

教科	体育科	学年	第5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	3	●体ほぐしの運動の行い方を理解することができるようにする。 ●心と体の関係に気づいたり、仲間と関わり合ったりすることができるようにする。 ●自己の心と体の状態に合わせて、運動の行い方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。 ●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たり、仲間の考えや取り組みを認めたり、場や用具の安全に気を配っ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理解している。 ・心と体が関係し合っていることに気づくことができる。 ・自他の心と体に違いがあることを理解し、仲間のよさを認め合っている。 ・仲間の心と体の状態に配慮しながら、豊かに関わり合うことができる。	・自己やグループで考えた運動の行い方を他者に伝えている。 ・自己の心と体の状態に応じて、運動の行い方を選んだり、工夫したりしている。	・体ほぐしの運動に積極的に取り組もうとしている。 ・運動を行う際の約束を守り、仲間と助け合おうとしている。 ・運動を行う場の設定や用具の片づけなどで、分担された役割を果たそうとしている。 ・運動の行い方について、仲間の気づきや考え、取り組みのよさを認め合おうとしている。 ・運動の場の危険物を取り除くとともに、用具の使い方や周囲の安全に気を配っている。
体の動きを高める運動	9	●体の動きを高める運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解することができるようにする。 ●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することができるようにする。 ●自己の体の状態や体力に応じて、運動の行い方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。 ●運動に積極的に取り組み、約束を守り、助け合って運動したり、仲間の考えや取り組みを認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。	・体力の必要性や、体の動きを高めるための運動の行い方を理解している。 ・自己の課題を踏まえ、直接的に体力の向上をねらいとして、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、および動きを持続する能力を高めるための運動を行うことができる。	・運動のポイントを見つけている。 ・体の動きを高めるために適した運動の行い方を選んだり、工夫したりしている。 ・体の動きを高めるために、自己やグループで考えた運動の行い方を他者に伝えている。	・運動に積極的に取り組もうとしている。 ・約束を守り、助け合って運動をしたり、場や用具の安全に気を配ったりしている。 ・仲間の考えや取り組みを認めようとしている。
マット運動	6	●マット運動の行い方を理解し、自己の能力に適し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ようにする。 ●自己の能力に適した課題を見つけ、課題に応じた練習の場や段階を選ぶことができるようにする。 ●観察し合って見つけたこつやわかったことを仲間に伝えることができるようにする。 ●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たり、仲間の考えや取り組みを認めたり、場や器械・器具の安全に気を配ったりすることができるようにする。	・マット運動の課題や約束、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理解している。 ・技の行い方や技のポイント、練習の仕方を理解している。 ・自己の能力に適した回転系や巧技系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったりして技を身につけたり、できる技を繰り返したり、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。 ・観察し合って見つけた自己のこつや、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	・マット運動に積極的に取り組もうとしている。 ・学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合って練習しようとしている。 ・仲間の考えや取り組みを認めようとしている。 ・準備や片づけなど、分担された役割を果たそうとしている。 ・場や器械・器具の安全に気を配っている。

単元名	時数	単元の到達目標 (小単元のねらい)	単元のまよりの評価規準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
鉄棒運動	4	●技の行い方を理解し、自分の力に合った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、課題に応じた練習の場や段階を選ぶことができるようにする。 ●見つけたこつやわかったことを仲間に伝えることができるようにする。 ●仲間の考えや取り組みを認め、助け合って運動することができるようにする。	・技の行い方を理解し、自分の力に合った基本的な技が安定してできる。 ・技の行い方を理解し、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ICT機器を活用して、自分の力に合った課題を見つけている。 ・課題を解決するために、自分の力に合った練習の場や段階を選んでいる。 ・観察し合って見つけたこつや、わかったことを仲間に伝えている。	・運動に積極的に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。 ・仲間の考えや取り組みを認め、助け合って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理解し、自己の能力に適し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ようにする。 ●自己の能力に適した課題を見つけ、課題に応じた練習の場や段階を選ぶことができるようにする。 ●観察し合って見つけたこつやわかったことを仲間に伝えることができるようにする。 ●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たり、仲間の考えや取り組みを認めたり、場や器械・器具の安全に気を配っ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理解している。 ・技の行い方や技のポイント、練習の仕方を理解している。 ・自己の能力に適し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、その発展技を行ったりして技を身につけたり、できる技を繰り返したり、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。 ・観察し合って見つけた自己のこつや、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	・跳び箱運動に積極的に取り組もうとしている。 ・学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合って練習しようとしている。 ・仲間の考えや取り組みを認めようとしている。 ・準備や片づけなど、分担された役割を果たそうとしている。 ・場や器械・器具の安全に気を配っている。
表現運動	9	●表現の行い方を理解することができるようにする。 ●変化や起伏をつけた即興的な表現や、簡単なひとまとまりの表現で踊ることができるようにする。 ●自己やグループの課題に応じた動きを選んだり、自己やグループのよさを生かす動きを見つけたたりすることができるようにする。また、他のグループと動きを見合い、よかったところを伝えることができるようにする。 ●表現に積極的に取り組み、互いの動きのよさを認め合い、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ようにする。	・表現の行い方を理解している。 ・「対決！」からいろいろなイメージを捉え、ひと流れの動きで即興的に踊ることができる。 ・「対決！」のイメージの表したい感じを強調する動きをすることができる。 ・「はじめ－なか－おわり」をつけた、簡単なひとまとまりの動きにして踊ることができる。	・「対決！」のイメージから対決の特徴的な動きを見つけ、自分の動きに取り入れている。 ・気に入った「対決！」のイメージを選び、表したい感じを強調できるように、動きに変化と起伏をつけて動きや動き方を工夫している。 ・互いの動きを見合い、表したい感じやイメージが表れているかをグループに伝えている。	・進んで表現に取り組み、楽しく踊ろうとしている。 ・自己やグループの動きや考えを認め合おうとしている。 ・仲間と助け合って取り組もうとしている。 ・安全に気を付けて運動している。

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
短きより走・リレー	4	●短距離走やリレーの行い方を理解することができるようにする。 ●走る距離やバトンの受け渡し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ようにする。 ●自分(チーム)の記録を高めるために、課題の解決の仕方を知り、競走や記録への挑戦の仕方を工夫することができるようにする。 ●運動に積極的に取り組み、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ようにする。	・短距離走の計測や競走の仕方、リレーの行い方を知り、バトンの受け渡しについてそれぞれの役割を理解している。 ・テークオーバーゾーン内でバトンの受け渡しをすることができる。 ・スタンディングスタートから走り始め、ゴールまで全力で走り切ることができる。 ・テークオーバーゾーン内で、なるべく減速をしないでなめらかにバトンの受け渡しをすることができる。	・自己や仲間の走り方や跳び方の様子をICT機器を活用するなどして確認し、動きのポイントと自己やグループの仲間の動きを照らし合わせている。 ・学習資料や仲間の動きなどから、自分の課題を見つけている。 ・競走のルールや記録への挑戦の仕方を選んでいる。 ・自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	・走路や器具の使い方など、安全に気をつけて運動しようとしている。 ・準備や片づけ、計測・判定などを協力して行おうとしている。 ・自分(チーム)の目標に向かって、全力で運動に取り組もうとしている。 ・ルールを守り、勝敗に対して公正な態度をとろうとしている。

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
ハードル走	4	●ハードル走の行い方を理解することができるようにする。 ●ハードルを自分に合ったリズムでリズムカルに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、解決の仕方、競走や記録への挑戦の仕方を工夫したり、考えたことを仲間に伝えたりすることができるようにする。 ●運動に積極的に取り組み、約束を守り、助け合って運動したり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えた取り組みを認めたり、安全に気をつけたりすることができるようにする。	・一定の間隔に置かれたハードルを、3歩または5歩のリズムで走り越えることを理解している。 ・ハードルを3歩または5歩のリズムで走り越えることができる。 ・リズムカルに走り越えるための運動の仕方を理解している。 ・第1ハードルを決まった足で踏み切って走り越えることができる。 ・スタートから最後まで、体のバランスをとりながらまっすぐ走ることができる。	・いろいろな場を走りながら、自分に合った走りの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。 ・課題を解決するために、考えたことを仲間に伝えている。	・ハードル走に積極的に取り組もうとしている。 ・約束を守り、助け合って運動したり、準備や片づけをしったりしている。 ・場や用具の安全に気を配っている。 ・互いに動きを見合い、仲間の考えや取り組みを認めようとしている。
