズを正しく理解して感染している人と共に生きる社会をつくるのが大切であることを記述している。 <学習プリント①> ◇偏った食事や間食を避けたり、口腔を清潔にしたりするなど、生活習慣病の予防法について記述している。 <学習プリント②> ◇喫煙は、呼吸や心臓の働きに負担をかけ、肺がんや心臓病にかかりやすく、周囲の人の健康にも影響を与えるなどを発表している。 <発言③> ◇飲酒の害について具体的に自分の考えを発表している。 <発言③> ◇薬物は心身に影響を与え、使用してはいけないということを記述している。 <学習プリント①> ◇「病気の予防」を学習して理解したことやこれから実践していきたいことを記述している。 <まとめテスト・学習プリント①>			
【備考】・養護教諭とのTTを取り入れられるとよい。			

単元	11 マット運動			11月(8時間)
目標	友達と協力し、練習を工夫しながら、新しい技をできるようにしたり、できる技を上手にしたりして、マット運動ができる。			
評価規準	(①知・技) ロンダート、頭はねおき、倒立ブリッジ及びその発展技の行い方を理解し、ロンダート、頭はねおき、倒立ブリッジをしたり、技を組み合わせたりすることができる。 (②思・判・表) 動きのポイントを見付けたり、自分の課題に応じた練習方法を選んだり、課題の解決のために考えたことを友達に伝えたりしている。 (③主体的態度) 互いに協力して安全に気を付け、繰り返しマット運動をしようとしている。			
過程	時間	学習活動	指導上の留意点	評価項目<評価方法(観点)>※太字は「記録に残す評価」
つかむ	1	○演技会について知り、技調べをして今できる技やできそうな技を確かめ、共通のめあてや自分のめあてを立てる。 共通のめあて 演技会に向けて、自分の課題に合った練習をして、できそうな技に挑戦したり技を組み合わせたりして、マット運動をしよう	○マット運動の中で挑戦していく技の具体的なめあてを立てられるように、「できるようにになりたい動き」、「学びの方法」、「楽しく安全に運動するためにできること」という視点を提示する。	◇試しのマット運動に取り組んで得た感想や自分の課題を基に具体的なめあてを記述している。 <行動③>
追究する	1	○ロンダート、頭はねおき、倒立ブリッジの行い方を知り、それぞれの技の動きのポイントを見付ける。	○ロンダート、倒立ブリッジ、頭はね起きのポイントを全体で共有することができるように、「着手」や「目線」、「力を入れるタイミング」を観点として提示する。	◇マットを突き放すこと目線をマットに向けるなど、見つけたポイントを記述している。 <学習プリント②>
	1	○ポイントを踏まえて、ロンダートに取り組む。	○ロンダートの練習方法を選ぶことができるように、手形シート、目線シートといった教具や段差がある場、川跳びの場といった複数の練習の場を用意する。	◇ロンダートで側方に回転し、両足で着地できる。 <行動①>
	1	○ポイントを踏まえて、倒立ブリッジに取り組む。	○倒立ブリッジの動きの高まりを実感できるように、倒立ブリッジの習得までの過程を段階的にまとめたステップアップ表を用意する。	◇自分の課題に応じた練習方法を選んでいる。 <行動②>
	1	○ポイントを踏まえて、頭はね起きに取り組む。	○自分の課題を捉えたり、技の出来映えを実感したりできるように、タブレットPCを用意する。	◇頭はね起きで落差のある所からはね起き、足から着地できる。 <行動①>
	1	○前方倒立回転、前方倒立回転跳びの行い方を知り、それぞれの技に取り組む。	○前方倒立回転、前方倒立回転跳びの行い方を視覚的に理解できるように、動画資料を用意する。	◇前方倒立回転、前方倒立回転跳びの行い方を理解している。 <行動①>
	1	○できる技を組み合わせた演技に取り組む。	○既にできる技を選び、技と技をつなぐことができるように、ジャンプや足交差、バランス技で方向を変える等の動きを例示する。	◇演技に技と技をつなぐ動きを取り入れ、学習した技を組み合わせている。 <行動①>
まとめる	1	○「6の○マット演技会」を行い、学習のまとめをする。	○学習の成果を感じることができるように、「できるようになったこと」「自分や友達のがんばり」「マット運動の楽しさ」という振り返りの視点を提示する。	◇自分や友達の動きのよさに気付いたり、よかった練習方法を記述している。 <学習プリント③>

