

教科	体育科	学年	第3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	2	●体ほぐしの運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方を知ることができるようにする。 ●手軽な運動を行い、心と体の変化に気づいたり、みんなで関わったりすることができるようにする。 ●自己の課題を見つけ、その解決のための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。 ●運動に進んで取り組み、きまりを守り、だれとでも仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気をつけたりすることができるようにする。	・体ほぐしの運動の行い方を知っている。 ・体ほぐしの運動の楽しさや喜びに触れ、体を動かす楽しさや心地よさを味わうことができる。 ・手軽な運動を行い、心と体の変化に気づいたり、みんなで関わったりすることができる。	・心も弾み、体の動きが軽快になる運動や、体を動かすと心のつながりを感じる運動の行い方を選んでいる。 ・友達と一緒に運動を工夫している。 ・楽しく運動しながら、心と体の変化に気づいたことや、友達と関わり合っ、考えたことや見つけたことを友達に伝えている。	・体ほぐしの運動に進んで取り組もうとしている。 ・運動を行う際に、きまりを守り、だれとでも仲よく励まし合おうとしている。 ・用具や活動する場の安全を確かめながら運動しようとしている。
多様な動きをつくる運動	13	●多様な動きをつくる運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方を知ることができるようにする。 ●体のバランスや移動、用具の操作や力試しの動きができるようにするとともに、それらを組み合わせた動きができるようにする。 ●自己の課題を見つけ、その課題を解決するために、さまざまな運動の行い方を選んだり、友達と一緒に運動したりするとともに、考えや見つけたことを友達に伝えることができるようにする。 ●運動に進んで取り組み、きまりを守り、だれとでも仲よく運動したり、友達の考えを認めたり、場や用具や安全に気をつけたりすることができるようにする。	・多様な動きをつくる運動の楽しい行い方を知っている。 ・姿勢や方向、人数を変えて、バランスをとる動きができる。 ・姿勢、速さ、リズム、方向などを変えて、体を移動する動きができる。 ・用具を操作する動きができる。 ・力を出し切ったり、力の入れ方を加減したりする動きができる。 ・基本的な動きを組み合わせた動きができる。	・自己の課題(自分のできるようになりたい動き)を見つけている。 ・人数や用具などの条件を変えて工夫している。 ・友達と動きを合わせる行い方を選んでいる。 ・友達の行い方をまねしたり、それを修正したりしながら、自己に適した行い方を選んでいる。 ・動きのこつやポイント、行い方について、考えたり見つけたりしたことを友達に伝えている。	・多様な動きをつくる運動に進んで取り組もうとしている。 ・きまりを守り、「いつでもどこでもだれとでも」励まし合って運動しようとしている。 ・友達と協力して、用具の準備や片づけをしようとしている。 ・運動する場や用具の安全を確かめている。 ・友達の考えや取り組みを認めようとしている。

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
マット運動	7	●マット運動の回転系や巧技系の基本的な技の行い方を知ることができるようにする。 ●マット運動の回転系や巧技系の基本的な技を行ったり、技を繰り返したり、組み合わせたりすることができるようにする。 ●自己の能力に適した課題を見つけ、技ができるようになるための活動を工夫したり、考えたことを友達に伝えたりすることができるようにする。 ●運動に進んで取り組み、きまりを守り、だれとでも仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、安全に気をつけて運動したりすることができるようにする。	・回転系、巧技系の基本的な技の行い方を知っている。 ・自分の能力に適した回転系、巧技系の基本的な技ができる。 ・自己の能力に適した技を繰り返したり、組み合わせたりすることができる。	・自己の能力に適した課題を見つけている。 ・学習カードや掲示物を活用して、課題の解決に向けた活動を選んでいる。 ・自分の見つけたコツや友達のできばえを伝えている。	・運動に進んで取り組もうとしている。 ・順番やきまりを守り、だれとでも仲よく運動しようとする。 ・場の準備や片づけを、友達と一緒にしようとしている。 ・マットの使い方や置き方など、安全を確認しながら運動しようとしている。
鉄ぼう運動	7	●技の行い方を知り、自分の力に合った基本的な技を行ったり、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することができるようにする。 ●自分の力に合った課題を見つけ、課題を解決しやすい練習の場を選ぶことができるようにする。 ●見つけたポイントや、技のできばえを友達に伝えることができるようにする。 ●友達の考えを認め、だれとでも仲よく運動することができるようにする。	・技の行い方を知り、自分の力に合った基本的な技ができる。 ・技の行い方を知り、自分の力に合った基本的な技や発展技ができる。 ・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。	・学習資料や技のできばえから、自分の力に合った課題を見つけている。 ・課題を解決しやすい練習の場を選んでいる。 ・見つけたポイントや、技のできばえを友達に伝えている。	・運動に進んで取り組もうとしている。 ・運動する場や器械・器具の安全に気を配っている。 ・友達の考えを認め、だれとでも仲よく運動しようとしている。
とび箱運動	6	●跳び箱運動の行い方を知り、切り返し系や回転系の基本的な技ができるようにする。 ●自己の能力に適した課題を見つけ、技ができるようになるための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。 ●運動に進んで取り組み、きまりを守って、だれとでも仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や器械・器具の安全に気をつけたりすることができるようにする。	・跳び箱運動の課題や約束、場や用具の使い方、場の安全の確保など、運動の特性に応じた行い方を知っている。 ・基本的な技(開脚跳び、台上前転)の行い方を知り、その技ができる。 ・発展した技(かかえ込み跳び、伸膝台上前転)の行い方を知り、その技ができる。	・自己の能力に適した課題を見つけている。 ・学習カードや掲示物などを活用して、課題の解決に向けた活動(練習の場や段階)を選んでいる。 ・課題解決のために考えたことを友達に伝えている。	・繰り返し、技に取り組もうとしている。 ・自己の課題を発見したり、課題解決の方法を選んだりするなど、自らの学習を調整しながら取り組もうとしている。

