

体 育

観点別 評価規準

配 当 月	単 元 名	到達目標	観 点 別 学 習 状 況 の 評 価 規 準		
			運動や健康・安全への 関心・意欲・態度	運動や健康・安全につ いての思考・判断	運動の技能
4 月	1 かけっこ・リレー 5 時間	●距離を決めてリズムよく走ることができる。また、走りながらバトンパスをすることができる。 ●運動に進んで取り組み、きまりを守り仲良く運動したり、安全に気をつけたりすることができる。 ●自分に合った課題を見つけ、動きを身につけることができる。また、競争のしかたを工夫することができる。	・走る運動を進んでしようとする。 ・きまりを守り、友だちと協力して運動したり、安全に気をつけたりしようとする。 ・リレーの勝ち負けの結果を受け入れ、チームのよさを認め合おうとする。 ・進んで競走したり、記録に挑戦したりする。	・腕や上体などの動きを確かめ、自分の走りをよくする課題を選んでいる。 ・バトンパスを練習するなかで、自分やチームの課題を見つけている。 ・競走のしかたを知り、競走のきまりを工夫している。	・腕を前後に大きく振って走ることができる。 ・軽い前傾姿勢で走ることができる。 ・コーナーの内側に体を傾けて走ることができる。 ・相手の動きに合わせて、テイクオーバーゾーン内でバトンパスができる。
	体 ほ ぐ し の 運 動	●心と体の変化に気づき、体を整えるための運動を楽しんで行うことができる。 ●運動する際のルールを守り、友だちと励まし合って運動することができる。 ●運動によって気持ちがよくなることに気づき、友だちと楽しく運動する方法を選ぶことができる。	・楽しさを求め、積極的に運動に取り組もうとしている。 ・ルールを守り、友だちと励まし合って運動しようとする。 ・運動用具の準備や片付けを友だちと協力して行っている。 ・安全に気をつけながら運動しようとする。	・心と体の変化や、友だちと一緒に運動する楽しさを話し合ったり、メモしたりしている。 ・楽しくなる運動のしかたを選んだり、工夫したりしている。	・簡単な運動を経験し、楽しさを味わうことができる。 ・体を動かすと気持ちがよくなることに気づくことができる。 ・自分の体調を整えることができる。 ・友だちと運動する楽しさを体験することができる。
		●回る、寝転ぶ、起きる、座る、立つなどの動きから体のバランスをとる動きを身につけることができる。	・友だちと仲良く積極的に運動に取り組もうとする。	・体のバランスをとるいろいろな運動のしかたを知っている。	・姿勢や体の向きを意識しながら体のバランスをとる動きを身につけることができる。

5月	2 体ほぐしの運動、多様な動きをつくる運動 9時間	体のバランスをとる運動	●だれとでも仲良く積極的に運動することができる。 ●安全に気をつけて運動することができる。 ●体のバランスをとる運動のしかたを知り、工夫したり、友だちのよい動きを取り入れたりすることができる。	・安全に気をつけながら運動しようとする。 ・ルールを守り、友だちと励まし合って運動しようとする。	・友だちのよい動きを見つけてまねをするなど、工夫して運動に取り組んでいる。	・姿勢や体の向きを変えたり、友だちと一緒にするなど工夫して運動に取り組み、体のバランスをとる動きを身につけることができる。
		体を移動する運動	●はう、歩く、走る、跳ぶ、はねるなどの運動や一定の速さで走る運動などを通して、体を移動する動きを身につけることができる。 ●運動に進んで取り組み、ルールを守って仲良く運動したり、安全に気をつけたりすることができる。 ●体を移動する運動のしかたを知り、工夫して運動したり、友だちのよい動きを取り入れたりすることができる。	・友だちと仲良く積極的に運動に取り組もうとする。 ・自分の体の調子を考え、安全に気をつけながら運動しようとする。 ・ルールを守り、友だちと励まし合って運動しようとする。	・体を移動するいろいろな運動のしかたを知っている。 ・自分の力を試しながら、友だちのよい動きを見つけ、取り入れている。 ・自分に合った運動や競争のしかたを見つけ、工夫して運動に取り組んでいる。	・速さ・リズム・方向などを意識しながらさまざまな運動に取り組み、体を移動する動きを身につけることができる。 ・無理のない速さで3，4分走り続けることができる。 ・速さ・リズム・方向を変えたり、友だちと一緒に運動したりするなど工夫して運動に取り組み、体を移動する動きを身につけることができる。 ・用具を操作したり、バランスをとったりしながら移動するなどの運動に取り組み、基本的な動きを組み合わせた動きを身につけることができる。 ・友だちとペースやリズムを合わせて走ることができる。
			●用具をつかむ、回す、転がす、くぐる、運ぶ、投げる、跳ぶなどのさまざまな動作を行い、用具を操作する動きを身につけることができる。	・友だちと仲良く積極的に運動に取り組もうとする。	・用具を操作するいろいろな運動のしかたを知っている。	・自分に合った運動に取り組み、ボール・なわ・輪・竹馬・一輪車などの用具を操作する動きを身につけることができる。

