

単元名	時数	単元の到達目標(小単元のねらい)	単元のまとまりの評価規準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
固定施設遊び	1	・ジャングルジム、登り棒、肋木の遊び方を知って、いろいろな遊びを試してみる。	・固定施設を使った運動遊びの行い方がわかる。 ○ジャングルジムを使った運動遊び ・登り下り、渡り歩き、ぶら下がりをすることができる。 ○登り棒を使った運動遊び ・登り下りや足抜き回りなどを行うことができる。 ○肋木を使った運動遊び ・登り下りや横移動、壁登り逆立ちなどを行うことができる。	・それぞれの固定施設を使って、楽しくできる場や自分の力に合った遊び方を考え、選んでいる。 ・友達の良い動きを擬態語や擬音語で表現したり、学習カードに書いたりしている。	・固定施設遊びに進んで取り組んでいる。 ・順番やきまりを守り、誰とも仲よくしている。 ・器械・器具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・跳び下りたりするときなどに、危ないものが無いか、近くに人がいないか、器械・器具が安全に置かれているかなどの場の安全に気を付けている。
かけっこ	5	・いろいろなくねくねコースを作ったり、友達を作ったコースを走ったりする。	・くねくねコースを走るかけっこの行い方がわかる。 ・まっ直ぐなところや蛇行したところを調子よく走ることができる。 ・最後まで全力で走ることができる。	・直線や曲線、ジグザグなどいろいろなくねくね走のコースを工夫して作っている。 ・くねくね走の感想や走り方のポイント、友達の良い走り方を書いたり、発表したりして友達に伝えている。	・かけっこに進んで取り組んでいる。 ・順番やきまりを守り、誰とも仲よくしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・走る場所に危険物が無いか、友達とぶつからない十分な間隔があるかなどの場の安全に気を付けている。
リズム遊び・表現遊び		・リズムに乗って弾んで踊ったり、友達と一緒に踊ったりする。 ・いろいろなものや動物に変身して全身で楽しく踊る。	・リズム遊びの行い方がわかる。 ・へそ(体幹部)でリズムに乗って、スキップなどで弾む動きを中心に、ねじる、回る、移動するなどの動きを繰り返して即興的に踊ることができる。 ・表現遊びの行い方がわかる。 ・いろいろな変身対象の特徴や様子を具体的な動きでいくつか捉え、跳ぶ、回る、ねじる、這う、素早く走る、高・低の差や速さに変化のある動きなどの全身の動きで即興的に踊ることができる。	・手をたいたたり、ジャンプしたりなどの動きを取り入れたりして工夫している。 ・友達の良い動きを見付けたり、考えたりしたことを発表などで友達に伝えている。 ・動きで表せる変身対象の特徴的な様子を捉え、表現したい対象の動きを選んでいる。 ・友達の良い動きを見付けたり、考えたりしたことを発表などで友達に伝えている。	・リズム遊びに進んで取り組んでいる。 ・リズム遊びに取り組む際に、誰とも仲よくしている。 ・場の設定や使った用具の片付けを、友達と一緒にしている。 ・友達とぶつからないように周りの安全に気を付けて踊っている。 ・表現遊びに進んで取り組んでいる。 ・表現遊びに取り組む際に、誰とも仲よくしている。 ・場の設定や使った用具の片付けを、友達と一緒にしている。 ・友達とぶつからないように周りの安全に気を付けて踊っている。
多様な動きをつくる運動遊び	11	・バランスをとったり、体を移動したり、物を使ったり、力を試したりしたいいろいろな動きをして、その動きを工夫する。	・多様な動きをつくる運動遊びの行い方がわかる。 (ア)体のバランスをとる運動遊び 姿勢や方向、人数を変えて、回る、寝転ぶ、起きる、座る、立つなどの動きやバランスを保つ動きで構成される運動遊びを通して、体のバランスをとる動きを身に付けている。 (イ)体を移動する運動遊び 姿勢、速さ、リズム、方向などを変えて、這う、歩く、走る、跳ぶ、はねるなどの動きで構成される運動遊びや一定の速さでのかけ足などの運動遊びを通して、様々な行い方で体を移動する動きを身に付けることができる。 (ウ)用具を操作する運動遊び 用具をつかむ、持つ、降ろす、回す、転がす、くぐる、運ぶ、投げる、捕る、跳ぶ、用具に乗るなどの動きで構成される運動遊びを通して、用具を操作する動きを身に付けることができる。 (エ)力試しの運動遊び 人を押す、引く、運ぶ、支えるなどしたり、力比べをしたりするなどの動きで構成される運動遊びを通して、力を出しきったり、力を入れたり緩めたりする力試しの動きを身に付けることができる。	・友達の感想や気付きを聞いたり、友達の動きを見たりして、できそうな運動遊びや友達と一緒にしようと楽しい運動遊びを考え、選んでいる。 ・いろいろな種類の用具の中から操作しやすい物を選んで選んだり、楽しく動くことができる場を考えて選んだりしている。 ・友達の動きを見て見付けたよい動きや、行ってみて楽しいと感じた運動遊びの行い方を友達に伝えている。 ・用具の大きさや種類を変えたり、様々なやり方を試したりして選んだ行い方を、動作を交えながら友達に伝えている。	・多様な動きをつくる運動遊びに進んで取り組んでいる。 ・順番やきまりを守り、誰とも仲よくしている。 ・使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・危険物が無いか、友達とぶつからない十分な間隔があるかなどの場の安全に気を付けている。

鉄棒遊び	<ul style="list-style-type: none"> 鉄棒の遊び方を知って、いろいろな遊びを試してみる。 	<ul style="list-style-type: none"> 鉄棒を使った運動遊びの行い方がわかる。 ○ふとん干し、さる、だんごむし、ぶら下がりなど。 ・腹や膝、手でぶら下がったり、揺れたりすることができる。 ○つばめ ・体を伸ばし手で支えバランスをとって止まることができる。 ○前回り下り、足抜き回り ○跳び上がり、後ろ跳び下り ・跳び上がって支保して下りたり、支持の姿勢で体を揺らして後ろに跳び下りたりすることができる。 ・支持の姿勢から体を丸めて前に回って下りたり、両手でぶら下がって前後に足抜き回りをしたりすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 手や足、腹でぶら下がった姿勢でしゃんけんをしたり、支持して体を揺らして速く跳ぶ競争をしたりするなど、自分の力に合った楽しくできる遊び方を考え、選んでいる。 ・友達のような動きを擬態語や擬音語で表現したり、学習カードに書いたりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 鉄棒遊びに進んで取り組んでいる。 ・順番やきまりを守り、誰とも仲よくしている。 ・器械・器具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・跳び下りたりするときなどに、危ないものが無いか、近くに人がいないか、器械・器具が安全に置かれているかなどの場の安全に気を付けている。
水遊び	<ul style="list-style-type: none"> ・約束を守って、いろいろな水遊びををする。 	<ul style="list-style-type: none"> 【水の中を移動する運動遊び】 ・水の中を移動する運動遊びの行い方がわかる。 ・胸まで水につかって大きく息を吸ったり吐いたりすることができる。 ・水を手ですくって体のいろいろな部分にかけたり、いろいろな方向に飛ばしたり、友達と水をかけ合ったりすることができる。 ・カニ、ウサギ、ワニなど動物のまねをしながら歩いたり、腰や膝を伸ばした一直線の姿勢になり手を使って歩いたりすることができる。 ・浮力につかっての電車ごっこや鬼遊びなどで、水の抵抗や浮力に負けないように、自由に歩いたり走ったり、方向を変えたりすることができる。 【もぐる・浮く運動遊び】 ・もぐる・浮く運動遊びの行い方がわかる。 ・水に顔をつけたり、もぐって目を開けたりすることができる。 ・水中で息を止めたり吐いたりしながらしゃんけんやならめっこ、宝探しなどのもぐる遊びをすることができる。 ・浮力に負けないように、手や足を使っている姿勢でもることができる。 ・壁や補助具につかまったり、友達に支えもらったりしているような姿勢で浮くことができる。 ・補助具や友達につかまったり、体を伸ばした姿勢にして浮いて進むことができる。 ・息を吸って止め、全身の力を抜いているような姿勢で浮くことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の力に合った水の中でできる動物の動きを選んだり、友達を選んだ動物の動きを取り入れたっている。 ・試した動物の動きや、友達が行った動物のよい動きを伝えている。 ・楽しくできる水遊びの場や遊び方を工夫し、選んでいる。 ・友達の水の中でのよい移動の仕方やもぐり方・浮き方を見付けたり、考えたりしたことを友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> 水遊びに進んで取り組んでいる。 ・順番やきまりを守り、誰とも仲よくしている。 ・使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・準備運動や整理運動をしっかり行う、丁寧にシャワーを浴びる、プールサイドは走らない、プールに飛び込まない、友達とぶつからないように動くなどの水遊びの心得を守っている。また、水遊びをする前には、体(爪、耳、鼻、頭髮等)を清潔にしている。
いろいろな鬼遊び	<ul style="list-style-type: none"> ・逃げ方や捕まえ方を工夫して、いろいろな鬼遊びをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・鬼遊びの行い方がわかる。 ・相手(鬼)にタッチされないように、空いている場所を見付けて、速く走ったり、急に曲がったり、身をかわしたりすることができる。 ・相手(鬼)のいない場所に移動したり、駆け込んだりすることができる。 ・少人数で連携して相手(鬼)をかわしたり、走り抜けたりすることができる。 ・逃げる相手を追いかけてタッチしたり、マーク(タグなど)を取ったりすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・楽しく鬼遊びをするための遊び方や規則の中から、自分の力に合った遊び方や規則を選んでいる。 ・少人数で連携して相手(鬼)をかわしたり、走り抜けたりする行い方について、動作や言葉で友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> 鬼遊びに進んで取り組んでいる。 ・順番や規則を守り、誰とも仲よくしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・使用する用具等の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・危険物が無いか、安全にゲームができるかなどの場の安全に気を付けている。
跳の運動遊び	<ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな場面を作って跳んだり、跳び比べをしたりする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・幅跳び遊びの行い方がわかる。 ・片足跳びや両足跳びでしっかり地面を蹴っていろいろな場面を連続して前方に跳ぶことができる。 ・助走を付けて片足でしっかり地面を蹴って前方に跳ぶことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・幅跳び遊びのいろいろな場を工夫して作っている。 ・自分の力に合った跳ぶ場を選んでいる。 ・幅跳び遊びの感想や跳び方のポイント、友達のように跳び方を書いたり、発表したりして友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> 幅跳び遊びに進んで取り組んでいる。 ・順番やきまりを守り、誰とも仲よくしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・跳ぶ場所に危険物が無いか、友達とぶつからない十分な間隔があるかなどの跳ぶ場所の安全に気を付けている。

マット遊び	4	<ul style="list-style-type: none"> ・マットを使っていろいろな遊びをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・マットを使った運動遊びの行い方がわかる。 ○ゆりかご、前転がり、たるま転がり、丸太転がりなど。 ・マットに背中や腰をつけて揺れたり、いろいろな方向に転がったりすることができる。 ○うさぎ跳び、かえるの足打ち、壁登り逆立ち、支持での川跳びなど。 ・手や背中で体を支えているいろいろな姿勢で逆立ちしたり、移動したりすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・複数のコースでいろいろな方向に転がることができるような場を選んだり、動物に変身して行う運動遊びの中から動物の動きを選んだりしている。 ・友達の良い動きを擬態語や擬音語で表現したり、学習カードに書いたりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・マット遊びに進んで取り組んでいる。 ・順番やきまりを守り、誰とも仲よくしている。 ・器械・器具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・転がったりするときなどに、危ないものが無いか、近くに人がいないか、器械・器具が安全に置かれているかなどの場の安全に気を付けている。
ボール投げゲーム	4	<ul style="list-style-type: none"> ・ボールの投げ方や、的の狙い方を工夫して、ボール投げゲームをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・的に当てるボール投げゲームの行い方がわかる。 ・ねらったところにボールを投げて、的に当たり得点したりすることができる。 ・ボールを手で捕ったり、手や足ではじいたりすることができる。 ・ボールが飛んでくるコースに入ることができる。 ・ボールを操作できる位置に動くことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・楽しくボール投げゲームをするための規則の中から、自分の力に合った規則を選んでいく。 ・的に当てるためのボールの投げ方や攻め方を話し合っている。 ・友達がしているよい動きを見付けて、友達に伝えている。 ・ボールを捕ったり止めたりすることやコースへの入り方など、自分で考えて行った工夫を、動作や言葉で友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ボール投げゲームに進んで取り組んでいる。 ・順番や規則を守り、誰とも仲よくしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・使用する用具等の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・危険物が無いか、安全にゲームができるかなどの場の安全に気を付けている。
跳び箱遊び	6	<ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな跳び方で跳んだり、跳び方を工夫したりして楽しむ。 	<ul style="list-style-type: none"> ・跳び箱を使った運動遊びの行い方がわかる。 ○踏み越し跳び ・片足で踏み切って跳び箱に跳び乗ったり、ジャンプをして跳び下りたりすることができる。 ○支持でまたぎ乗り・またぎ下り、支持で跳び乗り・跳び下り ・数歩の助走から両足で踏み切り、跳び箱に両手を着いてまたぎ乗ったり、またいだ姿勢で手を支点に体重を移動させてまたぎ下りたりすることができる。 ・数歩の助走から両足で踏み切り、跳び箱に両手を着いて両足で跳び乗ったり、ジャンプをして跳び下りたりすることができる。 ○馬跳び、タイヤ跳び ・両手で支持してまたぎ越すことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・跳び乗った後、手を叩いたり、回ったりなど自分の力に合った着地の仕方を考え、選んでいる。 ・友達の良い跳び方を擬態語や擬音語で表現したり、学習カードに書いたりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・跳び箱遊びに進んで取り組んでいる。 ・順番やきまりを守り、誰とも仲よくしている。 ・器械・器具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・跳び下りたりするときなどに、危ないものが無いか、近くに人がいないか、マットや跳び箱などの器械・器具が安全に置かれているかなどの場の安全に気を付けている。
ボール蹴りゲーム(的当てゲーム)	6	<ul style="list-style-type: none"> ・蹴り方や攻め方を工夫して、的当てゲームをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・的に当てるボール蹴りゲームの行い方がわかる。 ・ねらったところにボールを蹴って、的に当たり得点したりすることができる。 ・ボールを手や足で止めたりはじいたりすることができる。 ・ボールが飛んでくるコースに入ることができる。 ・ボールを操作できる位置に動くことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・楽しくボール蹴りゲームをするための規則の中から、自分の力に合った規則を選んでいく。 ・的に当てるためのボールの蹴り方や攻め方を話し合っている。 ・友達がしているよい動きを見付けて、友達に伝えている。 ・ボールを捕ったり止めたりすることやコースへの入り方など、自分で考えて行った工夫を、動作や言葉で友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ボール蹴りゲームに進んで取り組んでいる。 ・順番や規則を守り、誰とも仲よくしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・使用する用具等の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・危険物が無いか、安全にゲームができるかなどの場の安全に気を付けている。