クロール・平泳ぎ、安全確保につながる活動	11	●手や足の動きに呼吸を合わせたクロールや平泳ぎ、背浮きや浮き沈みをしながら続けて長く浮く、安全確保につながる運動の行い方を理解することができるようにする。 ●手や足の動きに呼吸を合わせたクロールや平泳ぎで続けて長く泳いだり、背浮きや浮き沈みをしながら続けて長く浮く、安全確保につながる運動を行うことができるようにする。 ●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するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。 ●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たり、仲間の考えや取り組みを認めたり、水泳運動の心得を守って安全に気を配ったりすることができるようにする。	・クロールの行い方を理解して、その動きができる。 ・平泳ぎの行い方を理解して、その動きができる。 ・安全確保につながる運動の行い方を理解して、その動きができる。 ・クロールの行い方を理解して、続けて長く泳ぐことができる。 ・平泳ぎの行い方を理解して、続けて長く泳ぐことができる。 ・安全確保につながる運動の行い方を理解して、続けて長く浮くことができる。	・自己の課題を見つけ、その課題の解決の仕方を考えるなどしている。 ・課題解決のために、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 ・自己の課題に応じた練習の場や段階を選んでいる。 ・自己の能力に適した記録への挑戦の仕方を選んでいる。 ・自己や仲間の課題を解決する過程で見つけたことや考えたことを伝えたり、仲間同士で確かめ合ったり、称賛し合ったりしている。	・クロールや平泳ぎ、安全確保につながる運動に進んで取り組もうとしている。 ・約束を守ったり、助け合ったりして運動しようとしている。 ・仲間の考えや取り組みを認めたり、水泳運動の心得を守って安全に気を配ったりしている。

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 ソフトバレーボール	8	●ソフトバレーボールの行い方を理解することができるようにする。 ●トスやアタックなどのボール操作とチームの作戦に基づいた位置取りをするなどの、ボールを持たないときの動きによって、相手が捕りにくいボールを返球し合うゲームをすることができるようにする。 ●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することができるようにする。 ●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たり、勝敗を受け入れたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。	・ソフトバレーボールの行い方を理解している。 ・味方が受けやすいようにボールをつなぐことができる。 ・ボールの方向に体を向けて、その方向にすばやく移動することができる。 ・相手コートにボールを打ち返すことができる。 ・自陣のコートから相手コートに向けて、サービスを打ち入れることができる。	・だれもが楽しくゲームに参加できるように、プレイヤーの人数、コートの広さ、プレイの制限、得点の仕方などのルールを選んでいる。 ・自己やチームの特徴に応じた作戦を選んでいる。 ・課題の解決のために、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	・ゲームや練習に積極的に取り組もうとしている。 ・ルールやマナーを守り、仲間と助け合おうとしている。 ・場の設定や用具の片づけなどで、分担された役割を果たそうとしている。 ・ゲームの勝敗を受け入れようとしている。 ・ゲームや練習の中で互いの動きを見合ったり、話し合ったりする際に、仲間の考えや取り組みを認めようとしている。 ・使用する用具の安全に気を配っている。
走りばとび	5 選択	●走り幅跳びの運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解することができるようにする。 ●7～9歩程度のリズムカルな助走から、踏み切りゾーンで力強く踏み切って跳び、かがみ跳びから両足で着地することができるようにする。 ●自己の能力に応じた課題を見つけ、課題に応じた練習の場や段階を選び、自己や仲間が考えたことを他者に伝えることができるようにする。 ●運動に積極的に取り組み、約束を守り、助け合って運動したり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えを認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。	・走り幅跳びの行い方や計測の仕方を理解している。 ・自分に合った助走距離を見つけ、踏み切りゾーンに合わせて踏み切ることができる。 ・リズムカルな助走から踏み切ることができる。 ・「ん」の字の形を意識して、膝を柔らかく曲げてかがみ込むように着地することができる。	・自分の力や技能ポイントを理解し、自分に合った目標記録を立てている。 ・自分の力に合った課題を設定し、それに合った練習の場や段階を選んで練習している。 ・仲間と動きを見合い、技能ポイントを確かめながら練習したり、競争したりしている。 ・運動のポイントや、学習の記録、仲間の動きのよさなどを学習カードに書いて、発表したりして伝えている。	・より遠くへ跳ぶことを目指して、進んで運動に取り組もうとしている。 ・用具の準備や片づけ、計測、記録など、分担された役割を果たしたり、場の安全を確かめたりしようとしている。 ・競争のルールや記録への挑戦の仕方を守り、だれとでも仲よく励まし合おうとしている。 ・課題解決の際に、仲間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