6月		用具を操作する運動 ●運動に進んで取り組み、ルールを守って仲良く運動したり、安全に気をつけたりすることができる。 ●用具を操作する運動のしかたを知り、工夫して運動したり、友だちのよい動きを取り入れたりすることができる。	・用具の使い方や安全に気をつけながら運動しようとする。 ・用具の片付けを友だちと協力してしようとする。 ・きまりを守り、友だちと励まし合って運動しようとする。	・友だちのよい動きを見つけてまねをするなどして、工夫して運動に取り組んでいる。	・人数や用具を変えたり、友だちと合わせたりなど工夫して、ボール・なわ・輪・竹馬・一輪車などの用具を操作する動きを身につけることができる。
	3 表現 7 時間	●身近な生活や空想の世界などから題材を選び、特徴をとらえ、即興的に踊ることができる。 ●表現したい場面を中心に「はじめ」「おわり」をつけて変化のある動きをつなげ、感情を込めて踊ることができる。 ●きまりを守り、友だちと励まし合って仲良く練習、発表、交流ができる。 ●動きのポイントを知り、自分に合った課題を見つけることができる。	・積極的に表現運動に取り組もうとする。 ・きまりを守り、友だちと励まし合って表現運動をしようとする。 ・友だちの動きを感じ、安全に気をつけて運動しようとする。	・友だちの動きに対応する自分の動きを見つけている。 ・「空想の世界にいてみよう」のイメージを広げ、自分に合った表現をしている。 ・友だちと一緒に表現したい場面を引き立てるため、「はじめ」「おわり」に変化をつけている。 ・友だちのよい動きを見つけ、取り入れている。	・対比する動きを組み合わせたり、友だちと対極の動きを繰り返したりして動くことができる。 ・「空想の世界にいてみよう」の特徴などをとらえ、一連の流れる動きをつけることができる。 ・「ジャングル探検」やその他「空想の世界」で表現したいカードを場面の中心にし、「はじめ」「おわり」に変化のある動きをつけること ・「世紀の対決！〇〇対〇〇」において、相手の動きに対応しながら、4つの工夫を取り入れた動きをグループですることができる。
	4 跳び箱運動	●基本的な支持跳び越し技が安定してでき、さらにその発展技ができる。 ●跳び箱運動に積極的に取り組み、友だちと励まし合って運動したり、器械・器具の使い方を工夫して安全に運動したり	・積極的に跳び箱運動に取り組もうとする。 ・きまりを守り、友だちと励まし合って練習しようとする。	・自分に合った課題を持っている。 ・自分の課題に合った練習などを選んでいる。	・開脚跳びや台上前転などの基本的な技に取り組み、上手に跳び越すことができる。 ・抱え込み跳びや大きな開脚跳びなど自分に合った発展技に取り組み、跳び越すことができる。

7月	6時間	●自分に合った練習などを選ぶことができる。	・用具の準備や片付けをしたり，安全に気をつけたりしようとする。	・教師の指導や友だちからの声かけを活用し，練習している。	
	5 浮く・泳ぐ運動 12時間	●いろいろな浮き方やけ伸びをすることができる。また補助具を使ってキックやストロークをしたり，呼吸をしたりしながらの初歩的な泳ぎができる。 ●運動に進んで取り組み，励まし合って，プールでのきまりを守って安全に気をつけることができる。 ●自分に合った課題を持ち，動きが身につくように工夫することができる。	・積極的に浮く・泳ぐ運動に取り組もうとする。 ・友だちと励まし合って仲良く浮く・泳ぐ運動をしようとする。 ・プールのきまりを守って安全に気をつけようとする。	・浮く・泳ぐ運動の練習法を知り，自分に合った練習方法や場で学習している。 ・浮く・泳ぐのポイントを知り，自分に合った課題を選んでいる。	・いろいろな浮き方やけ伸びなどの動きをすることができる。 ・キックやストロークを補助具を使ってすることができる。 ・面かぶりクロールや面かぶり平泳ぎで泳ぐことができる。 ・呼吸をしながらばた足やかえる足泳ぎができる。 ・初歩的なクロールや平泳ぎで泳ぐことができる。
	6 ネット型ゲーム 8時間	●攻守の切り替えをし，つかんだりはじいたりしたボールを相手コートに落としたり，自分のコートにボールを落とさせないようにしたりすることができる。 ●運動に進んで取り組み，ルールを守って仲良く運動したり，安全に気をつけることができる。 ●みんなが楽しめるようにルールを工夫したり，簡単な作戦を考えたりしてゲームに取り組むことができる。	・ルールを守りながら積極的にゲームを楽しもうとする。 ・用具の準備や片付けを友だちと協力してしようとする。 ・ゲームの勝ち負けを受け入れようとする。	・みんなが楽しめるようにルールを工夫している。 ・相手の動き方を考えるなどして簡単な作戦をチームで話し合い，工夫している。 ・相手が捕りにくい位置や強さを考えてボールを返したり，ボールの落下点を考えて移動したりしている。	・両手でボールを捕ったり，投げたりすることができる。 ・ボールを捕ったり投げたりしやすい位置に姿勢や体を移動させることができる。 ・状況に応じて，狙ったところにボールを投げたり，はじいたりすることができる。

