

単元	I 体づくり運動I (体ほぐし・いろいろな動き)		4月(4時間)
目標	きまりを守って友達と仲よくしながら、多様な動きのポイントを見付けて、用具を操作する運動や体のバランスをとる運動ができる。		
評価 規準	(①知・技) 体のバランスや移動、用具の操作の仕方を理解し、力試しの動きができる。 (②思・判・表) よい動きを見付けて自分の運動に取り入れるとともに、考えたことを友達に伝えている。 (③主体的態度) きまりを守り、互いに励まし合って、用具の安全を確かめながら進んで運動に取り組もうとしている。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つか む	I	○試しの用具を操作する運動や体のバランスをとる運動を行い、共通のめあてを立てる。 共通のめあて いろいろな動きに挑戦したり、用具を操作したり、バランスをとったりすることができるようになろう	○体づくり運動の中で取り組んでいく動きや学び方の見通しをもてるよう、「体づくり運動の楽しさ」「できるようになりたいこと」「学び方」の視点を提示する。
			評価規準<評価方法(観点)>※太字は「記録に残す評価」 ◇試しの活動に取り組んで得た感想を基に、視点に沿った内容を具体的に記入している。 <学習プリント③>
追 究 す る	I	○フラフープ回しやフラフープジグザク走などの用具を操作する運動やケンケンずもうなど体のバランスをとる運動に挑戦する。	○互いの動きを見合えるように、ペアや兄弟グループを編成する。
	I	○ジャンケンすごろくやまねっこランニングなどの体を移動する運動や押しずもうなどの力試しの運動に挑戦する。	○それぞれの運動の行い方を知り、動きのポイントを捉えられるように、力の加え方、バランスのととり方などのコツを全体で共有する。
			◇友達 <u>の用具を操作するよい動きや体のバランスをとる動き</u> を見付け、伝えたり、記述したりしている。 <学習プリント②>
			◇ <u>運動の行い方を理解し、体を移動する運動や力試しの運動の動き</u> を取り入れている。 <行動①>
ま と め る	I	○発表会を行い、できるようになった動きに取り組み、学習のまとめをする。	○これまでの学習の成果を感じられるよう、「できるようになったこと」「自分や友達の頑張っていたこと」「体づくり運動の楽しさ」という振り返りの視点を提示する。
			◇ <u>体づくり運動におけるできるようになった動きや自分や友達の頑張りを記述</u> している。 <学習プリント③>
【備考】 ・集団行動については、各単位時間に位置付け、定着できるようにする。 ・グループ編制については、力量や体格(体重)が同じくらいの子どもで組むようにする。 ・準備体操については体育部で全学年共通のものを提示する。 ・フラフープジグザグ走はフラフープを転がし、動いているフープの中を交互にくぐり抜け、何回できるか競う。 ・すもうは片足、両足、ラインの上で、用具で引いたり押ししたりするなど様々なルールで取り組むようにする。			

体育科 3年

単元	2 かけっこ・リレー		4・5月(5時間)
目標	きまりを守って仲よくし、走り方やバトンパスの仕方を工夫しながら、調子よく走ったり、タイミングよくバトンパスをしたりして、かけっこ・リレーができる。		
評価 規準	(①知・技) 75mを調子よく走る動き、タイミングよくバトンを受け渡す行い方を理解し、かけっこ・リレーができる。 (②思・判・表) 75mの走り方、バトンをもらうスタートのポイントやスピードを落とさないバトンパスのポイントを見付け、課題に合った練習方法を選んだり、考えたことを友達に伝えたりしている。 (③主体的態度) 安全に気を付け、きまりを守って仲よくかけっこ・リレーをしようとしている。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つかむ	1	○試しの75m走の個々のタイムや全員リレーのタイムの計測をし、共通のめあてを立てる。 共通のめあて 記録会へ向けて、走り方やバトンパスのスタートポイントを見付けて、かけっこ・リレーをしよう	○試しの75m走に取り組む中で、取り組んでいく動きや学び方の見通しがもてるよう、「かけっこ・リレーの楽しさ」「できるようにになりたいこと」「学び方」の視点を提示する。
追究する	2	活動① ○走り方やバトンパスの仕方のポイントを見付け、試行する。	○75mを速く走るための動きのポイントに気付けるように、「腕の振り方」「目線」「脚の挙げ方」の観点を提示する。 ○動きのポイントに合った練習できるように、練習の場を複数用意する。
	1	○バトンを受け取るポイントを見付け、試行する。	○わきを締めて手を高い位置に保持してバトンを受け取るというポイントを押さえたバトンパスができるように、互いに動きを見合い、教え合う場を設定する。
まとめ	1	○リレー大会で今までのポイントを踏まえたリレーに挑戦し、友達のよい動きや頑張りを認め合い、学習のまとめをする。	○これまでの学習の成果を感じられるよう、「できるようになったこと」「自分や友達の頑張っていたこと」「かけっこ・リレーの楽しさ」という振り返りの視点を提示する。
評価規準<評価方法(観点)>※太字は「記録に残す評価」 ◇試しの75m走に取り組んで得た感想を基に、視点に沿った内容を具体的に記入している。 <学習プリント③> ◇腕を大きく振る、前を向く、足を高く上げるなどの動きのポイントを記述したり、伝えたりしている。 <学習プリント②> ◇スピードを落とさずにバトンを受け渡す行い方を理解し、リレーができる。 <行動①> ◇脇を締めて手が高い位置でバトンを受け取る行い方を理解し、リレーができる。 <行動①> ◇かけっこ・リレーにおけるできるようになった動きや自分や友達の頑張りを記述している。 <学習プリント③>			
【備考】 ・準備：バトン、コーン、ビブス			

