

月	《単元名・教材名》	時数	《単元目標》	観点別評価規準		
				知識・技能	思考力・判断力・表現力	主体的に学習に取り組む態度
4	体ほぐしの運動	2	<ul style="list-style-type: none"> ●体ほぐし運動の楽しさや喜びにふれ、その行い方を理解するとともに、手軽な運動を行い、心と体の関係に気付いたり、仲間とかかわり合ったりすることができる。 ●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。 ●体ほぐしの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、仲間の考えや取組を認めたりするとともに、場や用具の安全に気を配ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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、取組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ろうとしている。
10	鉄棒運動	6	<ul style="list-style-type: none"> ●鉄棒運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、支持系の基本手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。 ●自己の能力に適した課題の解決の仕方や、技の組み合わせ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。 ●鉄棒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、仲間の考えや取組を認めたりするとともに、場や器械・器具の安全に気を配ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・技の行い方を理解し、自分の力に適した基本的な技が安定してできる。 ・技の行い方を理解し、自分の力に適した支持系の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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習資料やICT機器を活用して、自分の力に適した課題を見つけている。 ・課題を解決するために、自分の力に適した練習の場や段階を選んでいく。 ・見合って見つけたコツや、わかったことを仲間伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・鉄棒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、仲間と助け合っ練習しようとしている。 ・仲間の考えや取組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。
4 5 11	短距離走・リレー	8	<ul style="list-style-type: none"> ●短距離走やリレーの楽しさを味わい、その行い方を理解するとともに、一定の距離を全力で走ったり、滑らかなバトンの受け渡しをしたりすることができる。 ●自己やグループの能力に適した課題の解決の仕方、競走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。 ●短距離走・リレーに積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動したり、仲間の考えや取組を認めたりするとともに、場や用具の安全に気を配ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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、体を軽く前傾させて、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、減速の少ない滑らかなバトンの 	<ul style="list-style-type: none"> ・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ることができる。 ・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く。 ・競走のルールや記録への挑戦の仕方を選んでいく。 ・自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・走路や器具の使い方など、安全に気を付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。
5 12 3	体の動きを高める運動(体力テスト含む)	10	<ul style="list-style-type: none"> ●体の動きを高める運動の楽しさや喜びにふれ、その行い方を理解するとともに、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。 ●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。 ●体の動きを高め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、仲間の考えや取組を認めたりするとともに、場や用具の安全に気を配ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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、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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動のポイントを見つけていく。 ・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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動に積極的に取り組もうとしている。 ・約束を守り、助け合っ運動をしたり、場や用具の安全に気を配ったりしようとしている。 ・仲間の考えや取組を認めようとしている。
5	表現運動(運動会ソーラン節)	9	<ul style="list-style-type: none"> ●ソーラン節を踊る楽しさや喜びを味わい、その踊り方を理解するとともに、それらの特徴を捉え、音楽に合わせて踊ることができる。 ●自己やグループの課題の解決に向け、表したい内容や踊りの特徴を捉えた練習や発表、交流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。 ●ソーラン節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踊るとともに、場の安全に気を配ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ソーラン節の踊り方を理解している。 ・ソーラン節の特徴を捉え、表したい感じを強調するために、動きを工夫することができる。 ・音楽に合わせて、学年一体となって踊ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ソーラン節の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たり、群の動きを工夫したりしている。 ・互いの動きを見合ったり映像で確認したりして、ソーラン節の特徴や自分たちの思いが表れているかを互いに伝え合っている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・進んでソーラン節に取り組み、楽しく踊ろうとしている。 ・自分や仲間、グループの動きや考えのよさを認め合おうとしている。 ・仲間と助け合っ取り組もうとしている。 ・安全に気を付けている。
6 7 8 9	マット運動	7	<ul style="list-style-type: none"> ●マット運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、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、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。 ●自己の能力に適した課題の解決の仕方や、技の組み合わせ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。 ●マット運動に積極的に取り組み約束を守り、助け合っ運動をしたり、仲間の考えや取組を認めたりするとともに、場や器械・器具の安全に気を配ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自己の能力に適した課題を見つけていく。 ・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。 ・見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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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、仲間と助け合っ練習しようとしている。 ・仲間の考えや取組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。

