

第5学年 年間指導計画(体育・保健 全90時間)

学習の目標	
<p>○いろいろな運動を、課題を持って活動を工夫して計画的に行います。そして、運動の楽しさや喜びを味わい、技能を身につけ、体の調子を整え、体力を高める。</p> <p>○協力・公正などの態度や健康・安全に気をつけながら、最善を尽くして運動する態度を養う。</p> <p>○病気の予防について学びます。また、健康で安全な生活を営む力を養う。</p>	
学習の方法	
<p>○運動経験や体力や技能に応じてめあてを持って学習する活動を取り入れる。</p> <p>○運動技能の向上だけでなく、協力して練習や試合をしたり、公正な態度で運動したりすることも重視する。</p> <p>○保健の学習を通して健康な生活を営む力を養う。</p>	
学習の評価	
<p>次の4つの観点にそって、どれだけ実現できたかによって評価する。</p> <p>1. 関心・意欲・態度 2. 思考 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。</p> <p>評価の方法は、活動のようすや発言、運動の記録など。</p>	
単元名	主な学習内容
1. 短距離走・リレー	・目標記録に挑戦したり、いろいろなチームと競走したりする。
2. マット運動	・新しい技に挑戦したり、技の繰り返しや組み合わせを工夫したりする。
3. 鉄棒運動	・新しい技に挑戦したり、技の繰り返しや組み合わせを工夫したりする。
4. けがの防止(保健)	・けがの防止に必要なことやけがをしたときの簡単な手当てを学ぶ。
5. 水泳	・クロールや平泳ぎで25～51m泳いだり、安全な水泳の心得を学ぶ。
6. 組体操	・力強さを表現する。
7. 体力づくり運動	・筋力や敏捷性などを高める運動をする。
8. 跳び箱運動	・新しい技に挑戦したり、技の繰り返しや組み合わせを工夫したりする。
9. 走り幅跳び	・跳び方を工夫して目標記録に挑戦する。
10. バスケットボール	・互いに協力して役割を分担し技能を高め、勝敗に対して公正な態度を養う。
11. 縄跳び	・新しい技に挑戦したり、目標記録に挑戦したりする。
12. 持久走	・新しい技に挑戦したり、目標記録に挑戦したりする。
13. サッカー	・互いに協力して役割を分担し技能を高め、勝敗に対して公正な態度を養う。
14. 心の健康(保健)	・心の発達や心と体の関わり、不安や悩みへの対処のしかたを学ぶ。