単元名	時数	単元の到達目標(小単元のねらい)	単元のまとまりの評価規準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
固定施設遊び	1	・固定施設のいろいろな遊び方に挑戦し、遊び方を工夫したり、できる遊び方を繋いだりする。	・固定施設を使った運動遊びの行い方がわかる。 ○ジャングリズムを使った運動遊び ・登り下り、渡り歩き、逆さの姿勢などをすることができる。 ○震棒を使った運動遊び ・懸垂移行や渡り歩きなどをすることができる。 ○登り棒を使った運動遊び ・登り下りや逆さの姿勢などをすることができる。 ○平均台を使った運動遊び ・渡り歩きや跳び下りなどをすることができる。	・それぞれの固定施設を使って、楽しくできる場や自分の力に合った遊び方を考え、選んでいる。 ・友達のような動きを擬態語や擬音語で表現したり、学習カードに書いたりしている。	・固定施設遊びに進んで取り組んでいる。 ・順番やきまりを守り、誰とも仲よくしている。 ・器械・器具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・跳び下りたりするときなどに、危ないものが無いか、近くに人がいないか、器械・器具が安全に置かれているかなどの場の安全に気を付けている。
かけっこ	5	・いろいろなジグザグコースを作って走ったり、友達と競走したりする。	・かけっこ・リレーの行い方がわかる。 ・まっ直ぐなところや蛇行したところを調子よく走ることができる。 ・相手の手の平にタッチをしたりして走ることができる。 ・最後まで全力で走ることができる。	・ジグザグ走のコースや折り返しリレーのコースを工夫して作っている。 ・ジグザグ走の感想や走り方のポイント、友達のような走り方を書いたり、発表したりして友達に伝えている。	・かけっこ・リレーに進んで取り組んでいる。 ・順番やきまりを守り、誰とも仲よくしている。 ・勝負を受け入れている。 ・使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・走る場所に危険物が無いか、友達とぶつからない十分な間隔があるかなどの場の安全に気を付けている。
リズム遊び・表現遊び	11	・いろいろな物に変身して全身で楽しく踊る。 ・リズムに乗って弾んで踊ったり、友達と一緒に踊ったりする。	・表現遊びの行い方がわかる。 ・遊園地のいろいろな乗り物の様子を具体的な動きでいくつか捉え、跳ぶ、回る、ねじる。這う、素早く走る、高・低の差や速さに変化のある動きなどの全身の動きで即興的に踊ることができる。 ・リズム遊びの行い方がわかる。 ・へそ(体幹部)でリズムに乗って、スキップなどで弾む動きを中心に、ねじる、回る、移動するなどの動きを繰り返して即興的に踊ることができる。	・いろいろな物の特徴的な様子を捉え、表現したい乗り物の様子を選んでいる。 ・友達のような動きを見付けたり、考えたことを発表などで友達に伝えている。 ・手をたたいたり、ジャンプしたりなどの動きを取り入れたりして工夫している。 ・友達のような動きを見付けたり、考えたことを発表などで友達に伝えている。	・表現遊びに進んで取り組んでいる。 ・表現遊びに取り組む際に、誰とも仲よくしている。 ・場の設定や使った用具の片付けを、友達と一緒にしている。 ・友達とぶつからないように周りの安全に気を付けて踊っている。 ・リズム遊びに進んで取り組んでいる。 ・リズム遊びに取り組む際に、誰とも仲よくしている。 ・場の設定や使った用具の片付けを、友達と一緒にしている。 ・友達とぶつからないように周りの安全に気を付けて踊っている。
多様な動きをつくる運動遊び	5	・バランスをとったり、体を移動したり、物を使ったり、力試しをしたりする、いろいろな動きを楽しむ。 ・動きを考えたり友達の考えた動きに挑戦したりする。	・多様な動きをつくる運動遊びの行い方がわかる。 (ア)体のバランスをとる運動遊び 姿勢や方向、人数を変えて、回る、寝転ぶ、起きる、座る、立つなどの動きやバランスを保つ動きで構成される運動遊びを通して、体のバランスをとる動きを身に付けることができる。 (イ)体を移動する運動遊び 姿勢、速さ、リズム、方向などを変えて、這う、歩く、走る、跳ぶ、はねるなどの動きで構成される運動遊びや一定の速さでのかけ足などの運動遊びを通して、様々な行い方で体を移動する動きを身に付けることができる。 (ウ)用具を操作する運動遊び 用具をつかむ、持つ、降ろす、回す、転がす、くぐる、運ぶ、投げる、捕る、跳ぶ、用具に乗るなどの動きで構成される運動遊びを通して、用具を操作する動きを身に付けることができる。 (エ)力試しの運動遊び 人を押す、引く、運ぶ、支えるなどしたり、力比べをしたりするなどの動きで構成される運動遊びを通して、力を出しきったり、力を入れたり緩めたりする力試しの動きを身に付けることができる。	・友達の感想や気付きを聞いたり、友達の動きを見たりして、できそうな運動遊びや友達と一緒にやろうとする運動遊びを考え、選んでいる。 ・いろいろな種類の用具の中から操作しやすい物を選んで選んだり、楽しく動くことができる場を考えて選んだりしている。 ・友達の動きを見て見付けたよい動きや、行ってみたいと感じた運動遊びの行い方を友達に伝えている。 ・用具の大きさや種類を変えたり、様々なやり方を試したりして選んだ行い方を、動作を交えながら友達に伝えている。	・多様な動きをつくる運動遊びに進んで取り組んでいる。 ・順番やきまりを守り、誰とも仲よくしている。 ・使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・危険物が無いか、友達とぶつからない十分な間隔があるかなどの場の安全に気を付けている。

鉄棒遊び	2	<ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな遊び方に挑戦し、遊び方を工夫したり、できる遊び方を繋いだりする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・鉄棒を使った運動遊びの行い方がわかる。 ○ふとん干し、こうもり、さるなど。 ・腰や膝、手でぶら下がったり、揺れたりすることができる。 ○つばめ ・体を伸ばし手で支えバランスをとって止まることができる。 ○跳び上がりや跳び下り ・跳び上がった支持して下りたり、支持の姿勢で体を揺らして後ろに跳び下りたりすることができる。 ○前回り下り、足抜き回り ・支持の姿勢から体を丸めて前に回って下りたり、両手でぶら下がって前後に足抜き回りをしたりすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・手や足、腹でぶら下がった姿勢でしゃんけんをしたり、支持して体を揺らして速く跳ぶ競争をしたりするなど、自分の力に合った楽しくできる遊び方を考え、選んでいる。 ・友達のような動きを擬態語や擬音語で表現したり、学習カードに書いたりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・鉄棒遊びに進んで取り組んでいる。 ・順番やきまりを守り、誰とも仲よくしている。 ・器械・器具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・跳び下りたりするときなどに、危ないものが無いか、近くに人がいないか、器械・器具が安全に置かれているかなどの場の安全に気を付けている。
水遊び	10	<ul style="list-style-type: none"> ・約束を守って、いろいろな水遊びをする。 	<ul style="list-style-type: none"> 【水の中を移動する運動遊び】 ・水の中を移動する運動遊びの行い方がわかる。 ・水につかってのりー遊び、鬼遊びなどで、水の抵抗や浮力に負けないように、自由に歩いたり走ったり、方向を変えたりすることができる。 ・手で水をかいたり、足でプールの底を力強く蹴ったりジャンプをしたりしながら速く走ることができる。 【もぐる・浮く運動遊び】 ・もぐる・浮く運動遊びの行い方がわかる。 ・水に顔をつけたり、もぐって目を開けたりすることができる。 ・水中で息を止めたり吐いたりしながら、しゃんけんや輪くりなどのもぐる遊びをすることができる。 ・浮力に負けないように、手や足を使っている姿勢でもぐるることができる。 ・壁や補助具につかまったり、友達に支えてもらったりしているような姿勢で浮くことができる。 ・補助具や友達につかまり、体を伸ばした姿勢で浮いて進むことができる。 ・息を吸って止め、全身の力を抜いていろいろな姿勢で浮くことができる。 ・息を止めてもぐり、口や鼻から少しずつ息を吐きながら水面まで跳び上がった息をまとめて吐いた後、空中ですぐに吸ってまたもぐるることができる。 ・顔を上げながら歩いたりして、跳び上がる動きを繰り返すことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・楽しくできる水遊びの場や遊び方を工夫し、選んでいる。 ・楽しくできるバブリングやホッピングの遊び方を工夫し、選んでいる。 ・友達の水の中でのよい移動の仕方やもぐり方・浮き方を見付けたり、考えたりしたことを友達に伝えている。 ・スムーズに歩いたり走ったりするために、方向や速さを変えるときの手や足の使い方を見付け、友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・水遊びに進んで取り組んでいる。 ・順番やきまりを守り、誰とも仲よくしている。 ・使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・準備運動や整理運動をしっかり行う、丁寧にシャワーを浴びる、プールサイドは走らない、プールの飛び込まない、友達とぶつからないように動くなどの水遊びの心得を守っている。また、水遊びをする前には、体(爪、耳、鼻、頭髪等)を清潔にしている。
宝取り鬼	5	<ul style="list-style-type: none"> ・走り方や攻め方を工夫して、宝取り鬼をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・鬼遊びの行い方がわかる。 ・相手(鬼)にタグを取られないように、空いている場所を見付けて、速く走ったり、急に曲がったり、身をかわしたりすることができる。 ・相手(鬼)のいない場所に移動したり、駆け込んだりすることができる。 ・少人数で連携して相手(鬼)をかわしたり、走り抜けたりすることができる。 ・逃げる相手を追いかけてタグを取ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・楽しく宝取り鬼をするための遊び方の中から、自分の力に合った規則を選んでいる。 ・タグを取られずに、宝を取るための攻め方を話し合っ考えている。 ・少人数で連携して相手(鬼)をかわしたり、走り抜けたりする行い方について、動作や言葉で友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・宝取り鬼に進んで取り組んでいる。 ・順番や規則を守り、誰とも仲よくしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・使用する用具等の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・危険物が無いか、安全にゲームができるかなどの場の安全に気を付けている。
跳の運動遊び(高跳び遊び等)	4	<ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな場を選んで、いろいろな跳び方で高く跳ぶ。 	<ul style="list-style-type: none"> ・高跳び遊びの行い方がわかる。 ・片足や両足で連続して上方に跳ぶことができる。 ・助走を付けて片足でしっかり地面を蹴って上方に跳ぶことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・高跳び遊びのいろいろな場を工夫して作っている。 ・自分の力に合った跳ぶ場を選んでいる。 ・高跳び遊びの感想や跳び方のポイント、友達のような跳び方を書いたり、発表したりして友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・高跳び遊びに進んで取り組んでいる。 ・順番やきまりを守り、誰とも仲よくしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・跳ぶ場所に危険物が無いか、友達とぶつからない十分な間隔があるかなどの場の安全に気を付けている。

