

第4学年 体育 年間指導計画 (シラバス)

教科目標

- (1) 活動を工夫して各種の運動を楽しくできるようにするとともに、その基本的な動きや技能を身に付け、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、最後まで努力して運動する態度を育てる。
- (3) 健康な生活及び体の発育・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。

学習計画

月	学習すること	学習のねらい	時間
4	体ほぐしの運動	・心と体の変化に気付いたり、体の調子を整えたり、みんなでかかわり合ったりするための手軽な運動や律動的な運動をすることができる。	2
	鉄棒運動	・練習を工夫して、基本的な上がり技や支持回転技、下り技をすることができる。	4
5	かけっこ・リレー	・練習や競争の仕方を工夫して、かけっこやリレーをすることができる。	6
	レッツ ダンス!	・友達と楽しく、リズムに乗って、全身で踊ることができる。	9
6	高とび	・練習や競争の仕方を工夫して、短い助走から踏み切るとびことができる。	6
	育ちゆく体とわたし	・体の発育、発達の一般的な現象や、思春期の体の変化について理解し、知識を身につけることができる。	4
7	うく・泳ぐ運動	・いろいろな浮き方やけ伸びをすることや、補助具を使つてのキックやストローク、呼吸をしながらの初歩的な泳ぎをすることができる。	10
9	ソフトバレーボール	・友達となかよく、ラリーを続けたり、ボールをつないだりして易しいゲームをすることができる。	10
	小型ハードル走	・練習や競争の仕方を工夫して、小型ハードルを調子よく乗り越えることができる。	6
10	ボートボール	・基本的なボール操作やボールを持たないときの動きによって、易しいゲームをすることができる。	9
11	マット運動	・練習の仕方を工夫して、基本的な回転技や倒立技をすることができる。	6
12	用具を使った運動	・体のバランスや移動、用具の操作などとともに、それらを組み合わせることができる。	5
1	とび箱運動	・練習の仕方を工夫して、基本的な支持跳び越し技をすることができる。	6
2	動きをつくる運動	・体のバランスや移動、用具の操作などとともに、それらを組み合わせることができる。	7
3			

合計授業時数

90時間