単元	3 マット運動		5月(8時間)
目標	互いに励まし合い、動きのポイントを見つけて、前転や後転、腕立て横跳びこし、壁倒立ができる。		
評価規準	(①知・技) 前転や後転、腕立て横跳びこし、壁倒立の行い方を理解し、それぞれの技ができる。 (②思・判・表) 前転や後転のあごを引いて後頭部を付けて回転を始める動きや、腕立て横跳びこし、壁倒立のあごを上げて反る動きのポイントを見付けている。 (③主体的態度) 互いに励まし合い、安全に気を付けながら、前転や後転、腕立て横跳びこし、壁倒立に挑戦しようとしている。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つかむ	1	○試しの前転や後転などを行い、共通のめあてを。 共通のめあて 発表会に向けて、前転や後転、腕立て横跳び越しに挑戦して、できるようにしよう	○マット運動の中で取り組んでいく動きや学び方の見通しがもてるように、「マット運動の楽しさ」「できるようにになりたいこと」「学び方」の視点を提示する。
	3	活動① ○前転や後転、腕立て横跳びこし、壁倒立の基礎感覚運動に挑戦する。	○前転や後転の動きのポイントを見付けられるように、あごや頭という観点を基に、互いの考えを伝え合う機会を設定する。 ○前転や後転ができるように、その動きができていない児童を基に、動きのポイントを伝え合う機会を設定する。
追究する	2	活動② ○前転や後転の回転の動きのポイントを見付け挑戦する。 ○腕立て横跳びこし、壁倒立の動きのポイントを見付け挑戦する。	○腕立て横跳びこし、壁倒立であごを上げるといった動きのポイントを見付けられるように、あごという観点を基に、互いの考えを伝え合う機会を設定する。 ○腕立て横跳びこし、壁倒立の蹴り足の練習方法を選ぶことができるように、手形シート、ミラーシート、蹴り足の目安のシートがある練習の場を設定する。 ○腕立て横とびこし、壁倒立ができるように、その動きができていない児童を基に、動きのポイントを伝え合う機会を設定する。
	1	○今までのポイントを踏まえた動きで前転、後転、腕立て横跳びこし、壁倒立に挑戦する。	○これまで身に付けたことを生かして、安定した前転、後転、腕立て横跳びこし、壁倒立ができるように、自分の課題に合った練習の仕方を選んで挑戦する機会を設定する。
まとめ	1	○発表会で今までのポイントを踏まえたマット運動に挑戦し、学習のまとめをする。	○これまでの学習の成果を感じられるよう、「できるようになったこと」「自分や友達の頑張っていたこと」「マット運動の楽しさ」という振り返りの視点を提示する。
評価規準<評価方法(観点)> ※太字は「記録に残す評価」 ◇試しのマット運動に取り組んで得た感想を基に、視点に沿った内容を具体的に記入している。 <学習プリント③> ◇前転や後転のあごを引いて後頭部を付けて回転するというポイントを記述している。 <学習プリント②> ◇肩、背中、腰をマットに付けて回転することを理解し、前転や後転をすることができる。 <行動①> ◇腕立て横跳びこし、壁倒立の動きに取り組む中で互いに見た動きを伝え合っている<学習プリント②> ◇自己の課題に合った場で練習方法を選んでいる。 <学習プリント②> ◇腕立て横跳びこし、壁倒立の行い方を理解し、それぞれの技ができる。 <行動①> ◇安定した行い方を理解し、前転や後転、腕立て横跳びこし、壁倒立をすることができる。 <行動①>			
【備考】 ・準備：タブレット(教師)、ゴムひも、ミラーシート、手形シート、壁に貼る蹴り足の目安のシート ・基礎感覚運動：ゆりかご、アンテナ、ブリッジ、うさぎ跳び、かえるの足うちなど ・補助がしやすいよう体格差が少ないグループ編成をする。			

単元	4 フロアーボール		6月(8時間)
目標	仲間と協力し、動きのポイントを見つけて、ボールを操作しやすい位置に移動して、パスをつないだり、アタックをしたりして、フロアーボールを楽しむことができる。		
評価規準	(①知・技) フロアーボールの行い方を理解し、パスをする方向に体を向けてパスしたり、ボールの方向に体を向けて受けたパスをつないだり、相手コートに返球したり、ボールを操作しやすい位置に移動したりすることができる。 (②思・判・表) レシーブやパス、アタックの動きのポイントを見付けたり、作戦を選んだり、チームの課題の解決のために考えたことを友達に伝えたりしている。 (③主体的態度) 規則を守り、互いに協力したり、仲間の動きを認めたりして、誰とでも仲よくフロアーボールをしようとしている。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つかむ	1	○試しのフロアーボールを行い、共通のめあてを立てる。 共通のめあて フロアーボール大会に向けて、レシーブやパス、アタックの動きのポイントを見つけて、友達と協力しながら、フロアーボールを楽しもう	○フロアーボールで取り組んでいく動きや学び方の見通しがもてるように、「フロアーボールの楽しさ」「できるようになりたい動き」の視点を提示する。
			◇試しのフロアーボールに取り組み、アタックをして相手コートに返球する、パスをつなげて得点するなど、できるようになりたいことやフロアーボールの楽しさを記述している。 <学習プリント③>
追究する	1	○アタックの動きのポイントを見つけて、ゲームに取り組む。	○アタックの動きのポイントに気付けるように、「足の向き」「腕の振り」の視点を提示する。
	1	○レシーブの動きのポイントを見つけて、ゲームに取り組む。	○レシーブの動きのポイントに気付けるように、「目線」「構え」の視点を提示する。
	1	○パスの動きのポイントを見つけて、ゲームに取り組む。	○パスの動きのポイントに気付けるように、「体の向き」の視点を提示する。
	1	○パスを受ける動きのポイントを見つけて、ゲームに取り組む。	○パスを受ける動きのポイントに気付けるように、「味方の体の向き」の視点を提示する。
	1	○アタックが打ちやすい場所のポイントを見つけて、ゲームに取り組む。	○アタックが打ちやすい場所のポイントに気付けるように、「相手コートとの距離」の視点を提示する。
	1	○チームで作戦を選び試行し、ゲームをする。	○簡単な作戦を選ぶことができるように、3人の位置を示した複数の作戦を提示する。
		◇打つ手と反対の足を前に出し、ねらう方向へ足を向ける、腕を大きく速く振って、ボールを打つ動きのポイントを記述している。 <学習プリント②>	
		◇転がってくるボールの正面に移動して、膝を曲げて、両手でボールを捕る動きのポイントを記述している。 <学習プリント②>	
		◇パスをする方向に体を向けてパスをしている。 <行動①>	
		◇ボール操作者に体を向けている。 <行動①>	
		◇相手コートに近い位置から相手コートにボールを転がしている。 <行動①>	
		◇簡単な作戦を選んでいる。 <学習プリント②>	
まとめ	1	○「3の3フロアーボール大会」を行い、互いの頑張りを認め合って学習のまとめをする。	○学習の成果を実感できるように、「できるようになった動き」「自分や友達の頑張りに」「フロアーボールの楽しさ」という振り返りの視点を提示する。
			◇フロアーボールにおける自分や友達の動きのよさや頑張り、フロアーボールの楽しさを記述している。 <学習プリント③>
【備考】 ・ネットは、コーンにすずらんテープを貼って、使用する。コーンは、校庭にある青いコーンを使用した。 ・ボールは、ハンドボールのボールがよい。			