<p>マット遊び</p>	<p>4</p>	<p>・マットを使っていろいろな遊びをする。</p>	<p>・マットを使った運動遊びの行い方がわかる。 ○ゆりかご、前転がり、後ろ転がり、丸太転がりなど。 ・マットに背中や膝をつけて揺れたり、いろいろな方向に転がったりすることができる。 ○背支持倒立（首倒立）、うさぎ跳び、かえるの足打ち、かえるの逆立ち、壁登り逆立ち、支持での川跳び、ブリッジなど。 ・手や背中で体を支えているいろいろな姿勢で逆立ちしたり、移動したり、体を反らしてブリッジをしたり、友達がつくったブリッジをくぐったりすることができる。</p>	<p>・複数のコースでいろいろな方向に転がることができるような場を選んだり、動物に変身して行う運動遊びの中から動物の動きを選んだりしている。 ・友達のよい動きを擬態語や擬音語で表現したり、学習カードに書いたりしている。</p>	<p>・マット遊びに進んで取り組んでいる。 ・順番やきまりを守り、誰とでも仲よくしている。 ・器械・器具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・転がったりするときなどに、危ないものが無いか、近くに人がいないか、器械・器具が安全に置かれているかなどの場の安全に気を付けている。</p>
<p>ボール投げゲーム</p>	<p>6</p>	<p>・いろいろな場でボールを投げ、友達とボール投げ競争をする。</p>	<p>・ボール投げ遊びの行い方がわかる。 ・体重移動を行い、ボールを遠くに投げることができる。</p>	<p>・ボールを遠くに投げるための投げ方を工夫したり、練習の場を選んだりしている。 ・ボール投げ遊びの感想や投げ方のポイント、友達のよい投げ方を書いたり、発表したりして友達に伝えている。</p>	<p>・ボール投げ遊びに進んで取り組んでいる。 ・順番やきまりを守り、誰とでも仲よくしている。 ・使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・ボールを投げる場所に危険物が無いか、友達とぶつからない十分な間隔があるかなどの場の安全に気を付けている。</p>
<p>跳び箱遊び</p>	<p>6</p>	<p>・いろいろな跳び方で跳んだり、跳び方を工夫したりして楽しむ。</p>	<p>・跳び箱を使った運動遊びの行い方がわかる。 ○踏み越し跳び ・片足で踏み切って跳び箱に跳び乗ったり、ジャンプして跳び下りたりすることができる。 ○支持でまたぎ乗り・またぎ下り、支持で跳び乗り・跳び下り ・数歩の助走から両足で踏み切り、跳び箱に両手を着いてまたぎ乗ったり、またいだ姿勢で手を支点に体重を移動させてまたぎ下りたりすることができる。 ・数歩の助走から両足で踏み切り、跳び箱に両手を着いて両足で跳び乗ったり、ジャンプをして跳び下りたりすることができる。 ○馬跳び、タイヤ跳び ・両手で支持してまたぎ越すことができる。</p>	<p>・跳び箱乗った後、手を叩いたり、回ったりなど自分の力に合った着地の仕方を考え、選んでいる。 ・友達のよい跳び方を擬態語や擬音語で表現したり、学習カードに書いたりしている。</p>	<p>・跳び箱遊びに進んで取り組んでいる。 ・順番やきまりを守り、誰とでも仲よくしている。 ・器械・器具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・跳び下りたりするときなどに、危ないものが無いか、近くに人がいないか、マットや跳び箱などの器械・器具が安全に置かれているかなどの場の安全に気を付けている。</p>
<p>ボール蹴りゲーム(的当てゲーム)</p>	<p>9</p>	<p>・蹴り方や攻め方を工夫して、的当てゲームをする。</p>	<p>・的に当てるボール蹴りゲームの行い方がわかる。 ・ねらったところにボールを蹴って、的に当てたり得点したりすることができる。 ・ボールを手や足で止めたりはじいたりすることができる。 ・ボールが飛んでくるコースに入ることができる。 ・ボールを操作できる位置に動くことができる。</p>	<p>・楽しくボール蹴りゲームをするための規則の中から、自分の力に合った規則を選んでいる。 ・的に当てるためのボールの蹴り方や攻め方を話し合って考えている。 ・友達がしているよい動きを見付けて、友達に伝えている。 ・ボールを捕ったり止めたりすることやコースへの入り方など、自分で考えて行った工夫を、動作や言葉で友達に伝えている。</p>	<p>・ボール蹴りゲームに進んで取り組んでいる。 ・順番や規則を守り、誰とでも仲よくしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・使用する用具等の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・危険物が無いか、安全にゲームができるかなどの場の安全に気を付けている。</p>

単元名	時数	単元の到達目標(小単元のねらい)	単元のとまりの評価規準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
かけっこ・リレー	4	・いろいろなくねくねコースで競走したり、決まりを決めてリレーをしたりする。	<ul style="list-style-type: none"> ・かけっこ・リレーの行い方がわかる。 ・スタート姿勢から素早く走り出すことができる。 ・真っ直ぐ前を見て、腕を前後に大きく振って走ることができる。 ・走りながら、タイミングよくバンの受渡しができる。 ・折り返すときにコーナーの内側に体を軽く傾けて走ることができる。 ・最後まで全力で走ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・工夫してロープを使ったりくねくねコースや、折り返しリレーなどのコースを作っている。 ・かけっこやリレーのポイントがわかり、自分の課題を見付けている。 ・競走の仕方について考え、競走の規則などを話し合ったり、選んだりしている。 ・かけっこ・リレーのポイントや友達との動きなどを、学習カードに記入したり、振り返りの時間に発表したり、感想文を書いたりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・かけっこ・リレーに進んで取り組んでいる。 ・きまりを守り、誰とでも仲よく動かし合っている。 ・使用する用具の準備や片付けを友達と一緒にしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・互いの動きを見合ったり、動きのよさや課題を伝え合ったりするなどの際に、友達のことを考えている。 ・かけっこ・リレーをする場所の危険物を取り除くとともに、用具の安全を確認している。
表現運動	7	・ロックやサンバのリズムに乗って強んで踊ったり、動きに変化をつけたり、友達と関わり合って踊ったりする。	<ul style="list-style-type: none"> ・リズムダンスの行い方がわかる。 ・ロックやサンバのリズムダンスにおいて、変化をつけた動きを入れながら、いくつかの曲を即興的に踊ることができる。 ・2～3人組でロックやサンバのリズムの特徴を捉えた動きや変化をつけた動きで踊ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ロックやサンバのリズムの動きのポイントがわかり、楽しく踊るための自分の課題を見付けている。 ・ロックやサンバのリズムにおけるよい動きがわかり、友達のよい動きを自分の動きに取り入れている。 ・友達とお互いの動きを見合い、課題の解決のために工夫して考えた動きを一緒に踊るなどして伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・リズムダンスに進んで取り組んでいる。 ・リズムダンスに取り組む際に、誰とでも仲よくしている。 ・場の設定や用具の片付けを、友達と一緒にしている。 ・友達の動きや楽しく踊るための友達の考えを認めている。 ・友達とぶつからないように周りの安全を確認して踊っている。
多様な動きをつくる運動	16	・体のバランスを取る動き、体を移動する動き、用具を使った動き、力試しの動きを身に付け、それらを工夫したり、組み合わせたりする。	<ul style="list-style-type: none"> ・多様な動きをつくる運動の行い方がわかる。 (ア)体のバランスをとる運動 姿勢や方向、人数を変えて、回る、寝転ぶ、起きる、座る、立つ、渡るなどの動きやバランスを保つ動きで構成される運動を通して、体のバランスをとる動きを身に付けることができる。 (イ)体を移動する運動 姿勢、速さ、リズム、方向などを変えて、這う、歩く、走る、跳ぶ、はねる、登る、下りるなどの動きで構成される運動や、一定の速さでのかけ足などの運動を通して、体を移動する動きを身に付けることができる。 (ウ)用具を操作する運動 用具をつかむ、持つ、降ろす、回す、転がす、くぐる、運ぶ、投げる、捕る、跳ぶ、用具に乗る、跳び越すなどの動きで構成される運動を通して、巧みに用具を操作する動きを身に付けることができる。 (エ)力試しの運動 人や物を押す、引く、運ぶ、支える、ぶら下がるなどの動きや、力比べをするなどの動きで構成される運動の行い方を知り、力を出し切ったり力の入れ方を加減したりする動きができる。 (オ)基本的な動きを組み合わせる運動 バランスをとりながら移動する、用具を操作しながら移動するなど二つ以上の動きを同時に行ったり、連続して行ったりする運動を通して、基本的な動きの組み合わせた動きを身に付けることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自己の課題を見付け、その課題を解決するために、様々な運動の行い方を選んだり、友達と一緒に工夫したりしている。 ・新たな運動の行い方を考えたり、友達と動きを合わせたりして、自分の力に合った動き方を選んでいる。 ・基本的な動きを身に付けるための運動のポイントや行い方、心と体の変化について、気づいたり考えたりしたことを友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・多様な動きをつくる運動に進んで取り組んでいる。 ・きまりを守り、誰とでも仲よく動かし合っている。 ・使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・友達の考えを認めたり、互いの気持ちを尊重し合ったりしようとしている。 ・活動の場の危険物を取り除いたり、用具や活動する場の安全を確認したりしている。
鉄棒運動	2	・鉄棒の技に挑戦したり、技を組み合わせた行い方を楽しむ。	<ul style="list-style-type: none"> ・鉄棒運動のいろいろな技の行い方がわかる。 ・自分の力に合った支持系の基本的な技ができる。 ・基本的な技を繰り返したり組み合わせたりすることができる。 ○かかえ込み前回り ○前回り下り ○転向前下り ○膝掛け振り上がり ○前片膝掛け回転 ○補助逆上がり ○かかえ込み後ろ回り ○後ろ片膝掛け回転 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習カード、掲示物などを用いて、自分の課題を見付けている。 ・技のきばえを振り返って、自分の課題を見付けている。 ・自分の課題を解決するために、自分の力に合った練習の場を選んでいる。 ・見付けたポイントや友達の技のきばえなど、課題解決のために考えたことを友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・鉄棒運動の基本的な技に進んで取り組んでいる。 ・鉄棒などの器械・器具の正しい使い方や試技をする前の待ち方、技を観察するときなどのきまりを守り、誰とでも仲よく動かし合っている。 ・器械・器具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・互いの動きを見合ったり補助をし合ったりして、技がうまくできたときの動き方や気付いたことなどを伝え合う際に、友達の考えを認めている。 ・場の危険物を取り除いたり、器械・器具の安全を確認したりするとともに、試技の開始前の安全を確認している。

水泳運動	10	<ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな浮き方やもぐり方、泳ぎ方をする。 	<p>【浮いて進む運動】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・浮いて進む運動の行い方がわかる。 ・友達に手を引かれたり足を押されたりした勢いを利用して、伏し泳ぎの姿勢で進めることができる。 ・プールの底や壁を両足で蹴った勢いを利用して進む泳ぎができる。 <p>補助具を用いて泳ぎ、呼吸をしながら手や足を使って進む運動的な泳ぎができる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・水面に顔を付け、手や足をゆっくと動かし進むなど、呼吸を伴わない初歩的な泳ぎをすることができる。 ・伏した泳ぎやかえる足泳ぎなど、頭の上方に顔を伸ばした姿勢で、手や足をバランスよく動かし、呼吸をしながら進むことができる。 <p>【もぐる・深く運動】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・もぐる・深く運動の行い方がわかる。 ・呼吸を調整しながらプールの底にタッチ、股ぐり、変身もぐりなどのいろいろなもぐり方ができる。 ・補助具を使って浮力を生かしたいいろいろな浮き方をすることができる。 ・大きな息を吸い込み全身の力を抜いて、背泳ぎ、だるま浮き、変身浮きなどのいろいろな姿勢で深くすることができる。 ・だるま浮きやボビングなどを活用した簡単な浮き沈みができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分で立てためあてに挑戦し、自分の課題を見付けている。 ・補助具を活用したり友達に補助してもらったりするなど、自分の力に合った練習の仕方を選んでいる。 ・友達のよい動きや課題の解決のための動きのポイントを見付け、言葉や動作で伝えている。 ・自分で試したいろいろなもぐり方や浮き方を友達に伝えたり、互いのよい動きの真似をしったりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・水泳運動に進んで取り組んでいる。 ・け伸びをする際に順番にスタートしたり、決まった場所で友達と練習したりするなど、きまりを守り、誰とでも仲よく励ましている。 ・使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・互いの動きを見合ったり補助をし合ったりするときに見付けた動きのよさや課題について伝え合う際に、友達の考えを認めている。 ・準備運動や整理運動を正しく行う、パディで互いを確認しながら活動する。シャワーを浴びてからゆっくと水の中に入る。プールに飛び込まないなど、水泳運動の心得を守って安全を確かめている。
小型ハードル走	2	<ul style="list-style-type: none"> ・小型ハードルをいろいろなリズムで走り越したり、自分に合ったリズムで走り越したりして、競走する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・小型ハードル走の行い方がわかる。 ・インターバルの距離やいろいろな小型ハードルの高さに応じて調子よく小型ハードルを走り越すことができる。 ・一定の間隔に並べられた小型ハードルを一定のリズム(3歩のリズム)で走り越すことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな小型ハードル走のコースや、調子よく走り越せるコースを作り、自分に合ったコースを選んでいる。 ・小型ハードル走のポイントがわかり、自分の課題を見付けている。 ・小型ハードル走のポイントについて見合ったり、教え合ったりしている。 ・競走の仕方について考え、競走の規則などを話し合ったり、選んだりしている。 ・小型ハードル走のポイントや友達のよい動きなどを、学習カードに記入したり、振り返りの時間に発表したり、感想文を書いたりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・小型ハードル走に進んで取り組んでいる。 ・きまりを守り、誰とでも仲よく励ましている。 ・使用する用具の準備や片付けを友達と一緒にしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・互いの動きを見合ったり、動きのよさや課題を伝え合ったりするなどの際に、友達の考えを認めている。 ・小型ハードル走をする場所の危険物を取り除くとともに、用具の安全を確かめている。
走り幅跳び	4	<ul style="list-style-type: none"> ・短い助走から強く踏み切って速くに跳び、きまりを工夫して記録に挑戦したり、跳び比べをしたりする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・走り幅跳びの行い方がわかる。 ・5～7歩程度のリズムカルな助走から踏み切り足を決めて前方に強く踏み切り、遠くへ跳ぶことができる。 ・膝を柔らかに曲げて、両足で着地することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・走り幅跳びのポイントがわかり、自分の課題を見付けている。 ・走り幅跳びのポイントについて見合ったり、教え合ったりし、速くに跳ぶための練習方法の中から、自分の力に合った練習方法や練習の場を選んでいる。 ・競争の仕方について考え、競争の規則や記録への挑戦の仕方を話し合ったり、選んだりしている。 ・走り幅跳びのポイントや友達のよい動きなどを、学習カードに記入したり、振り返りの時間に発表したり、感想文を書いたりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・走り幅跳びに進んで取り組んでいる。 ・きまりを守り、誰とでも仲よく励ましている。 ・使用する用具の準備や片付けを友達と一緒にしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・互いの動きを見合ったり、動きのよさや課題を伝え合ったりするなどの際に、友達の考えを認めている。 ・走り幅跳びをする場所の危険物を取り除くとともに、用具の安全を確かめている。
ベースボール型(ラケットベースボール)	6	<ul style="list-style-type: none"> ・ボールを打って得点したり、ボールを取ってアウトにしたりして、ラケットベースボールをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ラケットベースボールの行い方がわかる。 ・ボールをフェアグラウンド内に打つことができる。 ・投げる手と反対の足を一步前に踏み出してボールを投げるができる。 ・向かってくるボールの正面に移動し、ボールを捕ることができる。 ・ベースに向かって全力で走り、かけ抜けることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・誰もが楽しくラケットベースボールに参加できるように、プレイヤーの人数や得点の仕方などの規則を工夫している。 ・攻め方や守り方の簡単な作戦を話し合ったり、選んだりしている。 ・課題の解決のために考えたことを動作や言葉、絵図などで友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ラケットベースボールに進んで取り組んでいる。 ・規則を守り、誰とでも仲よくしている。 ・使用する用具などの準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・互いに動きを見合ったり、話し合ったりして見付けた動きのよさや課題を伝え合う際に、友達の考えを認めている。 ・使用する用具などを片付けて場の危険物を取り除くなど、周囲を見て場や用具の安全を確かめている。