				・友だちと励まし合いながら練習やゲームに取り組もうとする。		・状況に応じて、ボールの落下点やボールを操作しやすい位置に体を移動することができる。
10月	7 高跳び 5時間		●短い助走からリズムよく踏み切って、高く跳ぶことができる。 ●高跳びのきまりを守り、友だちと励まし合って練習・競争をしたり、進んで取り組んだりすることができる。 ●用具の準備や片付けを友だちと協力したり、器具・用具や場所の安全に気をつけたりすることができる。 ●自分に合った課題を持ち、動きを身につけるための練習や競争のしかたを工夫することができる。	・きまりを守り、積極的に高跳びに取り組もうとする。 ・用具の準備や片付けを友だちと一緒にしたり、安全に気をつけたりしようとする。 ・友だちと励まし合って練習や競争をしようとする。 ・高跳びの記録を受け入れようとする。	・高跳びのしかたやポイントを理解している。 ・高跳びの動きを身につけるための練習のしかたを知り、自分に合った練習方法などを選んでいく。 ・自分に合った課題を持ち、練習後に確認している。 ・競争のしかたを工夫している。	・助走して片足で踏み切ってバーを越え、足から着地することができる。 ・助走のリズムを踏み切りに生かして跳ぶことができる。
	8 ゴール型ゲーム 6時間	ポ ー ト ボ ー ル	●チームでシュートのコツやチャンスをつくり方を見つけ、簡単なボール操作の技能を身につけることができる。 ●ルールを守り、安全に気をつけながら仲良くゲームをし、勝ち負けを受け入れることができる。 ●チームで協力し、ルールを工夫したり、簡単な作戦をたてたりすることができる。	・判定やゲームの勝ち負けを受け入れようとする。 ・安全に気をつけて、ルールを守り練習やゲームをしようとする。 ・友だちと協力してゲームを楽しもうとする。 ・自分や友だち、チームのよさに気づき、認め合おうとする。	・ゲームのしかたや進め方がわかる。 ・みんなが楽しめるようなルールを工夫して決めている。 ・自分や友だちのよさを生かした簡単な作戦を考えている。 ・シュートのチャンスをつくり出すための簡単な作戦を考えて、練習やゲームに取り組んでいる。 ・ボールを持たないときの動き方を考えたり、攻め方を工夫したりしている。	・パスやシュートなど簡単な技能を身につけることができる。 ・パスがもらえそうな空いている場所に素早く移動する技能を身につけることができる。

