

令和4年度 体育科 評価規準(第1学年)

江戸川区立小松川第二小学校

単元名	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
多様な動きをつくる運動遊び	バランスをとったり、ものを使ったり、移動したり、力を試したりして、いろいろな動きをして遊ぶ。	○姿勢や方向を変えて、回る、寝ころぶ、起きる、座る、立つなどの動きを通して体のバランスをとる動きができる。 ○速さ、リズム、方向などを変えて、這う、歩く、走る、跳ぶ、はねるなどの動きができる。○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、用具に乗るなどの動きができる。 ○人を押す、引く、運ぶ、支えるなどをしたり、力比べをしたりするなどの動きができる。	○いろいろな多様な動きをつくる運動遊びの運動の行い方がわかる。 ○友達と一緒に運動したり用具を使って運動するなど、運動の行い方を選んでいる。 ○友達のよい動きを見つけている。 ○行ってみた運動の動きを変えたり、人数を増やしたりして行うなど、運動の行い方を工夫している。	○多様な動きをつくる運動遊びに進んで取り組もうとする。 ○運動の順番やきまりを守って運動しようとしている。 ○誰とでも仲よく、仲間とかかわり合って、協力したり助け合ったりして運動をしようとしている。 ○運動する場や用具などの安全に気を付けようとする。
固定施設を使った運動遊び	みんなで仲よく遊ぶ。	○運動場のいろいろな遊具で、登り下りや懸垂など、いろいろな動きができる。	○いろいろな遊具での簡単な遊び方を知っている。 ○遊ぶ遊具を変えながら、いろいろな遊び方を見つけている。 ○場や遊び方を選んだり、友達のよい動きを見つかったりしている。	○運動場のいろいろな固定施設を使った遊びに進んで取り組もうとする。 ○順番を守って友達と仲よく遊ぼうとする。 ○友達と協力して準備や後片づけをしようとする。 ○遊具や、遊具の周りの安全を確かめようとする。
マットを使った運動遊び	いろいろなマット遊びをして遊ぶ。	○マットに背中や腹などをつけていろいろな方向へ転がって遊んだり、手や背中で支持して逆立ちなどをしたりすることができる。	○いろいろなマット遊びの遊び方を知っている。 ○自分の力に合った遊びや、遊びに合った場を選んでいる。 ○友達のよい動きを見つけている。	○いろいろなマット遊びに進んで取り組もうとする。 ○順番を守ったり、きまりを守ったりして、友達と仲よくマット遊びをしようとする。 ○みんなと協力してマット遊びの準備や後片づけをしようとする。 ○場の安全を確かめようとする。
鉄棒を使った運動遊び	いろいろな鉄棒遊びをして遊ぶ。	○鉄棒を使って、跳び上がり跳び下りをして遊んだり、ぶら下がりや回転したりすることができる。 ○遊びを組み合わせることができる。	○いろいろな鉄棒遊びの遊び方を知っている。 ○自分の力に合った遊びや、遊びに合った場(鉄棒の高さ)を選んでいる。 ○友達のよい動きを見つけている。	○いろいろな鉄棒遊びに進んで取り組もうとする。 ○順番を守ったり、きまりを守ったりして、友達と仲よくマット遊びをしようとする。 ○みんなと協力して鉄棒遊びの準備や後片づけをしようとする。 ○場の安全を確かめようとする。
跳び箱を使った運動遊び	いろいろな跳び箱遊びをして遊ぶ。	○跳び箱を使って跳び乗りや跳び下りをして遊んだり、馬跳びやタイヤ跳びをしたりすることができる。	○いろいろな跳び箱遊びの遊び方を知っている。 ○自分の力に合った遊び方や、できそうな跳び方に合った場を選んでいる。 ○友達のよい動きを見つけている。 ○いろいろな練習のしかたを工夫している。	○いろいろな跳び箱遊びに進んで取り組もうとする。 ○順番を守ったり、きまりを守ったりして、仲よく跳び箱遊びをしようとする。 ○みんなと協力して跳び箱遊びの準備や後片づけをしようとする。 ○場の安全を確かめようとする。

走の運動遊び(くねくねコース)	いろいろなくねくねコースをつくって走ったり、友達のつくったコースで走ったりして遊ぶ。	○調子よく最後まで走ることができる。 ○いろいろなコースのロープに沿って体を傾けて走ることができる。 ○ゴールを走り抜けることができる。	○くねくねコースでの競走のしかたを知っている。 ○ロープでいろいろなくねくね走のコースを工夫してつくっている。 ○ロープが曲がっているところでの走り方がわかる。 ○友達のよい動きを見つけている。	○くねくね走のきまりや約束を決めて、みんなで仲よく進んで競走しようとする。 ○役割を分担して競走の準備や後片づけをしようとする。 ○きまりを守り、勝敗を素直に認めようとする。 ○競走を行う場所の安全に気をつけようとする。
跳の運動遊び(幅跳び遊び)	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。	○助走して片足や両足で遠くに跳ぶことができる。 ○強く踏みきって跳ぶことができる。 ○連続して跳ぶことができる。 ○安全に着地することができる。	○いろいろな幅跳び遊びの行い方を知っている。 ○自分に合ったいろいろな場を選んで遊んでいる。 ○遠くに跳ぶために跳び方を工夫している。 ○跳び比べの場や行い方を工夫している。 ○友達のよい動きを見つけている。	○いろいろな幅跳び遊びに進んで取り組もうとする。 ○順番を守ったり、きまりを守ったりして、仲よく幅跳び遊びをしようとする。 ○みんなと協力して幅跳び遊びの準備や後片づけをしようとする。 ○場の安全を確かめようとする。
水遊び	約束を守り、いろいろな水遊びをして遊ぶ。	○水中を1人で歩いたり走ったりできる。 ○顔を水につけて、息を吐くことができる。 ○水の中で目をあけることができる。 ○手を添えてもらって、伏し浮きができる。	○いろいろな水遊びの遊び方を知っている。 ○自分の力に合った遊びを選んでいる。 ○いろいろな水遊びの遊び方を工夫している。 ○危ない場所に行ったり、危ない遊び方をしたりしないように、気をつけている。	○水遊びに進んで取り組もうとする。 ○順番を守ったり、きまりや約束を守ったりして、仲よく、安全に水遊びをしようとする。
ボールゲーム(ボール遊び:ボールキープゲーム)	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。	○ボールを両手や片手でつくことができる。 ○ボールをつきながら相手を追いかけたり、タッチしたりすることができる。 ○ボールをつきながら相手のタッチをかわすことができる。	○ボールキープゲームの行い方を知っている。 ○ゲームの場やルールなどを工夫している。 ○ボールのつき方やタッチされないためのかわし方がわかる。	○約束を決めて、みんなと仲よく進んでボールキープゲームをして遊ぼうとする。 ○役割を分担してゲームの準備や後片づけをしようとする。 ○勝敗を素直に認めようとする。 ○ゲームを行う場の安全に気をつけようとする。
ボールゲーム(ボール投げゲーム)	いろいろな的当てゲームをして遊ぶ。	○片手や両手でボールを投げるができる。 ○ねらったところ(的)に向けてボールを投げるができる。 ○防御をかわしたり、防御のすきをついてボールを投げるができる。 ○防御が防ぎにくいボールを投げるができる。 ○相手が投げたボールを手や足ではじいたり、捕ったりして的を守ることができる。	○いろいろな的当てゲームの行い方を知っている。 ○ゲームの場や得点の方法など、ルールを工夫している。 ○ボールの投げ方、捕り方、はじき方などがわかり、攻め方・守り方を工夫している。	○約束を決めて、みんなと仲よく進んでボールを投げる的当てゲームをしようとする。 ○役割を分担してゲームの準備や後片づけをしようとする。 ○勝敗を素直に認めようとする。 ○ゲームを行う場の安全に気をつけようとする。
ボールゲーム(ボールけりゲーム)	いろいろな的当てゲームをして遊ぶ。	○足の甲や内側でボールをけることができる。 ○ねらったところ(的)に向けてボールをけることができる。 ○防御をかわしたり、防御のすきをついてボールをけることができる。 ○防御が防ぎにくいボールをけることができる。	○いろいろな的当てゲームの行い方を知っている。 ○ゲームの場や得点の方法など、ルールを工夫している。	○約束を決めて、みんなと仲よく進んでボールをける的当てゲームをしようとする。

		○相手がけったボールを足で止めたりけり返したり、捕ったりして的を守ることができる。	○ボールのけり方、捕り方、はじき方などがわかり、攻め方・守り方を工夫している。	○役割を分担してゲームの準備や後片づけをしようとする。 ○勝敗を素直に認めようとする。 ○ゲームを行う場の安全に気をつけようとする。
鬼遊び	いろいろな鬼遊びをして遊ぶ。	○すばやく走ったり、体をひねったりして、鬼のタッチをかわすことができる。 ○追いかけたり、すばやく方向を変えたりして、相手にタッチすることができる。	○いろいろな鬼遊びの行い方を知っている。 ○楽しくできるように、ルールや対戦相手などを工夫している。	○きまりや約束を決めてみんなと仲よく進んで鬼遊びをしようとする。 ○役割を分担して鬼遊びの準備や後片づけをしようとする。 ○つかまったら素直に認めようとする。
表現リズム遊び(リズム遊び)	リズムにのって、弾んで踊ったり、友達と一緒に踊ったりして遊ぶ。	○全身で弾む動きを中心に、走ったり、回ったり、スキップしたりして、簡単な動きでリズムにのることができる。 ○友達の動きに合わせて踊ったり、みんなと一緒に合わせて踊ったりできる。	○曲のリズムに合った動きをしている。 ○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。 ○スキップをしたり、変身したりなどの動きを取り入れたりして工夫している。	○リズムにのって、友達と気持ちを合わせて、進んで踊ろうとする。 ○約束やきまりを守り、友達とかかわり合って楽しく踊ろうとする。

