

広島市立楠那小学校  
体育科（5学年）シラバス

1. 教科の目標

・各種の運動の課題をもち、活動を工夫して計画的に行うことによって、その運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにするとともに、その特性に応じた技能を身に付け、体の調子を整え、体力を高める。  
・協力、公正などの態度を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動をする態度を育てる。  
・けがの防止、心の健康及び病気の予防について理解できるようにし、健康で安全な生活を営む資質や能力を育てる。

2. 到達目標

| 観点 | 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   | 健康・安全についての知識・理解                                 |
|----|--|---|---|---|
| 目標 | 進んで運動の楽しさや喜びを求めるとともに、協力、公正などの態度を身に付け、安全に留意して運動をしようとする。また、心の健康やけがの防止について関心を持ち、自ら健康で安全な生活を実践するため、進んで学習に取り組もうとする。 | 運動の特性に応じた自己の課題の解決を目指して、活動の仕方を考え、工夫している。また、心の健康やけがの防止について、課題の解決を目指して考え、判断している。 | 自己の能力に応じた課題を理解して、運動を行うとともに、運動の特性に応じた技能を身に付けている。 | 心の健康及びけがの防止について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身に付けている。 |

3. 年間指導計画

| 月  | 学習内容                     | 学習のねらい  |
|----|--------------------------|---|
| 4  | 体ほぐし<br>短距離走             | マット運動<br><体ほぐし>・手軽な運動や律動的な運動を通して、自分や仲間の体に気づいたり、体の調子を整えたり、体力を高めたりすることができる。<br><短距離走>・速く走るためのポイント（腕の振り・姿勢・歩幅）を見つけることができる。   |
| 5  | 短距離走・リレー                 | マット運動<br><リレー>・バトンゾーンをうまく使って走る。スピードをおとさないでバトンパスをする。   |
| 6  | 鉄棒運動                     | 水泳<br><マット運動>・少し努力すればできそうな技をめあてにもって行う。<br>・新しい技（とび前転、伸膝後転、倒立前転、側転倒立）を練習方法を工夫しながら取り組んだり、できるようにしたりする。   |
| 7  | けがの防止（保）                 | 水泳<br><鉄棒運動>・少し努力すればできそうな技をめあてをもって行う。<br>・新しい技（片膝回り、）を練習方法を工夫しながらできるようにする。<br><けがの防止（保健）>・けがの原因と防止する方法について考えることができる。<br><水泳>・自分の力に合った今できる泳ぎ方のめあてを行う。<br>・クロール及び平泳ぎを正しい泳ぎ方ででき、続けて長く泳ぐことができる。 |
| 9  | 祭りだウッショイ（表現運動）（運動会の取り組み） | 水泳<br><表現運動><br>・表現及びフォークダンスについて、身近な生活の中から題材を選んで動きに変化や起伏を付けて表現したり、地域の踊りや世界の踊りを身につけたりして、みんなで踊りを楽しむことができるようになる。   |
| 10 | 走り幅跳び                    | 跳び箱運動<br><跳び箱運動>・安定して支持跳び越し（かかえこみ跳び、あおむけ跳び、首はね跳び、頭はね跳びなど）ができるようになる。<br><走り幅跳び>・助走のスピードを生かして、遠くに跳ぶことができる。  |
| 11 | バスケットボール                 | 跳び箱運動<br><バスケットボール>・<ソフトバレーボール><br>・チームに適した課題を持って運動を行い、技能を身につけ、簡単な作戦を立て、作戦を生かしてゲームができるようになるとともにルールを工夫することができる。<br>・互いに協力し、役割を分担して練習やゲームができるようにする。また、勝敗に対して正しい態度がとれるようにする。                   |
| 12 | ソフトバレーボール                | （保）<br>心の健康<br>・心と体は密接な関係があり、互いに関連、影響しあっていることを理解する。   |
| 1  | バスケットボール                 | 体力を高める運動<br><体力を高める運動><br>・長い距離の走り方を工夫し、自分にあったペース走に取り組むことができる。  |
| 2  | サッカー                     | 自然の力<br><サッカー><br>・基本的なルールや技能を身につけて、サッカーを楽しむことができる。   |
| 3  | サッカー                     | 心の健康（保）<br><自然の力（表現運動）>・いろいろな自然の場面を選んで楽しく踊ることができる。<br><心の健康（保健）><br>・心の働きは脳と結び付いていることが分かる。<br>・心の不安定さを解消するためにはどうしたらいいかを進んで考えることができる。  |

4. 評価の観点・方法

・次のような方法で評価していきます。  
発言内容 発表会の技 練習態度 高さの測定 プリント 距離の測定 時間の計測 行動観察 演技の内容  
自己評価 試合での動き イメージノート 試合での動き 回数の記録

5. 保護者の皆様へ

・安全に十分に注意しながら指導していきます。ご家庭でも、靴の種類や体操服忘れなどに注意して下さい。また、体調が優れないときには必ず連絡をお願い致します。