		9 鉄棒運動 6時間	●運動に進んで取り組み、きまりを守って仲良く運動したり、安全に気をつけたりすることができる。 ●自分に合った課題を持ち、技ができるように工夫することができる。	・きまりを守り、友だちと仲良く運動しようとする。 ・器械・器具の準備や片付けを友だちと協力してしようとする。 ・器械・器具や場の安全に気をつけようとする。	・基本的な技の練習法を知り、自分に合った練習方法や場を選んでいく。	・発展した上がり技、支持回転技、下り技に取り組んだり、技を繰り返したり、組み合わせたりすることができる。
		10 小型ハードル走 5時間	●小型ハードルをリズムよく走りながら越えることができる。 ●運動に積極的に取り組み、ルールを守って仲良く運動したり、安全に気をつけたりすることができる。 ●自分に合った課題を見つけ、動きを身につけたり、競争のしかたを工夫したりすることができる。	・進んで取り組もうとする。 ・走路などを効果的に活用し、安全に運動しようとする。 ・リズムよく走り越えるために友だちと教え合って運動しようとする。 ・進んで競走したり、記録に挑戦したりする。	・いろいろな場で走りのリズムを考えていく。 ・自分に合った走路でリズムよく走り抜ける場を選んでいく。 ・友だちと教え合うなどして、お互いを高めている。	・インターバルの距離を変えて走りながら越えることができる。 ・ハードルの高さをさまざまに変えて走り越えることができる。 ・第一ハードルを、いつも同じ足で踏み切ることができる。 ・一定の INTERVAL に並んだ小型ハードルを一定のリズムで走りながら越えることができる。
11月	11 ベースボール型ゲーム 6時	ハンドベースボール	●攻守を交代しながら、手や用具を使ってボールを打つ、捕る、投げる、全力で走るなどを楽しむことができる。 ●ルールを守りながら友だち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。 ●みんなが楽しめるようにルールを工夫したり、簡単な作戦を考えたりしてゲームに取り組むことができる。	・ルールを守り、積極的にゲームを楽しもうとする。 ・ボールや用具の準備や片付けなどの際の安全を考えてゲームに取り組もうとする。 ・ゲームの勝ち負けを受け入れようとする。	・ルールを知り、みんなが楽しめるよう工夫している。 ・簡単な作戦をチームで話し合い、工夫している。 ・得点するためにボールを打つ方向を考えたり、点を取らせないように守備の位置を工夫したりしている。	・静止したボールを片手で打つことができる。 ・転がってくるボールを両手で捕ったり、狙ったところに投げたりすることができる。 ・投げられたボールを手や用具を使って打つことができる。

	時間			・友だちと励まし合いながら練習やゲームに取り組もうとする。	・相手の動き方を考えたうえで簡単な作戦をチームで話し合い、工夫している。	・転がるボールを捕りやすい位置に素早く移動したり、相手の動きに合わせて狙ったところに投げたりすることができる。
12月	12 多様な動きをつくる運動 4時間	力試しの運動	●人を押す、引く、運ぶ、支えるなどの動きや力比べをすることを通して、力試しの動きを身につけることができる。 ●運動に積極的に取り組み、きまりを守って仲良く運動したり、安全に気をつけたりすることができる。 ●力試しのしかたを知り、工夫したり、友だちのよい動きを取り入れたりすることができる。	・友だちと仲良く積極的に運動に取り組もうとする。 ・安全に気をつけながら運動しようとする。 ・きまりを守り、友だちと励まし合って運動しようとする。	・力試しのさまざまなやり方や力の入れ方を知っている。 ・自分の力を試しながら、友だちのよい動きを見つけ、取り入れている。 ・自分に合った運動や競争のしかたを見つけ、工夫して運動に取り組んでいる。	・人を押す、引く、運ぶ、支えるなどの運動を力いっぱい行い、力試しの動きを身につけることができる。 ・力の入れ方や用具などを工夫し、力いっぱい運動に取り組み、力試しの動きを身につけることができる。
1月	13 リズムダンス 6時間		●ロックやサンバのリズムの特徴を感じながら、リズムに乗って即興的に踊ることができる。 ●友だちと教え合うなどして、踊りを楽しむことができる。 ●自分たちで音楽を決め、楽しく踊る工夫をし、1曲を通して踊ることができる。 ●発表会をして、お互いのよい動きを認め合ったり、自分の動きに取り入れたりすることができる。	・気持ちを合わせてだれとでも楽しく踊ろうとする。 ・きまりを守り、友だちと励まし合って仲良く踊ろうとする。 ・安全に気をつけようとする。	・ロックやサンバのリズムの特徴を知り、動きや友だちとのかかわり方に変化をつけている。 ・動きのポイントを知り、自分に合った課題を持っている。 ・曲を選び、よい踊りにしよう工夫している。 ・友だちのよい動きを見つけ、取り入れている。	・リズムに乗ってその場で弾んだり、スキップしたり、全身で即興的に踊ったりすることができる。 ・動きにアクセントをつけ、リズムに変化をつけるなどして続けて踊ることができる。 ・曲の特徴をとらえ、友だちと合わせたりしながら1曲踊ることができる。 ・グループで工夫しながら踊ることができる。
	14 マット		●自分に合った技に取り組み、その技をこなすことができる。 ●友だちと励まし合って運動したり、安全に気をつけたりすることができる。	・積極的にマット運動に取り組もうとする。 ・きまりを守り、友だちと励まし合ってマット運動をしようとする。	・自分に合った課題を持っている。 ・基本的な技の動きやポイントを理解している。	・基本的な回転技・倒立技に組み込み、それぞれ自分に合った技ができる。 ・発展した回転技・倒立技に取り組んだり、技を繰り返したり、組み合わせたりすることができる。