単元	1 2 体づくり運動Ⅲ (なわとび・持久走)		1 2 ~ 2月 (5時間)
目標	安全に気を付け、運動の仕方を工夫しながら持久走やなわとびに取り組み、動きを持続する能力や巧みな動きを高める。		
評価 規準	(①知・技) なわとびや持久走の行い方を理解し、短なわや長なわの跳べる技や回数を増やしたり、自分のペースで6分間走り抜いたりすることができる。 (②思・判・表) 自己の体力に応じた目標を定め、その達成を目指して運動を工夫している。 (③主体的態度) 互いに協力して、励まし合って体力を高めようとしている。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つか む	1	○なわとびの技調べや試しの6分間走を行い、共通のめあてや自分のめあてを立てる。 共通のめあて _____ なわとびの跳べる技や回数を増やしたり、自分のペースで6分間走ったりして、体力を高めよう	○なわとび大会へ向けて短なわや6分間走への意欲をもてるように、試しの時間を十分確保する。
追 究 す る	3	○自分に合った1周のペースを基に、6分間走り、距離を測定する。 ○なわとびのできる技やできそうな技に挑戦する。	○短なわの動きを見合いアドバイスができるように、ペアや兄弟グループを設定する。 ○短なわの動きのポイントを踏まえて連続して跳び続けることができるように、繰り返し挑戦する機会を設定する。 ○人やなわのタイミングに合わせて入ることのコツやカンを知ることができるように、児童の動きを基に、タイミングのコツやカンを見合い伝え合う機会を設定する。 ○持久走のポイントを焦点化することができるように、「姿勢」「力の入れ方」を観点として提示する。
ま と め る	1	○なわとび大会を行い、学習のまとめをする。	○短なわ時間跳びや連続長なわ跳び、6分間走ができた達成感を味わえるように、「できるようになったこと」「自分や友達のがんばり」「なわとび・持久走の楽しさ」という振り返りの視点を提示する。
【備考】 ・ピッチ計が体育部の棚にある。 ・大型ペースクロックを使用してもよい。			

評価項目<評価方法(観点)>※太字は「記録に残す評価」

◇一回旋一跳躍の跳び方で、4分間連続して跳べるようにしようなど、具体的な自分のめあてを学習プリントに記述している。
<学習プリント③>

◇短なわの動きのポイントや友達の良い動きを見つけて記述している。
<学習プリント②>

◇一回旋一跳躍の跳び方を理解し、4分間跳び続けることができる。
<行動①>

◇人やなわのタイミングに合わせ方を理解し、長なわ跳びができる。
<行動①>

◇持久走の動きのポイントや友達の良い動きを見つけている。
<学習プリント②>

◇できるようになったことやできるようになるまでがんばったことなど、進んで運動に取り組もうとしたことを記述している。
<学習プリント③>

単元	13 ブレイクベースボール		1・2月(8時間)
目標	友達と協力して、チームの特徴に合った守備の隊形をとり、ボールをオーバースローで投げたり捕ったりしながら、連係プレーによる守備やボールを打つことができる。		
評価規準	(①知・技) ブレイクやストップのできる場所に移動し、ボールを捕ったりオーバースローで投げたりする連係プレー(中継プレー、ダブルプレー、フォロー)による守備をしたりやボールを打ったりすることができる。 (②思・判・表) 送球や捕球、バッティングの動きのポイントを見付けたり、チームの特徴に合った守備の隊形を選んだり、自分の考えを伝えたりしている。 (③主体的態度) ローテーションを守り、互いに協力して練習やゲームに取り組んでいる。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つかむ	1	○大会を知り、試しのブレイクベースボールを行い、共通のめあてを立てる。 共通のめあて 「チームの特徴に合った守備の隊形をとり、中継やサポートという連係プレーによる守備ができるようになる」	○「ブレイクベースボール大会」へ向けての意欲をもてるように、試しの時間を十分確保する。
追究する	3	活動① ○集団技能の大切なポイントを捉えて、ドリルゲームを行う。 1時間目…スロー 2時間目…スロー&キャッチ 3時間目…バッティング	○オーバースローの動きのポイントを焦点化できるように、「腕」や「膝」の観点を提示する。 ○オーバースローで投げたり、ボールをキャッチしたりする動きを身に付けられるように、2人組でキャッチボールをする活動を設定する。 ○バッティングの動きを身に付けられるように、「腰」や「脚」の観点毎に話し合う機会を設定する。
	3	活動① ○課題に応じたタスクゲームを行う。 1時間目…ダブルプレー 2時間目…中継 3時間目…フォロー	○ダブルプレーの動きを取り入れた作戦を立てられるように、操作できる作戦盤を用意する。 ○中継プレーの動きを意識化できるように、守りの動きに応じてコートの大さの異なるルールを複数提示する。 ○フォローを取り入れた作戦を成功することができるように、立てた作戦をチーム内で繰り返し挑戦し、振り返る機会を設定する。
まとめる	1	○大会で今までのポイントを踏まえた「ブレイクベースボール大会」に挑戦し、学習のまとめをする。	○学習の成果を実感できるように「できるようになったこと」「自分や友達のがんばり」「ブレイクベースボールの楽しさ」という振り返りの視点を提示する。
【備考】・ルールの説明はカリ管に入っている。			

