

第1学年 体育科 年間学習計画

目標

体育の見方・考え方を働かせ、課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) その特性に応じた各種の運動の行い方及び身近な生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な動きや技能を身に付けるようにする。
- (2) 運動や健康についての自己の課題を見付け、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- (3) 運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、楽しく明るい生活を営む態度を養う。

学期	月	学習内容(単元)	年間学習目標
1 学期	4	体ほぐしの運動遊び<リズムにのって動く遊び>	【知識及び技能】 各種の運動遊びの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、基本的な動きを身に付けるようにする。 【思考力・判断力・表現力等】 各種の運動遊びの行い方を工夫するとともに、考えたことを他者に伝える力を養う。 【学びに向かう力・人間性等】 各種の運動遊びに進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、健康・安全に留意したりし、意欲的に運動をする態度を養う。
	4-5	ボールゲーム(的当てゲーム・シュートゲームなど)	
	5	固定施設を使つての運動遊び(ジャングルジム・肋木など) 体力テスト<握力・上体起こし・長座体前屈・反復横跳び・50m走・立ち幅跳び・ソフトボール投げ・20mシャトルラン>	
		走の運動遊び<かけっこ、リレー遊び>	
		表現遊び・リズム遊び<運動会につながる表現遊び>	
	6	鬼遊び(手つなぎ鬼・ボール運び鬼など) マットを使った運動遊び<背中や腹をつけて転がる、体を反らすなど>	
	6-7	水の中を移動する運動遊び・もぐる浮く運動遊び	
2 学期	9	鉄棒を使った運動遊び<ぶら下がり、跳び上がり、易しい回転>	
	10	体ほぐしの運動遊び<フープ等を用いた運動遊び等> 多様な動きをつくる運動遊び<片足立ち等、体のバランスをとる動き>	
	10-11	跳び箱を使った運動遊び<跳び乗り、跳び下り、馬跳びなど>	
	11	跳の運動遊び(ケンパー跳び遊び・ゴム跳び遊びなど)	
	12	ボールゲーム(相手のコートにボールを投げ入れる)	
3 学期	1	リズム遊び<スキップ、友だちとともに踊る>	
	1-2	走・跳の運動遊び(なわとび)	
	2-3	ボール遊び(ボールを手などで打ったり蹴ったりする)	