マット運動	3	<ul style="list-style-type: none"> 自分の力に合った技を身に付け、できる技の繰り返しや、組み合わせ技に挑戦する。 	<ul style="list-style-type: none"> マット運動のいろいろな技の行い方がわかる。 自分の力に合った回転系(前転など)や巧技系(壁倒立など)の基本的な技ができる。 基本的な技を繰り返したり組み合わせたりすることができる。 ○前転 ○後転 ○開脚後転 ○補助倒立ブリッジ ○側方倒立回転 ○壁倒立 ○壁登り倒立 ○頭倒立 	<ul style="list-style-type: none"> 学習カード、掲示物などを用いて、自分の課題を見付けている。 技のできばえを振り返って、自分の課題を見付けている。 自分の課題を解決するために、自分の力に合った練習の場を選んでいる。 見付けたポイントや友達の技のできばえなど、課題解決のために考えたことを友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> マット運動の基本的な技に進んで取り組んでいる。 マットなどの器械・器具の正しい使い方や試技をする前の待ち方、技を観察するときなどのきまりを守り、誰とでも仲よく励まし合っている。 器械・器具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 互いの動きを見合ったり補助をし合ったりして、技がうまくできたときの動き方や気付いたことなどを伝え合う際に、友達の考えを認めている。 場の危険物を取り除いたり、器械・器具の安全を確かめたりするとともに、試技の開始前の安全を確かめている。
ネット型(フロアーボール)	6	<ul style="list-style-type: none"> ボールをはじいたり打ったりしながら、攻め方を工夫して、フロアーボールをする。 	<ul style="list-style-type: none"> フロアーボールの行い方がわかる。 いろいろな高さのボールを片手もしくは両手を使ってはじいたり、打ちつけたることができる。 相手コートから転がってきたボールを片手もしくは両手を使って相手コートに返球することができる。 ボールの方向に体を向けたり、ボールを操作しやすい位置に移動したりすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 誰もが楽しくフロアーボールに参加できるように、プレイヤーの人数や得点の仕方などの規則を工夫している。 得点を多くあげるために、簡単な作戦を話し合ったり決めていたり、選んだりしている。 課題の解決のために考えたことを動作や言葉、絵図などで友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> フロアーボールに進んで取り組んでいる。 規則を守り、誰とでも仲よくしている。 使用する用具などの準備や片付けを、友達と一緒にしている。 勝敗を受け入れている。 互いに動きを見合ったり、話し合ったりして見付けた動きのよさや課題を伝え合う際に、友達の考えを認めている。 使用する用具などを片付けて場の危険物を取り除くなど、周囲を見て場や用具の安全を確かめている。
跳び箱運動	3	<ul style="list-style-type: none"> 自分の力に合った「基本の技」を身に付けたり、「発展技」に挑戦したりする。 	<ul style="list-style-type: none"> 跳び箱運動のいろいろな技の行い方がわかる。 自分の力に合った切り返し系(開脚跳びなど)や回転系(台上前転など)の基本的な技ができる。 基本的な技に十分に取り組んだ上で、それらの発展技に取り組むことができる。 ○開脚跳び(発展技:かかえ込み跳び) ○台上前転 ○首はね跳び 	<ul style="list-style-type: none"> 学習カード、掲示物などを用いて、自分の課題を見付けている。 技のできばえを振り返って、自分の課題を見付けている。 自分の課題を解決するために、自分の力に合った練習の場を選んでいる。 見付けたポイントや友達の技のできばえなど、課題解決のために考えたことを友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> 跳び箱運動の基本的な技に進んで取り組んでいる。 跳び箱、踏み切り板などの器械・器具の正しい使い方や試技をする前の待ち方、技を観察するときなどのきまりを守り、誰とでも仲よく励まし合っている。 器械・器具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 互いの動きを見合ったり補助をし合ったりして、技がうまくできたときの動き方や気付いたことなどを伝え合う際に、友達の考えを認めている。 場の危険物を取り除いたり、器械・器具の安全を確かめたりするとともに、試技の開始前の安全を確かめている。
ゴール型(タグラグビー)	6	<ul style="list-style-type: none"> 相手をかわしたり、パスをしたりしながら、攻め方を工夫してタグラグビーをする。 	<ul style="list-style-type: none"> タグラグビーの行い方がわかる。 味方にボールを手渡したり、パスを出したり、ゴールにボールをトライすることができる。 ボール保持者と自分の間に守る者がいない空間に移動することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 誰もが楽しくタグラグビーに参加できるように、プレイヤーの人数やコートの広さ、得点の仕方などの規則を工夫している。 タグを取ったり、トライするために、簡単な作戦を話し合ったり決めていたり、選んだりしている。 課題の解決のために考えたことを、動作や言葉、絵図などで友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> タグラグビーに進んで取り組んでいる。 規則を守り、誰とでも仲よくしている。 使用する用具などの準備や片付けを、友達と一緒にしている。 勝敗を受け入れている。 互いに動きを見合ったり、話し合ったりして見付けた動きのよさや課題を伝え合う際に、友達の考えを認めている。 使用する用具などを片付けて場の危険物を取り除くなど、周囲を見て場や用具の安全を確かめている。

教科	保健		学年	第3学年	
単元名	時数	単元の到達目標(小単元のねらい)	単元のまとりの評価規準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
健康って、なに？ 健康な一日の生活	1 1	<ul style="list-style-type: none"> 心や体の調子が良い状態が健康だと 毎日を健康に過ごすには、運動、食事、休養・睡眠の調和のとれた生活を続けることが大切であると理解できるようにする。 健康な生活に関わる課題を見つけ、その解決に向けて考え、書いたり伝えたりできるようにする。 自分の1日の生活を振り返り、健康増進のために進んで学習に取り組むことができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 健康の状態には、気持ちが意欲的で 健康の保持増進には、1日の生活の仕方が深く関わっており、1日の生活のリズムに合わせて、運動、食事、休養及び睡眠をとることが必要であることを理解している。 日常生活に運動を取り入れることの大切さについて理解している。 	<ul style="list-style-type: none"> 1日の生活の仕方などの主体の要因 運動、食事、休養・睡眠などの生活のリズムが崩れるとどうなるかを考え、説明している。 運動、食事、休養及び睡眠について学習したこと、自分の生活とを比べて、自分の生活リズムを整えるための方法を考え、伝え合っている。 	<ul style="list-style-type: none"> 健康や、自分の1日の生活の仕方に 毎日の運動、食事、休養・睡眠に関心を示し、生活の仕方に気をつけて自分に合った生活リズムを進んでつくろうとしている。
体の清潔	1	<ul style="list-style-type: none"> 毎日を健康に過ごすには、体や衣服、ハンカチなどを清潔に保つことが必要であることを理解できるようにする。 学習したことや自分の生活を振り返り、体の清潔について考え、書いたり伝えたりする。 体や衣服などの清潔に関心をもち、進んで学習活動に取り組むことができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 健康の保持増進には、手や足などの清潔、ハンカチや衣服などの清潔を保つことが必要であると理解している。 	<ul style="list-style-type: none"> 手を洗う必要性について考え、発表したりして伝え合っている。 自分の生活を振り返り、手洗いするとよい場面について考え、伝え合っている。 ハンカチや衣服を毎日取り換える理由について考え、発表している。 	<ul style="list-style-type: none"> 体や衣服を清潔にすることについて関心をもち、清潔に保とうとしている。
身の回りの環境	1	<ul style="list-style-type: none"> 健康の保持増進には、生活環境が関わっており、部屋の明るさの調節や換気など、生活環境を整えることが必要であることを理解できるようにする。 部屋の明るさの調節や換気などの学習したこと、自分の生活とを比べたり関連付けたりして、生活環境を整えるための方法を考えることができるようにする。 自分の生活を見直すことを通して、生活環境を整えるために自分でできることに気づかせ、実践する意欲を持つことができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 健康の保持増進には、生活環境が関わっており、部屋の明るさの調節や換気などの生活環境を整えることが必要であると理解している。 	<ul style="list-style-type: none"> 暗い部屋でのものの見え方について考え、説明している。 窓を閉め切った室内にいと部屋の空気はどうなるかを考え、説明している。 部屋の明るさの調節や換気などの観点から、自分の生活で見直すべき課題を見付け、解決方法を伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> 健康な生活に関心をもち、部屋の明るさの調節や換気などの生活環境を整えようとしている。

単元名	時数	単元の到達目標(小単元のねらい)	単元のとまりの評価規準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
かっこ・リレー 表現運動	4	・いろいろなかっこをしたり、きまりを ・ロックやサンバのリズムに乗って弾んで踊ったり、動きに変化をつけたり、友達と関わり合って踊ったりする。	・かっこ・リレーの行い方がわかる。 ・リズムダンスの行い方がわかる。 ・ロックやサンバのリズムダンスにおいて、変化をつけた動きを入れながら、いくつかの曲を即興的に踊ることができる。 ・2～3人組でロックやサンバのリズムの特徴を捉えた動きや変化をつけた動きで踊ることができる。	・かっこやリレーのポイントがわかり、自己の課題を見付けている。 ・ロックやサンバのリズムの動きのポイントがわかり、楽しく踊るための自分の課題を見付けている。 ・ロックやサンバのリズムにおけるよい動きがわかり、友達とよい動きを自分の動きに取り入れている。 ・友達とお互いの動きを見合い、課題の解決のために工夫して考えた動きを一緒に踊るなどして伝えている。	・かっこ・リレーに進んで取り組んでいる。 ・リズムダンスに進んで取り組んでいる。 ・リズムダンスに取り組む際に、誰とも仲よくしている。 ・場の設定や用具の片付けを、友達と一緒にしている。 ・友達の動きや楽しく踊るための友達の考えを認めている。 ・友達とぶつからないように周りの安全を確かめて踊っている。
多様な動きをつくる運動	16	・体のバランスを取る動き、体を移動する動き、用具を使った動き、力試しの動きを身に付け、それらを工夫したり、組み合わせたりする。	・多様な動きをつくる運動の行い方がわかる。 (ア)体のバランスをとる運動 姿勢や方向、人数を変えて、回る、寝転ぶ、起きる、座る、立つ、寝るなどの動きや、バランスを保つ動きで構成される運動を通して、体のバランスをとる動きを身に付けることができる。 (イ)体を移動する運動 姿勢、速さ、リズム、方向などを変えて、這う、歩く、走る、跳ぶ、はねる、巻く、下りなどの動きで構成される運動や、一定の速さでかかげ足などの運動を通して、体を移動する動きを身に付けることができる。 (ウ)用具を操作する運動 用具をつかむ、持つ、降ろす、回す、転がす、くぐる、運ぶ、投げ、押す、引く、運ぶ、変える、ぶら下がるなどの動きで構成される運動を通して、巧みに用具を操作する動きを身に付けることができる。 (エ)力試しの運動 人や物を押す、引く、運ぶ、変える、ぶら下がるなどの動きや、力比べをするなどの動きで構成される運動の行い方を知り、力を出し切ったり力の入れ方を加減したりする動きができる。 (オ)基本的な動きを組み合わせる運動 バランスをとりながら移動する、用具を操作しながら移動するなど二つ以上の動きを同時に、連続して行ったりする運動を通して、基本的な動きを組み合わせた動きを身に付けることができる。	・自己の課題を見付け、その課題を解決するために、様々な運動の行い方を選んだり、友達と一緒に工夫したりしている。 ・新たな運動の行い方を考えたり、友達と動きを合わせたりして、自分の力に合った動き方を選んでいる。 ・基本的な動きを身に付けるための運動のポイントや行い方、心と体の変化について、気づいたり考えたりしたことを友達に伝えている。	・多様な動きをつくる運動に進んで取り組んでいる。 ・きまりを守り、誰とも仲よく動かし合っている。 ・使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・友達の考えを認めたり、互いの気持ちを尊重し合ったりしようとしている。 ・活動の場の危険物を取り除いたり、用具や活動する場の安全を確かめたりしている。
鉄棒運動	2	・鉄棒の技に挑戦したり、技を組み合わせたりと楽しんで楽しむ。	・鉄棒運動のいろいろな技の行い方がわかる。 ・自分の力に合った支持系の基本的な技をすることができる。 ・基本的な技に十分に取組んだり、技を繰り返したり組み合わせたることができる。 ○前回り下り(発展技:前方支持回転) ○かかえ込み前回り(発展技:前方支持回転) ○転前下り(発展技:片足踏み越し下り) ○膝掛け振り上がり(発展技:膝掛け上がり) ○前方片膝掛け回転 ○補助逆上がり(発展技:逆上がり) ○かかえ込み後ろ回り(発展技:後方支持回転) ○後方片膝掛け回転 ○両膝掛け倒立下り	・学習カード、掲示物などを用いて、自分の課題を見付けている。 ・技のできばえを振り返って、自分の課題を見付けている。 ・自分の課題を解決するために、自分の力に合った練習の場を選んでいる。 ・見付けたポイントや友達の技のできばえなど、課題解決のために考えたことを友達に伝えている。	・鉄棒運動の基本的な技に進んで取り組んでいる。 ・鉄棒などの器械・器具の正しい使い方や試技をする前の持ち方、技を観察するときなどのきまりを守り、誰とも仲よく動かし合っている。 ・器械・器具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・互いの動きを見合ったり補助をし合ったりして、技がうまくできたときの動き方や気付いたことなどを伝え合う際に、友達の考えを認めている。 ・場の危険物を取り除いたり、器械・器具の安全を確かめたりするとともに、試技の開始前の安全を確かめている。