走り高とび	5 選択	●走り高跳びの行い方を理解することができるようにする。 ・はさみ跳びで足から着地 ・リズムミカルな助走 ・上体を起こした力強い踏み切り ●5～7歩程度のリズムミカルな助走から、力強く踏み切って跳び、足から着地することができるようにする。 ●自己やグループの能力に適した課題を見つけ、課題に応じた練習や段階を選ぶとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。 ●走り高跳びに積極的に取り組み、約束を守り、助け合って運動したり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取り組みを認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。	・走り高跳びの行い方を理解している。 ・はさみ跳びで足から着地 ・リズムミカルな助走 ・上体を起こした力強い踏み切り ・5～7歩程度のリズムミカルな助走から、はさみ跳びで足から着地することができる。 ・上体を起こして、力強く踏み切って跳ぶことができる。	・自己やグループの能力に適した課題を見つけている。 ・運動のポイントや、学習の記録などを学習カードに書いたり、発表したりして伝えている。 ・課題に応じた練習の場や段階を選んでいる。 ・運動のポイントや、学習の記録、仲間の動きのよさなどを学習カードに書いたり、発表したりして伝えている。	・走り高跳びに進んで取り組もうとしている。 ・約束を守り、仲間と助け合おうとしている。 ・課題を見つけたり、その解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取り組みを認めようとしている。
ゴール型 サッカー	5	●サッカーの行い方を理解することができるようにする。 ●パスやシュートなどのボール操作とボールを受けることができる場所に動くなどのボールを持たないときの動きによって、攻めたり守ったりしてゲームをすることができるようにする。 ●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することができるようにする。 ●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たり、勝敗を受け入れたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。	・サッカーの行い方を理解している。 ・近くにいるフリーの味方にパスを出すことができる。 ・得点しやすい場所に移動して、パスを受けてシュートすることができる。 ・相手に取られない位置でドリブルをすることができる。 ・ボール保持者とゴールの間に体を入れて守備をすることができる。	・だれもが楽しくゲームに参加できるように、プレイヤーの人数、コート of 広さ、プレイの制限、得点の仕方などのルールを選んでいる。 ・自己やチームの特徴に応じた作戦を選んでいる。 ・課題の解決のために自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	・ゲームや練習に積極的に取り組もうとしている。 ・ルールやマナーを守り、仲間と助け合おうとしている。 ・場の設定や用具の片づけなどで、分担された役割を果たそうとしている。 ・ゲームの勝敗を受け入れようとしている。 ・ゲームや練習の中で互いの動きを見合ったり、話し合ったりする際に、仲間の考えや取り組みを認めようとしている。 ・使用する用具の安全に気を配っている。

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
ゴール型 バスケットボール	4	●バスケットボールの行い方を理解することができるようにする。 ●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、それをさせないように守ったりして簡易化されたゲームをすることができるようにする。 ●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選んだりすることができるようにする。 ●運動に積極的に取り組み、ルールを守り、助け合ったり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。	・バスケットボールの行い方を理解している。 ・近くにいるフリーの味方にパスを出したり、ボールを受けることのできる場所や得点しやすい場所に動いたりして、パスを受けてシュートすることができる。 ・相手に取られない位置でドリブルすることができる。 ・ボールを保持する人とゴールの間に体を入れて守ることができる。 ・チームの作戦に基づいた位置取りや、パスやシュートによって得点することができる。	・ゴール型のゲームをみんなが楽しんで行えるようにルールを工夫している。 ・自分のチームの特徴に応じた攻め方を知っている。 ・プレイ上の制限や得点の仕方など、自分たちに合ったルールを選んでいく。 ・自分のチームの特徴に応じた作戦を立てて、ふり返っている。	・ゲームや練習に進んで取り組もうとしている。 ・ルールやマナーを守って、安全にゲームをしようとしている。 ・用具の準備や片づけで、分担された役割を果たそうとしている。 ・励ましの言葉をかけ合うなど、仲間と助け合ってゲームや練習をしようとしている。 ・運動する場を整備したり、用具の安全を保持したりすることに気を配ろうとしている。
ベースボール型 ティーボール	5	●ティーボールの行い方を理解することができるようにする。 ●ボールを打つ攻撃と隊形をとった守備によって攻防をし、簡易化されたゲームをすることができるようにする。 ●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することができるようにする。 ●運動に積極的に取り組み、ルールを守り、助け合ったり、勝敗を受け入れたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。	・ティーボールの行い方を理解している。 ・静止したボールを打ったり、走塁したりして攻撃できる。 ・相手の攻撃を阻止するために捕球したり送球したりして、攻守を交代するゲームをすることができる。 ・得点を取るために塁間を全力で走塁することができる。 ・チームとして守備の隊形をとってアウトにする(進塁を防ぎ、得点を与えないようにする)動きができる。	・だれもが楽しくゲームに参加できるように、プレイヤーの人数、コート広さ、プレイの制限、得点の仕方などのルールを選んでいく。 ・自己やチームの特徴に応じた作戦を選んで、ふり返っている。 ・課題の解決のために、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	・ゲームや練習に積極的に取り組もうとする。 ・ルールやマナーを守り、仲間と助け合おうとしている。 ・用具の準備や片づけ、場を整備するとともに用具の安全に気を配っている。 ・ゲームの勝敗を受け入れようとしている。 ・ゲームや練習の中で互いの動きを見合ったり、話し合ったりする際に、仲間の考えや取り組みを認めようとしている。