単元名	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
多様な動きをつくる運動遊び	バランスをとったり,ものを 使ったり,移動したり,力を 試したりして,いろいろな 動きをして遊ぶ。	○姿勢や方向を変えて,回る,寝ころぶ,起きる,座る,立つなどの動きを通して体のバランスをとる動きができる。 ○速さ,リズム,方向などを変えて,這う,歩く,走る,跳ぶ,はねるなどの動きができる。 ○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,用具に乗るなどの動きができる。 ○人を押す,引く,運ぶ,支えるなどをしたり,力比べをしたりするなどの動きができる。	○いろいろな多様な動きをつくる運動遊びの運動の行い方がわかる。 ○友達と一緒に運動したり用具を使って運動するなど,運動の行い方を選んでいる。 ○友達のよい動きを見つけている。 ○行ってみた運動の動きを変えたり,人数を増やしたりして行うなど,運動の行い方を工夫している。	○多様な動きをつくる運動遊びに進んで取り組もうとする。 ○運動の順番やきまりを守って運動しようとしている。 ○誰とでも仲よく,仲間とかかわり合って,協力したり助け合ったりして運動をしようとしている。 ○運動する場や用具などの安全に気をつけようとする。
固定施設を使った運動遊び	体育館のいろいろな遊具 の遊びをして遊ぶ。	○体育館のいろいろな遊具で,登り下りや渡り歩き,跳びおりなど,いろいろな動きができる。	○いろいろな遊具での簡単な遊び方を知っている。 ○遊ぶ遊具を変えながら,いろいろな遊び方を見つけている。 ○場やび方を選んだり,友達のよい動きを見つけたりにしている。	○体育館のいろいろな固定施設を使った遊びに進んで取り組もうとする。 ○順番を守って友達と仲よく遊ぼうとする。 ○友と協力して準備や後片づけをしようとする。 ○遊具や,遊具の周りの安全を確かめようとする。
マットを使った運動遊び	いろいろなマット遊びをして遊ぶ。	○マットに背中や腹などをつけていろいろな方向へ転がって遊んだり,手や背中で支持して逆立ちなどをしたりすることができる。	○いろいろなマット遊びの遊び方を知っている。 ○自分の力に合った遊びや,遊びに合った場を選んでいる。 ○友達のよい動きを見つけている。	○いろいろなマット遊びに進んで取り組もうとする。 ○順番を守ったり,きまりを守ったりして,友達と仲よくマット遊びをしようとする。 ○みんなと協力してマット遊びの準備や後片づけをしようとする。 ○場の安全を確かめようとする。
鉄棒を使った運動遊び	いろいろな鉄棒遊びをして遊ぶ。	○鉄棒を使って,跳び上がり跳び下りをして遊んだり,ぶら下がりがや回転したりすることができる。 ○遊びを組み合わせることができる。	○いろいろな鉄棒遊びの遊び方を知っている。 ○自分の力に合った遊びや,遊びに合った場(鉄棒の高さ)を選んでいる。 ○友達のよい動きを見つけている。	○いろいろな鉄棒遊びに進んで取り組もうとする。 ○順番を守ったり,きまりを守ったりして,友達と仲よくマット遊びをしようとする。 ○みんなと協力して鉄棒遊びの準備や後片づけをしようとする。 ○場の安全を確かめようとする。
跳び箱を使った運動遊び	いろいろな跳び箱遊びをして遊ぶ。	○跳び箱を使って跳び乗りや跳び下りをして遊んだり,馬跳びやタイヤ跳びをしたりすることができる。	○いろいろな跳び箱遊びの遊び方を知っている。 ○自分の力に合った遊び方や,できそうな跳び方に合った場を選んでいる。 ○友達のよい動きを見つけている。 ○いろいろな練習のしかたを工夫している。	○いろいろな跳び箱遊びに進んで取り組もうとする。 ○順番を守ったり,きまりを守ったりして,仲よく跳び箱遊びをしようとする。 ○みんなと協力して跳び箱遊びの準備や後片づけをしようとする。 ○場の安全を確かめようとする。

走の運動遊び(ジグザグ走)	いろいろなジグザグコースをつくって走ったり、友達と競走やリレーをしたりして遊ぶ。	○調子よく最後まで走ることができる。 ○スピードを落とさずに引き継ぐことができる。 ○いろいろなコースで体を傾けて走ったり、まっすぐに走ったりすることができる。 ○ゴールを走り抜けることができる。	○引き継ぎ方がわかる。 ○友達のよい動きを見つけている。	○ジグザグ走のきまりや約束を決めて、みんなで仲よく進んで競走しようとする。 ○役割を分担して競走の準備や後片づけをしようとする。 ○きまりを守り、勝敗を素直に認めようとする。 ○競走を行う場所の安全に気をつけようとする。
走の運動遊び(ハードルリレー)	いろいろなコースをつくって走って跳び越したり、自分や友達のつくったコースでリレーをしたりして遊ぶ。	○調子よく、輪やミニハードルなどを跳び越して走ることができる。 ○高く跳び上がらずにハードルを跳び越すことができる。 ○くねくねコースではハードルの置き方に応じて、体をひねって走ることができる。 ○折り返したあとは、まっすぐ走ることができる。 ○引き継ぎ方が正しくできる。	○ハードルリレーの行い方を知っている。 ○ハードルの置き方を変えて、いろいろなコースを工夫してつくっている。 ○走り方やリレーにおける引き継ぎ方がわかり、工夫している。 ○友達のよい動きを見つけている。	○輪やミニハードルなどを置いたコースでハードルリレーができるように、きまりや約束を決めて、みんなで仲よく進んで競走しようとする。 ○役割を分担して競走の準備や後片づけをしようとする。 ○きまりを守り、勝敗を素直に認めようとする。 ○競走を行う場所の安全に気をつけようとする。
跳の運動遊び(高跳び遊び)	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。	○助走して片足や両足で高くぶことができる。 ○強く踏みきって跳ぶことができる。 ○連続して跳ぶことができる。 ○安全に着地することができる。	○いろいろな高跳び遊びの行い方を知っている。 ○自分に合ったいろいろな高さや場を選んで遊んでいる。 ○高く跳ぶために跳び方を工夫している。 ○跳び比べの場や行い方を工夫している。 ○友達のよい動きを見つけている。	○いろいろな高跳び遊びに進んで取り組もうとする。 ○順番を守ったり、きまりを守ったりして、仲よく高跳び遊びをしようとする。 ○みんなと協力して高跳び遊びの準備や後片づけをしようとする。 ○場の安全を確かめようとする。
水遊び	約束を守り、いろいろな水遊びをして遊ぶ。	○水に潜って、息を吐いたり、目をあけたりすることができる。 ○水に浮いて、立つことができる。 ○けのびやばた足で進むことができる。	○いろいろな水遊びの遊び方を知っている。 ○自分の力に合った遊びを選んでいる。 ○いろいろな水遊びの遊び方を工夫している。 ○危ない場所に行ったり、危ない遊び方をしたりしないように、気をつけている。	○水遊びに進んで取り組もうとする。 ○順番を守ったり、きまりや約束を守ったりして、仲よく、安全に水遊びをしようとする。
ボールゲーム(ボール遊び:スローゴルフゲーム)	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。	○ボールをオーバースローで遠くに投げるができる。 ○的に向かってボールを投げるができる。	○スローゴルフゲームの行い方を知っている。 ○いろいろなルールや的を工夫している。 ○弾まないボールの工夫をしている。	○いろいろなボールでスローゴルフゲームに進んで取り組もうとする。 ○いろいろな種類のボールの使い方や場のきまりを守って、仲よく遊ぼうとする。 ○役割を分担して場の準備や後片づけをしようとする。 ○勝敗を素直に認めようとする。 ○ゲームを行う場の安全に気をつけようとする。
ボールゲーム(ボール)	いろいろなドッジボールをして遊ぶ。	○ねらったところにボールを投げるができる。 ○体をひねったりしてボールをかわすことができる。	○いろいろなドッジボールの行い方を知っている。	○約束を決めて、みんなと仲よく進んでドッジボールをしようとする。

投げゲーム)		○ボールを両手で受けることができる。 ○パスをもらってボールを当てやすい位置に動くことができる。	○ゲームの場や得点の方法など、ルールを工夫している。 ○ボールの投げ方、捕り方、かわし方などがわかり、攻め方・守り方を工夫している。	○役割を分担してゲームの準備や後片づけをしようとする。 ○勝敗を素直に認めようとする。 ○ゲームを行う場の安全に気をつけようとする。
ボールゲーム(ボールけりゲーム)	ボールをとられないようにして、「めざせ！ 宝島ゲーム」をして遊ぶ。	○相手をかかわして、ドリブルでボールを運ぶことができる。 ○相手とボールの間に自分の体を入れて、ボールを奪われないようにすることができる。 ○キープしている相手ボールをコートの外へけり出したり、奪ったりすることができる。 ○ボールを止めることができる。 ○ドリブルしているボールを奪うことができる。	○「めざせ！ 宝島ゲーム」の行い方を知っている。 ○ゲームの場や得点の方法など、ルールを工夫している。 ○ボールの運び方、けり方、止め方などがわかり、攻め方・守り方を工夫している。	○約束を決めて、みんなと仲よく進んで「めざせ！ 宝島ゲーム」をしようとする。 ○役割を分担してゲームの準備や後片づけをしようとする。 ○勝敗を素直に認めようとする。 ○ゲームを行う場の安全に気をつけようとする。
鬼遊び	いろいろな鬼遊びをして遊ぶ。	○すばやく走ったり、体をひねったりして、鬼のタッチをかかわすことができる。 ○追いかけたり、すばやく方向を変えたりして、相手にタッチすることができる。	○いろいろな鬼遊びの行い方を知っている。 ○楽しくできるように、ルールや対戦相手などを工夫している。	○きまりや約束を決めてみんなと仲よく進んで鬼遊びをしようとする。 ○役割を分担して鬼遊びの準備や後片づけをしようとする。 ○つかまったら素直に認めようとする。
表現リズム遊び(リズム遊び)	リズムにのって、弾んで踊ったり、友達と一緒に踊ったりして遊ぶ。	○全身で弾む動きを中心に、走ったり、回ったり、スキップしたりして、簡単な動きでリズムにのることができる。 ○友達の動きに合わせて踊ったり、みんなと一緒に合わせて踊ったりできる。	○曲のリズムに合った動きをしている。 ○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。 ○スキップをしたり、音を出したりなどの動きを取り入れたりして工夫している。 ○体のどの部位を使えば音が出るか、用具はどうすればよい音が出るかなど、工夫している。	○リズムにのって、友達と気持ちを合わせて、進んで踊ろうとする。 ○約束やきまりを守り、友達とかわり合って楽しく踊ろうとする。

令和4年度 体育科 評価規準(第3学年)