単元	6 タグラグビー		7月(7時間)
目標	互いに協力し、動きを習得するための練習やみんなが楽しめるルールや作戦を工夫しながら、攻めや守りをして、タグラグビーができる。		
評価 規準	(①知・技) 空いているところへ動いたり、友達の動きに合わせてパスしたりする。 (②思・判・表) みんなが楽しめるタグラグビーのルールを考えたり、友達と連携した簡単な作戦を立てたりしている。 (③主体的態度) 規則を守り、互いに協力して公正にタグラグビーをしようとしている。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つかむ	1	○試しのタグラグビーを行い、共通のめあてを立てる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> 共通のめあて 作戦を工夫して、タグラグビーでたくさん動いたり、得点したりして、タグラグビー大会で優勝しよう </div>	○タグラグビーの中で取り組んでいく動きや学び方の見通しがもてるよう、「タグラグビーの楽しさ」「できるようになりたいこと」「学び方」の視点を提示する。
追究する		活動① ○パスのポイントを見付け、ドリルゲームを行う。 ○クロスなどの動きのポイントを見付け、タスクゲームをする。	活動② ○パスや走り方のポイントを踏まえたタグラグビーを行う。 ○クロスなどを作戦に使って、タグラグビーを行う。
			○パスの動きのポイントに気付けるように、「肘」という視点を提示する。 ○パスのポイントを踏まえ、パスを繋ぐことができるよう、「ボールを投げる位置」という視点を提示する。 ○クロスの動きのポイントに気付けるように、「移動する位置」、「タイミング」という視点を提示する。 ○クロスの動きのポイントを踏まえ、サポートの動きができるように、「動く位置」「動く方向」という視点を提示する。
まとめ	1	○タグラグビー大会でこれまでのポイントを踏まえてタグラグビーに挑戦し、学習のまとめをする。	○これまでの学習の成果を感じられるよう、「できるようになったこと」「自分や友達の頑張っていたこと」「タグラグビーの楽しさ」という振り返りの視点を提示する。
【備考】 ・グループ編制については、力量や体格(体重)が同じくらいの等質のチームを組めるようにする。			

評価規準<評価方法(観点)>※太字は「記録に残す評価」
 ◇試しのタグラグビーに取り組んで得た感想を基に、視点に沿った内容を具体的に記入している。
 <学習プリント③>

◇肘を伸ばして投げるというポイントを記述している。
 <学習プリント②>

◇動きながら相手の正面へボールを投げて、パスをしてタグラグビーをすることができる。
 <行動①>

◇味方の動きに合わせて動くというポイントを記述している。
 <学習プリント②>

◇味方の動きに合わせてクロスして動くことができる。
 <行動①>

◇タグラグビーにおけるできるようになった動きや自分や友達の頑張りを記述している。
 <学習プリント③>

単元	7 体づくり運動Ⅱ (体ほぐし・いろいろな動き)		9月(4時間)
目標	きまりを守って友達と仲よくしながら、多様な動きのポイントを見つけて、体を移動する運動や力試しの運動ができる。		
評価 規準	(①知・技) 体を移動する動きや押し合う動きを理解し、体を移動する運動や力試しの運動ができる。 (②思・判・表) 運動の行い方を知り、よい動きを見付けたり、選んだりして、自分の運動に取り入れている。 (③主体的態度) きまりを守り、互いに励まし合って、用具の安全を確かめながら進んで運動に取り組もうとしている。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つか む	1	○試しの体を移動する運動や力試しの運動を行い、共通のめあてを立てる。 — 共通のめあて — いろいろな動きに挑戦し、体を移動する運動や力試しの運動をできるようにしよう	○体づくり運動の中で取り組んでいく動きや学び方の見通しがもてるよう、「体づくり運動の楽しさ」「できるようにになりたいこと」「学び方」の視点を提示する。
追 究 す る	1	○ケンケンや両足ジャンプ、手足走り、うさぎ跳びなどの体を移動する運動に挑戦する。	○互いの体を移動する動きを見合うことができるように、ペアや兄弟グループを編制する。
	1	○おんぶジャンケンやおんぶりレー、アザラシリレーなどの力試しの運動に挑戦する。	○力試しの運動の動きのポイントを踏まえた動きができるように、繰り返し挑戦する活動を設定する。
ま と め る	1	○体づくりカーニバルで今までのポイントを踏まえた体づくり運動に挑戦し、学習のまとめをする。	○これまでの学習の成果を感じられるよう、「できるようになったこと」「自分や友達の頑張っていたこと」「体づくり運動の楽しさ」という振り返りの視点を提示する。
【備考】 ・グループ編制については、力量や体格(体重)が同じくらいの子ども同士で組めるようにする。 ・リレーでは、子ども達から動物の動きのアイデアを募り、取り入れる活動を設定するとよい。			

