

A 体づくり運動

◆「内容のまとめりごとの評価規準」

単元の到達目標（小単元のねらい）		
<p>○自分の体の状態に気づき、体の調子を整えたり、仲間と交流したりするためのいろいろな運動を行うことができる。</p> <p>○約束を守り、場や用具の安全に気を付け、運動に進んで取り組むことができる。</p> <p>○気づき－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ぶことができる。</p> <p>○体力を高める運動の必要性や運動の行い方を理解し、めあてを持って自己の体力に応じた運動に取り組み、体力を高めることができる。</p> <p>○約束を守り、場や用具の安全に配慮しながら、友達と助け合って運動することができる。</p> <p>○体力を高める運動のねらいや行い方を知り、自己の体力に応じて運動を選ぶことができる。</p>		
時数		
1 2		
知識・運動	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<p>次の運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解しているとともに、体を動かす心地よさを味わったり、体の動きを高めたりしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体との関係に気付いたり、仲間と関わり合ったりしている。 ・体の動きを高める運動では、ねらいに応じて、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ための運動をしている。 	<p>自己の体の状態や体力に応じて、運動の行い方を工夫しているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。</p>	<p>運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしようとしたり、仲間の考えや取組を認めようとしたり、場や用具の安全に気を配ったりしている。</p>

第5学年 B 器械運動

◆「内容のまとめりごとの評価規準」例

単元の到達目標（小単元のねらい）		
<p>○基本的な回転技や倒立技に取り組み、それぞれについて自分の力に合った技が安定してできるとともに、その発展技ができる。</p> <p>○今できる技を組み合わせたたり、友達と合わせたりすることができる。</p> <p>○互いに励まし合って、協力して運動したり、器械・器具の使い方を工夫して、安全に運動したりすることができる。</p> <p>○自分のめあてを持って、学習資料を活用し、技を身に付けるための練習のしかたを工夫しながら運動することができる。</p> <p>○基本的な上がり技や支持回転技、下り技に取り組み、それぞれについて自分の力に合った技が安定してできるとともに、その発展技ができる。</p> <p>○できるようになった技を繰り返したり、組み合わせたりすることができる。</p> <p>○約束を守り、友達と助け合って、安全に運動することができる。</p> <p>○自分の力に合っためあてを持ち、練習のしかたを工夫することができる。</p>		
時数		
10		
知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<p>次の運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解しているとともに、その技を身に付けている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったり、それらを繰り返したり組み合わせたりしている。 ・鉄棒運動では、支持系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったり、それらを繰り返したり組み合わせたりしている。 ・跳び箱運動では、切り返し系や回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったりしている。 	<p>自己の能力に適した課題の解決の仕方や技の組み合わせ方を工夫しているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。</p>	<p>運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしようとしたり、仲間の考えや取組を認めようとしたり、場や器械・器具の安全に気を配ったりしている。</p>

第5学年 C 陸上運動

◆「内容のまとめりごとの評価規準」例

単元の到達目標（小単元のねらい）		
<p>○走る距離やバトンパスなどのルールを定めて競走したり，自分（チーム）の記録の伸びや目標とする記録の達成を目指したりしながら，一定の距離を全力で走ることができる。</p> <p>○運動に進んで取り組み，約束を守り，助け合って運動したり，安全に練習や競走をしたりすることができる。</p> <p>○自分（チーム）の記録を高めるために，課題解決のしかたを知り，競走や記録への挑戦のしかたを工夫することができる。</p> <p>○インターバルの距離やハードルの台数などのルールを定めて競走したり，自己の記録の伸びや目標とする記録の到達を目指したりしながら，ハードルをリズムカルに走り越えることができる。</p> <p>○運動に進んで取り組み，約束を守り友達と助け合って運動したり，場や用具の安全に気を配ったりすることができる。</p> <p>○自分の力に合った課題の解決のしかた，競走や記録への挑戦のしかたを工夫することができる。</p>		
時数		
1 2		
知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<p>次の運動の楽しさや喜びを味わい，その行い方を理解しているとともに，その技能を身に付けている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・短距離走・リレーでは，一定の距離を全力で走ったり，滑らかなバトンの受渡しをしたりしている。 ・ハードル走では，ハードルをリズムカルに走り越えている。 ・走り幅跳びでは，リズムカルな助走から踏み切って跳んでいる。 ・走り高跳びでは，リズムカルな助走から踏み切って跳んでいる。 	<p>自己の能力に適した課題の解決の仕方，競争や記録への挑戦の仕方を工夫しているとともに，自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。</p>	<p>運動に積極的に取り組み，約束を守り助け合って運動をしようとしたり，勝敗を受け入れようとしたり，仲間の考えや取組を認めようとしたり，場や用具の安全に気を配ったりしている。</p>