江戸川区立小松川第二小学校

単元名	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
多様な動きをつくる運動	用具を使ったり力試しをしたり、バランスをとったり、移動したり、それぞれの動きを組み合わせたりしていろいろな動きを身につける。	○姿勢や方向を変えて、回る、寝ころぶ、起きる、座る、立つなどの動きを通して体のバランスをとる動きができる。 ○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、下りるなどの動きができる。 ○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、用具に乗るなどの動きができる。 ○人を押す、引く、運ぶ、支えるなどをしたり、力比べをしたりするなどの動きができる。 ○いろいろな動きを組み合わせた動きができる。	○いろいろな多様な動きをつくる運動の行い方がわかる。 ○友達と一緒に運動したり用具を使って運動したりするなど、運動の行い方を選んでいる。 ○友達のよい動きを見つけている。 ○行ってみた運動の動きを変えたり、人数を増やしたりして行うなど、運動の行い方を工夫している。	○いろいろな多様な動きをつくる運動に進んで取り組もうとする。 ○いろいろな用具の使い方や場のきまりを守って、友達と励まし合って運動しようとする。 ○友達と協力して、用具の準備や後片づけをしようとしている。 ○場や用具の使い方などの安全を確かめようとしている。
マット運動	「基本の技」や「進んだ技」に挑戦したり、できる技を組み合わせたりする。	○平らなマットの上で回転技ができる。 ○平らなマットの上で倒立技ができる。 ○技を連続したり、組み合わせたりできる。	○基本的な技の動き方や技のポイントがわかる。 ○できる技の連続やいろいろな組み合わせを理解し、自分に合っためあてを考えている。 ○自分の力に合ったできそうな技を挑戦技として選び、練習にふさわしい場を選んでいる。 ○練習のしかたがわかり、工夫している。	○自分に合っためあてをもって、意欲的にマット運動に取り組んで楽しもうとする。 ○みんなと協力して活動の場の準備や後片づけをしたり、場の安全や活動の安全を確かめたりして運動しようとする。 ○同じ練習の場に集まった友達と教え合ったり、見合ったりして練習しようとする。
鉄棒運動	「基本の技」や「進んだ技」に挑戦したり、できる技を組み合わせたりする。	○鉄棒を使って上がり技ができる。 ○鉄棒を使って回転技ができる。 ○鉄棒を使っており技ができる。 ○できる技の連続や、上がる－回る－おりるの組み合わせができる。	○基本的な技の動き方や技のポイントがわかる。 ○できる技の連続やいろいろな組み合わせを理解し、自分に合っためあてを考えている。 ○自分の力に合ったできそうな技を挑戦技として選び、練習にふさわしい場を選んでいる。 ○練習のしかたがわかり、工夫している。	○自分に合っためあてをもって、意欲的に鉄棒運動に取り組んで楽しもうとする。 ○みんなと協力して活動の場の準備や後片づけをしたり、場の安全や活動の安全を確かめたりして運動しようとする。 ○同じ練習の場に集まった友達と教え合ったり、見合ったりして練習しようとする。
跳び箱運動	「基本の技」に挑戦したり、「進んだ技」に挑戦したりする。	○跳び箱で切り返し系の技が安定してできる。 ○跳び箱で回転系の技ができる。	○基本的な技の動き方や技のポイントがわかる。 ○できる跳び方で、自分の力に合った向きや高さの跳び箱を選んでいる。 ○自分のできそうな跳び方にふさわしい跳び箱や練習の場を選んでいる。 ○練習のしかたがわかり、工夫している。	○自分に合っためあてをもって、意欲的に跳び箱運動に取り組んで楽しもうとする。 ○みんなと協力して活動の場の準備や後片づけをしたり、場の安全や活動の安全を確かめたりして運動しようとする。 ○同じ練習の場に集まった友達と教え合ったり、見合ったりして練習しようとする。
かけっこ・リレー	いろいろなくねくねコースで競走したり、きまりを決めてリレーをする。	○スタート姿勢から素早く走り出すことができる。 ○腕を前後に大きく振り、膝を前に振り上げるようにして調子よく走ることができる。 ○前傾姿勢で走ることができる。 ○走りながら相手の手のひらに確実にバトンプスすることができる。 ○コーナーで体を内側に軽く傾けて走ることができる。 ○くねくねコースでは体を左右に傾けて、コースに沿って走ることができる。	○ロープを使ったくねくねコースや、折り返しリレーなどのコースのつくり方がわかる。 ○走り方のポイントがわかり、自分の課題を見つけている。 ○速く走るための練習方法がわかり、自分の力に合った練習方法や練習の場を選んでいる。 ○くねくねコースでの競走やリレーのしかた(きまり)について知り、話し合って決めている。 ○チーム内で互いに教え合っている。	○かけっこ・リレーに進んで取り組もうとしている。 ○かけっこ・リレーの行い方のきまりを守り、友達と励まし合って、練習や競走をしようとしている。 ○勝ち負けを素直に認めようとしている。 ○友達と協力して、コースの準備や後片づけをしようとしている。

			○学習の進め方がわかり、それに基づいて相手チームを選んだり、きまりを決めたりしている。	○コースや練習の場の安全を確かめようとしている。
小型ハードルリレー	いろいろなリズムで小型ハードルを走り越したり、自分に合ったリズムで走り越したりして競走する。	○いろいろな小型ハードルのコースをリズムにのって調子よく走りながら、小型ハードルを走り越すことができる。 ○一定間隔に並べられたハードル(40mにハードル3台)を一定のリズムで走り越すことができる。	○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のつくり方がわかり、自分に合ったコースを選んでいる。 ○走り越し方のポイントがわかり、自分の課題を見つけている。 ○速く走り越すための練習方法がわかり、自分の力に合った練習方法や練習の場を選んでいる。 ○1対1の競走のしかた(きまり)について知り、話し合っていて決めている。 ○友達と互いに教え合っている。 ○学習の進め方がわかり、それに基づいて相手チームを選んだり、きまりを決めたりしている。	○小型ハードル走に進んで取り組もうとしている。 ○小型ハードル走の行い方のきまりを守り、友達と励まし合って、練習や競走をしようとしている。 ○勝ち負けを素直に認めようとしている。 ○友達と協力して、コースの準備や後片づけをしようとしている。 ○コースや練習の場の安全を確かめようとしている。
走り幅跳び	短い助走で調子よく踏みきり、遠くへ跳ぶ。	○スピードを落とさないでリズムカルな助走ができる。 ○踏みきり足を決めて足の裏全体で強く踏みきり、遠くへ跳ぶことができる。	○走り幅跳びのポイントがわかり、自分の課題を見つけている。 ○めやす記録の決め方を理解し、自分の力に合っためやす記録を決めている。 ○遠くに跳ぶための練習方法を理解し、自分の力に合った練習方法や練習の場を選んでいる。 ○自分の力に合った助走距離を決めている。 ○跳び比べのしかた(きまり)について知り、話し合っていて決めている。	○走り幅跳びに進んで取り組もうとしている。 ○走り幅跳びの行い方のきまりを守り、友達と励まし合って、練習や競走をしようとしている。 ○勝ち負けを素直に認めようとしている。 ○友達と協力して、場の準備や後片づけをしようとしている。 ○場の安全を確かめようとしている。
浮く・泳ぐ運動	いろいろな浮き方をしたり、面かぶりでクロールや平泳ぎをしたりする。	○いろいろな浮き方ができる。 ・くらげ浮き、伏し浮き、背浮き ・伏し浮きから背浮き、け伸び ○補助具を使ってクロール、平泳ぎで泳ぐことができる。 ○面かぶりでクロールや面かぶりで平泳ぎで泳ぐことができる。	○浮く・泳ぐ運動の動き方と動きのポイントがわかる。 ○自分に合っためあてを考えている。 ○自分の力に合ったできそうな浮き方・泳ぎ方を選び、練習にふさわしい場を選んでいる。 ○練習のしかたがわかり、自分のめあてに合わせて工夫している。	○自分の力に合っためあてをもって意欲的に浮く・泳ぐ運動に取り組もうとしている。 ○自分ができそうな新しい浮き方・泳ぎ方を、積極的に練習して身につけようとする。 ○友達(バディ)と協力したり、補助し合ったり、声をかけ合ったりして練習しようとしている。 ○友達と協力して、補助具などの準備や後片づけをしようとしている。 ○自分の体の調子を確かめ、プールのきまりや浮く・泳ぐ運動の約束を守って、安全に気をつけようとしている。
ゴール型ゲーム(リングゲーム)	みんなで攻め方・守り方を工夫して、リングゲームをしよう。	○マークする相手を決めて守ったり、守る範囲を決めたりして得点を防ぐことができる。 ○ボールをもったときに、ゴールに体を向けることができる。 ○ボールを上から投げたり、下から投げたりするなどの使い分けをして、味方にパスを出すことができる。 ○ドリブルでボールをゴール近くまで運ぶことができる。 ○相手のマークを外し、パスを受けやすい位置に移動してパスを受けることができる。	○失点の少なさを競うハーフ・リングゲームの意味や行い方がわかり、ルールを話し合っていて決めている。 ○得点の多さを競うリングゲームの行い方がわかり、ルールを話し合っていて決めている。 ○自チームや相手チームの特徴を理解し、チームで簡単な作戦(攻め方・守り方)を立ててゲームをしている。	○リングゲームに進んで取り組もうとしている。 ○ハーフ・リングゲームやリングゲームの約束やルールを守り、友達と励まし合って、練習やゲームを行おうとしている。 ○勝ち負けを素直に認めようとしている。 ○反則やマナー(約束)違反について、自ら手をあげるなどして認めようとする(セルフジャッジ)。

			○ゲームの合間の話し合いで改善するところなどを見つけ、それに合った練習のしかたを選択・工夫している。 ○セルフジャッジをしている。	○友達と協力して、コート準備や後片づけをしようとしている。 ○ゲームを行う場や練習の場の安全を確かめようとしている。
ゴール型ゲーム(ハンドボール)	攻め方・守り方を工夫して、逆向きゴールハンドボールやハンドボールをする。	○ドリブルでボールをゴール近くまで運ぶことができる。 ○片手での上からのパスや下からのパスなどの使い分けをして、味方にパスを出すことができる。 ○ボールをもったときに、ゴールに体を向けることができる。 ○マークする相手を決めて守ったり、守る範囲を決めたりして得点を防ぐことができる。 ○相手のマークを外し、パスを受けやすい位置に移動してパスを受けることができる。	○守りが有利な逆向きゴールハンドボールの意味やハンドボールの行い方がわかり、ルールを話し合っている。 ○自チームや相手チームの特徴を理解し、チームで簡単な作戦(攻め方・守り方)を立ててゲームをしている。 ○ゲームの合間の話し合いで改善するところなどを見つけ、それに合った練習のしかたを選択・工夫している。 ○セルフジャッジをしている。	○ハンドボールに進んで取り組もうとしている。 ○逆向きゴールハンドボールやハンドボールの約束やルールを守り、友達と励まし合って、練習やゲームを行おうとしている。 ○勝ち負けを素直に認めようとしている。 ○反則やマナー(約束)違反について、自ら手をあげるなどして認めようとする(セルフジャッジ)。 ○友達と協力して、コート準備や後片づけをしようとしている。 ○ゲームを行う場や練習の場の安全を確かめようとしている。
ゴール型ゲーム(ボール運びゲーム)	タグを取られないように工夫して、ボール運びゲームをする。	○相手のマークをかわしてボールを持って走ることができる。 ○近くにいるフリーの味方にボールを手渡ししたり、パスをしたりすることができる。 ○パスを受けてトライすることができる。 ○相手の動きを予測してタグを取り、トライを防ぐことができる。	○ボール運びゲームの行い方がわかり、ルールを話し合っている。 ○自チームや相手チームの特徴を理解し、チームで簡単な作戦(攻め方・守り方)を立ててゲームをしている。 ○ゲームの合間の話し合いで改善するところなどを見つけ、それに合った練習のしかたを選択・工夫している。 ○セルフジャッジをしている。	○ボール運びゲームに進んで取り組もうとしている。 ○ボール運びゲームの約束やルールを守り、友達と励まし合って、練習やゲームを行おうとしている。 ○勝ち負けを素直に認めようとしている。 ○反則やマナー(約束)違反について、自ら手をあげるなどして認めようとする(セルフジャッジ)。 ○友達と協力して、コート準備や後片づけをしようとしている。 ○ゲームを行う場や練習の場の安全を確かめようとしている。
ネット型ゲーム(ブレルボール)	みんなで攻め方・守り方を工夫して、ブレルボールやアタックブレルボールをする。	○片手や両手でボールを打ちつけることができる。 ○打ちやすいボールをパスすることができる。 ○相手コートにボールを返すことができる。 ○自陣でワンバウンドさせずに相手コートにボールを強く打ち返すことができる。 ○ボールの方向に体を向けたり、ボールを打ちやすい位置に動いたりすることができる。	○ブレルボールの行い方がわかり、ルールを話し合っている。 ○アタックブレルの行い方がわかり、ルールを話し合っている。 ○自チームや相手チームの特徴を理解し、チームで簡単な作戦(攻め方・守り方)を立ててゲームをしている。 ○ゲームの合間の話し合いで改善するところなどを見つけ、それに合った練習のしかたを選択・工夫している。 ○セルフジャッジをしている。	○ブレルボールに進んで取り組もうとしている。 ○ブレルボールやアタックブレルの約束やルールを守り、友達と励まし合って、練習やゲームを行おうとしている。 ○勝ち負けを素直に認めようとしている。 ○反則やマナー(約束)違反について、自ら手をあげるなどして認めようとする(セルフジャッジ)。 ○友達と協力して、コート準備や後片づけをしようとしている。 ○ゲームを行う場や練習の場の安全を確かめようとしている。

