

平成26年度 第5学年 体育科

教科の目標

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。

学年の目標

- ・ 活動を工夫して各種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、その特性に応じた基本的な技能を身に付け、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。
- ・ 心の健康、けがの防止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。

本校では

自発的・自主的に学習が進められるよう、「わたしたちの体育」を活用し、図のようなサイクルで学習を進めています。

めあての決定→めあての達成行動→確かめ

評価の観点と方法

観点

- ・ 協力・公正などの態度を身に付け、進んで運動しようとする。
- ・ 記録に挑戦しながら、運動を楽しむことができる。
- ・ 動きを工夫して、楽しく運動することができる。
- ・ けがの防止、心の健康について理解できる。

評価方法

活動の様子、ワークシートへの書き込み、ペーパーテスト等

保護者へのお願い

- ・ 体育の時間は常に、体操服・赤白帽を着用します。忘れることのないようご確認ください。暑い時期には、タオルを用意されても結構です。また、厳冬期には、長袖の体操服や上着を持たされても結構です。
- ・ 体調不良などで見学を希望する場合は、担任まで生活ノートでご連絡ください。

| 月 | 学習内容 | 学 習 の ね ら い |
|----|-----------------|---|
| 4 | 体ほぐしの運動 短距離走 | 体を動かす楽しさや心地よさを味わう。 目標記録を決めて、記録に挑戦する。 |
| 5 | マット運動 | 基本的な回転技や倒立技に取り組み、それぞれについて自己の能力に適した技が安定してできるようにするとともに、それらを組み合わせた連続技ができるようにする。 |
| | 鉄棒運動 | 基本的な上がり技や支持回転技、下り技に取り組み、それぞれについて自己の能力に適した技が安定してできるようにするとともに、それらを組み合わせた連続技ができるようにする。 |
| | 新体力テスト | 全力でテストに取り組み、自分の体力を知ることができる。 |
| 6 | 心の健康 | 心の発達及び不安、悩みへの対処の仕方について理解する。 |
| | 水泳 | できる泳ぎ方で記録を伸ばしたり、できそうな泳ぎ方に挑戦したりして楽しむ。 |
| 7 | | |
| 9 | 運動会の練習 | 動きを工夫して、楽しく個人競技や団体競技、表現運動を行う。 |
| 10 | 走り幅跳び | 助走のスピードを生かして遠くへ跳び、友達と競争したり記録に挑戦したりして楽しむ。 |
| | 跳び箱運動 | 基本的な支持跳び越し技(切り返し系、回転系)に取り組み、それぞれについて自己の能力に適した技が安定してできるようにする。 |
| 11 | ハンドボール | 攻め方や守り方を工夫して、ゲームを楽しむ。 |
| 12 | けがの防止 | けがの防止について理解するとともに、けがなどの簡単な手当ができる。 |
| 1 | 体力を高める運動 | 運動の仕方を工夫して、体力を高める。 |
| 2 | サッカー | 攻め方や守り方を工夫して、ゲームを楽しむ。 |
| 3 | | |