

第5学年 体育科年間指導計画(90時間)

学期	月	単元名 ○付数字…時間数		内容・単元別評価規準(知…知識及び運動 思…思考力、判断力、表現力等 学…学びに向かう力、人間性等)	評価方法例	
		屋外	屋内			
1 学期	4月	短距離走・リレー④ 短距離走 いろいろな距離でのリレー	体づくり運動 体ほぐしの運動① 集団行動	短距離走・リレー 知 一定の距離を全力で走ったり、バトンパスをしたりすることができる。 学 競走したり、目標記録に挑戦したりする楽しさや喜びに触れることができるよう、短距離走・リレーの運動に進んで取り組もうとしている。 思 競走や記録への挑戦の仕方を知るとともに、自分の課題に合った練習の場や方法を選んでいる。	観察、学習カード 観察、発言、学習カード	
		表現運動 表現② 運動会等		体ほぐしの運動 学 体を動かす楽しさや心地よさを味わいながら、運動に進んで取り組もうとしている。 思 体ほぐしの運動には、気分を調整・交流のねらいがあることを知り、ねらいに応じた運動を選んでいる。	観察 観察、学習カード	
	5月	水泳 水泳⑥ クロール 平泳ぎ	体づくり運動 体力を高める運動③ 騎馬戦等 巧みな動き 力強い動き	表現 知 いろいろな題材から表したいイメージをとりえ、即興的な表現や簡単なひとまじりの表現で踊ることができる。 学 表したいイメージを表現して踊る楽しさや喜びに触れることができるよう、表現運動に進んで取り組もうとしている。 思 自分やグループの課題に応じた動きを選んだり、構成を変えたりしている。	観察、学習カード 観察、発言、学習カード	
		水泳 水泳④ クロール 平泳ぎ	体づくり運動 体力を高める運動① 体の柔らかさ 巧みな動き フォークダンス③	体力を高める運動 知 巧みな動きや力強い動きのねらいに合った運動ができる。 学 自分の体力に応じて体力を高めることができるよう、運動に進んで取り組もうとしている。 思 巧みな動きや力強い動きのねらいを知り、自分の体力に応じた運動を選んでいる。	観察、学習カード 観察、発言、学習カード	
	6月	水泳 水泳⑥ クロール 平泳ぎ	体づくり運動 体力を高める運動① 体の柔らかさ 巧みな動き フォークダンス③	サッカー 知 簡易化されたゲームで、攻守が入り交じた攻防をするためのボール操作やボールを受けるための動きができる。 学 運動に進んで取り組み、ルールを守り助け合って運動をしたり、場や用具の安全に気を配ったりしようとしている。 思 ゴール型のゲームの行い方を知るとともに、自分のチームの特徴に応じた攻め方や作戦を考えている。	観察 観察、発言 観察、発言、学習(チーム)カード	
	7月	水泳 水泳⑥ クロール 平泳ぎ	体づくり運動 体力を高める運動① 体の柔らかさ 巧みな動き フォークダンス③	水泳 知 手と足の動きに呼吸を合わせながら、続けて長く泳ぐことができる。 学 続けて長く泳ぐ楽しさや喜びに触れることができるよう、水泳に進んで取り組んでいる。 思 記録への挑戦の仕方を知るとともに、自分の課題に合った練習の場や方法を選んでいる。	観察 観察、発言 観察、発言、学習カード	
2 学期	8月	水泳 水泳④ クロール 平泳ぎ	体づくり運動 体力を高める運動② 短縄 長縄	ハードル走 知 ハードルをリズムカナルに走り越えることができる。 学 競走したり、目標記録に挑戦したりする楽しさや喜びに触れることができるよう、ハードル走の運動に進んで取り組もうとしている。 思 競走や記録への挑戦の仕方を知るとともに、自分の課題に合った練習の場や方法を選んでいる。	観察、学習カード 観察、発言 観察、発言、学習カード	
	9月	陸上運動 ハードル走④ 40～60m程度のハードル走	体づくり運動 体力を高める運動② 短縄 長縄	体力を高める運動 知 体の柔らかさや持続する能力を高めるための運動のねらいに合った運動ができる。 学 自分の体力に応じて体力を高めることができるよう、運動に進んで取り組もうとしている。 思 体の柔らかさや動きを維持する能力を高める運動のねらいを知り、自分の体力に応じた運動を選んでいる。	観察、学習カード 観察、発言、学習カード	
	10月	陸上運動 走り幅跳び④ 助走距離が15～20m程度の走り幅跳び	体づくり運動 体力を高める運動② 短縄 長縄	走り幅跳び 知 リズムカナルの助走から踏み切って跳ぶことができる。 学 競走したり、目標記録に挑戦したりする楽しさや喜びに触れることができるよう、走り幅跳びの運動に進んで取り組もうとしている。 思 競争や記録への挑戦の仕方を知るとともに、自分の課題に合った練習の場や方法を選んでいる。	観察、学習カード 観察、発言、学習カード	
		陸上運動 走り高跳び② 助走が5～7歩程度の走り高跳び	器種運動 マント運動⑤	走り高跳び 知 リズムカナルの助走から踏み切って跳ぶことができる。 学 競走したり、目標記録に挑戦したりする楽しさや喜びに触れることができるよう、走り高跳びの運動に進んで取り組もうとしている。 思 競争や記録への挑戦の仕方を知るとともに、自分の課題に合った練習の場や方法を選んでいる。	観察、発言 観察、発言、ワークシート 観察、ワークシート	
