

## 【体育科の目標は…】


心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるとともに健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる。

## 【4年生では、こんな力を育てます】

☆活動を工夫して各種の運動を楽しくできるようにするとともに、その基本的な動きや技能を身に付け、体力を養う。

☆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、最後まで努力して運動をする態度を育てる。

☆健康な生活や体の発育・発達について理解できるようにし、身近な生活において健康で安全な生活を営む資質や能力を育てる。



### 口田小学校では特に…

- ①ルールを守り、みんなと協力して楽しく安全に運動することができるようにします。
- ②自分なりの目標を持ち、活動を工夫して楽しく運動できるようにします。
- ③運動の楽しさや喜びを味わうために必要な技能を身に付けることができるようにします。
- ④いくつかの場を設定することで、一人一人の児童が自分の持っている力に応じて運動に挑戦できるようにします。

### 【評価について】

つぎのような観点で評価します。

- ・決まりを守り、友達と協力して楽しく運動しようとする。  
→授業への参加態度、服装の準備など
- ・いろいろな運動にめあてをもって取り組み、運動の仕方を考え、工夫する。  
→授業への参加態度、学習カード
- ・運動の楽しさを味わうために必要な技能を身に付けている。  
→実技、学習カード

### 【おうちの方へのお願い】

- ◇ 今の子どもたちは、ゲームなどで家の中で過ごす時間が大変多くなっています。その結果体力が大変落ちてきています。休憩時間や放課後、家庭生活の中などあらゆる場面でしっかりと体を動かす遊びやお手伝いなどをするように働きかけてください。
- ◇ 安全に気持ちよく運動するために、体操服や帽子などの準備をお願いします。また足にあった運動靴を履いて運動するように気を配ってくださればと思います。

月	学 習 内 容	学 習 の ね ら い
4	● 体ほぐしの運動	◆ 様々な運動を通して体力を高める。
5	● かけっこ・リレー	◆ 距離を決めて調子よく走ることができる。
	● 高とび	◆ いろいろな跳び方で競争したり、記録に挑戦したりして楽しみながら技能を身に付ける。
	● 新体力テスト	◆ 記録に挑戦し、自己評価をする。
		◆ 体力や運動能力の現状を調べ、各自の今後の運動生活の目標をつかむ。
6	● 鉄ぼう運動	◆ できる技を組み合わせたたり、できそうな技に挑戦したりして、目標をもって運動し、技能を身に付ける。
	● 水泳	◆ できる泳ぎ方で長く泳いだり、できそうな泳ぎ方に挑戦したりする。
7		◆ クロールや平泳ぎで25メートルをめざして泳ぐ。
		◆ 運動会に向けて自分なりの目標をもって運動に取り組む。
9	● 運動会の練習 (表現・短距離走・団体競技)	◆ 互いのよさを認め合い、協力して練習したり見せ合ったりする。
10	● マット運動	◆ 自分の力に応じた課題をもって連続技に挑戦する。
	● ポートボール	◆ ルールや作戦を工夫して、ゲームをする。
11	● 小型ハードル走	◆ 自分にあったコースを選び、インターバルのリズムを意識しながら走るようにする。
		◆ 自分にあったコースで、リズムカルにスピードを落とさず走るようにする。
12	● ソフトバレーボール	◆ 協力して練習し、ボールを弾く動作に慣れる。
	● なわとび	◆ ルールを工夫しながら楽しくゲームをする。
		◆ 短縄や長縄を使ったいろいろな跳び方に挑戦し、調子よく続けて跳ぶことができる。
		◆ 目標をもち、カードに記録しながら意欲をもって練習する。
1	● とび箱運動	◆ 練習の仕方を工夫してできそうな技に挑戦する。
	● 用具を使った運動	◆ 輪や棒を使って楽しく遊ぶ中でそれらの用具を操作するよい動きができる。
2	● 育ちゆく体とわたしたち	◆ 輪や棒を使って楽しく遊ぶ中でそれらの用具を操作するよい動きができる。
		◆ 体の発育・発達について知り、個人による発育の違いについて肯定的に受けとめる。
		◆ 思春期に起こる変化について知り、よりよい生活の仕方を身に付ける。
3	● フラッグフットボール	◆ ルールやコート工夫して、楽しくゲームをする。