













# 平成20年度 4学年 体育年間学習計画(シラバス)

広島市立古田台小学校

目標 (1) 各種の運動に課題をもち、活動を工夫して運動を楽しくできるようにするとともに、その特性に応じた技能を身に付け、体力を養う。  
 (2) 協力、公正などの態度を育てるとともに、健康・安全に留意して最後まで努力する態度を育てる。  
 (保) 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。

月	単元	時数	単元の目標	具体的評価目標	学習のポイント	評価方法
4	鉄棒運動 	5	できる技を上手にしたり、できそうな技に挑戦したりして、楽しもう。	上がり技、支持回転技、下り技の中から、自己の能力に適した技を選び、新しい技に挑戦したり、上がり技、支持回転技、下り技を組み合わせたりして楽しむことができる。	・逆上がり ・ひざかけふり上がり ・かかえこみ回り(前・後) ・片ひざかけ回転(前・後) ・後方しじ回転 ・けんすいふり	行動観察 ・学習カード ・発言やつぶやき ・活動や実践の内容など
5	高とび 	5	いろいろな跳び方で、競争したり、記録に挑戦したりして、楽しもう。	跳の運動の仕方や競争の仕方を知り、体の基礎的な動きや跳の運動の基礎となるよい動きを身につけて、跳ぶ運動を楽しく行うことができる。	・ゴム高跳び ・踏切板高跳び ・2本ゴム高跳び ・箱高跳び ・輪ふみ高跳び	
6	跳び箱運動  育ちゆくわたし	6  4	できる技を上手にしたり、できそうな技に挑戦したりして、楽しもう。 ・体の発育は性差、個人差があることを知る ・体の成長には、食事・運動・休養・睡眠が必要であることを理解しよう。 ・思春期の体について知ろう。	跳び箱を使って、自己の体をいろいろ動かして、いろいろな課題への取り組みを楽しむことができる。  体の発育・発達について理解するとともに、体をよりよく発育・発達するための生活の仕方を理解することができる。 思春期の男女の体の変化について理解し、互いに理解し合い自分の成長について喜びや期待を持つことができる。	・開脚跳び ・かかえ込み跳び ・下向き横跳び ・台上前転  ・男女の体の変化 ・自分の体の発育と発達 ・思春期の男女の体つき ・大人の体へ近づく現象	
7	水泳 	10	できる泳ぎ方で長く泳いだり、できそうな泳ぎ方に挑戦したりして、楽しもう。	自分の能力に適した課題をもち、友だちと楽しく工夫しながら学習する中で、クロールおよび平泳ぎの技術を身につけ、ある程度続けて泳ぐことができる。	・面かぶりバタ足 ・面かぶりクロール ・クロール ・かえる足泳ぎ ・平泳ぎ ・背うきバタ足	
9	水泳  たんけんに行こう レッツダンス 	1  16	できる泳ぎ方で長く泳いだり、できそうな泳ぎ方に挑戦したりして、楽しもう。  いろいろな探検の様子を、踊って楽しもう。いろいろなリズムののっておどり、楽しもう。	自分の能力に適した課題をもち、友だちと楽しく工夫しながら学習する中で、クロールおよび平泳ぎの技術を身につけ、ある程度続けて泳ぐことができる。  「探検」から表したいイメージの特徴をとらえ、内容にふさわしい動きを工夫し、みんなで楽しく踊ることができる。 いろいろな曲想のリズムののって全身で弾んで踊ったり、友だちと自由にかかわり合ったりして、心を解放して楽しく踊ることができる。	・面かぶりバタ足 ・面かぶりクロール ・クロール ・かえる足泳ぎ ・平泳ぎ ・背うきバタ足 ・ジャンгл探検 ・海底探検 ・宇宙・手や腰をふって ・跳んだり転がったり ・足を上げたり走ったり ・ひざをまげたり転が ・ロックのリズム ・サンバのリズム	
10	ハードル走	6	ハードルをリズムカルに走りこし、競争して楽しもう。	「ハードル走」を、友だちと競争したり、いろいろな課題に楽しく取り組み、体の基礎的な動きや、各種の運動の基礎となるよい動きを身につけることができる。	・インターバル4.5m ・3歩のリズムで	
	ソフトバレーボール (11・12月で)	10	ルールを守って、ゲームを楽しもう。	簡単な規則を知り、ボールを投げたり、捕ったりする簡単な技能を身につけ、友だちと仲よく協力し、簡単な規則を工夫してゲームを楽しむことができる。	・バスゲーム ・サブゲーム ・ラリーゲーム	
12	なわとび	3	できる跳び方を上手にしたり、できそうな跳び方に挑戦したりして、楽しもう。	短縄や長縄をリズムカルに跳んだり、自己の能力に適した跳び方に挑戦したりして、回数や時間を増やすことができる。	・あやとび、2重とび、2・3人とび、交差とび、あや2重とび、交差2重とび、8の字連続とび、十字とび、ダブルタッチ	
1	マットあそび  なわとび	6  3	できる技を上手にしたり、できそうな技に挑戦したりして、楽しもう。  できる跳び方を上手にしたり、できそうな跳び方に挑戦したりして、楽しもう。	自分にあつためあてをもち、安全に気をつけながら友だちと協力していろいろな転がる動きなどができる。  短縄や長縄をリズムカルに跳んだり、自己の能力に適した跳び方に挑戦したりして、回数や時間を増やすことができる。	・前転、後転 ・開脚前転、開脚後転 ・腕立て横跳び越し ・そくほう倒立回転  ・あやとび、2重とび、2・3人とび、交差とび、あや2重とび、交差2重とび、8の字連続とび、十字とび、ダブルタッチ	
2	わ・ぼうを使って	5	わやぼうを使って、できる動きをしたり、できそうな動きに挑戦したりして、楽しもう。	わやぼうをタイミングよく操作したり、用具の動きに合わせて自分の体を動かしたりして、友だちと仲よく楽しむことができる。	・わ回り ・わくぐり ・わ投げ ・棒とび ・棒取り ・わとび ・棒立て歩き	
3	サッカー(2・3月で) 	10	ルールやコート工夫して、ゲームを楽しもう。	簡単な規則を知り、友だちと規則やチームの作戦を工夫し、簡単な技能を身につけるとともに、規則を守り、互いに協力してゲームを行い、勝敗を素直に認め、ゲームが楽しくできる。	・守り方 ・攻め方 ・ボールの扱い	

合計 90 運動会の実施日によっては各月の学習内容が変わる場合がある。