

【知】…知識技能 【思】…思考判断 【主】…主体的に学ぶ

単元名	評価項目	評価規準
体ほぐしの運動	【知】体ほぐしの運動の行い方がわかる。	
	【知】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。	
	【思】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。	
	【主】体ほぐしの運動に積極的に取り組んでいる。	
短距離走・リレー	【知】短距離走やリレーの行い方がわかる。	
	【知】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。	
	【知】テークオーバーゾーン内で、減速の少ないバトンの受け渡しをすることができる。	
	【思】短距離走・リレーのポイントがわかり、自分の課題を見分けている。	
	【主】短距離走・リレーに積極的に取り組んでいる。	
ネット型	【知】運動の行い方がわかる。	
	【知】片手、両手を使って、相手コートにボールを打ち返すことができる。	
	【知】ボールの方向に体を向けて、その方向に素早く移動することができる。	
	【思】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。	
	【主】ソフトバレー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。	
表現・フォークダンス	【知】フォークダンスの行い方がわかる。	
	【知】外国の踊り特徴を捉え、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って交流することができる。	
	【思】フォークダンスのポイントがわかり、自分の課題の解決策を考え、課題に応じた見合いや交流の仕方などを選んでいる。	
	【主】フォークダンスで交流する運動に積極的に取り組んでいる。	
体の動きを高める運動	【知】体の動きを高める運動の行い方がわかる。	
	【知】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ことをねらいとして行う運動ができる。	
	【思】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。	
	【主】体の動きを高める運動に積極的に取り組んでいる。	
	【知】クロールの行い方がわかる。	
水泳運動	【知】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。	
	【知】平泳ぎの行い方がわかる。	
	【知】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。	
	【知】安全確保につながる運動の行い方がわかる。	
	【知】タイミングよく呼吸をしたり、手や足を動かしたりして、続けて長く浮くことができる。	
	【思】自分の課題に応じた練習の場や仕方を選んでいる。	
	【主】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。	
マット運動	【知】マット運動のいろいろな技の行い方がわかる。	
	【知】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る。	
	【思】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分けている。	
	【思】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。	
	【主】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。	
跳び箱運動	【知】跳び箱運動のいろいろな技の行い方がわかる。	
	【知】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。	
	【思】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分けている。	
	【思】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。	
	【主】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。	
ハードル走	【知】ハードル走の行い方がわかる。	
	【知】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。	
	【思】ハードル走のポイントがわかり、自分の課題を見分けている。	
	【主】ハードル走に積極的に取り組んでいる。	
	【知】鉄棒運動のいろいろな技の行い方がわかる。	
鉄棒運動	【知】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。	
	【思】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分けている。	
	【思】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。	
	【主】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。	
	【知】助走からのスピードを落とさないで踏み切り、両手を高く振り上げて跳んでいる	
走り幅跳び	【知】両手を振り下ろし、上体を前に曲げ、両足で着地している。	
	【思】遠くに跳ぶために、助走や踏切の仕方などのめあてをもって跳んでいる。	
	【思】学習カードや補助具を使い、自分の学習のめあてに適した練習の仕方を選んでいる。	
	【主】自分の記録を伸ばすために、教え合い、励まし合いながら意欲的に学習に取り組むことができる。	
	【知】運動の行い方がわかる。	
ゴール型	【知】近くにいるフリーの味方にバスを出すことができる。	
	【思】得点しやすい場所に移動し、バスを受けてシュートなどをすることができる。	
	【思】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。	
	【主】ゲームや練習に積極的に取り組んでいる。	
	【知】走り高跳びの行い方がわかる。	
走り高跳び	【知】5～7歩程度のリズミカルな助走をすることができる。	
	【思】走り高跳びのポイントがわかり、自分の課題を見分けている。	
	【思】自分の課題に適した練習方法や練習の場を選んでいる	
	【主】走り高跳びに積極的に取り組んでいる。	
	【知】体つくり運動の意義や特性を理解するとともに、その計画的な行い方、安全性を理解し知識を身に付けています。	
(体の動きを高める運動)	【知】各種の運動に関連する体力及び健康に関する体力の向上に必要な体つくり運動を身に付けながら体力を高めることができます。	
	【思】自分の体力や生活に応じた体つくり運動の行い方と体力の高め方を目指して、練習の仕方を工夫している。	
	【主】体つくり運動の特性に関心を持ち、楽しさや喜びを味わえるようお互いに協力して進んで練習に取り組むことができる。	
	【知】安全に留意して練習や発表をする。	
	【知】ボールを蹴ったり止めたり、ドリブルしたりすることができます。	
サッカー	【知】得点しやすい場所に移動し、バスを受けてシュートなどをすることができます。	
	【知】ボールを保持する人と自分の間に守備者を入れないように立つことができる。	
	【思】自分のチームに合ったルールや場を選んだり、工夫したりしている。	
	【思】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。	
	【主】進んで練習やゲームに取り組もうとしている。	
	【主】ルールやマナーを守り、審判の判定に従いながらゲームを楽しもうとする。	
	【主】場や用具などの安全性を確かめようとする。	