単元名【　リレー（陸上運動）　】（５時間）

単元目標

1. 一定の距離を全力で走ったり、滑らかなバトン渡しをしたりすることができるようにする。　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　【知識及び技能】
2. 自己の能力に適した課題の解決の仕方、競争や記録への挑戦の仕方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。

【思考力・判断力・表現力等】

③　　運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにす

る。　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　【学びに向かう力・人間性等】

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 時 | １ | ２ | ３ | ４ | ５ |
| ねらい | 学習の見通しを持ち、安全に気をつけて協力して運動しよう。 | スピードの落ちないバトンパスをしよう。 | 走順を考えて、チームに合った練習をしよう。 | チームの課題に合った練習をし、動きのポイントやコツを伝え合おう。 | 記録会をしてリレーを楽しもう。 |
| 指導の内容 | 学習のすすめ方５０ｍ走記録測定運動の行い方チーム編成 | バトンの受け渡し方バトンのもらい方助走の取り方 | 自己の課題の決定やその解決のための練習の場所や方法の選択 | 課題解決のための練習や課題別のポイントの学び合い | これまで学習したことを生かした記録の測定スピードの落ちないバトンパスを確認 |
| **知る**・学習の進め方やルールを知る。・オリンピックの映像等で「こうなりたい」というイメージをつかむ。 | **知る**・バトンの受け渡し方を知る。・助走の取り方を知る。 | **する**・スピードの落ちないバトンパスを行う。**見る・支える**・相手の動きを見る。・友達に改善点を伝える。 | **する**・スピードの落ちないバトンパスを行う。**見る・支える**・相手の動きを見る。・友達に改善点を伝える。 | **する**・これまでの学習を生かして測定を行う。**知る**・これまでの自分の成長、伸びを振り返る。 |
| 評価 |  |  | 〇 | 〇 |  | 〇 |
|  |  |  |  | 〇 |  |
|  | 〇 |  |  |  | 〇 |

単元名【　ハードル走（陸上運動）　】（５時間）

単元目標

1. ハードルをリズミカルに走り越えることができるようにする。　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　【知識及び技能】
2. ハードル走のインターバルを選ぶなど、自己の課題に適した練習の場を選ぶことができるようにする。　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　【思考力・判断力・表現力等】

③　　運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにす

る。　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　【学びに向かう力・人間性等】

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 時 | １ | ２ | ３ | ４ | ５ |
| ねらい | 学習の見通しを持ち、安全に気をつけて協力して運動しよう。 | 決まった足で遠くから第一ハードルを走り越そう。 | 低い姿勢でバランスをとってハードルを走り越そう。 | 自分に合った課題を選んで練習に取り組もう。 | 記録会をしてハードル走を楽しもう。 |
| 指導の内容 | 学習のすすめ方５０ｍ走記録測定運動の行い方 | １台目までの歩数振り上げ足の決定踏み切り位置 | ハードルを走り越す際の姿勢 | 課題解決のための練習場所や方法の選択 | これまで学習したことを生かした記録の測定リズミカルに走るための技能ポイントを確認 |
| **知る**・学習の進め方やルールを知る。・オリンピックの映像等で「こうなりたい」というイメージをつかむ。 | **する**・一台目までの歩数を調整する。・振り上げ足を決定する。・踏切位置を決定する。 | **する**・低い姿勢でハードルを走り越す。**見る・支える**・相手の動きを見る。・友達に改善点を伝える。 | **する**・リズミカルにハードルを走り越す。**見る・支える**・相手の動きを見る。・友達に改善点を伝える。 | **する**・これまでの学習を生かして測定を行う。**知る**・これまでの自分の成長、伸びを振り返る。 |
| 評価 |  |  | 〇 | 〇 |  | 〇 |
|  |  |  |  | 〇 |  |
|  | 〇 |  |  |  | 〇 |

単元名　【　タグラグビー（ゴール型）　】（８時間）

単元目標

①　　タグラグビーの行い方を理解し、ボール操作とボールを持たないときの動きによって簡易化されたゲームを行うことができるようにする。 　　　　　　　　　　　　　　　　【知識及び技能】