水泳運動	10	<ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな浮き方やもぐり方、簡単なクロールや平泳ぎをする。 	<p>【浮いて進む運動】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・浮いて進む運動の行い方がわかる。 ・友達に手を引かれたり足を押されたりした勢いを利用して、伏し浮きの姿勢で進んで進むことができる。 ・プールの底や壁を両足で蹴った勢いを利用して進むことができる。 ・補助具を用いて浮き、呼吸をしながら手や足を使って進む運動的な泳ぎができる。 ・水面に顔を付け、手や足をゆっくと動かして進むなど、呼吸を伴わない簡単なクロールや平泳ぎなどの初歩的な泳ぎをすることができる。 ・ばた足泳ぎやかえる足泳ぎ、簡単なクロールや平泳ぎなど、頭の上方に顔を伸ばした姿勢で、手や足をバランスよく動かし、呼吸をしながら進むことができる。 <p>【もぐる・深く運動】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・もぐる・深く運動の行い方がわかる。 ・呼吸を無理ながらプールの底にタッチ、股くぐり、奥身もぐりなどのいろいろなもぐり方ができる。 ・補助具を使って浮力を生かしたいろいろな浮き方をすることができる。 ・大きく息を吸い込み全身の力を抜いて背泳ぎ、たる非浮き、奥身浮きなどのいろいろな姿勢で深くすることができる。 ・たる非浮きやボビングなどを活用した簡単な浮き沈みができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分で立てたあてに挑戦し、自分の課題を見付けている。 ・補助具を活用したり、友達に補助してもらったりするなど、自分の力に合った練習の仕方を選んでいく。 ・友達のよい動きや、課題の解決のための動きのポイントを見付け、言葉や動作で伝えていく。 ・自分で試しているいろいろなもぐり方や浮き方を友達に伝えたり、互いのよい動きの真似をしたりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・水泳運動に進んで取り組んでいる。 ・け伸びをする際に順番にスタートしたり、決まった場所で友達と練習したりするなど、きまりを守り、誰とでも仲よく励まし合っている。 ・使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・互いの動きを見合ったり補助をし合ったりするときに見付けた動きのよさや課題について伝え合う際に、友達の考えを認めている。 ・準備運動や整理運動を正しく行う、パディで互いを確認しながら活動する。シャワーを浴びてからゆつりと水の中に入る。プールに飛び込まないなど、水泳運動の心得を守って安全を確かめている。
小型ハードル走	2	<ul style="list-style-type: none"> ・いろいろなコースで、3歩のリズムで小型ハードルを走り越し、競走する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・小型ハードル走の行い方がわかる。 ・インターバルの距離やいろいろな小型ハードルの高さに応じて調子よく小型ハードルを走り越すことができる。 ・一定の間隔に並べられた小型ハードルを一定のリズム(3歩のリズム)で走り越すことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・3歩のリズムで調子よく走り越せるコースを作り、自分に合ったコースを選んでいく。 ・小型ハードル走のポイントがわかり、自分の課題を見付けている。 ・小型ハードル走のポイントについて見合ったり、教え合ったりしている。 ・競走の仕方について考え、競走の規則を話し合ったり、選んだりしている。 ・小型ハードル走のポイントや友達のよい動きなどを、学習カードに記入したり、振り返りの時間に発表したり、感想文を書いたりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・小型ハードル走に進んで取り組んでいる。 ・きまりを守り、誰とでも仲よく励まし合っている。 ・使用する用具の準備や片付けを友達と一緒にしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・互いの動きを見合ったり、動きのよさや課題を伝え合ったりするなどの際に、友達の考えを認めている。 ・小型ハードル走をする場所の危険物を取り除くとともに、用具の安全を確かめている。
走り高跳び	4	<ul style="list-style-type: none"> ・短い助走から強く踏み切って跳び、決まりを工夫して跳び比べをしたり、記録に挑戦したりする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・走り高跳びの行い方がわかる。 ・3～5歩程度のリズムカルな短い助走から踏み切り足を決めて上方に強く踏み切り、高く跳ぶことができる。 ・膝を柔かく曲げて、足から着地することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・走り高跳びのポイントがわかり、自分の課題を見付けている。 ・走り高跳びのポイントについて見合ったり、教え合ったりし、高く跳ぶための練習方法の中から、自分の力に合った練習方法や練習の場を選んでいる。 ・競争の仕方について考え、競争の規則や記録への挑戦の仕方を話し合ったり、選んだりしている。 ・走り高跳びのポイントや友達のよい動きなどを、学習カードに記入したり、振り返りの時間に発表したり、感想文を書いたりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・走り高跳びに進んで取り組んでいる。 ・きまりを守り、誰とでも仲よく励まし合っている。 ・使用する用具の準備や片付けを友達と一緒にしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・互いの動きを見合ったり、動きのよさや課題を伝え合ったりするなどの際に、友達の考えを認めている。 ・走り高跳びをする場所の危険物を取り除くとともに、用具の安全を確かめている。
ベースボール型(Tボール)	6	<ul style="list-style-type: none"> ・ボールを打って得点したり、ボールを取ってアウトにしたりして、ティーボールをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ティーボールの行い方がわかる。 ・ボールをフェアグラウンド内に打つことができる。 ・投げる手と反対の足を一歩前に踏み出してボールを投げるができる。 ・向かってくるボールの正面に移動することができる。 ・ベースに向かって全力で走り、かけ抜けることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・誰もが楽しくティーボールに参加できるように、プレイヤーの人数やコートの広さ、プレイ上の緩和や制限などの規則を工夫している。 ・攻め方や守り方の簡単な作戦を話し合ったり、選んだりしている。 ・課題の解決のために考えたことを動作や言葉、絵図などで友達に伝えていく。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ティーボールに進んで取り組んでいる。 ・規則を守り、誰とでも仲よくしている。 ・使用する用具などの準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・互いに動きを見合ったり、話し合ったりして見付けた動きのよさや課題を伝え合う際に、友達の考えを認めている。 ・使用する用具などを片付けて場の危険物を取り除くなど、周囲を見て場や用具の安全を確かめている。
マット運動	3	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の力に合った技を身に付け、できる技の繰り返しや、組み合わせ技に挑戦する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・マット運動のいろいろな技の行い方がわかる。 ・自分の力に合った回転系(前転など)や巧技系(壁倒立など)の基本的な技ができる。 ・基本的な技に十分に取り組んだ上で、それらの発展技に取り組んだり、技を繰り返したり組み合わせたりすることができる。 ○前転(発展技:開脚前転) ○易しい場での開脚前転 ○開脚後転(発展技:伸膝後転) ○補助倒立ブリッジ(発展技:倒立ブリッジ) ○側方倒立回転(発展技:ロンダート) ○首はね起き(発展技:頭はね起き) ○頭倒立 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習カード、掲示物などを用いて、自分の課題を見付けている。 ・技のできばえを振り返って、自分の課題を見付けている。 ・自分の課題を解決するために、自分の力に合った練習の場を選んでいる。 ・見付けたポイントや友達の技のできばえなど、課題解決のために考えたことを友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・マット運動の基本的な技に進んで取り組んでいる。 ・マットなどの器械・器具の正しい使い方や試技する前の待ち方、技を観察するときなどのきまりを守り、誰とでも仲よく励まし合っている。 ・器械・器具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・互いの動きを見合ったり補助をし合ったりして、技がうまくできたときの動き方や気付いたことなどを伝え合う際に、友達の考えを認めている。 ・場の危険物を取り除いたり、器械・器具の安全を確かめたりするとともに、試技の開始前の安全を確かめている。

ネット型(キャッチバレー)	6	<ul style="list-style-type: none"> ・みんなで繋いで、落とすための工夫をして、キャッチバレーをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・キャッチバレーの行い方がわかる。 ・いろいろな高さのボールを片手、両手でキャッチしたり、パスをしたり、ねらったところに打ったりすることができる。 ・相手コートから飛んできたボールを片手、両手を使ってキャッチし、相手コートに返球することができる。 ・ボールの方向に体を向けたり、ボールの落下点やボールを操作しやすい位置に移動したりすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・誰もが楽しくキャッチバレーに参加できるように、プレイヤーの人数やコートの広さ、プレイ上の緩和や制限などの規則を工夫している。 ・得点を多くあげるための簡単な作戦を話し合ったり、選んだりしている。 ・課題の解決のために考えたことを動作や言葉、絵図などで友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・キャッチバレーに進んで取り組んでいる。 ・規則を守り、誰とも仲よくしている。 ・使用する用具などの準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・互いに動きを見合ったり、話し合ったりして見付けた動きのよさや課題を伝え合う際に、友達の考えを認めている。 ・使用する用具などを片付けて場の危険物を取り除くなど、周囲を見て場や用具の安全を確かめている。
跳び箱運動	3	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の力に合った「基本の技」を身に付けたり、「発展技」に挑戦したりする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・跳び箱運動のいろいろな技の行い方がわかる。 ・自分の力に合った切り返し系(開脚跳びなど)や回転系(台上前転など)の基本技をすることができる。 ・基本技に十分に取り組んだ上で、それらの発展技に取り組むことができる。 ○開脚跳び(発展技:かかえ込み跳び) ○台上前転(発展技:伸膝台上前転) ○首はね跳び(発展技:頭はね跳び) 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習カード、掲示物などを用いて、自分の課題を見付けている。 ・技のできばえを振り返って、自分の課題を見付けている。 ・自分の課題を解決するために、自分の力に合った練習の場を選んでいる。 ・見付けたポイントや友達の技のできばえなど、課題解決のために考えたことを友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・跳び箱運動の基本技に進んで取り組んでいる。 ・跳び箱、踏み切り版などの器械・器具の正しい使い方や試技をする前の待ち方、技を観察するときなどのきまりを守り、誰とも仲よく前まし合っている。 ・器械・器具の準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・互いの動きを見合ったり補助をし合ったりして、技がうまくきたときの動き方や気付いたことなどを伝え合う際に、友達の考えを認めている。 ・場の危険物を取り除いたり、器械・器具の安全を確かめたりするとともに、試技の開始前の安全を確かめている。
ゴール型(タグラグビー)	6	<ul style="list-style-type: none"> ・相手をかわしたり、パスをしたりしながら、攻め方を工夫してタグラグビーをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・タグラグビーの行い方がわかる。 ・味方にボールを手渡したり、パスを出したり、ゴールにボールをトライすることができる。 ・ボール保持者と自分の間に守る者がいない空間に移動することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・誰もが楽しくタグラグビーに参加できるように、プレイヤーの人数やコートの広さ、得点の仕方などの規則を工夫している。 ・タグを取ったり、トライするために、簡単な作戦を話し合ったり、選んだりしている。 ・課題の解決のために考えたことを、動作や言葉、絵図などで友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・タグラグビーに進んで取り組んでいる。 ・規則を守り、誰とも仲よくしている。 ・使用する用具などの準備や片付けを、友達と一緒にしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・互いに動きを見合ったり、話し合ったりして見付けた動きのよさや課題を伝え合う際に、友達の考えを認めている。 ・使用する用具などを片付けて場の危険物を取り除くなど、周囲を見て場や用具の安全を確かめている。