リズムダンス(ロック・サンバ)	ロックやサンバのリズムにのって弾んで踊ったり、動きに変化をつけたり、友達とかかわり合って踊ったりする。	○へそを中心に全身で弾むようにして、即興で踊ることができる。 ○友達の動きをまねしたり、手をつないで動いたりするなど、友達と対応して踊ることができる。	○リズムの特徴に合った体の動かし方を工夫している。 ○体の動きの変化のつけ方や、相手との対応のしかたを工夫している。	○ロックやサンバのリズムにのって全身で踊って楽しもうとする。 ○友達と気持ちを合わせたり、よいところを見つけていたりして、仲よく進んで踊ろうとする。
健康な生活	○健康のすばらしさと心身の健康な状態を理解して、それらは自分の体と身のまわりの要因がかかわっていることを理解する。 ○毎日を健康に過ごすためには、食事、運動、休養・睡眠の規則正しい生活を続けて、自分に合った生活リズムをつくることが大切であることを理解する。 ○毎日を健康に過ごすためには、手や足などの体の清潔、ハンカチや衣服などの身のまわりの清潔を保つ必要があることを理解する。 ○毎日を健康に過ごすためには、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ことを理解する。	○健康とは心や体の調子のよい状態をいうこと、健康の保持増進には身のまわりの環境を整える必要があることを言ったり書いたりしている。 ○自分に合った生活のリズムがつくることが、健康の持増進に大切なことを言ったり書いたりしている。 ○健康の保持増進のためには、石鹸での手洗いや下着や靴下の取り換えなど、毎日、体や身のまわりの清潔を保つ必要があることを、言ったり書いたりしている。 ○健康な生活を送るためには生活環境を整える必要があること、そのための適切な明るさの調節や換気のしかたなど、具体的な方法を言ったり書いたりしている。	○こうしているから健康でいられるということを、自分の体とまわりの環境に分けて考え、説明している。 ○健康な心身の状態や、健康のよさについて考え、説明している。 ○自分に合った生活のリズムの見つけ方を説明している。 ○手や足などの体の清潔、ハンカチや下着などのまわりの清潔を保つ必要性について理解し、自分の生活の中での実践化を考え、説明している。 ○健康な生活を送るために、部屋の明るさの調節や、換気の必要性について理解し、自分の生活と照らし合わせて実践化を考え、説明している。	○健康や、自分の1日の生活のしかたに関心を示し、規則正しい生活のしかたについて、自分の日常生活と照らし合わせて注意を向けている。 ○毎日の食事、運動、休養・睡眠に関心を示し、生活のしかたに気をつけて自分に合った生活リズムをつくろうとしている。 ○健康な生活に関心をもち、体や身のまわりを清潔にしようとしている。 ○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。

令和4年度 体育科 評価規準(第4学年)

江戸川区立小松川第二小学校

単元名	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
多様な動きをつくる運動	用具を使ったり力試しをしたり、バランスをとったり、移動したり、それぞれの動きを組み合わせたりしていろいろな動きを身につける。	○姿勢や方向を変えて、回る、寝ころぶ、起きる、座る、立つなどの動きを通して体のバランスをとる動きができる。 ○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、下りるなどの動きができる。 ○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、用具に乗るなどの動きができる。 ○人を押す、引く、運ぶ、支えるなどをしたり、力比べをしたりするなどの動きができる。 ○いろいろな動きを組み合わせた動きができる。	○いろいろな多様な動きをつくる運動の行い方がわかる。 ○友達と一緒に運動したり用具を使って運動したりするなど、運動の行い方を選んでいる。 ○友達のよい動きを見つけている。 ○行ってみた運動の動きを変えたり、人数を増やしたりして行うなど、運動の行い方を工夫している。	○いろいろな多様な動きをつくる運動に進んで取り組もうとする。 ○いろいろな用具の使い方や場のきまりを守って、友達と励まし合って運動しようとする。 ○友達と協力して、用具の準備や後片づけをしようとしている。 ○場や用具の使い方などの安全を確かめようとしている。
マット運動	できそうないろいろな技に挑戦したり、できる技の繰り返しや組み合わせに挑戦したりする。	○平らなマットの上で、回転技がなめらかにできる。 ○平らなマットの上で、倒立技がなめらかにできる。 ○技を連続したり、組み合わせたりできる。	○基本的な技の動き方や技のポイントがわかる。 ○できる技の連続やいろいろな組み合わせを理解し、自分に合っためあてを考えている。 ○自分の力に合ったできそうな技を挑戦技として選び、練習にふさわしい場を選んでいる。 ○練習のしかたがわかり、工夫している。	○自分に合っためあてをもって、意欲的にマット運動に取り組んで楽しもうとする。 ○みんなと協力して活動の場の準備や後片づけをしたり、場の安全や活動の安全を確かめたりして運動しようとする。 ○同じ練習の場に集まった友達と教え合ったり、見合ったりして練習しようとする。
鉄棒運動	「基本の技」や「進んだ技」に挑戦したり、できる技の組み合わせに挑戦したりする。	○鉄棒を使って、上がり技が安定してできる。 ○鉄棒を使って、回転技が安定してできる。 ○鉄棒を使って、おり技が安定してできる。 ○できるようになった技について、「上がる－一回る－おりる」と連続したり、ほかの技と組み合わせたりしてできる。	○基本的な技の動き方や技のポイントがわかる。 ○できる技の連続やいろいろな組み合わせを理解し、自分に合っためあてを考えている。 ○自分の力に合ったできそうな技を挑戦技として選び、練習にふさわしい場を選んでいる。 ○練習のしかたがわかり、工夫している。	○自分に合っためあてをもって、意欲的に鉄棒運動に取り組んで楽しもうとする。 ○みんなと協力して活動の場の準備や後片づけをしたり、場の安全や活動の安全を確かめたりして運動しようとする。 ○同じ練習の場に集まった友達と教え合ったり、見合ったりして練習しようとする。
跳び箱運動	「基本の技」に挑戦したり、「進んだ技」に挑戦したりする。	○跳び箱で、切り返し系の技が安定してできる。 ○跳び箱で、回転系の技が安定してできる。	○基本的な技の動き方や技のポイントがわかる。 ○できる跳び方で、自分の力に合った向きや高さの跳び箱を選んでいる。 ○自分のできそうな跳び方にふさわしい跳び箱や練習の場を選んでいる。 ○練習のしかたがわかり、工夫している。	○自分に合っためあてをもって、意欲的に跳び箱運動に取り組んで楽しもうとする。 ○みんなと協力して活動の場の準備や後片づけをしたり、場の安全や活動の安全を確かめたりして運動しようとする。 ○同じ練習の場に集まった友達と教え合ったり、見合ったりして練習しようとする。
かけっこ・リレー	いろいろなかけっこをしたり、きまりを工夫してチーム対抗のリレーをしたりする。	○スタート姿勢から素早く走り出すことができる。 ○腕を前後に大きく振り、調子よく走ることができる。 ○前傾姿勢で走ることができる。 ○走りながら相手の手のひらに確実にバトンパスすることができる。 ○コーナーで体を内側に軽く傾けて走ることができる。	○走り方やリレーのポイントがわかり、自分の課題を見つけている。 ○速く走るための練習方法を理解し、自分の力に合った練習方法や練習の場を選んでいる。 ○競走のしかた(きまり)について知り、話し合って決めている。	○かけっこ・リレーに進んで取り組もうとしている。 ○かけっこ・リレーの行い方のきまりを守り、友達と励まし合って、練習や競走をしようとしている。 ○勝ち負けを素直に認めようとしている。 ○友達と協力して、コースの準備や後片づけをしようとしている。 ○コースや練習の場の安全を確かめようとしている。