評価規準<評価方法(観点)> ※太字は「記録に残す評価」
 ◇体づくり運動に取り組んで得た感想を基に、視点に沿った内容を具体的に記入している。 <学習プリント③>

◇友だちの移動する動きのよいところを記述している <学習プリント②>

◇友達をおんぶして歩いたり、腕支持で前進したりする力試しの動きができる。 <行動①>

◇体づくり運動におけるできるようになった動きや自分や友達の頑張りを記述している。 <学習プリント③>

単元	8 運動会めざして		9月(5時間)
目標	きまりを守ってみんなで仲よく、走り方やバトンゾーンの使い方、遊競技の動き方を工夫して、かけっこ・リレー、遊競技ができる。		
評価 規準	(①知・技) 運動の行い方を理解し、リレーや遊競技でバトンを渡したりもらったりして調子よく走ったり、タイミングよくバトンパスをしたりすることができる。 (②思・判・表) バトンをもらうスタートのポイントやスピードを落とさないバトンパスのポイントや、遊競技の動きのポイントを見付けている。 (③主体的態度) 安全に気を付け、きまりを守って仲よくかけっこ・リレー、遊競技をしようとしている。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つかむ	1	○運動会の学年練習の内容を知り、試しのリレーや遊競技を行い、共通のめあてを立てる。 共通のめあて 運動会へ向けて、バトンパスや遊競技のポイントを見付けて、リレーや遊競技に挑戦しよう	○運動会で目指していく動きや学び方の見通しがもてるよう、「リレーや遊競技の楽しさ」「できるようになりたいこと」「学び方」の視点を提示する。
		○バトンパスのポイントを踏まえたリレーに挑戦する。 ○遊競技で移動する動きのポイントを見付け、遊競技に挑戦する。 ○移動する動きのポイントを踏まえた遊競技に挑戦する。	○ゴーの合図で前を見て走るというポイントを気付けるように、目線という視点を基に、互いの考えを伝え合う機会を設定する。 ○遊競技の用具を相手が捕りやすい位置や方向にして渡すというポイントを見付けられるように、持ち方の観点を基に、互いの考えを伝え合う機会を設定する。 ○遊競技の用具を操作したり、身に付けて移動したりすることができるように、用具の操作や移動のよくできている児童の手本を基に、動きのポイントを伝え合う機会を設定する。
まとめ	1	○リハーサルを行い、今までのポイントを踏まえてリレーや遊競技に挑戦し、友達とよい動きや頑張りを認め合い、学習のまとめをする	○これまでの学習の成果を感じられるよう、「できるようになったこと」「自分や友達の頑張っていたこと」「運動会をめざす楽しさ」という振り返りの視点を提示する。
【備考】 ・準備：バトン、コーンなど			

評価規準<評価方法(観点)>※太字は「記録に残す評価」

◇試しのリレーや遊競技に取り組んで得た感想を基に、視点に沿った内容を具体的に記入している。

<学習プリント③>

◇ゴーの合図で前を見て走るというポイントを記述している。

<学習プリント②>

◇相手が捕りやすい位置や方向にして渡すというポイントを記述している。

<学習プリント②>

◇遊競技の行い方を理解し、用具を操作したり、身に付けて移動することができる。

<行動①>

◇運動会をめざしてできるようになった動きや自分や友達の頑張りを記述している。

<学習プリント③>

単元	9 幅跳び		9月(6時間)
目標	幅跳びに安全に気を付けながら進んで取り組み、「タン・タン・タ・タ・ターン」のリズムで幅跳びをすることができる。		
評価 規準	(①知・技) 幅跳びの行い方を理解し、「タン・タン・タ・タ・ターン」のリズムで助走をしたり、足の裏全体で踏切って跳んだり、両足で着地をしたりをすることができる。 (②思・判・表) 「タン・タン・タ・タ・ターン」のリズムで跳ぶ動きや、足の裏を見せて着地する動きのポイントを見付けている。 (③主体的態度) 幅跳びに進んで取り組み、幅跳びの行い方やきまりを守ったり、幅跳びの安全な行い方に気を付けようとしていたりしている。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つかむ	1	○試しの幅跳びを行い、共通のめあてを立てる。 共通のめあて 幅跳び大会に向けて、幅跳びのポイントを見付けて挑戦しよう。	○幅跳びの中で取り組んでいく動きや学び方の見通しがもてるよう、「幅跳びの楽しさ」「できるようになりたいこと」「学び方」の視点を提示する。
追究する	1	活動① ○リズムよく跳ぶポイントを踏まえた幅跳びに挑戦する。 ○踏み切りのポイントを踏まえた幅跳びに挑戦する。 ○着地のポイントを踏まえた幅跳びに挑戦する。 ○これまでのポイントを踏まえた動きで、幅跳びに挑戦する。	活動② ○幅跳びの記録に挑戦する。 ○最後の3歩のタ・タ・ターンとスピードを速くするというポイントを踏まえて助走ができるように、互いの動きを見合い伝え合う機会を設定する。 ○足の裏全体で踏むというポイントを踏まえて踏み切ることができるように、互いの動きを見合い伝え合う機会を設定する。 ○両足で着くというポイントを踏まえて着地することができるように、互いの動きを見合い伝え合う機会を設定する。 ○これまでのポイントを踏まえた動きの課題を解決することができるように、助走、踏み切り、着地の各練習方法を選ぶ機会を設定する。
まとめる	1	○幅跳び大会で今までのポイントを踏まえた幅跳びに挑戦し、学習のまとめをする。	○これまでの学習の成果を感じられるよう、「できるようになったこと」「自分や友達の頑張っていたこと」「幅跳びの楽しさ」という振り返りの視点を提示する。
【備考】 ・踏切板(踏切り)、ゴム(踏切り)、ケンステップ(着地)等を使うとよい。 ・グループ編制は走が同等になるように分け、グループ対抗の記録の伸びで競うとよい。			

