

年間指導計画 及び評価規準

【知技】…知識技能 【思判】…思考判断 【主体】…主体的に学ぶ

学期	月	単元名	評価項目	評価規準
1 学期	4	体ほぐしの運動	【知技】	体ほぐしの運動の行い方がわかる。
			【知技】	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。
			【思判】	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】	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	【知技】	短距離走やリレーの行い方がわかる。
			【知技】	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。
	【知技】		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。	
	【思判】	短距離走・リレーのポイントがわかり、自分の課題を見付けている。		
	【主体】	短距離走・リレーに積極的に取り組んでいる。		
	5	ネット型	【知技】	運動の行い方がわかる。
			【知技】	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。
			【知技】	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。
		【思判】	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。	
		【主体】	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	【知技】	フォークダンスの行い方がわかる。
	【知技】		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。	
	【知技】		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。	
	【主体】	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。		
6	マット運動	【知技】	マット運動のいろいろな技の行い方がわかる。	
		【知技】	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。	
		【知技】	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。	
	【思判】	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。		
	【主体】	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。		
	7	水泳運動	【知技】	クロールの行い方がわかる。
【知技】			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。	
【知技】			平泳ぎの行い方がわかる。	
【知技】		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。		
【知技】		安全確保につながる運動の行い方がわかる。		
【知技】		タイミングよく呼吸をしたり、手や足を動かしたりして、続けて長く泳ぐことができる。		
【思判】	自分の課題に応じた練習の場や仕方を選んでいる。			
【主体】	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、背浮きや浮き沈みをしたりなどの水泳運動に積極的に取り組んでいる。			
2 学期	9	ハードル走	【知技】	ハードル走の行い方がわかる。
			【知技】	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。
			【思判】	ハードル走のポイントがわかり、自分の課題を見付けている。
	【主体】	ハードル走に積極的に取り組んでいる。		
	10	飛び箱運動	【知技】	飛び箱運動のいろいろな技の行い方がわかる。
			【知技】	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。
			【知技】	飛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付けている。
	【思判】	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。		
	【主体】	飛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。		
	10	走り幅跳び ・ 走り高跳び	【知技】	走り幅跳びや走り高跳びの行い方がわかる。
			【知技】	自分に適したリズムミカルな助走をすることができる。
			【知技】	走り幅跳びや走り高跳びのポイントがわかり、自分の課題を見付けている。
	【思判】	自分の課題に適した練習方法や練習の場を選んでいる		
	【主体】	走り幅跳びや走り高跳びに積極的に取り組んでいる。		
	11	鉄棒運動	【知技】	鉄棒運動のいろいろな技の行い方がわかる。
			【知技】	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。
			【知技】	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。
	【思判】	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。		
【主体】	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。			
12	ベースボール型	【知技】	運動の行い方がわかる。	
		【知技】	ボールをフェアグラウンド内に打つことができる。	
		【知技】	向かってくるボールの正面に移動することができる。	
【思判】	攻め方や守り方の簡単な作戦を話し合っ決めて、選んだりしている。			
【主体】	運動に進んで取り組んでいる。			
3 学期	1 ・ 2 ・ 3	体の動きを 高める運動	【知技】	体の動きを高める運動の行い方がわかる。
			【知技】	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。
			【思判】	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。
3 学期	1 ・ 2 ・ 3	ゴール型	【知技】	運動の行い方がわかる。
			【知技】	近くにいるフリーの味方にパスを出すことができる。
			【知技】	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することができる。
【思判】	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。			
【主体】	ゲームや練習に積極的に取り組んでいる。			