第5学年 D 水泳運動

◆「内容のまとめりごとの評価規準」例

単元の到達目標（小単元のねらい）		
<p>○運動の楽しさや喜びに触れ、クロールや平泳ぎの技能を身に付け、続けて長く泳ぐことができる。</p> <p>○運動に進んで取り組み、助け合って水泳をしたり、水泳の心得を守って安全に気を配ったりすることができる。</p> <p>○自己の能力に適した課題の解決のしかたや記録への挑戦のしかたを工夫することができる。</p>		
時数		
8		
知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<p>次の運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解しているとともに、その技能を身に付けている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・クロールでは、手や足の動きに呼吸を合わせて続けて長く泳いでいる。 ・平泳ぎでは、手や足の動きに呼吸を合わせて続けて長く泳いでいる。 ・安全確保につながる運動では、背浮きや浮き沈みをしながら続けて長く浮いている。 	<p>自己の能力に適した課題の解決の仕方や記録への挑戦の仕方を工夫しているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。</p>	<p>運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしようとしたり、仲間の考えや取組を認めようとしたり、水泳運動の心得を守って安全に気を配ったりしている。</p>

第5学年 E ボール運動

◆「内容のまとめりごとの評価規準」例

単元の到達目標（小単元のねらい）		
<p>○パスやシュートなどのボール操作やボールを受けるための動きによって攻めたり，それを防ぐ動きによって守ったりして，簡易化されたゲームをすることができる。</p> <p>○運動に進んで取り組み，ルールを守り助け合って運動したり，場や用具の安全に気を配ったりすることができる。</p> <p>○ルールを工夫したり，自分のチームの特徴に応じた作戦を立てたりすることができる。</p> <p>○パスやシュートなどのボール操作やボールを受けるための動きによって攻めたり，それらを防ぐ動きによって守ったりして，簡易化されたゲームをすることができる。</p> <p>○運動に進んで取り組み，ルールを守り助け合って運動したり，場や用具の安全に気を配ったりすることができる。</p> <p>○ルールを工夫したり，自分のチームの特徴に応じた作戦を立てたりすることができる。</p>		
時数		
15		
知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<p>次の運動の楽しさや喜びを味わい，その行い方を理解しているとともに，その技能を身に付け，簡易化されたゲームをしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゴール型では，ボール操作とボールを持たないときの動きによって，簡易化されたゲームをしている。 ・ネット型では，個人やチームによる攻撃と守備によって，簡易化されたゲームをしている。 ・ベースボール型では，ボールを打つ攻撃と隊形をとった守備によって，簡易化されたゲームをしている。 	<p>ルールを工夫したり，自己やチームの特徴に応じた作戦を選んだりしているとともに，自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。</p>	<p>運動に積極的に取り組み，ルールを守り助け合って運動をしようとしたり，勝敗を受け入れようとしたり，仲間の考えや取組を認めようとしたり，場や用具の安全に気を配ったりしている。</p>

第5学年 F 表現運動

◆「内容のまとめりごとの評価規準」例

単元の到達目標（小単元のねらい）		
<p>○もののイメージや特徴をとらえ，変化や起伏を付けたひと流れの動きで即興的に表現することができる。</p> <p>○題材からテーマを決めて，グループで「はじめ－なか－おわり」を付けた簡単なひとまとまりの動きを工夫したり，簡単な作品にしたりして表現することができる。</p> <p>○互いのよさを認め合い助け合って練習や発表をしたり，場の安全に気を配ったりすることができる。</p> <p>○グループの課題解決に向けて，練習や発表のしかたを工夫することができる。</p>		
時数		
8		
知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<p>次の運動の楽しさや喜びを味わい，その行い方を理解しているとともに，表したい感じを表現したり踊りで交流したりしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・表現では，いろいろな題材からそれらの主な特徴を捉え，表したい感じをひと流れの動きで即興的に踊ったり，簡単なひとまとまりの動きにして踊ったりしている。 ・フォークダンスでは，日本の民踊や外国の踊りから，それらの踊り方の特徴を捉え，音楽に合わせて簡単なステップや動きで踊っている。 	<p>自己やグループの課題の解決に向けて，表したい内容や踊りの特徴を捉えた練習や発表・交流の仕方を工夫しているとともに，自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。</p>	<p>運動に積極的に取り組み，互いのよさを認め合い助け合って踊ろうとしたり，場の安全に気を配ったりしている。</p>