評価規準<評価方法(観点)> ※太字は「記録に残す評価」
 ◇試しの幅跳びに取り組んで得た感想を基に、視点に沿った内容を具体的に記入している。 <学習プリント③>

◇幅跳びの「タン・タン・タ・タ・ターン」のリズムでタ・タ・ターンのところのスピードを速くする動きを理解し、助走ができる。 <行動①>
 ◇足の裏全体で踏んで踏み切ることを理解し、踏み切りができる。 <行動①>
 ◇両足で着地することを理解し、着地ができる。 <行動①>
 ◇自分の課題に合った練習方法を選び、活動したり、練習方法のよさを記述したりしている。 <学習プリント②>

◇幅跳びにおけるできるようになった動きや自分や友達の頑張りを記述している。 <学習プリント③>

単元	10 面かぶりクロール		10・11月(8時間)
目標	きまりを守って友達と仲よくしながら、自分の課題を解決できるように練習を工夫して、面かぶりクロールができる。		
評価 規準	(①知・技) 太ももを上下させたキックをし、肘を水面から出してかく動きの行い方を理解し、面かぶりクロールができる。 (②思・判・表) 自分の力に合った課題をもち、肘を水面から出してかく面かぶりクロールのポイントを見付け、考えたことを伝えている。 (③主体的態度) 友達と仲よく、プールのきまりを守って安全に水泳をしようとしている。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つかむ	1	○試しの面かぶりクロールをして共通のめあてを立てる。 共通のめあて ポイントを見付けて、面かぶりクロールをできるようにしよう	○面かぶりクロールの中で取り組んでいく動きや学び方の見通しがもてるよう、「体づくり運動の楽しさ」「できるようにになりたいこと」「学び方」の視点を提示する。
追究する	6	活動① ○それぞれの動きのポイントを見付けて挑戦しよう。 1・2時間目…伏し浮き・けのび 3・4時間目…バタ足 5・6時間目…面かぶりクロール	活動② ○ポイントを踏まえた面かぶりクロールに挑戦する。
			○動きの行い方を知り、動きのポイントを捉えることができるように「指先」「肘」「みぞおちが重心」などの観点を提示する。 ○互いの動きのポイントを見合うことができるように、ペアを編制する。 ○よい動きを見付けたり、動きを身につけることができたことを確認したりすることができるように、動きを振り返る場を設定する。
			◇伏し浮きやけのびをするための動きのポイントを見付け、伝えている。 ◇太ももを動かして上下させる行い方を理解し、バタ足をすることができる。 ◇肘を水面から出してかくという面かぶりクロールのポイントを伝えている。
まとめる	1	○記録会で今までのポイントを踏まえた面かぶりクロールに挑戦し、学習のまとめをする。	○これまでの学習の成果を感じられるよう、「できるようになったこと」「自分や友達の頑張っていたこと」「水泳運動の楽しさ」という振り返りの視点を提示する。
			◇水泳運動におけるできるようになった動きや自分や友達の頑張りを記述している。
【備考】 ・プールでは、他の学級と同時学習が多く、練習場所が限られたりするので、片側通行や前の泳者との間隔など効果的に使用する場の工夫をする。 ・準備：練習ノート、ビート板、ヘルパー、ペットボトル、AED			

体育科 3年

目標	11 鉄棒運動		10・11月(6時間)
目標	互いに励まし合い、動きのポイントを見付けて、課題に合った練習を選んだり、考えたことを伝え合ったりして補助逆上がり、だるま回りができる。		
評価規準	(①知・技) 補助逆上がり、だるま回りの行い方を理解し、安定した補助逆上がり、だるま回りができる。 (②思・判・表) 補助逆上がり、だるま回りの動きの中で腰の位置、踏み切り位置、振り上げ足、膝の曲げ伸ばしのポイントを見付け、自分の動きと比べて、課題に合った練習方法を選んだり、考えたことを友達に伝えている。 (③主体的態度) グループで安全に気を付けながら、補助逆上がり、だるま回りに仲良く取り組もうとしている。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つかむ	1	○試しの鉄棒運動(技調べ)を行い、共通のめあてを立てる。 共通のめあて 鉄棒発表会に向けて、補助逆上がり、だるま回りに取り組み、技をできるようにしよう	○鉄棒運動の中で取り組んでいく動きや学び方の見通しをもてるよう、「鉄棒運動の楽しさ」「できるようになりたいこと」「学び方」の視点を提示する
追究する	1	○補助逆上がりの動きのポイントを見付ける。	○補助逆上がりの動きのポイントに気付けるように「腰の位置」「踏み切り位置」「振り上げ足の方向」を観点として提示する。
	1	○自分の課題に合った練習方法で、補助逆上がりに取り組む。	○補助逆上がりの動きを身に付けられよう、踏み切りの位置を視覚化する跳び箱と踏み切り板、振り上げ足の位置を視覚化する風船棒を用意する。
	1	○だるま回りの動きのポイントを見付ける。	○だるま回りの動きのポイントに気付けるように膝の曲げ伸ばしを観点として提示する。
	1	○自分の課題に合った練習方法で、だるま回りに取り組む。	○だるま回りの動きを身に付けられるように、膝の曲げ伸ばしを視覚化する回れたかなシートを用意する。
まとめる	1	○「鉄棒発表会」で今までのポイントを踏まえ補助逆上がり、だるま回りに取り組み、学習のまとめをする。	○これまでの学習の成果を感じられるよう、「できるようになったこと」「自分や友達の頑張っていたこと」「鉄棒運動の楽しさ」という振り返りの視点を提示する。
			補助逆上がりの足を勢いよく振り上げて、腰を鉄棒につけて回るというポイントを記述したり、伝えたりしている。 <学習プリント②> ◇足を振り上げて、腰を鉄棒につけて回る動きの行い方を理解し、補助逆上がりができる。 <行動①> ◇だるま回りの膝を曲げ伸ばして振るというポイントを記述したり、伝えたりしている。 <学習プリント②> ◇膝を曲げ伸ばして振る行い方を理解し、だるま回りをすることができ。 <行動①>
			◇鉄棒運動におけるできるようになった動きや自分や友達の頑張りを記述している。 <学習プリント③>
【備考】 ・安全確保のために、鉄棒の下にマットを敷いたり、補助の仕方や着地の仕方を説明したりする。 ・個々の能力に応じたスモールステップの場を設定する。 ・準備：防災座布団、柔道帯、逆上がり補助器 ・体育館でも実施することが可能である。 ・基礎感覚運動 (例) つばめ、ふとんほし、こうもり、ダンゴ虫、ぶたの丸焼き			