教科	保健	学年	第4学年
----	----	----	------

単元名	時数	単元の到達目標(小単元のねらい)	単元のとまりの評価規準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
変化していく体	1	・体は、年齢とともに発育し、変化すること。 ・思春期には体つぎの変化や発毛など。	・体は年齢とともに発育、変化すること。 ・思春期には、体つぎに変化が起こり、起こることがわかる。 ・初経・精通が起こる時期は個人差があることがわかる。 ・初経・精通は、大人の体に近づき、新しい生命を生み出す準備がはまっていることがわかる。 ・思春期になると男女の性の違いに気づきやすくなり、異性のことが気になったり、好きにひたりする思いが高まる一方で、反発し合うこともある。これらの心の変化は自然なことであること、変化のしかたは人によって違うことがわかる。	・身長伸び方は毎年違うことを、記録 ・1年生のころの写真と大人の写真を ・思春期には、体の中でどのような変化が起こるのかを調べ、変化が起こるしくみを説明している。 ・思春期の心の変化について小さいころと比べて違いを説明している。	・体の発育に関心をもち、自己の発育 ・思春期に起こる体の発育の変化の学習に関心をもち、自分や友達の変化、あるいは異性の体の変化に理解ある態度で接する心構えをもとうとしている。 ・思春期の心の変化を、変化しない場合も含めて、自然なこととして受け入れている。
思春期の体の変化①体の外 思春期の体の変化②体の中にあらわれる変化	1	・思春期になると、初経・精通が起こり、異性への関心が芽生えること、これらは個人差があるものの、大人の体に近づく現象であることを理解できるようにする。 ・思春期の体の変化について学習したことを、自分の体の発達と結び付けて考え、表現することができるようにする。 ・新しい生命を生み出す準備として自身の体に変化することについて受け止め、意欲的に学習活動に取り組むことができるようにする。	・体をよりよく発育・発達させるための生活の仕方には、体の発育・発達により運動、多くの種類の食品をとることができるようなバランスのとれた食事、適切な休養及び睡眠などが必要であることがわかる。 ・運動は、生涯を通じて骨や筋肉などを丈夫にする効果が期待されることがわかる。 ・食事については、特に、体をつくる基になるたんぱく質、不足しがちなカルシウム、不可欠なビタミンなどを摂取する必要があることがわかる。 ・十分な休養・睡眠をとることは、体と心の疲れをとるだけでなく、体の発育にも関係があることがわかる。	・無理なく、毎日続けられる運動にはどんなものがあるのかを考え、自分に合った無理のない運動をいくつか見つけている。 ・適切な運動を毎日続けていると体にどんな効果があるのかを調べて、説明している。 ・よりよい発育のために、どんな食品を食べるのがよいのかを調べて、発表している。 ・バランスのよい食事にするために、どんな食品をとったらよいのかを考え、他者に伝えている。 ・よりよい発育と、休養・睡眠の関係について考え、説明している。	・思春期に起こる体の中の変化に関心をもち、自分や友達の変化、あるいは異性の体の変化に理解ある態度で接する心構えをもとうとしている。 ・思春期の心の変化を、変化しない場合も含めて、自然なこととして受け入れている。
よりよい発育のために	1	・よりよい発育のためには、適切な運動、調和のとれた食事、休養および睡眠が必要であることを理解できるようにする。 ・よりよい発育のためには、運動、食事、休養・睡眠などにおいて、どのような所に気をつけたらよいのか自らの生活を振り返りながら考え、説明できるようにする。 ・よりよい発育のための運動、食事、休養・睡眠について、意欲的に考え、実行にうつすことができるようにする。	・体をよりよく発育・発達させるための生活の仕方には、体の発育・発達により運動、多くの種類の食品をとることができるようなバランスのとれた食事、適切な休養及び睡眠などが必要であることがわかる。 ・運動は、生涯を通じて骨や筋肉などを丈夫にする効果が期待されることがわかる。 ・食事については、特に、体をつくる基になるたんぱく質、不足しがちなカルシウム、不可欠なビタミンなどを摂取する必要があることがわかる。 ・十分な休養・睡眠をとることは、体と心の疲れをとるだけでなく、体の発育にも関係があることがわかる。	・無理なく、毎日続けられる運動にはどんなものがあるのかを考え、自分に合った無理のない運動をいくつか見つけている。 ・適切な運動を毎日続けていると体にどんな効果があるのかを調べて、説明している。 ・よりよい発育のために、どんな食品を食べるのがよいのかを調べて、発表している。 ・バランスのよい食事にするために、どんな食品をとったらよいのかを考え、他者に伝えている。 ・よりよい発育と、休養・睡眠の関係について考え、説明している。	・毎日無理なくできる運動に興味をもつて探し、実施しようとしている。 ・食事のとり方に関心をもち、多くの種類の食品をバランスよく食べることを心がけようとしている。 ・発育と睡眠の関係に関心をもち、よい睡眠をとれるよう心がけようとしている。

ベースボール型(ソフトボール)	8	<ul style="list-style-type: none"> ・攻め方や守り方を工夫して、ソフトボールをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ソフトボールの行い方がわかる。 ・止まったボールや易しく投げられたボールをバットでフェアグラウンド内に打つことができる。 ・打球方向に移動し、捕球することができる。 ・捕球する相手に向かって、投げるができる。 ・塁間を全力で走塁することができる。 ・守備の隊形をとって得点を与えないようにすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・誰もが楽しくソフトボールに参加できるように、プレイヤーの人数やコート広さ、プレイの制限、得点の仕方などの規則を工夫している。 ・チームの特徴に応じた作戦を選び、自分の役割を確認している。 ・課題の解決のために、自分や友達が行っていた動き方の工夫を、動作や言葉、絵図、ICT機器を用いて記録した動画などを使って友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ソフトボールの簡易化されたゲームや練習に積極的に取り組んでいる。 ・ルールやマナーを守り、仲間と助け合っている。 ・ゲームを行う場の設定や用具の片付けなどで、分担された役割を果たしている。 ・ゲームの勝敗を受け入れている。 ・ゲームや練習の中で互いの動きを見合ったり、話し合ったりする際に、仲間の考えや取組を認めている。 ・ゲームや練習の際に、使用する用具などを片付けたり場の整備をしたりするとともに、用具の安全に気を配っている。
ゴール型(シートバスケットボール)	9	<ul style="list-style-type: none"> ・パスやシュートをしながら攻め方を工夫して、シートバスケットボールをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・シートバスケットボールの行い方がわかる。 ・近くにいるフリーの味方にパスを出すことができる。 ・相手に捕られない位置でドリブルをすることができる。 ・ボール保持者と自己の間に守備者が入らないように移動することができる。 ・得点しやすい場所に移動し、パスを受けてシュートなどをすることができる。 ・ボール保持者とゴールの間に体を入れて守備をすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・誰もが楽しくシートバスケットボールに参加できるように、プレイヤーの人数やコート広さ、プレイの制限、得点の仕方などの規則を工夫している。 ・チームの特徴に応じた作戦を選び、自分の役割を確認している。 ・課題の解決のために、自分や友達が行っていた動き方の工夫を、動作や言葉、絵図、ICT機器を用いて記録した動画などを使って友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・シートバスケットボールの簡易化されたゲームや練習に積極的に取り組んでいる。 ・ルールやマナーを守り、仲間と助け合っている。 ・ゲームを行う場の設定や用具の片付けなどで、分担された役割を果たしている。 ・ゲームの勝敗を受け入れている。 ・ゲームや練習の中で互いの動きを見合ったり、話し合ったりする際に、仲間の考えや取組を認めている。 ・ゲームや練習の際に、使用する用具などを片付けたり場の整備をしたりするとともに、用具の安全に気を配っている。
跳び箱運動	3	<ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな技に挑戦し、美しく安定した跳び方ができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・跳び箱運動のいろいろな技の行い方がわかる。 ・自分の力に合った切り返し系や回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技に取り組んだりすることができる。 ○かかえ込み跳び(更なる発展技:屈身跳び) ○伸跳台上前転 ○頭はね跳び(更なる発展技:前方屈腕倒立回転跳び) 	<ul style="list-style-type: none"> ・跳び箱運動のポイントを理解し、自分や友達の動きを照らし合わせて課題を見付けている。 ・見付けた課題を解決するために、複数の場の中から自分の課題に適した練習の場を選んでいる。 ・グループの中で観察し合ったり、学習カードやICT機器を活用したりして見付けた、演技のこつやわかったことを、文字や図で書いたり映像を活用して発表したりするなどして伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・跳び箱運動の基本的な技や発展技、それらの技を組み合わせることに積極的に取り組んでいる。 ・互いの役割を決めて観察し合うなど、学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合っている。 ・器械・器具の準備や片付けなどで、分担された役割を果たしている。 ・技や演技を行うなかでわかったことを伝えたり、課題の解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組を認めている。 ・けがのないように、互いの服装や髪形に気を付けたり、場の危険物を取り除いたりするとともに、試技の前後などに器械・器具の安全に気を配っている。
ゴール型(フリーゾーンサッカー)	8	<ul style="list-style-type: none"> ・パスやシュートをしながら、攻め方を工夫して、フリーゾーンサッカーをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・フリーゾーンサッカーの行い方がわかる。 ・近くにいるフリーの味方にパスを出すことができる。 ・相手に捕られない位置でドリブルをすることができる。 ・ボール保持者と自己の間に守備者が入らないように移動することができる。 ・得点しやすい場所に移動し、パスを受けてシュートなどをすることができる。 ・ボール保持者とゴールの間に体を入れて守備をすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・誰もが楽しくフリーゾーンサッカーに参加できるように、プレイヤーの人数やコート広さ、プレイの制限、得点の仕方などの規則を工夫している。 ・チームの特徴に応じた作戦を選び、自分の役割を確認している。 ・課題の解決のために、自分や友達が行っていた動き方の工夫を、動作や言葉、絵図、ICT機器を用いて記録した動画などを使って友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・フリーゾーンサッカーの簡易化されたゲームや練習に積極的に取り組んでいる。 ・ルールやマナーを守り、仲間と助け合っている。 ・ゲームを行う場の設定や用具の片付けなどで、分担された役割を果たしている。 ・ゲームの勝敗を受け入れている。 ・ゲームや練習の中で互いの動きを見合ったり、話し合ったりする際に、仲間の考えや取組を認めている。 ・ゲームや練習の際に、使用する用具などを片付けたり場の整備をしたりするとともに、用具の安全に気を配っている。

教科	保健	学年	第5学年
----	----	----	------

単元名	時数	単元の到達目標(小単元のねらい)	単元のまとまりの評価規準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
心の発達 心と体の関わり 不安やなやみなどへの対処	1 1 1	<ul style="list-style-type: none"> 心は、人の関わり、あるいは自然と心と体の関わりを知り、心と体は深く 不安や悩みへの対処には、大人や友達に相談する、仲間と遊ぶ、運動をするなどいろいろな方法があることを知り、呼吸法などの対処のしかたをできるようにする。 不安や悩みに対処する様々な方法を考え、学習したことを活用して、適切な方法を選ぶことができるようにする。 不安や悩みへの対処法を自分で考え、意欲的に学習活動に取り組むことができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 心は、感情、社会性、思考力など様々な 不安や緊張時には、動悸が激しくな 不安や悩みがあるということは誰もが経験することであり、そうした場合には、家族や先生、友達などと話したり、相談したりすること、仲間と遊ぶこと、運動をしたり音楽を聴いたりすること、呼吸法を行うことなどによって気持ちや楽にしたり、気分を変えたりするなど様々な方法があり、自分に合った適切な方法で対処できることを理解している。 自己の心に不安や悩みがあるという状態に気づくことや不安や悩みに対処するために大切なことを理解している。 不安や悩みへの対処として、体ほぐしの運動や深呼吸を取り入れた呼吸法などを行うことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 心はどのように成り立っているのかを 緊張したときや、うれしいときに体の 小学生の悩みにはどんなものがあり、どんなことについていちばん悩んでいるのかを調べ、他者に伝えている。 不安や悩みへの対処法にはどんなものがあるのかを話し合い、自分に合った適切な対処法はなにかを考え、選択している。 心や体の緊張を和らげるための深呼吸を試し、深呼吸する前と後ではどんな変化があるのかを説明している。 	<ul style="list-style-type: none"> 心の成り立ちやそのはたらきに関心 心配事があったときや緊張したときの いろいろな悩みの例に注目し、自分も同じような悩みはないか照らし合わせするなど、それぞれ別の項目に関心をよせている。 不安や悩みの対処の仕方に関心をもち、自分に合った対処の仕方を選んで考えようとしている。
けがや事故の起こり方	5	<ul style="list-style-type: none"> けがや事故は人の行動と周りの環境が原因で起こり、人の行動はそのときの心や体の状態や調子と関係していることを理解できるようにする。 けがや事故が起こる原因を人の行動と周りの環境に分け、説明できるようにする。 けがや事故が起こる原因について資料を見たり、生活を振り返ったりするなど、積極的に学習活動に取り組むことができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 毎年多くの交通事故や水の事故が発生し、けがをする人や死亡する人が少なくないことがわかる。 けがや事故の多くは、人の行動と周りの環境が原因で起こっていることがわかる。 人の行動は、慌てていた、疲れていたなど、そのときの心や体の調子とも関係していることがわかる。 	<ul style="list-style-type: none"> けがや事故は何が原因で起こるのか調べ、説明している。 学校生活でのけがは、いつどこで多く起こっているのかを知り、その理由を人の行動と環境から説明している。 様々な状況におけるけがや事故が起こる原因を人の行動と周りの環境に分けて考え、説明している。 	<ul style="list-style-type: none"> 学校生活や日常の生活での事故やけがの原因に関心をもち、危険予測に進んで取り組もうとしている。 事故やけがの起こり方の原則に照らし合わせて危険予測をし、いろいろな場面での事故やけがの具体的な原因を進んで探ろうとしている。
学校や地域でのけがの防止		<ul style="list-style-type: none"> 学校や地域でのけがの防止には、周囲の危険に気づくこと、的確な判断の下に安全に行動すること、安全な環境を整えることが必要であることを、理解できるようにする。 自分のけがに関わる経験を振り返り、危険の予測や回避の方法を考え、説明できるようにする。 学校や地域でのけがの防止について、生活を振り返ったり、危険の予測や回避の方法を考えたりするなど、積極的に学習に取り組むことができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 学校や地域でのけがを防ぐには、ルールを守るとともに、危険を予測して、正しい判断をし、安全な行動をとることが大切であることがわかる。 学校や地域でのけがを防ぐには、危険な場所の点検や修理などを通して、安全な環境をつくることも必要であることがわかる。 	<ul style="list-style-type: none"> けがにつながる「かくれた危険」を見つけ、その理由を説明している。 どうすれば学校や地域でのけがを防ぐことができるのかを調べ、説明している。 ある場面にどんな危険が潜んでいるのか危険の予測をし、安全な行動の仕方を考え、記している。 学校や地域では危険を防ぐためにどのような安全な環境づくりが行われているのかを調べ、発表している。 	<ul style="list-style-type: none"> けがの防止の原則に関心をもち、学校生活で危険を予測した様々な場面について、進んであてはめてみようとしている。 学校や地域、家庭における安全な環境づくりについて、どのような工夫や備えをしているのか、進んで調べようとしている。
交通事故の防止		<ul style="list-style-type: none"> 交通事故の防止には、周囲の危険に気づくこと、的確な判断の下に安全に行動すること、安全な環境づくりが必要であることを、理解できるようにする。 自己の周囲の環境を振り返り、危険の予測や回避の方法を考え、説明できるようにする。 交通事故の防止について、生活を振り返ったり、危険の予測や回避の方法を考えたりするなど、積極的に学習活動に取り組むことができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 交通事故の防止には、学校や地域でのけがの防止と同じように、危険を予測し、正しい判断をして安全な行動をとることが大切であることがわかる。 交通事故を防止するために様々な環境づくりが行われていることがわかる。 	<ul style="list-style-type: none"> 交通事故はどんな場所で、どんなときに起こりやすいのかを理解して、説明している。 ある場面における交通事故の危険を予測し、事故にあわなための安全な行動を考えて、記している。 交通事故を防ぐための安全な環境づくりとしてカーブミラーや横断禁止の標識をどこに設置すればよいかを考え、その理由を説明している。 自分の家の近くや通学路で交通事故が起きそうな場所を思い浮かべて、交通事故を防ぐ安全な行動を考えて、その理由を書いている。 	<ul style="list-style-type: none"> 危険を予測した場面の中から、交通事故に関連した危険な場面での行動の仕方について、けがの防止の原則に進んであてはめてみようとしている。

