

# 年間授業計画書

学期	月	単元	学習内容	時数	学習のポイント
1	4	集団行動	・「姿勢」「方向変換」 「開列」「列の増減」	6	・基本的な姿勢や方向変換ができる。 ・集団の中の一員として責任ある行動ができる。
		体づくり運動	・体ほぐし運動 ・体力を高めるための運動 ・新体力テスト	8	・体を動かす楽しさや心地よさを味わい、健康の保持増進や体力の向上を図り、目的に適した運動の計画を立て取り組むことができる。
	5	[体育理論]	・スポーツの効果と安全	3	・運動やスポーツを行うことは、心身の発達や社会性を高める効果が期待できること、運動やスポーツを行う際は、健康・安全に留意する必要があることを理解できる。
		球技	・バレーボール	8	・パスやレシーブの基本動作を習得する。 ・役割に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防を展開する。
	6	陸上競技	ハードル走	8	・ハードルを越えながらインターバルを一定のリズムで走り、タイムを短縮したり、競走したりできる。
	7	水泳	・水泳に関する安全指導	2	・水泳の事故防止に関する心得を理解する。
	2	9	ダンス	・現代的なリズムのダンス	8
10		球技	・ソフトボール	8	・キャッチボールでグラブの基本的な使い方と、ボールをスムーズに投げる動作を習得する。 ・基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位置での守備などによって攻防を展開する。
		[保健分野]	・健康と環境	8	・健康を保持増進するために、心身の健康に対する環境の影響について理解することができる。
11		陸上競技	・走り高跳び	8	・リズムカルな助走から力強く踏み切って大きな動作で飛ぶことができるようにする。
12		陸上競技	・長距離走	6	・運動直後の心拍数を計ることにより、運動による自分の身体の変化を体感することができる。
3	1	器械運動	・跳び箱運動	8	・切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかにできる。
		[保健分野]	傷害の防止	8	・傷害の発生には様々な要因があり、それらに対する適切な対策によって傷害の多くは防止できることを理解する。
	2	球技	・バスケットボール	8	・ドリブルやパス、シュートなど基本的な動作を習得する。 ・ボール操作と空間に走りこむなどの動きによってゴール前での攻防を展開する。
	3	球技	・サッカー	8	・空間に仲間と連携して走り込み、マークをかわしてゴール前での攻防を展開することができる。