体育科 3年

単元	1 2 2ゴールハンドボール		11・12月(8時間)
目標	チームで協力し、動きのポイントを見付けたり、作戦を選んだりしながら、走っている味方にパスをしたり、守りがいない位置に移動してノーマークでシュートをしたりして、2ゴールハンドボールができる。		
評価規準	(①知・技) 走っている味方にパスをしたり、守りがいない位置に移動してシュートしたりして、2ゴールハンドボールができる。 (②思・判・表) 走っている味方にパスをする動きや守りがいない位置に移動する動きのポイントを見付けたり、作戦を選んだり、チームの課題の解決のために考えたことを友達に伝えたりしている。 (③主体的態度) 規則を守り、互いに協力したり、勝敗を受け入れたりして公正に2ゴールハンドボールをしようとしている。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つかむ	1	○試しのゲームを行い、共通のめあてを立てる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> 共通のめあて パスをつないで、シュートしやすい位置に移動して、ノーマークでシュートする動きを身に付けて、2ゴールハンドボールを楽しもう </div>	○2ゴールハンドボールの中で取り組んでいく動きや学び方の見通しがもてるように、「できるようになりたい動き」「学び方」「楽しく安全に運動するためにできること」の視点を提示する
追究する	1	○シュートが決まりやすい場所やシュートのポイントを見付けて、ゲームに取り組む。	○シュートが決まりやすい場所を見付けられるように、的に向かって、場所を変えながら繰り返しシュートを打つ時間を十分確保する。
	1	○走っている味方にパスをするポイントを見付けて、ゲームに取り組む。	○走ってる味方にパスをする動きのポイントに気付けるように、「パスを出す位置」という視点を提示する。
	1	○シュートが打ちやすい場所にボールを運ぶ動きのポイントを見付けて、ゲームに取り組む。	○ゲーム開始と同時に、前に走り出す動きに気付けるように、パスの回数を制限した3対0のタスクゲームを設定する。
	1	○ボール保持者と自分の間に守りをいれないようにする動きのポイントを見付けて、ゲームに取り組む。	○ボール保持者と自分の間に守りがいて、パスができないという課題意識がもてるように、前時までに撮影したボール保持者、守り、非保持者が一直線になっている動画を提示する。
	1	○ボールを持ったときの判断が遅いという課題の解決策を考え、ゲームに取り組む。	○ボールを持ったときに、判断を素早くできるように、味方にパス、振り向いてシュートといったプレイの選択肢を提示する。
	1	○簡単な作戦を選んで、ゲームに取り組む。	○簡単な作戦を選べるように、動きを視覚化できる作戦ボードを用意する。
まとめる	1	○2ゴールハンドボール大会を行う。	○学習の成果を実感できるように、「できるようになった動き」「よかった練習方法やアドバイス」「自分や友達の頑張っていたところ」という振り返りの視点を提示する。
			◇前にパスを出す、ノーマークでシュートを打つチームで作戦を立ててシュートをたくさん打てるようになるなど、できるようになりたいことを記述している。 <学習プリント③> ◇ゴールの近くをシュートが決まりやすい場所であることを記述している。 <学習プリント②> ◇味方の進行方向に向けてパスを出している。 <行動①> ◇パスをした後に、ゴール方向へ走るという動きのポイントを記述している。 <学習プリント②> ◇ボールをもらおうと空いているところに動いている。 <行動①> ◇簡単な作戦を選んでいる。 <学習プリント②> ◇2ゴールハンドボールにおける自分や友達の動きのよさや頑張りを記述している。 <学習プリント③>
【備考】 ・ボールは、ハンドボールを使用するとよい。 ・ダンボール、的は、ステージ西側にあるものを使用する。			