5年

【単元(章)名】 1 「心の健康」 ●教科書 p. 7～22 ●配当時数：4時間

【学習指導要領の内容】 G 保健(1)心の健康

1 単元(章)の目標

- (1)心の発達、心と体との密接な関係、不安や悩みへの対処について理解することができるようにするとともに、不安や悩みへの対処についての技能を身に付けることができるようにする。
- (2)心の健康について、課題を見つけ、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現することができるようにする。
- (3)心の健康について、健康や安全の大切さに気づき、自己の健康の保持増進や回復に進んで取り組むことができるようにする。

2 単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<p>①心は人との関わり、自然とのふれあいなど様々な生活経験や学習を通して年齢に伴って発達するが、発達の仕方には個人差があることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>②心と体は深く影響し合っていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>③不安や悩みへの対処としての呼吸法や体ほぐしの運動について理解したことを言ったり書いたりしているとともに、呼吸法や体ほぐしの運動を行うことができる。</p> <p>④不安や悩みは誰もが経験することであり、そうした場合には、信頼できる人に相談したり、気分を変えたりすることなど様々な方法があり、自分に合った適切な方法で対処できることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p>	<p>①自己の経験と学習したことを関連付けて、よりよく心を発達させる適切な方法や心と体の関わりについて考え、考えたことを説明している。</p> <p>②呼吸法や体ほぐしの運動を行い、行い方のポイントや気分の変化などについて気づいたことをワークシートに書いたり、不安や悩みに対する様々な方法を考え、学習したことを活用して、適切な方法を選んだりしている。</p>	<p>①心の健康について、課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習、教科書や資料を調べたり、自分の生活を振り返ったりするなどの学習に進んで取り組もうとしている。</p>

5年

【単元(章)名】 2 「けがの防止」 ●教科書 p.23～44 ●配当時数：4時間

【学習指導要領の内容】 G 保健(2)けがの防止

1 単元(章)の目標

- (1)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、けがの手当について、理解することができるようにするとともに、けがの簡単な手当についての技能を身に付けることができるようにする。
- (2)けがの防止について、課題を見つけ、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現することができるようにする。
- (3)けがの防止について、健康や安全の大切さに気づき、自己の健康の保持増進や回復に進んで取り組むことができるようにする。

2 単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<p>①事故やけがの多くは、人の行動と周りの環境が原因で起こること。また、人の行動は、そのときの心や体の状態と関係していることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>②交通事故を防止するには、周囲の状況をよく見極め、危険に早く気づいて、的確な判断の下に安全に行動すること。また、安全施設の整備や適切な規制が行われていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>③学校や地域でのけが、犯罪被害を防止するには周囲の状況をよく見極め、危険を予測し、安全に行動することが必要であること。また、環境を安全に整えることが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>④けがをしたときは、けがの種類や程度などの状況をできるだけ速やかに把握して手当をし、近くの人に知らせること。また、簡単な手当について、理解したことを言ったり書いたりしているとともに、簡単な手当ができる。</p>	<p>①事故にあいそうになったり、けがをしそうになったりした経験を思い出し、危険の予測や回避の方法を考えたり、選んだりするとともに、通学路などでの交通事故を防止するための具体的な方法を考え、考えたことを友達と伝え合ったりしている。</p> <p>②学校や地域でのけがの防止や犯罪被害を防止するための課題を見つけ、考えた解決方法を友達と伝え合ったりするとともに、自分がけがをした経験を振り返り、学習したことを参考にして、けがの種類に応じた手当の仕方を選んだりしてしる。</p>	<p>①健康や安全の大切さに気づき、けがの防止についての学習に進んで取り組もうとしている。</p>