小型ハードルリレー	いろいろなコースで、リズムを感じながら走り越したり、自分に合ったリズムで競争したりする。	○インターバルの距離や小型ハードルの高さなどに応じて、いろいろなリズムで小型ハードルを走り越すことができる。 ○一定間隔に並べられたハードル(40mにハードル3台)の間を3歩か5歩の一定のリズムで走り越すことができる。	○小型ハードルの走り越し方のポイントがわかり、自分の課題を見つけている。 ○速く走り越すための練習方法を理解し、自分の力に合った練習方法や練習の場を選んでいる。 ○競走のしかた(きまり)について知り、話し合っている。	○小型ハードル走に進んで取り組もうとしている。 ○小型ハードル走の行い方のきまりを守り、友達と励まし合って、練習や競走をしようとしている。 ○勝ち負けを素直に認めようとしている。 ○友達と協力して、コースの準備や後片づけをしようとしている。 ○コースや練習の場の安全を確かめようとしている。
走り高跳び	短い助走で調子よく踏みきり、高く跳ぶ。	○3～5歩でリズムカルに助走することができる。 ○振り上げ足を大きく振り上げることができる。 ○両腕も大きく振り上げることができる。 ○バーを跳び越し、膝を曲げて柔らかく安全に着地することができる。	○走り高跳びのポイントがわかり、自分の課題を見つけている。 ○めやす記録の決め方を理解し、自分の力に合っためやす記録を決めている。 ○高く跳ぶための練習方法を理解し、自分の力に合った練習方法や練習の場を選んでいる。 ○跳び比べのしかた(きまり)について知り、話し合っている。	○走り高跳びに進んで取り組もうとしている。 ○走り高跳びの行い方のきまりを守り、友達と励まし合って、練習や跳び比べをしようとしている。 ○勝ち負けを素直に認めようとしている。 ○友達と協力して、場の準備や後片づけをしようとしている。 ○競争の場や練習の場の安全を確かめようとしている。
浮く・泳ぐ運動	面かぶりでクロールや平泳ぎをしたり、呼吸に気をつけてクロールや平泳ぎをしたりする。	○補助具を使ってクロールで泳ぐことができる。 ○補助具を使って平泳ぎで泳ぐことができる。 ○面かぶりでクロールで泳ぐことができる。 ○面かぶりで平泳ぎで泳ぐことができる。 ○呼吸をしながら足泳ぎで泳ぐことができる。 ○呼吸をしながらかえる足泳ぎで泳ぐことができる。	○浮く・泳ぐ運動の動き方と動きのポイントがわかる。 ○自分に合っためあてを考えている。 ○自分の力に合ったできそうな浮き方・泳ぎ方を選び、練習にふさわしい場を選んでいる。 ○練習のしかたがわかり、自分のめあてに合わせて工夫している。	○自分の力に合っためあてをもって意欲的に浮く・泳ぐ運動に取り組もうとしている。 ○自分ができそうな新しい浮き方・泳ぎ方を、積極的に練習して身につけようとする。 ○友達(バディ)と協力したり、補助し合ったり、声をかけ合ったりして練習しようとしている。 ○友達と協力して、補助具などの準備や後片づけをしようとしている。 ○自分の体の調子を確かめ、プールのきまりや浮く・泳ぐ運動の約束を守って、安全に気をつけようとしている。
ゴール型ゲーム(ハーフバスケットボール)	守り方や攻め方を工夫したり、相手に応じた作戦を立てたりしてハーフバスケットボールをする。	○マークする相手を決めて守ったり、守る範囲を決めて得点を防ぐことができる。 ○ボールをもったときに、ゴールに体を向けることができる。 ○チェストパスやショルダーパスの使い分けをして、味方にパスを出すことができる。 ○ドリブルでボールをゴール近くまで運ぶことができる。 ○相手のマークを外してパスを受けやすい位置に移動して、パスを受けることができる。	○失点の少なさを競うハーフバスケットボールの行い方がわかり、ルールを話し合っている。 ○得点の多さを競うハーフバスケットボールの行い方がわかり、ルールを話し合っている。 ○自チームや相手チームの特徴を理解し、チームで簡単な作戦(攻め方・守り方)を立ててゲームをしている。 ○ゲームの合間の話し合いで改善するところなどを見つけ、それに合った練習のしかたを選択・工夫している。 ○セルフジャッジをしている。	○ハーフバスケットボールに進んで取り組もうとしている。 ○ハーフバスケットボールの約束やルールを守り、友達と励まし合って、練習やゲームを行おうとしている。 ○勝ち負けを素直に認めようとしている。 ○反則やマナー(約束)違反について、自ら手をあげるなどして認めようとする(セルフジャッジ)。 ○友達と協力して、コートや準備や後片づけをしようとしている。 ○ゲームを行う場や練習の場の安全を確かめようとしている。
ゴール型ゲーム(サッカー)	みんなで攻め方・守り方を工夫して、グリッドサッカーやスモールサッカーをする。	○ボールをもったときに、ゴールに体を向けることができる。 ○マークする相手を決めて守ったり、守る範囲を決めて得点を防ぐことができる。 ○インステップキックとインサイドキックの使い分けをして、味方にパスを出すことができる。	○グリッドサッカーの意味や行い方がわかり、ルールを話し合っている。 ○スモールサッカーの行い方がわかり、ルールを話し合っている。	○グリッドサッカーやスモールサッカーに進んで取り組もうとしている。 ○グリッドサッカーやスモールサッカーの約束やルールを守り、友達と励まし合って、練習やゲームを行おうとしている。 ○勝ち負けを素直に認めようとしている。

		○ドリブルでボールをゴール近くまで運ぶことができる。 ○相手のマークを外してパスを受けやすい位置に移動して、パスを受けることができる。	○自チームや相手チームの特徴を理解し、チームで簡単な作戦(攻め方・守り方)を立ててゲームをしている。 ○ゲームの合間の話し合いで改善するところなどを見つけ、それに合った練習のしかたを選択・工夫している。 ○セルフジャッジをしている。	○反則やマナー(約束)違反について、自ら手をあげるなどして認めようとする(セルフジャッジ)。 ○友達と協力して、コート準備や後片づけをしようとしている。 ○ゲームを行う場や練習の場の安全を確かめようとしている。
ネット型ゲーム(キャッチバレーボール)	ルールや攻め方・守り方を工夫して、キャッチバレーボールをする。	○ボールの方向に体を向けて、ボールをキャッチしたりレシーブしやすいところへ動いたりすることができる。 ○相手コート内にサーブできる。 ○ボールの真下や正面にまわりこんでボールをキャッチし、パスしたり、相手コートの相手のいないところにボールを返したり(落としたり)することができる。 ○オーバーハンドパスやアンダーハンドパスなどの使い分けをして、味方にパスすることができる。	○キャッチバレーボールの意味や行い方がわかり、ルールを話し合っている。 ○自チームや相手チームの特徴を理解し、チームで簡単な作戦(攻め方・守り方)を立ててゲームをしている。 ○ゲームの合間の話し合いで改善するところなどを見つけ、それに合った練習のしかたを選択・工夫している。 ○セルフジャッジをしている。	○キャッチバレーボールに進んで取り組もうとしている。 ○キャッチバレーボールの約束やルールを守り、友達と励まし合って、練習やゲームを行おうとしている。 ○勝ち負けを素直に認めようとしている。 ○反則やマナー(約束)違反について、自ら手をあげるなどして認めようとする(セルフジャッジ)。 ○友達と協力して、コート準備や後片づけをしようとしている。 ○ゲームを行う場や練習の場の安全を確かめようとしている。
ベースボール型ゲーム(三角ベース)	ルールを工夫して、いろいろな三角ベースボールをする。	○ゴロやフライなどの向かってくるボールの正面に動き、ボールを捕ることができる。 ○相手が取りやすい送球や返球ができる。 ○ティーの上のボールやピッチャーが投げたボールをフェアグラウンドに打つことができる。 ○ベースに向かって全力で走り、駆け抜けることができる。	○三角ベースボール(バットレスベースボール、ティーボール)の意味や行い方がわかり、ルールを話し合っている。 ○自チームや相手チームの特徴を理解し、チームで簡単な作戦(攻め方・守り方)を立ててゲームをしている。 ○ゲームの合間の話し合いで改善するところなどを見つけ、それに合った練習のしかたを選択・工夫している。 ○セルフジャッジをしている。	○三角ベースボール(バットレスベースボール、ティーボール)に進んで取り組もうとしている。 ○三角ベースボールの約束やルールを守り、友達と励まし合って、練習やゲームを行おうとしている。 ○勝ち負けを素直に認めようとしている。 ○反則やマナー(約束)違反について、自ら手をあげるなどして認めようとする(セルフジャッジ)。 ○友達と協力して、コート準備や後片づけをしようとしている。 ○ゲームを行う場や練習の場の安全を確かめようとしている。
リズムダンス(ロック・サンバ)	ロックやサンバのリズムにのって弾んで踊ったり、動きに変化をつけたり、友達とかかわり合って踊ったりする。	○ロックやサンバなどの曲のリズムにのって、全身で弾んで踊ることができる。 ○友達の動きと対応したり、グループで輪になって踊ったりするなど、人とかかわり合って踊ることができる。	○自分の踊りやすい曲を選び、その特徴を理解して、動きを工夫している。 ○楽しく踊るための体の動きの変化や、相手との対応のしかたなどを考え、工夫している。	○ロックやサンバなどのリズムにのって全身で踊って楽しもうとする。 ○友達と気持ちを合わせたり、よいところを見つけたりして仲よく進んで踊ろうとする。
育ちゆく体とわたし	○思春期になると体つきが変化して、男女の体つきの特徴があらわれたり、初経、精通が起こったりして、しだいに大人に近づいていくことを理解する。 ○思春期の体に起こるさまざまな現象は、個人によ	○体は年齢とともに発育し変化すること、一生の間には2回の発育急進期があるなど、体の発育の特徴を言ったり書いたりしている。 ○発育のしかたには個人差があることを言ったり書いたりしている。 ○思春期の体の変化や初経・精通はホルモンのはたらきによること、新しい生命を生み出すことのできる大人の体への変化であることを言ったり書いたりしている。	○小さいときと比べて大きくなった自分を、いろいろな手段で説明している。 ○発育のしかたには早く大きくなる人やあとから大きくなる人がいるなどの個人差を、グラフに示された例から読み取ることができ、説明している。 ○思春期にあらわれる体の外の変化や体の中の変化について、男女のそれぞれの特徴と、大人への準備であることに結びつけて説明している。	○体の発育に関心を持ち、自分の小さいころの写真や、身長・体重の記録などで確かめようとしている。 ○発育のしかたには個人差があることをおさえたうえで、自分のこれからの発育に希望や期待をもとうとしている。 ○思春期に起こる体の変化に関心を持ち、自分や友達、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。

	て早い遅いの違いはあっても、誰にでも起こることを理解する。 ○思春期には異性への関心が芽生えることを理解する。	○思春期にあらわれる性の違いへの気づきや、異性への気持ちの変化について言ったり書いたりしている。 ○発育期に必要な栄養素と食品をバランスよくとることの必要性や、無理なく続けられる全身運動を毎日行う必要性について、言ったり書いたりしている。 ○疲れをとる最も効果的な方法は睡眠で、睡眠が体の成長に果たす重要な役割などについて、言ったり書いたりしている。	○異性への気持ちの変化を理解し、それが心の面での大人への準備であることに結びつけて考え、説明している。 ○いろいろな食品と栄養素をバランスよくとっているか、自分の食事のとり方と照らし合わせて判断し、説明している。 ○自分に適した無理のない運動習慣を考え、説明している。 ○自分の休養・睡眠について判断し、改善方法を考えて説明している。	○思春期に起こる異性への気持ちの変化を自然なこととして受け入れ、男女で互いに協力し合う心構えをもとうとしている。 ○食事のとり方に関心をもち、三度の食事は、偏食をせず残さずに食べることを心がけようとしている。 ○毎日無理なくできる体の動かし方を興味をもって探そうとしている。 ○成長ホルモンと睡眠の関係に関心をもち、十分な睡眠時間を心がけようとしている。
--	--	---	--	--

令和4年度 体育科 評価規準(第5学年)

