

第4学年 年間指導計画(体育・保健 全90時間)

学習の目標	
<p>○様々な運動の課題を持ち、活動を工夫して運動を楽しくできるようにする。また、その特性に応じた技能を身に付け、体力を養う。</p> <p>○協力、公正などの態度や、健康・安全に留意して最後まで努力する態度を育てる。</p> <p>○健康な生活及び体の発育・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。</p>	
学習の方法	
<p>○体の基本的な動きや各種の運動の基礎となる動きができるようにする。</p> <p>○順番や決まりを守り仲良く運動したり、安全に気をつけたり、浮く・泳ぐ運動の心得を守ることができるようにする。</p> <p>○競争や運動の仕方の課題を持ち、運動の楽しさを求めて活動を工夫することができるようにする。</p> <p>○表現や、リズムダンスなどを、みんなで楽しむことができるようにする。</p> <p>○体の発育・発達について学習する。</p>	
学習の評価	
<p>4つの観点にそって、どれだけ達成できたかによって評価する。</p> <p>1. 関心・意欲・態度 2. 思考・判断 3. 運動の技能 4. 知識・理解</p> <p>「よい子のあゆみ」では、それぞれについての総合的な結果をお知らせする。なお、2～4については、主な学習活動の結果をお知らせする。評価の方法は、活動の様子や発言、運動の記録など。</p>	
単元名	主な学習内容
1. マット運動	・自分の能力に適した技を選び、マット運動を正確にできるようにする。
2. 高跳び	・リズムに乗った助走から高く跳ぶことを楽しむ。
3. 跳び箱運動	・自分の能力にあった技を選び、できる楽しさを味わうことができるようにする。
4. 鉄棒運動	・できる技を繰り返したり、組み合わせたりしてできる楽しさを味わう。
5. 浮く・泳ぐ運動	・水にもぐったり、浮いたりする。呼吸しながら、ある程度続けて泳ぐ。
6. 表現運動	・民謡の動きを全身を使って、楽しみながら踊る。
7. かけっこ・リレー	・コーナリング、バトントスなどを身に付け楽しんで、走る。
8. ハードル走	・ハードルをリズムカルにまたぎ越し、スピードを落とさず楽しく走り通すようにする。
9. ソフトバレーボール	・サーブ、ラリー、パスなどの技を身に付け、ゲームを楽しむ。 ・自分たちでゲームのルールを工夫する。
10. 縄跳び	・できる跳び方を続けたり、組み合わせたりして楽しむ。
11. サッカー型ゲーム	・空いているところへドリブルしたり、友だちにパスしたり、思い切りシュートしたりするなどの簡単な技能を身に付け、ゲームを楽しむ。
12. 育ちゆく体とわたし(保健)	・体の発達のためには、食事・運動・休養などの大切さを知る。 ・思春期の体の変化を理解する。