

心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、運動に親しむ資質や能力を育てます。また、健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てます。

高学年では、各種の運動を工夫して行い、その運動に親しみ、その特性に応じた技能を身につけ、からだの調子を整え、体力を高めます。協力したり安全に留意したりして運動を行う態度を育てます。保健では、健康で安全な生活を営む資質を育てます。

学習予定

学期	学習する単元の名称	主な学習内容
前期	マット運動（器械運動）	<ul style="list-style-type: none"> 自分の力に合っためあてをもって活動し、技を洗練する。 できそうな技を選んで、練習の仕方を工夫して挑戦する。
	短距離走・リレー（陸上運動）	<ul style="list-style-type: none"> 短距離走のフォームやバトンパスの仕方、競争の仕方を工夫し、記録に挑戦する。
	新体力テスト	<ul style="list-style-type: none"> スポーツテストを行い結果を記録して自分の能力を確かめる。
	鉄ぼう運動（器械運動）	<ul style="list-style-type: none"> いろいろな技を試し、自分が取り組む技を決め、練習する。 友だちと教え合ったり見せ合ったりしながら自分の課題を目指して練習する。
	心の健康（保健）	<ul style="list-style-type: none"> 小さい頃と現在の感情や気持ちの変化を話し合う。 心と体がお互いに影響しあっていることを考える。 不安になったり悩んだりした経験を思い出し、対処法を考える。
	水泳（水泳）	<ul style="list-style-type: none"> クロールや平泳ぎなどの泳法で続けて長く泳ぐ。（25mくらい） 着衣泳を行う。
後期	運動会の練習	<ul style="list-style-type: none"> 走ったり、跳んだり、投げたりするなど、いろいろな運動を楽しむ。 勝ち負けのあるゲームや競争をする。
	表現運動	<ul style="list-style-type: none"> テーマの特徴が表れるように、動きを工夫して、グループでおどる。
	走り幅跳び（陸上運動）	<ul style="list-style-type: none"> 助走のスピードを生かした跳び方を練習する。
	跳び箱運動（器械運動）	<ul style="list-style-type: none"> さまざまな跳び方で跳び、自分が取り組む技を決める。 友だちと教え合ったり、見せ合ったりしながら自分の課題を目指して練習する。
	体力を高める運動（体づくり）	<ul style="list-style-type: none"> 自分のペースをとらえながら5分間走をする。 走り方を工夫し、一定の距離を走る。
	ティーボール（ボール運動）	<ul style="list-style-type: none"> ボールを打つ投げるの、基本的な技能を高める練習をする。 攻守を規則的に交代し合い、一定の回数内で得点しあう。
	けがの防止（保健）	<ul style="list-style-type: none"> けがの発生要因を手掛かりに、身近なけがの原因とそれを防ぐ方法を知る。
	バスケットボール（ボール運動）	<ul style="list-style-type: none"> ドリブルやシュートなどの基本的な技能を高める練習をする。 簡単なルールで攻め方や守り方を工夫してゲームする。
サッカー（ボール運動）	<ul style="list-style-type: none"> ドリブルやシュートなどの基本的な技能を高める練習をする。 簡単なルールで攻め方や守り方を工夫してゲームをする。 	

評価の観点

体育科では、次の4つの観点で評価します。

- ① 学習に関心を持ち、進んで取り組もうとする。
- ② 運動・健康や安全について、課題の解決を目指して考え、工夫したり判断したりすることができる。
- ③ 運動の特性に応じた基本的な技能を身につけ、運動することができる。
- ④ けがの原因とその防止、心の健康について理解することができる。

授業への参加態度、身体表現力・走力・跳躍力などの技能習得状況、ルールの習得状況、授業後の感想などを参考にして評価します。