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
かけっこ・リレー	7	●かけっこ・リレーの行い方を知ることができるようにする。 ●かけっこ・リレーの楽しさや喜びに触れ、調子よく走ったり、バトンの受け渡しをしたりすることができるようにする。 ●自己の能力に適した課題を見つけ、動きを身につけるための活動や競走の仕方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。 ●運動に進んで取り組み、きまりを守り、だれとでも仲よく運動したり、勝敗を受け入れたり、場や用具の安全に気をつけたりすることができるようにする。	・かけっこの行い方を知っている。 ・いろいろな走り出しの姿勢から、すばやく走り始めることができる。 ・30～50m程度の距離を、まっすぐ前を見て、腕を前後に大きく振って走ることができる。 ・リレーの行い方を知っている。 ・走りながら、タイミングよくバトンの受け渡しができる。 ・コーナーの内側に体を軽く傾けて走ることができる。	・自分の運動の様子を友達に見てもらったり、ICT機器を活用したりしながら確認し、動きのポイントと照らし合わせて自己の課題を見つけている。 ・友達のよい動きを見つけたり、考えたことを友達に伝えたりしている。 ・友達との競走の仕方を考えたり、競走の規則や記録への挑戦の仕方を選んだりしている。 ・友達のよい動きや動きの変化を見つれたり、考えたことを友達に伝えたりしている。	・かけっこに進んで取り組もうとしている。 ・かけっこのきまりを守り、勝敗を受け入れようとしている。 ・用具の準備や片づけを友達と一緒にしようとしている。 ・走るコースや方向、友達との距離に注意しながら運動しようとしている。 ・リレーに進んで取り組もうとしている。 ・リレーのきまりを守り、勝敗を受け入れようとしている。 ・走るコースや方向、バトンの受け渡しをした後の動きに注意しながら運動しようとしている。
小がたハードル走	6	●小型ハードル走の行い方を知ることができるようにする。 ●小型ハードルを自分に合ったリズムで調子よく走り越えることができるようにする。 ●自分の力に合った課題を見つけ、動きを身につけるための活動や競争の仕方を工夫したり、考えたことを友達に伝えたりすることができるようにする。 ●運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動したり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、安全に気をつけたりすることができる。	・インターバルの距離や障害物の高さに応じたいろいろなリズムで小型ハードルを走り越えることを知っている。 ・いろいろなリズムで小型ハードルを走り越えることができる。 ・一定の間隔に置かれた小型ハードルを同じリズムで走り越えることを知っている。 ・小型ハードルを自分に合ったリズムで調子よく走り越えることができる。	・いろいろな場で自分の走りやすいリズムを考えている。 ・自分の力に合った課題を見つけている。 ・自分の力に合う場や自分の課題に合った練習の場を選んでいる。 ・友達のよい動きを見つけたり、考えたりしたことを友達に伝えたりしている。	・小型ハードル走に進んで取り組もうとしている。 ・きまりを守り仲よく運動したり、準備や片づけをしたりしようとしている。 ・場や用具の安全に気をつけている。 ・互いに動きを見合い、友達の考えを認めようとしている。 ・競走やリレーで勝敗を受け入れようとしている。