②　　ルールを工夫したり、自己やチームの特徴に応じた作戦を選んだりするとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。【思考力・判断力・表現力等】

③　　運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにす

る。　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　【学びに向かう力・人間性等】

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 時 | １ | ２ | ３ | ４ | ５ | ６ | ７ | ８ |
| ねらい | 学習の進め方を知って楽しもう。 | タグラグビーの基本的な技術を身につけるためのポイントを知ろう。 | 仲間と協力して素早いボール運びでポイントを取ろう。 | 仲間と協力してなるべく少ない失点で守ろう。 | チームの勝利のために攻守の作戦を考えよう。 | 作戦を修正して練習し、ゲームに取り組もう。 | チームの特性に合った作戦を考え、ゲームに取り組もう。 | フェアなプレーでゲームを楽しもう。 |
| 指導の内容 | ・学習の進め方の確認・ルールの確認・役割分担や準備、片付けの仕方 | ・タグ取り鬼・ボールの投げ方・パスの仕方 | ・ボールの運び方の確認・インベーダーゲーム | ・練習ゲーム・守る位置の確認・相手が攻めてきたときの対応の確認 | ・チームの課題の見つけ方・課題にあった練習の行い方・自チームや相手チームを認める雰囲気づくり | ・チームの課題の見つけ方・課題にあった練習の行い方・自チームや相手チームを認める雰囲気づくり | ・チームの課題の見つけ方・課題にあった練習の行い方・自チームや相手チームを認める雰囲気づくり | ・チームの課題の見つけ方・課題にあった練習の行い方・自チームや相手チームを認める雰囲気づくり |
| **知る**・学習の進め方やルールを知る。 | **知る**・タグの取り方を知る。・ボールの扱い方を知る。 | **する**・守備をかわしながらボールを運ぶ。 | **する**・失点が少なくなるように守る。**見る・支える**・守り方を考え、友達に伝える。 | **する**・チームに適した方法を選んで練習する。**見る・支える**・作戦を考え、友達に改善点を伝える。 | **する**・チームに適した方法を選んで練習する。**見る・支える**・作戦を考え、友達に改善点を伝える。 | **する**・チームに適した方法を選んで練習する。**見る・支える**・作戦を考え、友達に改善点を伝える。 | **する**・チームに適した方法を選んで練習する。**見る・支える**・これまでの自分の成長・伸びを振り返る。 |
| 評価 | ① |  | 〇 | 〇 | 〇 |  |  |  | 〇 |
| ② |  |  |  |  | 〇 | 〇 | 〇 |  |
| ③ | 〇 |  |  |  |  |  |  | ○ |

単元名　　【　跳び箱運動　】（８時間）

単元目標

1. 切り返し系や回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったりすることができるようにする。　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　【知識及び技能】
2. 自己の能力に適した課題の解決の仕方や技の組み合わせ方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。

【思考力・判断力・表現力等】

1. 運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や器械・器具の安全に気を配ったりすることができるようにする。