6 ・ 7 ・ 8 ・ 9	水泳運動	10	<ul style="list-style-type: none"> ●水泳運動の楽しさや喜びを味わい、クロールや平泳ぎ、安全確保に繋がる運動では瀬戸木や浮き沈みをしながら続けて長く泳ぐことができる。 ●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。 ●水泳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、仲間の考えや取組を認めたりするとともに、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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・背浮きや浮き沈みの行い方を理解し、習熟することができる。 ・クロールや平泳ぎの行い方を理解し、習熟することができる。 ・クロールで、手と足の動きに呼吸を合わせながら、続けて長く泳ぐことができる(25～50mを目安にしたクロール)。 ・平泳ぎで、手と足の動きに呼吸を合わせながら、続けて長く泳ぐことができる(25～50mを目安にした平泳ぎ)。 	<ul style="list-style-type: none"> ・泳法や目標距離など、自分の力に適した課題を選んでいる。 ・泳ぎのポイントや課題に適した練習方法を理解して練習している。 ・自己の水泳の楽しみ方を選び、活動の仕方を工夫している。 ・教師や仲間の助言によって自分の力に適した課題を選んだり、練習方法を工夫したり、簡単な学習計画を立てたりしている。 ・自分に適した距離や、記録への挑戦の仕方を選び、続けて長く泳ぐ工夫をしている。 ・自分や仲間について見つけた動きのポイントや課題に適した練習方法について、仲間に伝えたり、学習カードに書いた 	<ul style="list-style-type: none"> ・泳ぐことの楽しさを味わうために、自分の力に適した課題をもって進んで取り組もうとする。 ・約束を守り、仲間の考えや取組を認めて励まし適したり、補助し適したりしようとする。 ・体の調子確かめてから泳ぐなど、水泳運動の心得を守り、安全を保持することに気を配ろうとする。
6	走り幅跳び	6	<ul style="list-style-type: none"> ●走り幅跳びの楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、リズムカルな助走から力強く踏み切って跳ぶことができる。 ●自己の能力に適した課題の解決の仕方、競争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。 ●走り幅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、仲間の考えや取組を認めたりするとともに、場や用具の安全に気を配ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・走り幅跳びの行い方や計測の仕方を理解している。 ・自分に適し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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の力や技能ポイントを理解し、自分に適した目標記録を立てている。 ・自分の力に適した課題を設定し、それに適し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たり、発表したりして伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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、仲間の考えや取組を認めようとしている。
7 ・ 1	保健 (病気の予防)	8	<ul style="list-style-type: none"> ●病気の起こり方とその予防方法、地域の保健活動について、課題の解決に役立つ基本的な事項を理解している。 ●病気を予防するために、課題を見つけ、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現している。 ●病気の予防の大切さに気付き、自己の健康の保持増進や回復に向け、主体的に取り組もうとしている。また、自己の生活の課題に気付き、病気にかからないための生活を心がけようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境が関わりあって起こることをわかってい ・病原体が主な要因となって起こる病気の予防には、病原体が体に入るのを防ぐことや病原体に対する体の抵抗力を高めることが必要であることを理解することができる。 ・生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、適切な運動、栄養 	<ul style="list-style-type: none"> ・日常生活や事例などを用いた話し合いを通して、病気の予防について課題を見つけ、病気の予防や回復のための適切な方法について考えることができる。 ・病気を予防する視点から解決の方法について考えたり、適切な綱方法について選んだりしたことを表現することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・病気の予防の大切さに気付き、自己の健康の保持回復に向け、主体的に学習に取り組もうとすることができる。 ・自分の生活に気付き、病気にかからないための生活を心がけようとしていることができる。
10 ・ 11 ・ 12	ソフトバレー	9	<ul style="list-style-type: none"> ●ソフトバレーの楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、個人やチームによる攻撃と守備によって、簡略化されたゲームをすることができる。 ●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。 ●ソフトバレー運動に積極的に取り組み、ルールを守り助け合って運動したり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取組を認めたりするとともに、場や用具の安全に気を配ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ソフトバレー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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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る。 ・自分の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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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適したり、話し適したりする際に、仲間の考えや取組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。
12 ・ 1 ・ 2	ティーベースボール	8	<ul style="list-style-type: none"> ●ティーベースボールの楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、ボールを打つ攻撃と隊形をとった守備によって、簡略化されたゲームをすることができる。 ●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。 ●ティーベースボールに積極的に取り組み、ルールを守り助け合って運動したり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取組を認めたりするとともに、場や用具の安全に気を配ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ティーベース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することができる。 ・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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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る。 ・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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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適したり、話し適したりする際に、仲間の考えや取組を認めようとしている。
1 ・ 2	跳び箱運動	7	<ul style="list-style-type: none"> ●跳び箱運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、繰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することができる。 ●自己の能力に適した課題の解決の仕方や、技の組み合わせ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。 ●跳び箱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、仲間の考えや取組を認めたりするとともに、場や器械・器具の安全に気を配ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・技の行い方を理解し、自分の力に適した繰り返し系や回転系の基本的な技が安定してできる。 ・自分の力に適した繰り返し系や回転系の発展技ができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習資料やICT機器を活用して、自分の力に適した課題を見つけている。 ・課題を解決するために、自分の力に適した練習の場や段階を選んでいる。 ・見合って見つけたコツや、わかかったことを仲間に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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、仲間と助け合っ練習しようとしている。 ・仲間の考えや取組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。