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
はばとび	5 選択	●幅跳びの運動の楽しさや喜びに触れ、場に応じた運動の行い方を知ることができるようにする。 ●短い助走から片足で踏み切って遠くへ跳び、両足で着地することができるようにする。 ●練習を工夫し、見つけたよい動きを友達に伝えることができるようにする。 ●運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動したり、安全に気をつけたりすることができるようにする。	・幅跳びの運動の行い方を知っている。 ・短い助走から、踏み切り足を決めて、片足で前方に強く踏み切り、両足で着地することができる。 ・幅跳びの動きのポイント(片足踏み切り、両足着地)を知っている。	・見つけた自分なりのよい動きを自己評価に記入したり、発表したりしている。 ・練習の仕方を工夫している。 ・自分なりのよい動きについて見合ったり教え合ったり、ふり返りで発表したりしている。	・きまりを守って、進んで運動しようとしている。 ・用具の準備や片づけを友達と一緒にしたり、安全に気をつけたりしようとしている。 ・勝敗の結果を素直に受け入れようとしている。 ・友達の考えを認めようとしている。
高とび	5 選択	●高跳びの行い方を知ることができるようにする。 ・足からの安全な着地 ・ゴムひもに近い足での振り上げ ●3歩から5歩程度の短い助走から、踏み切り足を決めて踏み切って跳ぶことができるようにする。 ●自己の能力に適した課題を見つけ、競争の仕方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。 ●高跳びに進んで取り組み、きまりを守り、だれとでも仲よく運動したり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気をつけるようにする。	・高跳びの行い方を知っている(足からの安全な着地、ゴムひもに近い足での振り上げ)。 ・3歩から5歩程度の短い助走から、片足で踏み切って跳び、足から着地することができる。 ・3歩から5歩程度の短い助走から、踏み切り足を決めて踏み切って跳ぶことができる。	・自己の能力に適した課題を見つけている。 ・見つけたこつについて学習カードに記入したり、発表したりして伝えている。 ・競争の仕方を選んでいる。 ・見つけたこつや友達のよさについて学習カードに記入したり、発表したりして伝えている。	・高跳びに進んで取り組もうとしている。 ・競争のきまりを守り、だれとでも仲よく励まし合おうとしている。 ・動きのよさや課題を伝え合う際に、友達の考えを認めようとしている。 ・用具の準備や片づけを友達と一緒にしたり、安全に気をつけたりしようとしている。

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
浮いて進む運動やもぐる・浮く運動	11	●浮いて進む運動やもぐる・浮く運動の行い方を知ることができるようにする。 ●け伸びや初歩的な泳ぎをすることができるようにする。 ●息を止めたり、吐いたりしながら、いろいろなもぐり方や浮き方をすることができるようにする。 ●浮いて進む運動やもぐる・浮く運動の動き方やポイントを知り、自分に合った練習方法や練習の場を選ぶことができるようにする。 ●運動に進んで取り組み、水泳運動の心得を守って、仲よく運動することができるようにする。	・伏し浮きで続けて進んだり、呼吸をしながら手や足を動かして進んだりする方法を知っている。 ・体の一部分をプールの底につけたり、補助具をはさんで浮いたり、呼吸を調整して浮き沈みをしたりする方法を知っている。 ・伏し浮きで続けて進んだり、呼吸をしながら手や足を動かして進んだりすることができる。 ・体の一部分をプールの底につけたり、補助具をはさんで浮いたり、呼吸を調整して浮き沈みをしたりすることができる。	・浮いて進む運動やもぐる・浮く運動の動き方や動きのポイントを知って練習している。 ・教師や友達の助言・言葉かけを練習に生かしている。 ・動きを身につけるための練習の仕方を知り、自分の力に合った練習方法を選んでいる。 ・教師や友達の助言・言葉かけを練習に生かしている。 ・自分のめあてや友達のよい動き、気づいたことを伝えたり、互いのよい動きをまねしたりしている。	・浮いて進む運動やもぐる・浮く運動に進んで取り組もうとしている。 ・水泳運動の心得を守り、安全に気をつけて運動をしようとしている。 ・友達と励まし合ったり、補助し合ったりして練習をしようとしている。 ・準備や片づけを友達と一緒にしようとしている。 ・友達の考えを認め、聞こうとしている。
ゴール型ゲーム ラインサッカー	9	●ラインサッカーの行い方を知ることができるようにする。 ●基本的なボール操作やボールを持たないときの動きによって、やさしいゲームをすることができるようにする。 ●規則を工夫したり、ゲームの型に応じた簡単な作戦を選んだりするとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。 ●運動に進んで取り組み、規則を守り、だれとでも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気をつけたりすることができるようにする。	・ラインサッカーの行い方を知っている。 ・味方にパスを出したり、シュートをしたり、ゴールにボールを運ぶことができる。 ・ボール保持者と自分の間に守る者がいない空間に、移動することができる。	・みんなが楽しめるように規則を工夫している。 ・ボールをゴールに運ぶための簡単な作戦を選んでいる。 ・規則や簡単な作戦について考えたことを、動作や言葉、絵図で友達に伝えている。	・ラインサッカーに進んで取り組もうとしている。 ・使用する用具などの準備や片づけを、友達と一緒にしようとしている。 ・場の危険物を取り除くなど、周囲を見て場や用具の安全を確かめている。