【学びに向かう力・人間性等】

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 時 | １ | ２ | ３ | ４ | ５ | ６ | ７ | ８ |
| ねらい | 学習の進め方を知って楽しもう。 | 伸膝台上前転に挑戦しよう。 | 伸膝台上前転の自己の課題を設定しよう。 | 伸膝台上前転の課題に適した場を選び、練習しよう。 | 首はね跳びに挑戦しよう。 | 首はね跳びの自己の課題を設定しよう。 | 首はね跳びの課題に適した場を選び、練習しよう。 | 伸膝台上前転、首はね跳びを今までで一番きれいに演技しよう。 |
| 指導の内容 | ・学習の進め方の確認・ルールの確認・感覚つくりの運動の確認 | ・伸膝台上前転の助走、踏み切り、着手、姿勢、着地の正しい行い方 | ・伸膝台上前転の自己の課題の発見・映像で自分の演技を確認 | ・練習方法の選択　　　の仕方、場の作り方・仲間との学習の進　め方、補助の仕方・ICT活用による助言 | ・首はね跳びの助走、踏み切り、着手、姿勢、着地の正しい行い方 | ・練習方法の選択　の仕方、場の作り方・仲間との学習の進め方、補助の仕方 | ・首はね跳びの助走、踏み切り、着手、姿勢、着地の正しい行い方 | ・発表の仕方・評価の仕方・授業のまとめ |
| **知る**・学習の進め方やルールを知る・オリンピックの映　　像等で「こうなり　たい」というイメー　ジをつかむ。 | **知る**・技の完成形を知る。・技のやり方、ポイントを知る。 | **見る・支える**・自分の動きを見る・相手の動きを見る・友達に改善点を伝える。 | **する**・自分に適した場を選んで練習する。**見る・支える**・相手の動きを見る・友達に改善点を伝える。 | **知る**・技の完成形を知る。・技のやり方、ポイントを知る。 | **見る・支える**・自分の動きを見る。・相手の動きを見る。・友達に改善点を伝える。 | **する**・自分に適した場を選んで練習する。**見る・支える**・相手の動きを見る・友達に改善点を伝える。 | **する**・これまでの学習を生かして技を行う。**知る**・これまでの自分の成長、伸びを振り返る。 |
| 評価 | ① |  | 〇 |  |  | 〇 |  |  | 〇 |
| ② |  |  | 〇 | 〇 |  | 〇 | 〇 |  |
| ③ | 〇 |  |  |  |  |  |  | 〇 |

単元名 【 走り高跳び（陸上運動） 】（６時間）

単元目標

①　　３～５歩のリズミカルな助走から上体を起こして力強く踏み切って跳ぶことができるようにする。　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　【知識及び技能】

②　　自己の能力に適した課題の解決の仕方、競争や記録への挑戦の仕方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。

【思考力・判断力・表現力等】

③　　運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。

【学びに向かう力・人間性等】

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 時 | １ | ２ | ３ | ４ | ５ | ６ |
| ねらい | 学習の進め方を知って楽しもう。 | 走り高跳び（ゴム）の自己の課題を設定しよう。 | 走り高跳び（ゴム）の課題に適した場で練習をし、自分の記録に挑戦しよう。 | 走り高跳びに挑戦しよう。 | 走り高跳びの自己の課題を設定しよう。 | 走り高跳びの課題に適した場で練習をし、自分の記録に挑戦しよう。 |
| 指導の内容 | ・学習の進め方の確認・ルールの確認・感覚つくりの運動の確認 | ・ゴム跳びの助走、踏み切り、姿勢、着地の正しい行い方・走り高跳び（ゴム）の自己の課題の発見 | ・練習方法の選択の仕方、場の作り方・仲間との学習の進め方、補助の仕方 | ・走り高跳び（バー）の助走、踏み切り、姿勢、着地の正しい行い方 | ・走り高跳び（バー）の自己の課題の発見・映像で自分の演技を確認 | ・練習方法の選択の仕方、場の作り方・仲間との学習の進め方、補助の仕方 |
| **知る**・学習の進め方やルールを知る。・オリンピックの映像等で「こうなりたい」というイメージをつかむ。 | **見る・支える**・自分の動きを見る。・相手の動きを見る。・友達に改善点を伝える。 | **する**・自分に適した場を選んで練習する。**見る・支える**・相手の動きを見る。・友達に改善点を伝える。 | **知る**・技の完成形を知る。・技のやり方、ポイントを知る。 | **見る・支える**・自分の動きを見る。・相手の動きを見る。・友達に改善点を伝える。 | **する**・自分に適した場を選んで練習する。**見る・支える**・相手の動きを見る。・友達に改善点を伝える。 |
| 評価 | ① |  |  |  | 〇 |  | 〇 |
| ② |  | 〇 | 〇 |  | 〇 |  |
| ③ | 〇 |  |  |  |  | 〇 |