評価項目<評価方法(観点)>※太字は「記録に残す評価」

◇ブレイクベースボール大会へ向けて、守備や打つことに対しての自分のめあてを記述している。<学習プリント③>

◇オーバースローの動きのポイントを踏まえてボールを投げることができる。<行動①>

◇キャッチの動きのポイントを踏まえてボールを捕ることができる。<行動①>

◇バッティングの動きのポイントを踏まえてボールを打つことができる。<行動①>

◇自分たちのチームの特徴に応じた守り方を考え、学習プリントに記述している。<学習プリント②>

◇これまでの守りの動きの成果を基に、ルールを選んでいる。<学習プリント②>

◇作戦を基に、フォローを組み合わせて、連係プレーで守ることができる。<行動①>

◇ブレイクベースボールをしている友達の動きのよさを記述している。<学習プリント③>

単元	I 4 表現運動		2・3月(6時間)
目標	互いのよさを認め合い、踊りの特徴に応じて動きを工夫しながら、音楽に合わせて簡単なステップや動きで踊ることができる。		
評価規準	(①知・技)外国のフォークダンスや日本の民謡について踊り方の特徴を捉え、音楽に合わせて簡単なステップや動きで踊ることができる。 (②思・判・表)踊りの特徴に応じて動きを工夫したり、仲間のよさを生かしたりすることができる。 (③主体的態度)互いのよさを認め合い、助け合って練習や交流をしている。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つかむ	I	○フォークダンスや民謡の内容を知り、試しのフォークダンスを行い、共通のめあてや自分のめあてを立てる。 共通のめあて「フォークダンスカーニバルへ向けて、それぞれの踊り方の特徴を生かして、踊ろう」	○フォークダンスカーニバルへ向けてフォークダンスや民謡への意欲をもつことができるように、試行したことを基に、気付いたことや感想を発表する機会を設定する。
追究する	I	○コロブチカの特徴を生かして、みんなで踊る。	○コロブチカの特徴を見付けられるように、「姿勢」という観点を基に、互いの考えを伝え合う機会を設定する。
	I	○グスタフス・スコールの特徴を生かして、みんなで踊る。	○グスタフス・スコールの特徴を見付けられるように、「背中」という観点を基に、互いの考えを伝え合う機会を設定する。
	I	○阿波踊りの特徴を生かして、みんなで踊る。	○阿波踊りの基本の動きができるように、阿波踊りの動きの見本を基に動きを試す機会を設定する。
	I	○八木節の特徴を生かして、みんなで踊る。	○八木節の基本の動きができるように、八木節の動きの見本を基に動きを試す機会を設定する。
まとめる	I	○フォークダンスカーニバルを行い、それぞれの踊りの特徴を捉えて踊り、学習のまとめをする。	○フォークダンスや民謡の踊りのよさや達成感を味わえるように、これまで身に付けてきた動きや互いに協力して頑張ったことなどを振り返る機会を設定する。
			◇フォークダンスカーニバルへ向けての具体的な自分のめあてを記述している。 <学習プリント③>
			◇コロブチカの踊りの工夫を記述している。 <学習プリント②>
			◇グスタフス・スコールの踊りの工夫を記述している。 <学習プリント②>
			◇阿波踊りの特徴に合った踊りをする事ができる。 <行動①>
			◇八木節の特徴に合った踊りをする事ができる。 <行動①>
			◇それぞれの踊りの特徴に合った踊りに取り組んでいる友達や自分の動きのよさを記述している。<学習プリント③>
【備考】 ・フォークダンス用のCDは、体育準備室に保管してある。			