江戸川区立小松川第二小学校

単元名	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
体力を高める運動	体力を高めるためのいろいろな運動の行い方を理解し、自分の高めたい体力の運動を選んで工夫して行なう。	○体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高める運動ができる。	○意図的・計画的に行う運動が、体の柔らかさや巧みな動き、力強い動きや動きを持続する能力を高めることに役立つことがわかっている。 ○ねらいに合った運動を選んでいる。	○計画的に体力を高めていく意義を理解し、進んで取り組もうとする。 ○運動のねらいが達成できるように、互いの体の状態に気づこうとしたり、計測・記録などの役割を分担したりしようとする。 ○互いに励まし合ったり、力を合わせたりしようとする。 ○運動する場や用具などの安全に気をつけようとする。 ○自分のねらいに即した運動を日常生活の中に取り入れていこうとする。
マット運動	できそうないろいろな技に挑戦したり、できる技の繰り返しや組み合わせに挑戦したりする。	○平らなマットの上で、回転技ができる。 ○平らなマットの上で、倒立技がなめらかにできる。 ○技を連続したり、組み合わせたりしてできる。	○できる技の連続や、いろいろな組み合わせを理解し、自分の力に合っためあてを立てている。 ○自分の力に合ったできそうな技を挑戦技として選び、練習にふさわしい場を選んでいる。 ○自分のめあてに合った練習のしかたがわかり、工夫して取り組んでいる。	○自分の力に合っためあてをもって、意欲的にマット運動に取り組んで楽しもうとする。 ○みんなと協力して活動の場の準備や後片づけをしたり、場の安全や活動の安全を確かめたりして運動しようとする。 ○同じ練習の場に集まった友達と教え合ったり、見合ったりして練習しようとする。
鉄棒運動	できそうな技に挑戦したり、できる技を繰り返したり組み合わせたりする。	○鉄棒を使って、上がり技が安定してできる。 ○鉄棒を使って、回転技が安定してできる。 ○鉄棒を使って、おり技が安定してできる。 ○できるようになった技について、「上がる一回るーおりる」と連続したり、ほかの技と組み合わせたりしてできる。	○できる技の連続や、いろいろな組み合わせを理解し、自分の力に合っためあてを立てている。 ○自分の力に合ったできそうな技を挑戦技として選び、練習にふさわしい場を選んでいる。 ○自分のめあてに合った練習のしかたがわかり、工夫して取り組んでいる。	○自分の力に合っためあてをもって、意欲的に鉄棒運動に取り組んで楽しもうとする。 ○みんなと協力して活動の場の準備や後片づけをしたり、場の安全や活動の安全を確かめたりして運動しようとする。 ○同じ練習の場に集まった友達と教え合ったり、見合ったりして練習しようとする。
跳び箱運動	「基本の技」や「進んだ技」に挑戦し、大きく安定した	○跳び箱で、切り返し系の技ができる。 ○跳び箱で、回転系の技ができる。	○できる跳び方で、自分の力に合った向きや高さの跳び箱を選んでいる。	○自分の力に合っためあてをもって、意欲的に跳び箱運動に取り組んで楽しもうとする。

	跳び方ができるようにする。		○自分の力に合ったできそうな技を挑戦技として選び、練習にふさわしい場を選んでいる。 ○自分のめあてに合った練習のしかたがわかり、工夫して取り組んでいる。	○みんなと協力して活動の場の準備や後片づけをしたり、場の安全や活動の安全を確かめたりして運動しようとする。 ○同じ練習の場に集まった友達と教え合ったり、見合ったりして練習しようとする。
短距離走・リレー	いろいろな短距離走をしたり、作戦を工夫してチーム対抗のリレーをしたりする。	○ももを高く上げ、前傾姿勢で、最後までスピードを落とさないで走ることができる。 ○上体の余分な力を抜いて全力で走ることができる。 ○リレーでは、スピードを落とさずバトンパスすることができる。	○短距離走ではきまりや競走のしかたを、リレーではきまりや作戦を決めている。 ○短距離走では、自分の力に合っためやす記録の立て方や、競走の工夫(いろいろな記録への挑戦)のしかたがわかっている。 ○スリーコースリレーのやり方と、チームの特徴に応じた作戦の立て方を理解し、作戦を工夫している。 ○速く走るための練習方法を理解し、めあてに合わせて練習を工夫している。	○自分の力に合った課題をもって進んで取り組み、競走の楽しさや目標記録に挑戦する楽しさや喜びを味わおうとする。 ○計時や記録などの役割を分担し、互いに協力して運動しようとする。 ○きまりを守り、勝敗に対して公正な態度をとろうとする。 ○走路や器具などの安全を確かめようとする。
ハードル走	ハードルの間を3歩のリズムで調子よく走って、競走したり記録に挑戦したりする。	○第1ハードルを決めた足で踏みきって走り越すことができる。 ○3～5歩のリズムで調子よくインターバルを走ることができる。 ○ハードルを越すときは上体を前傾させることができる。	○自分に合ったコースを見つけることができる。 ○競走のしかたやきまりを工夫して行なうことができる。 ○自分のめあてを決め、めあてに合った練習の場を選んだり、練習を工夫したりしている。	○自分の力に合った課題をもって進んで取り組み、競走の楽しさや目標記録に挑戦する楽しさや喜びを味わおうとする。 ○計時や記録などの役割を分担し、互いに協力して運動しようとする。 ○きまりを守り、勝敗に対して公正な態度をとろうとする。 ○走路や器具などの安全を確かめようとする。
走り幅跳び	リズムカルな助走から遠くへ跳び、走り幅跳びの競争をしたり自分の記録に挑戦したりする。	○短い助走(5m)から、思い切ってジャンプして遠くへ跳ぶことができる。 ○自分の跳びやすい助走距離をとることができる。 ○幅30～40cm程度の踏みきりゾーンで力強く踏みきることができる。 ○かがみ跳びで跳び、遠くに両足で着地することができる。	○立ち幅跳びと5m助走幅跳びから、自分の得点(めやす)を割り出している。 ○「グループ対抗の競争」か、「グループ内の得点を高める」かのどちらかを選んで、やり方を話し合って決めている。 ○シフト幅跳びのやり方を理解して競争している。 ○自分のめあてを決め、めあてに合った練習の場を選んだり、練習を工夫したりしている。	○自分の力に合った課題をもって進んで取り組み、競争の楽しさや目標記録に挑戦する楽しさや喜びを味わおうとする。 ○記録や計測、砂場ならしなどの役割を分担し、互いに協力して運動しようとする。 ○きまりを守り、勝敗に対して公正な態度をとろうとする。 ○助走路や砂場などの安全を確かめようとする。
水泳運動	クロールや平泳ぎで、続けて長く泳ぐ。	○息継ぎとターンをして、クロールで長い距離を泳ぐことができる。 ○息継ぎとターンをして、平泳ぎで長い距離を泳ぐことができる。 ○息継ぎとターンをして、背泳ぎで長い距離を泳ぐことができる。	○自分の力を考えて、長く泳ぐ泳ぎ方や挑戦する泳ぎ方を決めている。 ○長く続けて泳ぐための練習方法や、新しい泳ぎ方の練習方法を知り、適切な練習を選んだり、工夫したりしている。 ○プールのきまりや水泳の約束を正しく理解し、安全に気をつけて練習している。	○自分の力に合っためあてをもって意欲的に取り組み、続けて長く泳いで楽しもうとする。 ○長く泳ぐための方法や、できそうな泳ぎ方に積極的に取り組み、練習をしようとする。 ○自分の体の調子を確認、プールのきまりや水泳の約束を守って、安全に気をつけようとする。 ○バディの人と協力し、声をかけながら教え合って練習しようとする。
ゴール型(バスケットボール)	ルールや攻め方・守り方を工夫したり、相手チームに応じた作戦を立てたりしてバスケットボールをする。	○チェストパス、バウンズパス、ショルダーパスなどの使い分けをして、フリーの味方に正確なパスをすることができる。 ○相手のマークを外し、空いたスペースに動いてパスを受けることができる。	○攻め方・守り方の基本を知り、ルールを守って楽しくゲームをしている。 ○ゲームの合間の話し合いで改善するところなどを見つけ、それに合った練習のしかたを考えたり、資料から選んだりしている。	○ゲームや練習を通して、進んでバスケットボールを楽しもうとする。 ○ゲームの反省点・改善点を、チームでの話し合いと練習を通して、次のゲームに生かそうとする。 ○コートでの準備や後片づけを進んで行おうとする。