		運動 6時間	●自分なりの課題を、練習のしかたや学習情報を活用し、工夫してこなすことができる。	・器械・器具の準備や片付けを友だちと協力してしようとする。 ・安全に気をつけてマット運動をしようとする。	・自分に合った練習方法などを選んで運動している。	
2月	15 ゴール型ゲーム 10時間	ミニサッカー	●攻守が入り交じる中、ボールを足で扱い、得点したり、空いている場所に素早く移動したりして、簡単なゲームをすることができる。 ●ルールを守りながら友だちと仲良くゲームをしたり、進んで練習したりすることができる。 ●みんなが楽しめるようにルールを工夫したり、簡単な作戦を考えたりしてゲームに取り組むことができる。	・ルールを守り、友だちと仲良くゲームをしようとする。 ・安全に気をつけてゲームをしようとする。 ・ゲームの勝ち負けを受け入れようとする。 ・友だち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。	・みんなが楽しめるようなルールを工夫して決めている。 ・空いている場所を考え、ボールを運んだり、移動したりしている。 ・味方や相手の位置を考えてパスしたり、ボールを運んだりしている。 ・簡単な作戦をチームで話し合い、工夫している。	・足で蹴ったり止めたりしながらボールを運び、味方にパスをすることができる。 ・相手のいないところに移動することができる。 ・相手選手のいないところにボールを運んだり、味方にパスしたりすることができる。
		フラッグフットボール	●フラッグフットボールを楽しむために必要な攻守の方法など、簡単な技能を身につけ、ゲームを楽しむことができる。 ●ルールを守り、安全に気をつけながら仲良くゲームをし、勝ち負けを受け入れることができる。 ●チームで協力し、きまりを工夫したり、簡単な作戦をたてたりすることができる。	・判定やゲームの勝ち負けを受け入れようとする。 ・安全に気をつけて練習やゲームをしようとする。 ・友だちと協力してゲームを楽しもうとする。	・ゲームのしかたや進め方がわかる。 ・みんなが楽しめるようなルールを工夫して決めている。 ・簡単な作戦を考えている。	・ボールを持って走る、パスする、捕るなどの基本的な技能を身につけることができる。 ・相手をかかわしたり、相手の進路を予想して守ったりなど、ゲームを楽しむための技能を身につけることができる。

3月	16育ちゆく体とわたし 4時間			・自分や友だち、チームのよさに気づき、認め合おうとする。	・チームのよさを考えた作戦をたて、練習やゲームに取り組んでいる。	
		変化してきたわたしの体	●身長や体重の変化について考え、体の発育・発達について理解する。	・身長や体重の変化について、積極的に考えようとする。 ・教科書の図やグラフからわかったことを発表する。また、友だちの発表に耳を傾ける。	・体の発育・発達について、自分自身の成長を振り返りながら考えている。	・身長の伸びかたには個人差があることがわかる。 ・体重の増えかたや、体重が増えることの意味がわかる。
		大人に近づく体	●思春期における体つきの変化について理解する。	・思春期における体つきの変化について、積極的に考えようとする。 ・教科書の事例からわかったことや感じたことを、恥ずかしがらずに発表する。また、友だちの発表に耳を傾ける。	・思春期における体つきの変化を、自分のこととしてとらえている。	・思春期には体つきの変化が起こり、男女の特徴が現れることがわかる。 ・体つきの変化の起こる時期や起こりかたには個人差があることがわかる。
		体の中で起こる変化	●思春期における体の中や心に起こる変化について理解する。	・思春期における体の中や心に起こる変化について、積極的に考えようとする。 ・教科書の事例からわかったことや感じたこと、さらに知りたいと思うことを発表する。また、友だちの発表に耳を傾ける。	・思春期における体の中や心に起こる変化を、大人に近づくための重要な変化として、前向きにとらえている。	・初経と精通の意味がわかる。また、それらが起こるメカニズムがわかる。 ・初経や精通の起こる時期には個人差があることがわかる。
		すくすく育てわたしの体	●体がすくすく育つために、どのようなことが大切かを理解する。	・体がすくすく育つために日常生活において注意すべき点について、積極的に考えようとする。 ・学んだことを踏まえて、体がすくすく育つためにどのようなことを実行するか考え、決定する。	・体の成長と、食事、運動、休養・睡眠との関わりを考えている。	・体がすくすく育つために、バランスのよい食事が重要であることがわかる。 ・体がすくすく育つために、適度な運動が重要であることがわかる。また、運動の効果がわかる。 ・体がすくすく育つために、十分な休養・睡眠が必要であることがわかる。