

評価基準

教 科	体 育	学 年	5学年
-----	-----	-----	-----

単元名	時数	単元の目標	評 価 基 準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
A 体つくり運動 体ほぐしの運動	2	・いろいろな体ほぐしの運動を行い、仲間と体を動かす楽しさや心地よさを味わう。	・体ほぐしの運動の行い方がわかる。 ・手軽な運動を行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わうことを通して、自己や仲間の心と体の状態に気付いたり、仲間と豊かに関わり合ったりすることができる。	・心と体の関係を理解し、友達と関わり合ったりするなどのねらいに応じた活動を選んでいる。 ・様々な運動を行って比較することで、気付きや関わり合いが深まりやすい運動を選んでいる。 ・運動を行うと心と体が軽やかになったことやみんなでリズムに乗って運動をすると楽しさが増したことなどを学習カードに書き、振り返りの時間に発表している。	・体ほぐしの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。
A 体つくり運動 体の動きを高める運動	2	・体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。	・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。	・自己の体力の状況を知ったり、様々な動きを試したりすることを通して、体の動きを高めるためにどのような運動に取り組むとよいか、自己の課題を見付けている。 ・体の動きを高めるために、自己に合った運動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	・体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

評価基準

教 科	体 育	学 年	5学年
-----	-----	-----	-----

単元名	時数	単元の目標	評 価 基 準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
				<p>を生かした運動を工夫している。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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。 	<p>や周囲の安全に気を配っている。</p>
B 器械運動 マット運動	5	<ul style="list-style-type: none"> できる技を安定して行ったり、できそうな技に挑戦したり、技を組み合わせたりする。 	<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。 自分の力に合った回転系や巧技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ます。 選んだ技を自己やグループで繰り返すことができる。 技を選んでそれらにバランスやジャンプなどを加えて組み合わせたり、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。 <p>○開脚前転 ○補助倒立前転（更なる発展技：倒立前転） ○伸膝後転 ○倒立ブリッジ ○ロンダート ○頭はね起き</p>	<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、仲間の考え方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。

評価基準

教 科	体 育	学 年	5学年
-----	-----	-----	-----

単元名	時数	単元の目標	評 価 基 準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
B 器械運動 鉄棒運動	3	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 	<ul style="list-style-type: none"> ○補助倒立 ・鉄棒運動のいろいろな技の行い方が分かる。 ・自分の力に遭った指示計の基本的な技を安定していったり、疎の発展技に取り組んだりできる。 ・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 ○片足踏み越し下り ○膝掛け上がり ○前方もも掛け回転 ○逆上がり ○後方支持回転 ○後方もも掛け回転 ○両膝掛け振動下り 	<ul style="list-style-type: none"> ・鉄棒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"> ・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、仲間の考え方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。
B 器械運動 跳び箱運動	6	<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 	<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。 	<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 	<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

評価基準

教科	体育	学年	5学年
----	----	----	-----

単元名	時数	単元の目標	評価基準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
		にする。	<ul style="list-style-type: none"> 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 ○伸膝台上前転 ○頭はね跳び 	<ul style="list-style-type: none"> 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。 	<p>合わせることに積極的に取り組んでいる。</p> <ul style="list-style-type: none"> 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、仲間の考え方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。
C 陸上運動 短距離走・リレー	4	・素早いスタートからいろいろな短距離走をしたり、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。	<ul style="list-style-type: none"> 短距離走やリレーの行い方がわかる。 スタンディングスタートから、素早く走り始めることができる。 体を軽く前傾させて全力で走ることができる。 テークオーバーゾーン内で、減速の少ないバトンの受渡しをすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 短距離走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。 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走のルールや記録への挑戦の仕方を選んでいる。 短距離走・リレー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 	<p>短距離走やリレーに積極的に取り組んでいる。</p> <ul style="list-style-type: none"> 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、仲間の考え方や取組を認めている。 短距離走やリレーの場の危

評価基準

教科	体育	学年	5学年
----	----	----	-----

単元名	時数	単元の目標	評価基準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
			したり、感想文を書いたりしている。	陥物を取り除くなど、用具の安全に気を配っている。	
C 陸上運動 ハーダル走	5	・ハーダルの間を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。	<ul style="list-style-type: none"> ・ハーダル走の行い方がわかる。 ・第1ハーダ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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ハーダル走のポイントが分かり、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千んでいる。 ・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。 ・ハーダ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"> ・ハーダ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、仲間の考え方や取組を認めている。 ・ハーダ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。
C 陸上運動 走り幅跳び	4	・リズミカルな助走から力強く踏み切って遠くへ飛び、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歩程度のリズミ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、仲間の考え方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	4	リズミカルな助走から高くジャ	・自分に合った助走距離をと	・身長と50m走の記録か	・自分の力に合った課題をも

評価基準

教科	体育	学年	5学年
----	----	----	-----

単元名	時数	単元の目標	評価基準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
		ンプして、自分の記録に挑戦したりする。	<p>ことができる。</p> <ul style="list-style-type: none"> リズミカルに助走できる。 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。 	<p>ら、自分のめやす記録を割り出している。</p> <ul style="list-style-type: none"> 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。 	<p>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。</p> <ul style="list-style-type: none"> 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	11	・安全確保に繋がる動きができるようになる。クロールや平泳ぎで長く泳げるようになる。	<ul style="list-style-type: none"> 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。 	<ul style="list-style-type: none"> 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、背泳ぎ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だり、決まった距離でのストローク数に挑戦したりするなど、自分や友達の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 	<ul style="list-style-type: none"> 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、背泳ぎ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、仲間の考え方や取組を認めている。