		○相手に取られない位置でドリブルしてボールを運ぶことができる。 ○シュートしやすい場所に移動してパスを受け、マークをかわしてシュートすることができる。 ○マークする相手を決めたり、守る場所を決めたりして守り、失点を防ぐことができる。	○セルフジャッジをしている。 ○ハーフバスケットボールとバスケットボールのゲームの行い方と違いを理解し、自チームや相手チームの特徴を知って、それに応じた作戦を考えている。	○反則やマナー違反について、自ら手をあげるなどして認めようとする(セルフジャッジ)。
ゴール型ゲーム(タグラグビー)	ルールや攻め方・守り方を工夫してタグラグビーをする。	○ガードをかわしてボールを持って走ることができる。 ○近くにいるフリーの味方にパスをすることができる。 ○パスを受けやすい場所に走り込み、パスを受けてトライすることができる。 ○相手の動きを予測してタグを取り、トライを防ぐことができる。	○攻め方・守り方の基本を知り、ルールを守って楽しくゲームをしている。 ○ゲームの合間の話し合いで改善するところなどを見つけ、それに合った練習のしかたを考えたり、資料から選んだりしている。 ○セルフジャッジをしている。 ○自チームや相手チームの特徴を知って、それに応じた作戦を考えている。	○ゲームや練習を通して、進んでタグラグビーを楽しもうとする。 ○ゲームの反省点・改善点を、チームでの話し合いと練習を通して、次のゲームに生かそうとする。 ○コート準備や後片づけを進んで行おうとする。 ○反則やマナー違反について、自ら手をあげるなどして認めようとする(セルフジャッジ)。
ネット型ゲーム(ソフトバレーボール)	ルールや攻め方・守り方を工夫してソフトバレーボールをする。	○アンダーハンドやオーバーハンドでサーブができる。 ○ボールの方向に体を向けてすばやく移動し、ボールの真下や正面でレシーブすることができる。 ○アンダーハンドパスやオーバーハンドパスで味方が受けやすいようにボールをつなぐことができる。 ○スパイク、フェイント、ブロックなどで相手コートにボールを打ち返すことができる。 ○スパイクやフェイントなどの相手の攻撃に応じた守備をするための動きができる。	○攻め方・守り方の基本を知り、ルールを守って楽しくゲームをしている。 ○ゲームの合間の話し合いで改善するところなどを見つけ、それに合った練習のしかたを考えたり、資料から選んだりしている。 ○セルフジャッジをしている。 ○キャッチバレーボールとソフトバレーボールの違いを理解し、自チームや相手チームの特徴を知って、それに応じた作戦を考えている。	○ゲームや練習を通して、進んでソフトバレーボールを楽しもうとする。 ○ゲームの反省点・改善点を、チームでの話し合いと練習を通して、次のゲームに生かそうとする。 ○コート準備や後片づけを進んで行おうとする。 ○反則やマナー違反について、自ら手をあげるなどして認めようとする(セルフジャッジ)。
リズムダンス(ロック・サンバ・ヒップホップ)	ロックやサンバ、ヒップホップのリズムにのって弾んで踊ったり、動きに変化をつけたり、友達とかかわり合ったりして踊る。	○リズムにのって全身で弾んで踊ることができる。 ○友達と自由にかかわり合って楽しく踊ることができる。	○リズムにのりやすい曲を選び、リズムの特徴を理解している。 ○楽しく踊るための動きや友達との対応のしかたを見つけている。 ○友達の動きをまねたり、自分で考えたりして、いろいろな動き方でリズムにのる工夫をしている。	○リズムにのって友達と気持ちを合わせて進んで楽しく踊ろうとする。 ○友達の動きのよいところを見つけ、認め合おうとする。 ○互いに協力して練習したり、簡単な見せ合いの場をつくったりしようとする。
心の健康	○心は、いろいろな生活経験や学習を通して、年齢とともに発達し、そのことによって、自分の感情をコントロールしたり、相手の気持ちや立場を理解したり、自分の気持ちをうまく相手に伝えたりすることができるようになることを理解する。 ○心と体は互いに深く影響し合っていることを理解する。	○心の成り立ちや心のはたらきは脳のはたらきであること、心はさまざまな生活経験や学習を通して、年齢とともに発達することを言ったり書いたりしている。 ○心を豊かにしていくためには、自分の感情をコントロールしたり、相手の気持ちや立場を理解したりして、多くの人とかかわっていくことが大切であることを、言ったり書いたりしている。 ○不安や悩みについての対処を含めたさまざまな体験は、心の発達に大切であることを言ったり書いたりしている。 ○不安や悩みの対処のしかたにはいろいろな方法があり、自分に適した方法で対処できることを言ったり書いたりしている。	○感情、社会性、思考力のそれぞれの発達について、小さいときと比べてどのような行動に変化があるかを具体的に見つけ、説明している。 ○心が発達することにより、自分の感情のコントロールや、相手の気持ちや立場の理解、相手への自分の気持ちの上手な伝達などができることを説明している。 ○不安や悩みの対処のしかたをいろいろ考え、説明している。 ○いろいろな対処のしかたの中から、自分に合った対処のしかたを判断して、説明している。	○心の成り立ちやそのはたらきに関心をもち、感情や社会性、思考力が、自分の小さいころと比べてどのように変わってきたか、進んで小さいころを思い出して比較しようとしている。 ○自分の感情をコントロールしたり、相手の気持ちや立場を理解したり、自分の気持ちをうまく相手に伝えたりして、心をより豊かにしていこうとしている。 ○心配事があつたときや緊張したときの体調の変化や、体の調子が悪かったとき・よかったときの心の状態を、自分の経験に照らし合わせて具体的に思い出そうとしている。 ○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・照らし合わせるなど、それぞれの項目に関心をよせている。

	○不安や悩みは誰しもが経験することであって、対処のしかたにはいろいろな方法があること、自分に合った対処法を見つけて対処できることを理解する。			○不安や悩みの対処のしかたに関心をもち、自分に合った対処のしかたを進んで考えようとしている。
けがの防止	○事故が起こりそうな場面を見つけ、危険を予測したり周囲の危険に気づいたりすることの大切さを理解する。 ○けがを防ぐには、危険を予測し、正しい判断をして、安全に行動することが大切であることを理解する。 ○けがをしたときは、傷がひどくならないうちに速やかに手当をする必要があることを理解する。	○事故やけがの起こり方の原則を言ったり書いたりしている。 ○学校生活や交通事故の原因について、事故が起こりやすい人の行動とまわりの環境は、時間帯や場所、天候などとも関係していることを資料などから読み取り、言ったり書いたりしている。 ○けがの防止の原則を理解して、学校生活のさまざまな場面で応用したり、身のまわりのかくれた危険を見つけたりして、言ったり書いたりしている。 ○学校や地域、家庭での、事故を防ぐためのさまざまな環境の工夫や整備について、危険の種類と結びつけて言ったり書いたりしている。 ○すり傷や切り傷などの簡単なけがの手当の実践を通じて、正しい手当のしかたを言ったり書いたりしている。 ○119番通報の正しい通報のしかたを理解し、言ったり書いたりしている。	○けがの防止の原則を、それぞれ危険予測をした学校生活でのさまざまな場面にあてはめて応用し、具体的に安全な行動のしかたを考え、説明している。 ○学校生活や地域、家庭における安全な環境づくりについて、どのような危険の予測に基づいた工夫や備えかを判断し、説明している。 ○けがの防止の原則を、危険予測をした交通事故の起こりやすい場面にあてはめて応用したり、車の特徴を理解したりして、安全な行動のしかたを具体的に考え、説明している。 ○交通事故を防ぐための環境整備などについて、それぞれの意味やそこでの正しい行動のしかたを読み取り、説明している。 ○けがの種類と、けがに合った正しい手当のしかたを考え、説明している。 ○けがをした人を見たりしたとき、まわりの状況に応じた救助方法を見つけて説明している。	○学校生活や日常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。 ○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さまざまな場面について、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か、進んで調べようとしている。 ○けがの手当のしかたに関心をもち、自分で手当できるけがは、自分で手当をしようとしている。 ○119番通報のしかたなどに関心をもち、正しい伝え方を調べようとしている。

令和4年度 体育科 評価規準(第6学年)					江戸川区立小松川第二小学校
単元名	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	
体力を高める運動	体力を高めるためのいろいろな運動のしかたを理解したり、自分の高めたい体力の運動を工夫したりする。	○(Gボールなどを使ったりして)体の柔らかさや巧みな動き、力強い動きや動きを持続する能力を高める運動ができる。	○意図的・計画的に行う運動が、体の柔らかさや巧みな動き、力強い動きや動きを持続する能力を高めることに役立つことがわかっている。 ○ねらいに合った運動を選んでいる。 ・「体の柔らかさを高める」 ・「巧みな動きを高める」 ・「力強い動きを高める」 ・「長く続ける力を高める」	○計画的に体力を高めていく意義を理解し、進んで取り組もうとする。 ○運動のねらいが達成できるように、互いの体の状態に気づくようしたり、計測・記録などの役割を分担したりしようとする。 ○互いに励まし合ったり、力を合わせたりしようとする。 ○運動する場や用具などの安全に気をつけようとする。 ○自分のねらいに即した運動を日常生活の中に取り入れていこうとする。	
マット運動	できそうないろいろな技に挑戦したり、できる技を組み合わせてりする。	○平らなマットの上で、回転技が安定してできる。 ○平らなマットの上で、倒立技が安定してできる。 ○技を連続したり、組み合わせたりできる。	○できる技の連続や、いろいろな組み合わせを理解し、自分の力に合っためあてを立てている。 ○自分の力に合ったできそうな技を挑戦技として選び、練習にふさわしい場を選んでいる。	○自分の力に合っためあてをもって、意欲的にマット運動に取り組んで楽しもうとする。 ○みんなと協力して活動の場の準備や後片づけをしたり、場の安全や活動の安全を確かめたりして運動しようとする。	

			○自分のめあてに合った練習のしかたがわかり、工夫して取り組んでいる。	○同じ練習の場に集まった友達と教え合ったり、見合ったりして練習しようとする。
鉄棒運動	できそうな技に挑戦したり、できる技を繰り返したり組み合わせたりする。	○鉄棒を使って、上がり技が安定してできる。 ○鉄棒を使って、回転技が安定してできる。 ○鉄棒を使って、おり技が安定してできる。 ○できるようになった技について、「上がるー回るーおりる」と連続したり、ほかの技と組み合わせたりしてできる。	○できる技の連続や、いろいろな組み合わせを理解し、自分の力に合っためあてを立てている。 ○自分の力に合ったできそうな技を挑戦技として選び、練習にふさわしい場を選んでいる。 ○自分のめあてに合った練習のしかたがわかり、工夫して取り組んでいる。	○自分の力に合っためあてをもって、意欲的に鉄棒運動に取り組んで楽しもうとする。 ○みんなと協力して活動の場の準備や後片づけをしたり、場の安全や活動の安全を確かめたりして運動しようとする。 ○同じ練習の場に集まった友達と教え合ったり、見合ったりして練習しようとする。
跳び箱運動	「基本の技」や「進んだ技」に挑戦し、大きく、安定した跳び方ができるようにする。	○跳び箱で、切り返し系の技が安定してできる。 ○跳び箱で、回転系の技が大きな動作でできる。	○できる跳び方で、自分の力に合った向きや高さの跳び箱を選んでいる。 ○自分の力に合ったできそうな技を挑戦技として選び、練習にふさわしい場を選んでいる。 ○自分のめあてに合った練習のしかたがわかり、工夫して取り組んでいる。	○自分の力に合っためあてをもって、意欲的に跳び箱運動に取り組んで楽しもうとする。 ○みんなと協力して活動の場の準備や後片づけをしたり、場の安全や活動の安全を確かめたりして運動しようとする。 ○同じ練習の場に集まった友達と教え合ったり、見合ったりして練習しようとする。
短距離走・リレー	短距離走の世界記録に挑戦したり、みんなの力を生かす作戦を工夫してチーム対抗のリレーをしたりする。	○ももを高く上げ、前傾姿勢で、最後までスピードを落とさずに上体の余分な力をぬいて全力で走ることができる。 ○リレーでは、スピードを落とさずにバトンパスすることができる。	○短距離走ではきまりや競走のしかたを、リレーではきまりや作戦を決めている。 ○短距離走では、自分の力に合っためやす記録の立て方や、競走の工夫(いろいろな記録への挑戦)のしかたがわかっている。 ○スウェーデンリレーのやり方と、チームの特徴に応じた作戦の立て方を理解し、作戦を工夫している。 ○速く走るための練習方法を理解し、めあてに合わせて練習を工夫している。	○自分の力に合った課題をもって進んで取り組み、競走の楽しさや目標記録に挑戦する楽しさや喜びを味わおうとする。 ○計時や記録などの役割を分担し、互いに協力して運動しようとする。 ○きまりを守り、勝敗に対して公正な態度をとろうとする。 ○走路や器具などの安全を確かめようとする。
ハードル走	ハードルの間を3歩のリズムで調子よく走って、競走したり記録に挑戦したりする。	○第1ハードルを決めた足で踏みきって走り越すことができる。 ○3～5歩のリズムで調子よくインターバルを走ることができる。 ○ハードルを越すときは上体を前傾させることができる。	○自分に合ったコースを見つけることができる。 ○競走のしかたやきまりを工夫して行なうことができる。 ○自分のめあてを決め、めあてに合った練習の場を選んだり、練習を工夫したりしている。	○自分の力に合った課題をもって進んで取り組み、競走の楽しさや目標記録に挑戦する楽しさや喜びを味わおうとする。 ○計時や記録などの役割を分担し、互いに協力して運動しようとする。 ○きまりを守り、勝敗に対して公正な態度をとろうとする。 ○走路や器具などの安全を確かめようとする。
走り幅跳び	リズムカルな助走から遠くへ跳び、走り幅跳びの競争をしたり自分の記録に挑戦したりする。	○短い助走(5m)から、思い切ってジャンプして遠くへ跳ぶことができる。 ○自分の跳びやすい助走距離をとることができる。 ○幅30～40cm程度の踏みきりゾーンで力強く踏みきることができる。 ○かがみ跳びで跳び、遠くに両足で着地することができる。	○立ち幅跳びと5m助走幅跳びから、自分の得点(めやす)を割り出している。 ○「グループ対抗の競争」か、「グループ内の得点を高める」かのどちらかを選んで、やり方を話し合って決めている。 ○シフト幅跳びのやり方を理解して競争している。 ○自分のめあてを決め、めあてに合った練習の場を選んだり、練習を工夫したりしている。	○自分の力に合った課題をもって進んで取り組み、競争の楽しさや目標記録に挑戦する楽しさや喜びを味わおうとする。 ○記録や計測、砂場ならしなどの役割を分担し、互いに協力して運動しようとする。 ○きまりを守り、勝敗に対して公正な態度をとろうとする。 ○助走路や砂場などの安全を確かめようとする。
走り高跳び	リズムカルな助走から高くジャンプして、高跳び競争を	○自分に合った助走距離をとることができる。 ○リズムカルに助走できる。	○身長と50m走の記録から、自分のめやす記録を割り出している。	○自分の力に合った課題をもって進んで取り組み、競争の楽しさや目標記録に挑戦する楽しさや喜びを味わおうとする。