<p>犯罪被害の防止</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・犯罪被害にあわないためには、犯罪が起こりやすい場所を避けることや犯罪に巻き込まれそうになったらすぐに助けを求めることが必要であることを理解できるようにする。 ・犯罪被害から身を守るために、危険を予測し、回避の方法を考えて、説明できるようにする。 ・犯罪被害の防止について、課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習活動に、積極的に取り組むことができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・犯罪から身を守るには、犯罪被害にあいやすい場所を避けるなど、危険を予測し、安全な行動をとることが大切なことがわかる。 ・犯罪被害に巻き込まれそうになったら、すぐに逃げたり、大声で助けを求めたりすることが大切であることを理解している。 ・警察や地域の人々によって、危険な場所の点検などの活動を通して安全を守るための環境づくりが行われていることがわかる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・小学生が誘拐や暴力などの犯罪被害にあいやすい場所がわかり、犯罪被害にあいやすい理由を考え、説明している。 ・様々な場面において犯罪被害にあうとどんな危険があるのかを予測し、犯罪被害にあわないための安全な行動の仕方を考えている。 ・犯罪被害を防ぐための安全な環境づくりにどんなものがあるのかを調べ、他者に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分たちが住んでいる地域において、犯罪被害にあいやすい場所はどこか、進んで調べようとしている。 ・自分たちが住んでいる地域において、犯罪被害を防ぐためにどんな安全な環境づくりが行われているか、進んで調べようとしている。
----------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

教科	体育	学年	第6学年
----	----	----	------

単元名	時数	単元の到達目標(小単元のねらい)	単元のまとまりの評価規準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
短距離走・リレー 表現運動	3 7	・よりよい走り方を身に付けて、短距離走の動きを高めるためのいろいろな運動の行い方を理解し、動きを工夫して体力を高める。	・短距離走やリレーの行い方がわかる。 ・いろいろな題材からそれらの主な特徴の動きを高める運動の行い方がわかる。 ・体の柔らかさを高めるための運動 体の各部位の可動範囲を広げる体の動きを高めることをねらいとして行う運動ができる。 (イ)巧みな動きを高めるための運動 人や物の動き、または場所の広さや形状などの環境の変化に対応して、タイミングやバランスよく動いたり、リズムカルに動いたり、力の入れ方を加減したりする体の動きを高めることをねらいとして行う運動ができる。 (ロ)力強い動きを高めるための運動 自己の体重を利用したり、人や物などの抵抗に対してそれを動かしたりすることによって、力強い動きを高めることをねらいとして行う運動ができる。	・短距離走・リレーのポイントがわかり、自分の課題の解決策を考えたり、課題の行い方を選んでいる。 ・どのようなポイントを意識して運動を行うと動きが高まるのかを見付け、それを生かした運動を工夫している。 ・グループで工夫した運動の行い方を、他のグループに例示して見せたり、言葉で伝えたりしている。 ・感想を伝える場面で、言葉のかけ方や並び方などの条件を工夫することで楽しく運動が行えたことを他者に説明している。	・短距離走・リレーに積極的に取り組む表現したい感じやイメージを表現する運動の動きを高める運動に積極的に取り組んでいる。 ・運動を行う際の約束を守り、仲間と助け合っている。 ・運動を行う場の設定や用具の片付けなどで、分担された役割を果たしている。 ・運動の行い方について仲間の気付きや考え、取組のよさを認めている。 ・運動の場の危険物を取り除くとともに、用具の使い方や周囲の安全に気を配っている。
鉄棒運動	1	・できそうな技に挑戦したり、できる技を組み合わせたりして、鉄棒運動を楽しむ。	・鉄棒運動のいろいろな技の行い方がわかる。 ・自分の力に合った支持系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技に取り組んだりすることができる。 ・選んだ技を自己やグループで繰り返したり、組み合わせたりすることができる。 ○前方支持回転(更なる発展技:前方伸膝支持回転) ○片足踏み越し下り(更なる発展技:横とび越し下り) ○膝掛け上がり(更なる発展技:もも掛け上がり) ○前方もも掛け回転 ○逆上がり ○後方支持回転(更なる発展技:後方伸膝支持回転) ○後方もも掛け回転	・鉄棒運動のポイントを理解し、自分や友達との動きを照らし合わせて課題を見付けている。 ・見付けた課題を解決するために、複数の場の中から自分の課題に適した練習の場を選んでいる。 ・グループの中で観察し合ったり、学習カードやICT機器を活用したりして見付けた、演技のこつやわかつたことを、文字や図で書いたり映像を活用して発表したりするなどして伝えている。	・鉄棒運動の基本的な技や発展技、それらの技を組み合わせることに積極的に取り組んでいる。 ・互いの役割を決めて観察し合うなど、学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合っている。 ・器械・器具の準備や片付けなどで、分担された役割を果たしている。 ・技や演技を行うなかでわかつたことを伝えたり、課題の解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組を認めている。 ・けがのないように、互いの服装や髪形に気を付けたり、場の危険物を取り除いたりするとともに、試技の前後などに器械・器具の安全に気を配っている。
水泳運動	12	・安全確保に繋がる動きができるようになる。平泳ぎやクロールで長く泳げるようになる。	【クロール】 ・クロールの行い方がわかる。 ・手を交互に前方に伸ばして水に入れ、水を大きくかくことができる。 ・柔らかく足を交互に曲げたり伸ばしたりして、リズムカルな泳ぎをすることができる。 ・水のローリングを使い、体を左右に傾けながら顔を横に上げて呼吸をすることができる。 ・左右の手を入れ替える動きに呼吸を合わせて、続けて長く泳ぐことができる。 【平泳ぎ】 ・平泳ぎの行い方がわかる。 ・両手を肩に伸ばし、ひざを曲げながら円を描くように左右に開き、水をかくことができる。 ・足の親指を外側に開いて左右の足の裏や足の内側で水を踏み出すとともに、キックの後に伸びる姿勢を保持することができる。 ・手の動きに合わせて呼吸をすることができる。 ・キックをした勢いを利用してしばらく伸び、続けて長く泳ぐことができる。 【安全確保につながる運動】 ・安全確保につながる運動の行い方がわかる。 ・顔以外の部位がしっかりと水中に入った背浮きの姿勢を維持することができる。 ・大きく息を吸って浮き上がり、背浮きの状態で、仲間と背中を押して泳いでもらい、息を止めてじっとして水面に浮上する浮き沈みを続けることができる。	・学習カードや掲示物などを活用して、水泳運動のポイントと自分や仲間の動きを照らし合わせ、課題を見付けている。 ・クロールや平泳ぎで進んだ距離や、浮き沈みの回数、背浮きの時間などを自分で決めて挑戦し、自分の課題を見付けている。 ・自分の課題に応じた練習の場や仕方を選んでいる。 ・自分で選んだ泳ぎ方で続けて長く泳いで、決まった距離でのストローク数に挑戦したりするなど、自分や友達的能力に応じた記録への挑戦の仕方を選んでいる。 ・ペアやグループで互いの動きを見合ったり、練習の補助をし合ったりすることを通して、見付けたポイントやお互いの課題に適した練習方法を伝えている。 ・友達とお互いの動きのよさを確かめ合ったり称賛し合ったりしている。	・水泳運動が自己保全のために必要であることを生かし、クロールや平泳ぎをしたり、背浮きや浮き沈みをしたりするなどの水泳運動に積極的に取り組んでいる。 ・自己や仲間の課題を解決するための練習では、練習場所やレーンの使い方、補助の仕方などの約束を守り、仲間と助け合っている。 ・水泳運動で使用する用具の準備や片付けなどで、分担された役割を果たしている。 ・課題を見付けたり、解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組を認めている。 ・プールの底・水面などに危険物がないかを確認したり、自己の体の調子を確認してから泳いだり、仲間の体の調子にも気を付けるなど、水泳運動の心得を守って安全に気を配っている。
ハードル走	2	・ハードルの間を3歩のリズムで調子よく走り越して、記録に挑戦したり競走したりする。	・ハードル走の行い方がわかる。 ・第1ハードルを決めた足で踏み切って走り越えることができる。 ・スタートから最後まで、体のバランスをとりながら真っ直ぐ走ることができる。 ・インターバルを3歩または5歩で走ることができる。	・ハードル走のポイントがわかり、自分の課題を見付けている。 ・自分の課題に適した練習方法や練習の場を選んでいる。 ・自分の能力に適した競争のルールや記録への挑戦の仕方を選んでいる。 ・ハードル走のポイントや友達の良い動きなどを、学習カードに記入したり、振り返りの時間に発表したり、感想文を書いたりしている。	・ハードル走に積極的に取り組んでいる。 ・ルールやマナーを守り、仲間と助け合っている。 ・用具の準備や片付け、計測や記録などで、分担された役割を果たしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・課題を見付けたり、その解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組を認めている。 ・ハードル走の場の危険物を取り除くなど、用具の安全に気を配っている。