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
ネット型ゲーム プレールボール	8	●プレールボールの行い方を知ることができるようにする。 ●片手や両手でボールを地面に打ちつけ、味方にパスしたり相手コートにボールを返したりしながら、攻守の切り替えを楽しむことができるようにする。 ●規則を守りながら友達と励まし合ってゲームをしたり、進んで練習したりすることができるようにする。 ●みんなが楽しめるように規則を工夫したり、ボールの打ち方や簡単な作戦を考えたりしながら、学習に取り組むことができるようにする。	・プレールボールの行い方を知っている。 ・片手や両手を用いてボールを地面に打ちつけることができる。 ・パスをつないで、ラリーの続くゲームをすることができる。 ・ボールを打ちやすいように、体の向きや位置を変えることができる。 ・作戦を意識しながら、目的に合ったボールの打ちつけ方をしたり、ボールを操作しやすい位置に体を移動したりすることができる。	・ゲームの仕方を知り、みんなが楽しめるように規則を工夫している。 ・目的に合わせてボールの打ちつけ方を工夫している。 ・チームで話し合い、簡単な作戦を選んでいく。	・規則を守りながら、進んでゲームを楽しもうとしている。 ・友達と協力しながら、用具の準備や片づけに進んで取り組もうとしている。 ・友達と励まし合いながら、練習やゲームに取り組もうとしている。 ・判定や勝敗を素直に受け入れようとしている。
ベースボール型ゲーム ティーボール	7	●ゲームの規則やボールの打ち方、ボールの飛球方向に移動や走塁の仕方などを知ることができるようにする。 ●ボールを打ったり、ボールの正面に移動して捕ったり、全力で走塁したりする動きによって、ゲームをすることができるようにする。 ●規則を工夫したり、ゲームの型に応じた簡単な作戦を選んだりし、考えたことを友達に伝えることができるようにする。 ●運動に進んで取り組み、規則を守り、だれとでも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気をつけたりすることができるようにする。	・ゲームの規則などの行い方を知っている。 ・止まっているボールをフェアグラウンド内に打つことができる。 ・ベースに向かって全力で走り、かけ抜けることができる。 ・ボールの打ち方や走塁の仕方、捕ったり投げたりする守り方を知っている。 ・投げる手と反対側の足を一歩前に踏み出してボールを投げることができる。 ・向かってくるボールの正面に移動することができる。	・だれもが楽しくゲームができるように、場や得点の方法など、規則を選んでいく。 ・ゲームの型に応じた簡単な作戦を選んでいく。 ・ボールの打ち方や捕り方などの行い方について考えたことを、動作や言葉で友達に伝えている。	・ゲームに進んで取り組もうとしている。 ・ゲームの規則を守り、だれとでも仲よくしようとしている。 ・ゲームの勝敗を受け入れようとしている。 ・互いに動きを見合ったり、話し合ったりして見つけた動きのよさや課題を伝え合う際に、友達の考えを認めようとしている。 ・用具などの準備や片づけを、友達と一緒にしようとしている。 ・周囲を見て、場や用具の安全を確かめている。

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
表現・リズムダンス	13	●リズムダンスの行い方を知ることができるようにする。 ●軽快なロックやサンバなどのリズムの特徴を捉え、体の各部分でリズムに乗って踊ったり、友達と関わり合ったりして踊ることができるようにする。 ●自己の能力に適した課題を見つけ、動きやリズムを工夫したり、友達のよい動きを自分の踊りに取り入れたり、考えたことを伝えたりすることができるようにする。 ●だれとでも、仲よく練習や発表をしたり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。	・リズムダンスの行い方を知っている。 ・軽快なロックやサンバなど、いろいろなリズムに乗って、リズムの特徴を捉えて全身で踊ることができる。 ・弾む動きにねじる・回るなどの動きを入れて変化をつけたり、すばやい動きやストップなど曲のリズムに変化をつけたりして、続けて即興的に踊ることができる。	・リズムの特徴を知り、その特徴を捉えた踊り方を選んだり、交流の仕方を工夫したりしている。 ・特徴を捉えた動きや変化のある動きなど、よかったところを友達に伝えられている。	・リズムダンスに進んで取り組もうとする。 ・友達の動きを感じて、ぶつからないように安全を確かめながら、運動しようとする。 ・だれとでも仲よく踊ったり、友達と励まし合って練習したりしようとする。