	したり自分の記録に挑戦したりする。	○上体を起こして振り上げ足と両腕を大きく振り上げて、挟み跳びでバーを跳び越し、振り上げ足から着地することができる。	○「グループ対抗の競争」か「グループ内の得点を高める」かのどちらかを選んで、やり方を話し合って決めている。 ○自分に合った助走の方向と助走距離を決めている。 ○自分のめあてを決め、めあてに合った練習の場を選んだり、練習を工夫したりしている。	○記録係やバーの操作係などの役割を分担し、互いに協力して運動しようとする。 ○きまりを守り、勝敗に対して公正な態度をとろうとする。 ○順番を守り、助走路などの場や用具の安全を確かめようとする。
水泳運動	クロールや平泳ぎ、背泳ぎで、続けて長く泳ぐ。	○息継ぎとターンをして、クロールで長い距離を泳ぐことができる。 ○息継ぎとターンをして、平泳ぎで長い距離を泳ぐことができる。 ○息継ぎとターンをして、背泳ぎで長い距離を泳ぐことができる。	○自分の力を考えて、長く泳ぐ泳ぎ方や挑戦する泳ぎ方を決めている。 ○長き続けて泳ぐための練習方法や、新しい泳ぎ方の練習方法を知り、適切な練習を選んだり工夫したりしている。 ○プールのきまりや水泳の約束を正しく理解し、安全に気を付けて練習している。	○自分の力に合っためあてをもって意欲的に取り組み、続けて長く泳いで楽しもうとする。 ○長く泳ぐための方法や、できそうな泳ぎ方に積極的に取り組み、練習をしようとする。 ○自分の体の調子を確かめ、プールのきまりや水泳の約束を守って、安全に気をつけようとする。 ○バディの人と協力し、声をかけながら教え合っ練習しようとする。
ゴール型 (サッカー)	みんなで攻め方・守り方を工夫して、スモールサッカーや6対6のサッカーをする。	○ねらったところへボールをけることができる。 ○ヘディングができる。 ○足や胸などを使ってボールを止めることができる。 ○相手に取られないようにドリブルし、ボールを運ぶことができる。 ○インステップキック、インサイドキックなどの使い分けをして、フリーの味方に正確なパスをすることができる。 ○相手のマークを外し、空いたスペースに動いてパスを受けることができる。 ○ゴールしやすい場所に移動してパスを受け、シュートすることができる。 ○ボールを持つ相手とゴールの間に体を入れてパスやシュートを防ぐことができる。	○攻め方・守り方の基本を知り、ルールを守って楽しくゲームをしている。 ○ゲームの合間の話し合いで改善するところなどを見つけ、それに合った練習のしかたを考えたり、資料から選んだりしている。 ○セルフジャッジをしている。 ○自チームや相手チームの特徴を知って、それに応じた作戦を考えている。 ○スモールサッカーや6人対6人のゲームの行い方を理解し、そのゲームを行うためのルールを工夫している。	○ゲームや練習を通して、進んでサッカーを楽しもうとする。 ○ゲームの反省点・改善点を、チームでの話し合いと練習を通して、次のゲームに生かそうとする。 ○コートの手準備や後片づけを進んで行おうとする。 ○反則やマナー違反について、自ら手をあげるなどして認めようとする(セルフジャッジ)。
ゴール型ゲーム(フラッグフットボール)	みんなで作戦を工夫してフラッグフットボールをする。	○ねらったところへボールを投げるができる。 ○ボールをキャッチできる。 ○近くにいるフリーの味方にパスをすることができる。 ○ガードをかわしてボールを持って走ることができる。 ○パスを受けやすい場所に走り込み、パスを受けてタッチダウンすることができる。 ○タッチダウンをしたり、防いだりするために相手の動きをブロックすることができる。	○攻め方・守り方の基本を知り、ルールを守って楽しくゲームをしている。 ○ゲームの合間の話し合いで改善するところなどを見つけ、それに合った練習のしかたを考えたり、資料から選んだりしている。 ○セルフジャッジをしている。 ○ゲームの進め方を理解し、自チームや相手チームの特徴を知って、それに応じた作戦を考えている。 ○ゲームを行うためのルールを工夫している。	○ゲームや練習を通して、進んでフラッグフットボールを楽しもうとする。 ○ゲームの反省点・改善点を、チームでの話し合いと練習を通して、次のゲームに生かそうとする。 ○コートの手準備や後片づけを進んで行おうとする。 ○反則やマナー違反について、自ら手をあげるなどして認めようとする(セルフジャッジ)。

ベースボール型ゲーム (ソフトボール)	ルールや攻め方・守り方を工夫して、ソフトボールをする。	○捕球する相手に向かってオーバーハンドでボールを投げることができる。 ○打球方向に移動して、フライやゴロを捕球することができる。 ○ティーの上のボールやピッチャーが投げたボールをフェアグラウンドに打つことができる。 ○インコースやアウトコースのボールをレフトやライト方向に打ち分けることができる。 ○内野ゴロや長打のときなどの状況に応じて走塁することができる。	○攻め方・守り方の基本を知り、ルールを守って楽しくゲームをしている。 ○ゲームの合間の話し合いで改善するところなどを見つけ、それに合った練習のしかたを考えたり、資料から選んだりしている。 ○セルフジャッジをしている。 ○ティーボールとソフトボールの違いを理解し、自チームや相手チームの特徴を知って、それに応じた作戦を考えている。 ○ゲームの行い方を理解し、そのゲームを行うためのルールを工夫している。	○ゲームや練習を通して、進んでフラッグフットボールを楽しもうとする。 ○ゲームの反省点・改善点を、チームでの話し合いと練習を通して、次のゲームに生かそうとする。 ○コート準備や後片づけを進んで行おうとする。 ○反則やマナー違反について、自ら手をあげるなどして認めようとする(セルフジャッジ)。
リズムダンス(ロック・サンバ・ヒップホップ)	ロックやサンバ、ヒップホップのリズムにのって弾んで踊ったり、動きに変化をつけたり、友達とかかわり合ったりして踊る。	○リズムにのって全身で弾んで踊ることができる。 ○友達と自由にかかわり合って楽しく踊ることができる。	○リズムにのりやすい曲を選び、リズムの特徴を理解している。 ○楽しく踊るための動きや友達との対応のしかたを見つけている。 ○友達の動きをまねたり、自分で考えたりして、いろいろな動き方でリズムにのる工夫をしている。	○リズムにのって友達と気持ちを合わせて進んで楽しく踊ろうとする。 ○友達の動きのよいところを見つけ、認め合おうとする。 ○互いに協力して練習したり、簡単な見せ合いの場をつくったりしようとする。
病気の予防	○病気は、病原体、体の抵抗力、生活のしかた、環境などがかわり合って起こることを理解する。 ○病気から体を守るはたらかしや、病気にかかっても自然に治る力が備わっていることを理解する。 ○生活習慣病の予防には、糖分、脂脂肪、塩分などの偏りのない食事のとり方や、口の中の清潔、運動の習慣、規則正しい生活など、望ましい生活習慣を身につけることが大切であることを理解する。 ○喫煙、飲酒、薬物乱用のそれぞれが体におよぼす悪い影響と、それらが健康を損なう原因となることを理解する。 ○地域にある保健所や保健センターでは、みんなの家族や地域の人々の健康を守るために、いろいろな活動を行っていることを理解する。	○病気は、病原体、体の抵抗力、生活のしかた、環境などの要因がかわり合って起こることを言ったり書いたりしている。 ○生活習慣病の意味をおさえ、血管が詰まったり破れたりする原因と心臓病や脳卒中の病気とを結びつけ、生活習慣病の原因と予防のしかたについて、言ったり書いたりしている。 ○たばこ、アルコールが体におよぼす影響について、急性の害と慢性の害を区別して理解し、言ったり書いたりしている。 ○地域みんなの健康づくりのために、保健所や保健センターは、健康に関するいろいろな情報提供や予防接種などの医療活動など、さまざまな活動を行っていることを理解し、言ったり書いたりしている。	○身近な病気であるかぜや熱中症について、その原因を日常の生活に照らし合わせて考え、説明している。 ○生活習慣病の原因について、体によくない食生活や運動不足の習慣などを続けていると、体にどのような悪い影響が出てくるかを自分の日常生活と照らし合わせて考え、説明している。 ○たばこ、アルコール、薬物乱用の害から自分の健康を守るにはどうすればよいかを考え、説明している。 ○保健所や健康センターで行っている健康づくりのための情報サービスや医療行為を具体的に見つけ、どのような健康づくりに役立っているか考え、説明している。	○日常経験しているかぜなどの病気について、その原因を進んで調べようとしている。 ○生活習慣病を子どものころからの身近な病気として関心をもち、その予防のしかたを日常生活に生かそうとしている。 ○たばこ、アルコール、薬物乱用の害について関心をもち、進んで資料等で調べようとしている。 ○自分たちの地域にある保健所や保健センターの活動に関心をもち、「広報」などの情報から進んで調べようとしている。