走り幅跳び	2	<ul style="list-style-type: none"> ・リズムカルな助走から力強く踏み切って遠くへ跳び、自分の記録に挑戦したり、走り幅跳びの競争をしたりする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・走り幅跳びの行い方がわかる。 ・7～9歩程度のリズムカルな助走をすることができる。 ・幅30～40cm程度の踏切りゾーンで力強く踏み切ることができる。 ・かがみ跳びから両足で着地することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・走り幅跳びのポイントがわかり、自分の課題を見付けている。 ・自分の課題に適した練習方法や練習の場を選んでいる。 ・自分の能力に適した競争のルールや記録への挑戦の仕方を選んでいる。 ・走り幅跳びのポイントや友達のような動きなどを、学習カードに記入したり、振り返りの時間に発表したり、感想文を書いたりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・走り幅跳びに積極的に取り組んでいる。 ・ルールやマナーを守り、仲間と助け合っている。 ・用具の準備や片付け、計測や記録などで、分担された役割を果たしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・課題を見付けたり、その解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組を認めている。 ・走り幅跳びの場を整備したりするなど、用具の安全に気を配っている。
走り高跳び	2	<ul style="list-style-type: none"> ・リズムカルな助走から力強く踏み切って高く跳び、自分の記録に挑戦したり、走り高跳びの競争をしたりする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・走り高跳びの行い方がわかる。 ・5～7歩程度のリズムカルな助走をすることができる。 ・上体を起こして力強く踏み切ることができる。 ・はさみ跳びで、足から着地することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・走り高跳びのポイントがわかり、自分の課題を見付けている。 ・自分の課題に適した練習方法や練習の場を選んでいる。 ・自分の能力に適した競争のルールや記録への挑戦の仕方を選んでいる。 ・走り高跳びのポイントや友達のような動きなどを、学習カードに記入したり、振り返りの時間に発表したり、感想文を書いたりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・走り高跳びに積極的に取り組んでいる。 ・ルールやマナーを守り、仲間と助け合っている。 ・用具の準備や片付け、計測や記録などで、分担された役割を果たしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・課題を見付けたり、その解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組を認めている。 ・走り高跳びの場の危険物を取り除いたり、整備したりするとともに、用具の安全に気を配っている。
マット運動	3	<ul style="list-style-type: none"> ・技に挑戦したり、技を組み合わせたリ、仲間と動きを合わせたりする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・マット運動のいろいろな技の行い方がわかる。 ・種目の方を含む前転系や巧技系の基本的な技を安んじて行ったり、その発展技に取り組んだりすることができる。 ・着んだ技を自己やグループで繰り返すことができる。 ・技を選んでそれにバリエーションやジャンプなどを加えて組み合わせたリ、ペアやグループで動きを組み合わせて演技をつくったりできる。 ○前転前転(更なる発展技:息いっ境での伸膝前転) ○補助前転前転(更なる発展技:倒立前転、跳び前転) ○伸膝後転(更なる発展技:後転倒立) ○倒立ブリッジ(更なる発展技:前方倒立前転) ○フロント ○補助倒立(更なる発展技:倒立) 	<ul style="list-style-type: none"> ・マット運動のポイントを理解し、自分や友達の動きを照らし合わせて課題を見付けている。 ・見付けた課題を解決するために、複数の場の中から自分の課題に適した練習の場を選んでいる。 ・グループの中で観察し合ったり、学習カードやICT機器を活用したりして見付けた、演技のこつやわかったことを、文字や図で書いたり映像を活用して発表したりするなどして伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・マット運動の基本的な技や発展技、それらの技を組み合わせたことに積極的に取り組んでいる。 ・互いの役割を決めて観察し合うなど、学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合っている。 ・服装・器具の準備や片付けなどで、分担された役割を果たしている。 ・技や演技を行うなかでわかったことを伝えたり、課題の解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組を認めている。 ・けがのないように、互いの服装や髪形に気を付けたり、場の危険物を取り除いたりするとともに、試技の前後などに器械・器具の安全に気を配っている。
ベースボール型(ソフトボール)	8	<ul style="list-style-type: none"> ・攻め方や守り方を工夫して、ソフトボールをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ソフトボールの行い方がわかる。 ・止まったボールや易しく投げられたボールをバットでフェアグラウンド内に打つことができる。 ・打球方向に移動し、捕球することができる。 ・捕球する相手に向かって、投げることができる。 ・塁間を全力で走塁することができる。 ・守備の隊形をとって得点を与えないようにすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・誰もが楽しくソフトボールに参加できるように、プレイヤーの人数やコートなどの規則を工夫している。 ・チームの特徴に応じた作戦を選び、自分の役割を確認している。 ・課題の解決のために、自分や友達が行っていた動き方の工夫を、動作や言葉、絵図、ICT機器を用いて記録した動画などを使って友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ソフトボールの簡易化されたゲームや練習に積極的に取り組んでいる。 ・ルールやマナーを守り、仲間と助け合っている。 ・ゲームを行う場の設定や用具の片付けなどで、分担された役割を果たしている。 ・ゲームの勝敗を受け入れている。 ・ゲームや練習の中で互いの動きを見合ったり、話し合ったりする際に、仲間の考えや取組を認めている。 ・ゲームや練習の際に、使用する用具などを片付けたり場の整備をしたりするとともに、用具の安全に気を配っている。
ゴール型(シートバスケットボール)	9	<ul style="list-style-type: none"> ・パスやシュートをしながら攻め方を工夫して、シートバスケットボールをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・シートバスケットボールの行い方がわかる。 ・近くにいるフリーの味方にパスを出すことができる。 ・相手に捕られない位置でドリブルをすることができる。 ・ボール保持者と自己の間に守備者が入らないように移動することができる。 ・得点しやすい場所に移動し、パスを受けてシュートなどをすることができる。 ・ボール保持者とゴールの間に体を入れて守備をすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・誰もが楽しくシートバスケットボールに参加できるように、プレイヤーの人数やコートなどの規則を工夫している。 ・チームの特徴に応じた作戦を選び、自分の役割を確認している。 ・課題の解決のために、自分や友達が行っていた動き方の工夫を、動作や言葉、絵図、ICT機器を用いて記録した動画などを使って友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・シートバスケットボールの簡易化されたゲームや練習に積極的に取り組んでいる。 ・ルールやマナーを守り、仲間と助け合っている。 ・ゲームを行う場の設定や用具の片付けなどで、分担された役割を果たしている。 ・ゲームの勝敗を受け入れている。 ・ゲームや練習の中で互いの動きを見合ったり、話し合ったりする際に、仲間の考えや取組を認めている。 ・ゲームや練習の際に、使用する用具などを片付けたり場の整備をしたりするとともに、用具の安全に気を配っている。

跳び箱運動	3	<ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな技に挑戦し、安定した跳び方ができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・跳び箱運動のいろいろな技の行い方がわかる。 ・自分の力に合った切り返し系や回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技に取り組んだりすることができる。 ○かかえ込み跳び(更なる発展技:屈身跳び) ○伸膝台上前転 ○頭はね跳び(更なる発展技:前方屈腕倒立回転跳び) 	<ul style="list-style-type: none"> ・跳び箱運動のポイントを理解し、自分や友達の動きを照らし合わせて課題を見付けている。 ・見付けた課題を解決するために、複数の場の中から自分の課題に適した練習の場を選んでいる。 ・グループの中で観察し合ったり、学習カードやICT機器を活用したりして見付けた、演技のこつやわかったことを、文字や図で書いたり映像を活用して発表したりするなどして伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・跳び箱運動の基本的な技や発展技、それらの技を組み合わせることに積極的に取り組んでいる。 ・互いの役割を決めて観察し合うなど、学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合っている。 ・器械・器具の準備や片付けなどで、分担された役割を果たしている。 ・技や演技を行うなかでわかったことを伝えたり、課題の解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組を認めている。 ・けがのないように、互いの服装や髪形に気を付けたり、場の危険物を取り除いたりするとともに、試技の前後などに器械・器具の安全に気を配っている。
ゴール型(フリーゾーンサッカー)	8	<ul style="list-style-type: none"> ・パスやシュートをしなが、攻め方を工夫して、フリーゾーンサッカーをす。 	<ul style="list-style-type: none"> ・フリーゾーンサッカーの行い方がわかる。 ・近くにいるフリーの味方にパスを出すことができる。 ・相手に捕られない位置でドリブルをすることができる。 ・ボール保持者と自己の間に守備者が入らないように移動することができる。 ・得点しやすい場所に移動し、パスを受けてシュートなどをするができる。 ・ボール保持者とゴールの間に体を入れて守備をすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・誰もが楽しくフリーゾーンサッカーに参加できるように、プレイヤーの人数やコート広さ、プレイの制限、得点の仕方などの規則を工夫している。 ・チームの特徴に応じた作戦を選び、自分の役割を確認している。 ・課題の解決のために、自分や友達が行っていた動き方の工夫を、動作や言葉、絵図、ICT機器を用いて記録した動画などを使って友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・フリーゾーンサッカーの簡易化されたゲームや練習に積極的に取り組んでいる。 ・ルールやマナーを守り、仲間と助け合っている。 ・ゲームを行う場の設定や用具の片付けなどで、分担された役割を果たしている。 ・ゲームの勝敗を受け入れている。 ・ゲームや練習の中で互いの動きを見合ったり、話し合ったりする際に、仲間の考えや取組を認めている。 ・ゲームや練習の際に、使用する用具などを片付けたり場の整備をしたりするとともに、用具の安全に気を配っている。

教科	保健	学年	第6学年
単元名	時数	単元の到達目標(小単元のねらい)	単元のまとりの評価規準
病気の起こり方	1	・病気は病原体、体の抵抗力、生活行動 ・病原体が主な原因となって起こる病	知識・技能 ・体が冷えたときや、夜ふかしなどの健康 ・病原体には多くの種類があり、体の
感染症の予防	1	・生活習慣病を予防するには、運動、食事、睡眠などについて、健康によい生活習慣を身に付けることが必要であることを理解できるようにする。 ・生活習慣病の原因となる生活習慣について考え、生活習慣病を予防する方法について説明することができるようにする。 ・生活習慣病に関心をもち、学習した知識をもとに自分の生活を振り返るなど、進んで学習活動に取り組むことができるようにする。	思考・判断・表現 ・どんなときにかぜをひくのか、自分の ・インフルエンザウイルスや食中毒の ・生活習慣病にはどんなものがあるのか、また、健康によくない生活と生活習慣病にはどんな関係があるのかを調べ、自分の考えを他者に伝えている。 ・具体的な事例における生活習慣病を予防するための方法を理由とともに考え、記している。
生活習慣病の予防①	1	・生活習慣病を予防するには、運動、食事、睡眠などについて、健康によい生活習慣を身に付けることが必要であることを理解できるようにする。 ・生活習慣病の原因となる生活習慣について考え、生活習慣病を予防する方法について説明することができるようにする。 ・生活習慣病に関心をもち、学習した知識をもとに自分の生活を振り返るなど、進んで学習活動に取り組むことができるようにする。	主体的に学習に取り組む態度 ・日ごろ経験しているかぜなどの病気 ・インフルエンザや結核、食中毒、エイ ・自分の生活を振り返って、生活習慣病を防ぐためにこれから実行したいことを進んで考え、日常生活に生かそうとしている。 ・具体的な事例における生活習慣病を予防するための方法を理由とともに考え、記している。
生活習慣病の予防②	1	・むし歯や歯周病の予防には、毎日の生活の仕方が関係していることを理解できるようにする。 ・むし歯や歯周病の予防方法について、学習した知識を活用して具体的に考え、説明できるようにする。 ・口腔の衛生を保つための生活習慣について、自己の生活を振り返ったり、これらの生活の仕方を考えたりしながら、進んで学習活動に取り組むことができるようにする。	・むし歯は、歯垢の中の細菌が、糖分を酸に変え、その酸が歯を溶かすことで起こり、食事中や食後は酸が強くなるので、口の中を清潔にしておかないと、歯のとけた状態が長く続き、むし歯になりやすくなることわかる。 ・むし歯や歯周病を予防するには、食後や寝る前に歯を磨いて、口の中をいつも清潔にしておくことが大切なこと。また、甘いものを控えめにするなど、糖分を取り過ぎないようにすることも予防になることわかる。 ・むし歯や歯周病がどのようにして起こるのか、その仕組みを調べ、他者に伝えている。 ・具体的な事例においてむし歯になりやすい生活習慣について考え、発表したりしている。 ・具体的な事例においてむし歯にならないためのアドバイスを考え、書いている。
生活習慣病の予防③	1	・むし歯や歯周病の予防には、毎日の生活の仕方が関係していることを理解できるようにする。 ・むし歯や歯周病の予防方法について、学習した知識を活用して具体的に考え、説明できるようにする。 ・口腔の衛生を保つための生活習慣について、自己の生活を振り返ったり、これらの生活の仕方を考えたりしながら、進んで学習活動に取り組むことができるようにする。	・酒類に含まれているアルコールは、脳のはたらきを低下させるため、酒を飲むと注意力や判断力がにぶり、事故やけがを引き起こすこと。また、呼吸や胸が苦しくなるなど体への影響も現れることわかる。 ・一度に多量の酒を飲むと急性アルコール中毒になって死にすることがあることわかる。 ・飲酒の習慣は、肝臓、胃、食道、膵、心臓などに負担をかけて多くの病気を引き起こすことわかる。 ・体の発育する時期の飲酒は心身におよぼす害が特に大きいので、未成年の飲酒は法律で禁止されていることわかる。
飲酒の害	1	・飲酒は、判断力が鈍る。呼吸や胸が苦しくなるなどの影響がすぐに現れることや、飲酒を長い間続けると肝臓がんなどの病気の原因になることを理解できるようにする。 ・飲酒の害や体への影響を考え、説明することができるようにする。 ・飲酒と健康について関心をもち、課題の解決に協力して取り組むことができるようにする。	・飲酒を続けていると脳にどんな影響があるのかを2枚の写真から考えている。 ・飲酒を続けていると体にどんな影響があるのかを調べ、すぐに体に現れる害と長い間の飲酒によって現れる害に分けて発表している。
飲酒の害	1	・飲酒は、判断力が鈍る。呼吸や胸が苦しくなるなどの影響がすぐに現れることや、飲酒を長い間続けると肝臓がんなどの病気の原因になることを理解できるようにする。 ・飲酒の害や体への影響を考え、説明することができるようにする。 ・飲酒と健康について関心をもち、課題の解決に協力して取り組むことができるようにする。	・酒を人からすすめられた場合には、声に出して、はっきりと断る意志と態度を示している。
薬物乱用の害	1	・薬物乱用は、1回の乱用で死に至ることがあり、乱用を続けるとやめられなくなると、心身の健康に深刻な害を与えることを理解できるようにする。 ・薬物乱用の害や周りの人への影響を考え、説明することができるようにする。 ・薬物乱用について、課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習活動に、進んで取り組むことができるようにする	・シンナーなどの薬物を乱用すると、体にどんな影響があるのかを調べ、発表している。 ・薬物乱用のこわさについて考え、他者に伝えたり、発表したりしている。
薬物乱用の害	1	・薬物乱用は、1回の乱用で死に至ることがあり、乱用を続けるとやめられなくなると、心身の健康に深刻な害を与えることを理解できるようにする。 ・薬物乱用の害や周りの人への影響を考え、説明することができるようにする。 ・薬物乱用について、課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習活動に、進んで取り組むことができるようにする	・薬物には「依存性」があり、軽い気持ちで使ったりやめられなくなること。また、乱用を続けると自分の心身の健康に重大な害をあたえるほか、犯罪や事故など、社会的な事件を引き起こし、周りの人にたいへんな迷惑をかけることわかる。 ・薬物の乱用は法律で禁止されていることわかる。
地域の保健活動	2	・人々の病気を予防するために、保健所や保健センターなどでは、健康な生活習慣に関わる情報提供や予防接種などの活動が行われていることを理解できるようにする。 ・地域の様々な保健活動の取り組みの中から、人々の病気を予防するための取り組みを選ぶことができるようにする。 ・地域の保健活動について、課題の解決に向けての調べ学習や発表などの学習活動に、進んで取り組むことができるようにする。	健康のために自分が気をつけていること、また、学校で行われている活動について考えている。 ・人々の健康を守るために地域の保健所や保健センターでどんな活動が行われているのかを調べ、発表したりしている。
地域の保健活動	2	・人々の病気を予防するために、保健所や保健センターなどでは、健康な生活習慣に関わる情報提供や予防接種などの活動が行われていることを理解できるようにする。 ・地域の様々な保健活動の取り組みの中から、人々の病気を予防するための取り組みを選ぶことができるようにする。 ・地域の保健活動について、課題の解決に向けての調べ学習や発表などの学習活動に、進んで取り組むことができるようにする。	・自分たちの住んでいる地域の保健所や保健センターでどんな活動が行われているのかを進んで調べようとしている。