

体 育

	1学年	時数	2学年	時数	3学年	時数	
4	体ほぐしの運動あそび	3	体ほぐしの運動遊び	3	体ほぐしの運動	3	
	固定施設を使った運動遊び	2	多様な動きをつくる運動遊び	5	多様な動きをつくる運動 (体のバランスをとる運動) (体を移動する運動)	5	
	鉄棒を使った運動遊び	4					
5	走の運動遊び(かけっこ)	6	かけっこ・リレー	6	かけっこ・リレー	6	
	鬼遊び	5	宝とり鬼	5	マット運動	6	
6	多様な動きをつくる運動遊び(体のバランスをとる運動遊び)(用具を操作する運動遊び)	6	平均台遊び	2			保健(健康な生活)
			マット遊び	4			
7	水中を移動する運動遊び	6	ボール投げゲーム	6	ゴール型ゲーム(タグラグビー)	7	
	もぐる・浮く運動遊び	4	水遊び	8	水泳運動(8)	8	
9	体ほぐしの運動あそび	2	体ほぐしの運動遊び	2	リズムダンス	6	
	多様な動きをつくる運動遊び(体を移動する運動遊び)(用具を操作する運動遊び)	5	多様な動きをつくる運動遊び	6			
	リズム遊び	2	リズム遊び	2	鉄棒運動	6	
鬼遊び	3	表現遊び	4				
10	固定施設を使った運動遊び(ろくぼく遊び)	2	表現遊び	4	ベースボール型ゲーム (ラケットベースボール)	6	
	マットを使った運動遊び	4	固定施設遊び	2			
	ボールゲーム(ボール投げゲーム)	5	鉄棒遊び	4	走り幅跳び	6	
11	跳の運動遊び(幅跳び遊び)	5	高跳び遊び	5	ネット型ゲーム (フロアボール)	6	
	ホールゲーム(ホール投げゲーム)	5	ボール投げ遊び	1			
12	走の運動遊び(ハードルリレー)	5	ボール運び鬼	6	小型ハードル走	6	
	ボールゲーム(ボールけりゲーム)	6	ハードルリレー	6	体ほぐしの運動	2	
1	跳び箱を使った運動遊び	5	跳び箱遊び	5	跳び箱運動	8	
	多様な動きをつくる運動遊び(力試しの運動遊び)(用具を操作する運動遊び)	5	多様な動きをつくる運動遊び	5			
2	リズム遊び(フォークダンス含む)	2	リズム遊び	2	表現・忍者参上!	6	
	表現遊び	4	表現遊び・生き物ランドで変身!	4			
3	鬼遊び(ボール運び鬼)	6	ボールけりゲーム・ドーナツサッカー	6	ゴール型ゲーム(セストボール)	8	
	総授業時数	102	総授業時数	105	総授業時数	105	
学習のねらい	心と体を一体として捉え、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共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ます。		学習方法	体づくり運動、器械や器具を使っての運動遊び、走・跳の運動遊び、水遊び、ゲーム、そして表現リズム遊びが学習内容である。これらの内容を、学校や地域の実態を考慮して個々の経験や能力に応じて、めあてをもって活動する。マラソンやなわとびにも挑戦して、基礎体力の向上につなげていきます。		評価方法	行動観察、発言・発表、自己評価、ワークシート、マラソンの記録、なわとびカードなどの学習記録カード

体 育

	4学年	時数	5学年	時数	6学年	時数
4	体ほぐしの運動	3	体ほぐしの運動	3	体ほぐしの運動	2
	多様な動きをつくる運動	5	短距離走・リレー	5	短距離走・リレー	5
5	かけっこ・リレー	6	マット運動	6	マット運動	5
	マット運動	6	保健（心の健康）	3	保健（病気の予防）	4
6	保健（体の発育と健康）	4	フラッグフットボール（ゴール型）	7	ソフトバレーボール	7
	フラッグフットボール（ゴール型）	7				
7	水泳運動	8	水泳	8	水泳	8
9	リズムダンス	6	激しく〇〇する（表現）	6	表現運動（踊る思い出の〇〇）	6
	鉄棒運動	6	鉄棒運動	5	鉄棒運動	5
10	ティーボール（ベースボール型）	6	ソフトボール（ベースボール型）	7	シートバスケットボール	7
	走り高跳び ボール投げ	5 1	走り幅跳び	5		
11	キャッチバレーボール（ネット型）	6	フォークダンス（日本の踊り）	3	走り高跳び	5
	小型ハードル走	6	ハードル走	6	表現運動（フォークダンス）	3
12	多様な動きをつくる運動	8	体の動きを高める運動	8	跳投2種競技（走り幅跳び）	6
					体力を高める運動（力強さ）	7
1	跳び箱運動	8	跳び箱運動	6	跳び箱運動	8
2	ジャングル探検に出発（表現）	6	保健（けがの防止）	5	保健（病気の予防）	4
3	グリッドサッカー（ゴール型）	8	シートバスケットボール	7	フリーゾーンサッカー	8
	総授業時数	105	総授業時数	90	総授業時数	90

保護者の皆様へ

「運動・食事・睡眠」の健康3原則の大切な柱です。心の健康は体の健康と密接に結びついています。しかし、運動の好き嫌いが二極化してきています。運動クラブで運動に進んで取り組む子もいれば、体育の時間が苦痛に感じる子もいるのが実態です。1～4年生は、1週間に3回体育があります。各種の運動の基礎を培い、基本的な動きを身に付けるため、「体づくり運動」をはじめ、各領域に指導することが適切に配置されています。生涯にわたり健康な生活を送るために、家庭でも学校でも学習以外のところでも進んで運動できるように、取り組んでいきます。