評価基準

教 科	体 育	学 年	5学年
-----	-----	-----	-----

単元名	時数	単元の目標	評 価 基 準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
				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。	・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かめてから泳いだり、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。
E ボール運動 ゴール型（フラッグフットボール）	6	・作戦を基に、攻め方や動き方を工夫して、フラッグフットボールをする。	・フラッグフ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。 ・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、パスを受けてタッチダウンすることができる。 ・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。	・誰もが楽しくフラッグフットボールに参加できるよう、プレイヤーの人数やコートの広さ、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。	・フラッグフ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、仲間の考え方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。
E ボール運動 ベースボール型（ソフトボール）	6	・攻め方や守り方を工夫して、ソフトボールをする。	・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	・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の広さ、プレイの制限、得点の仕方などの規則を工夫	・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

評価基準

教 科	体 育	学 年	5学年
-----	-----	-----	-----

単元名	時数	単元の目標	評 価 基 準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
			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ます。	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。	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、仲間の考え方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（フリーゾーンサッカー）	6	•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。	•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ます。 •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ます。	•誰もが楽しくフリーゾーンサッカーに参加できるよう、プレイヤーの人数やコートの広さ、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を使って友達に伝えている。	•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、仲間の考え方や取組を認めている。

評価基準

教 科	体 育	学 年	5学年
-----	-----	-----	-----

単元名	時数	単元の目標	評 価 基 準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
			<ul style="list-style-type: none"> ・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。 	<p>録した動画などを使って 友達に伝えている。</p>	<p>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。</p>
F 表現運動 ・表現運動・はげしく○○する	5	<ul style="list-style-type: none"> ・生活や自然の中から、激しい感 じや急変する感じなどの題材 を見つけ、表したいイメージを 感じを込めて踊る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・表現「はげしく○○する」 の行い方がわかる。 ・表現「はげしく○○する」 のいろいろな題材からそ れらの主な特徴を捉え、表 したい感じやイメージを ひと流れの動きで即興的 に表現したり、グループで 簡単なひとまとまりの動 きにして表現したりする ことができる。 ・題材から動きの変化や起伏 の特徴を捉え、そこに感情 の変化や起伏を重ねてい くことができる。 ・表したい感じやイメージ を、素早く走るー急に止ま る、ねじるー回る、跳ぶー 転がるなどの動きで変化 を付けたり繰り返したり して、激しい感じや急変す る感じをメリハリ（緩急・ 強弱）のあるひと流れの動 きにして即興的に踊るこ とができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・表現「はげしく○○する」 のポイントがわかり、自 分の課題の解決策を考 えたり、課題に応じた見 合いや交流の仕方など選 んでいる。 ・表現したい「イメージを強 調する」ために、差のあ る動きや群の動きなどで変 化を付ける方法を選んで いる。・表現したい「イメ ージを伝える」ために、一 番盛り上げたい場面を明確 にし、急変する場面や取り 入れる群の動きを選んで いる。 ・表したい感じやイメージが 表現され、踊りの特徴を捉 えているかなどを確認す るための仕方を選んでい る。・課題の解決のため に友達と見合ったところを 他者に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・表現「はげしく○○する」 の表したい感じやイメ ージを表現する運動に積 極的に取り組んでいる。 ・表現に取り組む際に、互 いの動きや考 えのよさを認め 合っている。 ・表現にグループで取り組む 際に、仲間と助け合ってい る。・表現を行う場の設定 や用具の片付けなどで、分 担された役割を果たして いる。 ・活動する場所の危険物を取 り除くとともに、仲間とぶ つからないよう、場の安全 に気を配っている。

評価基準

教 科	体 育	学 年	5学年
-----	-----	-----	-----

単元名	時数	単元の目標	評 価 基 準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
F 表現運動 ・フォークダンス・日本の民踊	5	・「阿波踊り」「ソーラン節」「春駒」など、日本の踊りの特徴を捉えてみんなで踊る。	<ul style="list-style-type: none"> 日本の民踊の行い方がわかる。 日本の民踊の特徴を捉え、基本的なステップや動きを身に付けて、音楽に合わせてみんなで楽しく踊つて交流することができる。 日本の民踊に共通する特徴やそれぞれの踊り方の特徴を捉え、構成された基本的な踊り方を身に付けて踊ることができる。・阿波踊り（徳島県）や春駒（岐阜県）などの軽快なリズムの踊りでは、軽快な足さばきや手振りで踊ることができる。 ソーラン節（北海道）の力強い踊りでは、低く踏みしめるような足取りや腰の動きで踊ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 日本の民踊のポイントがわかり、自分の課題の解決策を考えたり、課題に応じた見合いや交流の仕方などを選んでいる。 踊りの特徴を捉えているかなどを確認するための仕方を選んでいる。 課題の解決のために友達と見合ったところを他者に伝えている。 ペアのグループやクラス全体で踊り、日本の民踊で身に付けた踊りの特徴が出来ているかを伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> 日本の民踊で交流したりする運動に積極的に取り組んでいる。 日本の民踊に取り組む際に、互いの動きや考えのよさを認め合っている。 日本の民踊にグループで取り組む際に、仲間と助け合っている。 日本の民踊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。 踊る場所の危険物を取り除くとともに、仲間とぶつからないよう、場の安全に気を配っている。