	11月	ボール運動 ゴール型⑩ サッカー	器種運動 跳び箱運動④ 切り返し系の技 回転系の技	心の健康 知 心の健康について、教科書や資料などを見たり、自分の生活を振り返ったりするなどの学習活動に進んで取り組もうとしている。 学 心の健康について、学習したことを自分の生活と比べて、関係を見付けたりするなどして、それらを説明している。 思 心の発達や心と体の相互の影響、不安や悩みへの対処について理解したことを発言したり、書いたりしている。	観察、発言 観察、発言、ワークシート 観察、ワークシート	
	12月	器種運動 鉄棒運動③ 上がり技 支持回転技・下り技 技の組み合わせ	保健 心の健康④ 心の発達 心と体の相互の影響 不安や悩みへの対処	跳び箱運動 知 自分の力に合った安定した基本的な支持跳びや技、及びその発展技ができる。 学 技を高めたり、組み合わせたりする楽しさや喜びに触れることができるよう、跳び箱運動に進んで取り組もうとしている。 思 課題の解決の仕方を知るとともに、自分の課題にあった練習の場や方法を選んでいる。	観察、学習カード 観察、発言、学習カード	
		器種運動 鉄棒運動③ 上がり技 支持回転技・下り技 技の組み合わせ	器種運動 鉄棒運動③ 上がり技 支持回転技・下り技 技の組み合わせ	体力を高める運動 知 体の柔らかさや持続する能力を高めるための運動のねらいに合った運動ができる。 学 自分の体力に応じて体力を高めることができるよう、運動に進んで取り組もうとしている。 思 体の柔らかさや動きを維持する能力を高める運動のねらいを知り、自分の体力に応じた運動を選んでいる。	観察、学習カード 観察、発言、学習カード	
	1月	体づくり運動 体力を高める運動③ 体の柔らかさ 巧みな動き 持続する能力	ネット型ゲーム ソフトバレー⑦	鉄棒運動 知 自分の力に合った安定した基本的な上がり技や支持回転技、下り技及びその発展技を繰り返したり組み合わせたりして運動できる。 学 技を高めたり、組み合わせたりする楽しさや喜びに触れることができるよう、鉄棒運動に進んで取り組もうとしている。 思 自分の課題にあった練習の場や方法を選んでいる。技をつなぐ方法を知り、自分の力に合った技を組み合わせている。	観察 観察、発言 観察、発言、学習(チーム)カード	
	3 学期	2月	ボール運動 ゴール型④ バスケットボール	保健 けがの防止④ 交通事故、けがと防止 けがの手当て	ソフトバレーボール 知 簡易化されたゲームで、サーブやレシーブ、トスやアタックなどのチームの連携による攻撃や守備をするための動きができる。 学 運動に進んで取り組み、ルールを守り助け合って運動をしたり、場や用具の安全に気を配ったりしようとしている。 思 ネット型のゲームの行い方を知るとともに、自分のチームの特徴に応じた攻め方や作戦を考えている。	観察 観察、発言 観察、発言、学習(チーム)カード
		3月	ボール運動 ゴール型④ バスケットボール	保健 けがの防止④ 交通事故、けがと防止 けがの手当て	けがの防止 学 けがの防止について、教科書や資料などを見たり、自分の生活を振り返ったりするなどの学習活動に進んで取り組もうとしている。 思 けがの防止について、学習したことを自分の生活と比べて、関係を見付けたりするなどして、それらを説明している。 知 交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがとその防止、及びけがの手当てについて理解したことを発言したり、書いたりしている。	観察 観察、発言 観察、発言、学習カード
ボール運動 ゴール型④ バスケットボール			体づくりの運動 体力を高める運動② 体の柔らかさ 巧みな動き 持続する能力	マット運動 知 回転系や巧技系の基本的な技を安定して行っている。 学 技を高めたり、組み合わせたりする楽しさや喜びに触れることができるよう、マット運動に進んで取り組もうとしている。 思 自分の課題にあった練習の場や方法を選んでいる。技をつなぐ方法を知り、自分の力に合った技を組み合わせている。	観察、学習カード 観察、発言 観察、発言、学習カード	
3月	ボール運動 ゴール型④ バスケットボール	体づくりの運動 体力を高める運動② 体の柔らかさ 巧みな動き 持続する能力	バスケットボール 知 簡易化されたゲームで、攻守が入り交じた攻防をするためのボール操作やボールを受けるための動きができる。 学 運動に進んで取り組み、ルールを守り助け合って運動をしたり、場や用具の安全に気を配ったりしようとしている。 思 ゴール型のゲームの行い方を知るとともに、自分のチームの特徴に応じた攻め方や作戦を考えている。	観察 観察、発言 観察、発言、学習(チーム)カード		
年間指導計画作成上の工夫		○年度初めは、体ほぐしの運動の一部として、集団行動を指導する。 ○水泳大会に向け、水泳の比率を増やしている。				