単元	13 なわとび・かけ足			12・1月(9時間)
目標	きまりを守って友達と仲よくしながら、かけ足や短なわとび、長なわとびのポイントを見つけて、かけ足なわとび運動ができる。			
評価規準	(①知・技) なわとびやかけ足の行い方を理解し、時間跳びやあやとび、交差跳び、友達の動きに合わせて連続長なわのなわとび運動、3分間のかけ足ができる。 (②思・判・表) 運動の行い方を知り、腕を大きく交差するなどの動きのポイントを見付け、自分の動きに取り入れている。 (③主体的態度) きまりを守り、互いに励まし合って、用具の安全を確かめながら進んでかけ足やあやとび、連続長なわとびに取り組もうとしている。			
過程	時間	学習活動	指導上の留意点	評価規準<評価方法(観点)>※太字は「記録に残す評価」
つかむ	1	○試しのかけ足やあやとび、連続長なわ跳びを行い、共通のめあてを立てる。 共通のめあて 3分間のかけ足やいろいろなとび方に挑戦し、3分間のかけ足やあやとび、連続長なわをできるようにしよう	○なわとび・かけ足の中で取り組んでいく動きや学び方の見通しがもてるよう、「なわとび・かけ足の楽しさ」「できるようにになりたいこと」「学び方」の視点を提示する。	◇試しのなわとび・かけ足に取り組んで得た感想を基に、視点に沿った内容を具体的に記入している。 <学習プリント③>
追究する	7	活動① ○3分間のかけ足のポイントを見付け、挑戦する。 活動② ○あやとびや連続長なわとびのポイントを見付け、挑戦する。	○互いの動きを見合い協力してポイントを見付けられるように、ペアや兄弟グループを設定する。 ○リズムよく膝をやさしく曲げる動きのポイントを踏まえてできるように、繰り返し挑戦する機会を設定する。 ○長なわの動きのポイントを見付けることができるように、「なわにタイミング」を視点として提示する。 ○前の人動きに合わせて入るといふ動きのポイントを踏まえてできるように、長なわとびに繰り返し挑戦する機会を設定する。 ○動きのポイントを踏まえた3分間のかけ足ができるように、繰り返し挑戦する機会を設定する。 ○繰り返し挑戦した成果が実感できるように、挑戦した成果を記録できる学習プリントを用意する。	◇短なわの動きのポイントや友達のよい動きを見付けている。 <行動②> ◇一回旋一跳躍のとび方を理解し、3分間とび続けている。 <行動①> ◇長なわに入るタイミングのポイントを記述している。 <学習プリント②> ◇人やなわの動きに合わせて跳ぶことを理解し、長なわとびができる。 <行動①> ◇一定のペースで走ることを理解し、3分間のかけ足ができる。 <行動①> ◇ポイントを踏まえた動きで、3分間一定のペースで走り続けた頑張りを記述している。 <学習プリント③>
まとめる	1	○長なわ大会で今までのポイントを踏まえたあやとびや交差跳び、連続長なわとびに挑戦し、学習のまとめをする。	○これまでの学習の成果を感じられるよう、「できるようになったこと」「自分や友達の頑張っていたこと」という振り返りの視点を提示する。	◇なわとびのできるようになった動きや自分や友達の頑張りを記述している。 <学習プリント③>
【備考】 ・短なわやかけ足では、リズムやタイミング、ペースの取り方などを2人組で行い、見合い・伝え合いながらする。長なわとびでは、グループで回数の競争を行うようにする。なお、短なわとびは、なわとびカードを参考にしてなわにかかる回数ではなく、1～3分間を目標に挑戦するようにする。 ・準備：短なわ(個人もち)、長なわ、距離標識(スタンドやコーン)、なわとびカードなど				

体育科 3年

単元	14 飛び箱運動		1・2月(8時間)
目標	互いに励まし合い、動きのポイントを見つけて、開脚跳びや台上前転ができる。		
評価規準	(①知・技) 開脚跳びや台上前転の行い方を理解し、それぞれの技ができる。 (②思・判・表) 開脚跳びや台上前転の肩を着いた手より前に出す動きや、強く踏み切って腰を上げる動きのポイントを見つけている。 (③主体的態度) 互いに励まし合い、安全に気を付けながら、開脚跳びや台上前転に挑戦しようとしている。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つかむ	1	○試しの開脚跳びや台上前転を行い、共通のめあてを立てる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> 共通のめあて 発表会に向けて、開脚跳びや台上前転に挑戦して、開脚跳びや台上前転をできるようにしよう </div>	○飛び箱運動の中で取り組んでいく動きや学び方の見通しがもてるように、「飛び箱運動の楽しさ」「できるようにになりたいこと」「学び方」の視点を提示する。
追究する	2	活動① ○開脚跳びや台上前転の基礎感覚運動に挑戦する。	○開脚跳びの行い方を視覚的に理解できるように、動画資料を用意する。 ○開脚跳びの動きのポイントを踏まえて、動きを捉えることができるように、「肩」「着手の位置」という視点を提示する。
	3	活動② ○開脚跳びの動きのポイントを見付け試行する。 ○台上前転の動きのポイントを見付け挑戦する。	○台上前転の行い方を視覚的に理解できるように、動画資料を用意する。 ○台上前転の動きのポイントを踏まえて、動きを捉えることができるように、「着手の位置」「腰の位置」という視点を提示する。
	1	○これまでのポイントを踏まえた動きで開脚跳びや台上前転に挑戦する。	○台上前転の練習方法が選べるように、エバーマット、マットを巻いて高さを出した場といった教具や場を用意する。 ○これまで身に付けたことを生かして、開脚跳びや台上前転ができるように、自分の課題に合った練習の仕方を選んで挑戦する場を用意する。
まとめ	1	○発表会でこれまでのポイントを踏まえた飛び箱運動に挑戦し、学習のまとめをする。	○これまでの学習の成果を感じられるように、「できるようになったこと」「自分や友達の頑張っていたこと」「飛び箱運動の楽しさ」という振り返りの視点を提示する。
【備考】 ・準備：タブレット(教師)、ゴムひも、ビニールテープ、エバーマット、巻いたマット、手形シートなど ・場の例：飛び箱2台をつなげた場(同じ高さ、高さを変えて段差を付ける)、ステージに跳び上がったり跳び下りたりできる場、ロールマットの場など ・基礎感覚運動：うさぎ跳び、かえるの足うち、連続馬跳び、両手をついてのとび出し下りなど ・補助がしやすいよう体格差が少ないグループ編成をする。			

