教科	体育	学年	第1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
体ほぐしの運動遊び	2	・みんなでいろいろな運動を行い、体を動かす楽しさや気持ちよさを味わう。	・体ほぐしの運動遊びの行い方がわかる。 ・手軽な運動遊びを行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わうことを通して、自己の心と体の変化に気付いたり、みんなで関わり合ったりすることができる。	・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行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考えて選んだり、楽しく動くことができる場を考えて選んだりしている。 ・体を動かすと気持ちがよいことや汗が出ることなどの気付いたことを言葉で表したり、気持ちを表すカードなどを用いたりして、友達に伝えている。	・体ほぐしの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。 ・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。
多様な動きをつくる運動遊び	19	・みんなでいろいろな運動を行い、体を動かす楽しさや気持ちよさを味わう。	・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行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考えて選んだり、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。 ・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。
固定施設遊び	3	・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。 〇ジャングルジムを使った運動遊び ・登り下り、渡り歩き、ぶら下がりなどをすることができる。 〇登り棒を使った運動遊び ・登り下りや足抜き回りなどをすることができる。 〇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、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。
マット遊び	5	・マットを使っていろいろな遊びをする。	・マットを使った運動遊びの行い方がわかる。 〇ゆりかご、前転がり、だるま転がり、丸太転がりなど。 ・マットに背中や腹をつけて揺れたり、いろいろな方向に転がったりすることができる。 〇うさぎ跳び、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。	・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。	・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。
鉄棒遊び	4	・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。	・鉄棒を使った運動遊びの行い方がわかる。 〇ふとん干し、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。 〇つばめ ・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。 〇前回り下り、足抜き回り 〇跳び上がり、後ろ跳び下り ・跳び上がって支持して下りたり、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。 ・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。	・手や足、腹でぶら下がった姿勢でじゃんけんをしたり、支持して体を揺らして遠くへ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。	・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、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。
跳び箱遊び	6	・約束を守って、いろいろな跳び箱を使った運動遊びをする。	・跳び箱を使った運動遊びの行い方がわかる。 〇踏み越し跳び ・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。 〇支持でまたぎ乗り・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。 〇馬跳び、タイヤ跳び ・両手で支持してまたぎ越すことができる。	・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。	・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・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。
かけっこ	5	・いろいろなくねくねコースを作って走ったり、友達の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、友達のよ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。
ハードルリレー	4	・いろいろなコースを作って走って跳び越したり、リレーをしたりする。	・ハードルリレーの行い方がわかる。 ・いろいろな間隔に並べられた低い障害物を走り越えることができる。 ・相手の手の平にタッチをして走ることができる。 ・低い障害物を置いた蛇行したコースやまっ直ぐなコースをバランスよく最後まで調子よく走り越すことができる。	・ハードルリレーのコースを工夫して作っている。 ・ハードルリレーの感想や走り方のポイント、友達のよい走り方や引き継ぎ方を書いたり、発表したりして友達に伝えている。	・ハードル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。
幅跳び遊び	3	・いろいろな川を作って跳んだり、跳び比べをしたりする。	・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川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。	・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、友達のよい跳び方を書いたり、発表したりして友達に伝えている。	・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。
水遊び	20	・約束を守って、いろいろな水遊びをする。	【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。 ・水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じゃんけんやにらめっこ、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、手や足を使っていろいろな姿勢でもぐることができる。 ・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ろいろな姿勢で浮くことができる。 ・補助具や友達につかまり、体を伸ばした姿勢にして浮いて進むことができる。	・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、友達が選んだ動物の動きを取り入れたりしている。 ・ハードルリレーの感想や走り方のポイント、友達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。	・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。 ・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、頭髪等）を清潔にしている。
いろいろな鬼遊び	5	・逃げ方や捕まえ方を工夫して、いろいろな鬼遊びをする。	・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。	・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。	・鬼遊び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。
ボール投げゲーム（的当てゲー	12	・投げ方や攻め方を工夫してなげれぼしゲームをする。 ・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。	・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、的に当て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。	・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る。 ・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。	・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。
ボール蹴りゲーム（的当てゲー	9	・蹴り方や攻め方を工夫して、的当てゲームをする。	・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。	・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。	・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。
ボール運び鬼	4	・投げ方や攻め方を工夫してボール運び鬼をする。	・ボール運び鬼の行い方がわかる。 ・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。	・楽しくボール運び鬼ができ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、ボールをゴールまで運ぶための攻め方を話し合って考えている。 ・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。	・ボール運び鬼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。
表現遊び・大好き！動物ランド	4	・いろいろな動物の特徴を捉え、全身で楽しく踊る。	・表現遊びの行い方がわかる。 ・いろいろな動物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。 ・動きの中に「大変だ！〇〇だ！」など、急変する場面を入れて簡単な話にして続けて踊ることができる。	・いろいろな動物の特徴的な様子を捉え、表現したい動物の動きを選んでいる。 ・友達のよ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。	・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、誰とでも仲よくしている。 ・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・いろいろなものに変身！	4	・いろいろなものに変身して全身で楽しく踊る。	・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。 ・動きの中に急変する場面を入れて、簡単な話にして続けて踊ることができる。	・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。 ・友達のよ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。	・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、誰とでも仲よくしている。 ・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	3	・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。	・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。 ・ジェンカは、軽やかに体を弾ませながら踊ることができる。	・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、誰とでも仲よくしている。 ・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。