評価規準<評価方法(観点)>※太字は「記録に残す評価」

◇試しの飛び箱運動に取り組んで得た感想を基に、視点に沿った内容を具体的に記入している。
<学習プリント③>

◇手を着いた後、手より前に肩を出すなどの動きのポイントを記述している。
<学習プリント②>

◇飛び箱に着手し、跳び越すことができる。
<行動①>

◇手を着いた後、腰を上げるように回るなどの動きのポイントを記述している。
<学習プリント②>

◇飛び箱の前方に着手し、腰の位置を高くして台上前転をしている。
<行動②>

◇自己の課題に合った練習方法を選んでいる。
<学習プリント②>

◇動きの行い方を理解し、開脚跳びと台上前転をすることができる。
<行動①>

◇飛び箱運動におけるできるようになった動きや自分や友達の頑張りを記述している。
<学習プリント③>

単元	15 ならびっこベースボール		2月(8時間)
目標	互いに協力し、みんなが楽しめるルールや作戦を工夫しながら、考えたことを友達に伝え合い、空いているところにボールを打って攻撃したり、ボールを捕って守ったりして、ならびっこベースボールができる。		
評価規準	(①知・技) 空いているところへ打ったり、ボールを捕った後ベースへ向かって動いたりする攻守の行い方を理解し、ならびっこベースボールができる。 (②思・判・表) みんなが楽しめるルールを考えたり、簡単な作戦を選んだり、考えたことを友達に伝えたりしている。 (③主体的態度) 規則を守り、互いに協力して公正にゲームをしようとしている。		
過程	時間	学習活動	指導上の留意点
つかむ	1	○試しのゲームを行い、共通のめあてや自分を立てる。 共通のめあて ならびっこベースボールで空いているところにたくさん打ったり、点を取られないように守ったりできるようにしよう	○ならびっこベースボールの中で取り組んでいく動きや学び方の見通しがもてるよう、「ならびっこベースボール運動の楽しさ」「できるようになりたいこと」「学び方」の視点を提示する。
追究する	3	活動① ○バッティング、捕球のポイントを見付け、ドリルゲームを試行する。	○ボールの正面へ移動して捕ることや腰を捻ってバットを振る動きのポイントを見付けることができるように、「バットの握り方」「足の位置」など観点毎に見合う場を設定する。 ○ボールの正面へ移動して捕ることや腰を捻ってバットを振る動きを身に付けることができるように、チーム内で繰り返しドリルゲームに挑戦し、動きのポイントを伝え合う場を設定する。
	3	○点を取られない守りのポイントを見付け、タスクゲームを試行する。	○点を取られない守りのポイントを見付けて「ならびっこベースボール」を行う。 ○確実にアウトにするためのポイントを見付けることができるように、「どこへ」「どのように」という観点を基に話し合える場を設定する。 ○自分たちで考えた作戦を成功できるように、作戦を繰り返し挑戦する活動を設定する。
まとめる	1	○ならびっこベースボール大会を行い、友達のよい動きや頑張りを認め合い、学習のまとめをする。	○これまでの学習の成果を感じられるように、「できるようになったこと」「自分や友達の頑張っていたこと」「ならびっこベースボールの楽しさ」という振り返りの視点を提示する。
評価規準<評価方法(観点)>※太字は「記録に残す評価」 ◇ならびっこベースボールに取り組んで得た感想を基に、視点に沿った内容を具体的に記入している。 <学習プリント③> ◇腰を捻って振ることやボールを体の正面で捕球するという打ち方や捕球のポイントを記述したり、伝えたりしている。 <学習プリント②> ◇腰を捻ってボールを打ったり、ボールを正面で捕球したりする攻守の行い方を理解し、ならびっこベースボールができる。 <行動①> ◇ボールを捕球した位置によってアウトにするベースを判断するというポイントを記述したり、伝えたりしている。 <学習プリント②> ◇確実にアウトにするベースへ移動する守り方を理解し、ならびっこベースボールができる。 <行動①> ◇ならびっこベースボールにおけるできるようになった動きや自分や友達の頑張りを記述している。 <学習プリント③>			
【備考】 ・チーム編制については、男女混合、グループ間等質の6グループを試しのゲームの様子や個々の運動能力などを基に行う。 ・ゲームについては、始めと終わりの挨拶をきちんと整列して行うようにする。ファイトコールの仕方を工夫させていく。 ・準備：ティー(コーンと牛乳パックで作成可)、バット、キッズハンドボール、得点板、ビブス			

体育科 3年

単元	16 毎日の生活とけんこう			3月(5時間)
目標	健康の大切さに関心を持ち、健康によい生活の仕方を理解できる。			
評価 規準	(①知・技)健康によい生活の仕方を理解している。 (②思・判・表)健康によい生活を自分の生活と関わらせながら考えている。 (③主体的態度)健康の大切さに関心を持ち、学習に取り組もうとしている。			
過程	時間	学習活動	指導上の留意点	評価規準<評価方法(観点)>
つかむ	1	○健康な状態について話し合う。	○健康な状態に気付くことができるように、自分の経験を振り返り気付いたことを話し合う場を設定する。	◇健康な状態について関心をもって話し合っている。 <行動③>
追究する	1	○健康な生活の仕方や、体や身の回りを清潔にする方法について話し合う。	○健康な生活の仕方について考えることができるように、1日の生活の振り返りプリントを用意し、気付いたことを話し合う時間を確保する。	◇自分の生活と関わらせながら、健康な生活の仕方について、記述している。 <学習プリント②>
	1	○きれいな空気やちょうどよい明るさを保つ方法を話し合う。	○教室の明るさについて体験的に捉えることができるように、明るさを測定する器具を用意する。	◇自分の生活と関わらせながら、健康によい環境について、記述している。 <学習プリント②>
まとめる	2	○健康に過ごすための生活の仕方の話し合いやまとめのテストを行う。	○健康な生活を送るためにできることに気付けるように、よりよい方法を話し合う活動を設定する。	◇「毎日の生活とけんこう」を学習して理解したことやこれから実践していきたいことを記述している。 <学習プリント①②③>
【備考】 ・照度計は保健室にある。 ・R7は、【追究する】過程の1時間目に手の汚れを視覚的に理解できるように、保健室から消毒綿をいただいた。				