

学期	単元	学習目標	標準時数	学習展開例		想定時数
				学校（みんな）ですること	家（一人）ですること	
2	保健 ・心の健康	◎ 心の健康について、課題を見つけ、よりよい解決方法を考え、実践する。 ・ 心身の発達及び不安や悩みへの対処について理解するとともに、簡単な対処をする。 ・ 心の健康について課題を見付け、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現する。 ・ 手軽な運動を行い、心と体との関係に気付いたり、仲間と関わり合ったりする。	10	・ 「心の健康」について、自分が調べてまとめたことについて交流する。 ・ 不安や悩みへの対処の仕方として、体ほくしの運動や深呼吸を行う。	・ 「心の健康」の章全体を通して、自分が気になったこと、疑問に思ったことについて調べてまとめる。	
1	体づくり運動 ・体ほくしの運動					
1	表現運動 ・表現	◎ 表現運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、表したい感じを表現する。 ・ いろいろな題材からそれらの主な特徴を捉え、表したい感じをひと流れの動きで即興的に踊ったり、簡単なひとまとまりの動きにして踊ったりする。	8	・ 自分が表現したいイメージを選び、イメージごとにグループを作る。 ・ 一番表したいイメージが強まるように動きを工夫する。 ・ お話の“はじめ”を創る。 ・ お話の“終わり”を創る。 ・ 表現作品発表会をする。	・ 表現作品発表会に向けて練習をする。	
3	保健 ・けがの防止	◎ けがの防止について、課題を見つけ、よりよい解決方法を考え、実践する。 ・ けがの防止について理解するとともに、けがなどの簡単な手当をする。 ・ けがを防止するために、危険の予測や回避の方法を考え、それらを表現する。 ◎ 泳ぐときの危険について理解する。	16	・ 「けがの防止」について、自分が調べてまとめたことについて交流する。 ・ 泳ぐときの危険について調べたり、考えたりしたことを出し合い、事故防止について考える。 ・ けがなどの簡単な手当をする。	・ 「けがの防止」の章全体を通して、自分が気になったこと、疑問に思ったことについて調べてまとめる。 ・ 泳ぐときの危険について、調べたり考えたりしたことをまとめる。 ・ 身近なけがの手当てについて、調べ、実践できるようにする。	
1	水泳運動 ・クロール・平泳ぎ					
1	陸上運動 ・短距離走・リレー	◎ 走・跳の運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、その技能を身につける。 ・ 短距離走・リレーでは、一定の距離を全力で走ったり、滑らかなバトンの受け渡しをしたりする。 ・ 走り幅跳びでは、リズムカルな助走から踏み切って跳ぶ。	14	・ それぞれの運動を実際に行い、行い方を理解し、自己の目標を設定する。 ・ 目標達成のための自己の課題を見つけ、課題解決のための活動を選び、行う。 ・ 友だちの良い動きや変化を見つけたり、考えたりしたことを友だちに伝える。 ・ 友だちとの競争のや記録への挑戦の仕方を工夫して行う。	・ 主運動につながる多様な動きをつくる運動を行う。 ・ 目標達成のための自己の課題解決のための活動を行う。 ・ 友だちとの競争の仕方を考える。	
2	陸上運動 ・走り幅跳び					
2	器械運動 ・マット運動	◎ 器械運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、その技を身に付ける。 ・ マット運動では、回転系や技巧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。 ・ 跳び箱運動では、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。	12	・ それぞれの運動を実際に行い、行い方を理解する。タブレット等を活用し、毎時間の技の出来栄をで撮りためておく。 ・ 自分に適した課題を選び、挑戦する。 ・ 技のポイントを理解し、仲間同士で教え合う。 ・ 撮りためておいた映像を見て、第1時からの自己の成長を確認する。	・ 主運動につながる感覚づくりの運動を行う。 ・ 目標達成のための自己の課題解決のための活動を行う。	
3	器械運動 ・跳び箱運動					
3	体づくり運動 ・体の動きを高める運動	◎ 鉄棒運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、その技を身に付ける。 ・ 支持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、それらを組み合わせたりする。 ・ 体の柔らかさ、力強い動きを高めるための運動をする。	10	（毎時間、体の柔らかさ、力強い動きを高めるための運動を行う。） ・ 鉄棒運動を実際に行い、行い方を知る。タブレット等を活用し、毎時間の技の出来栄をで撮りためておく。 ・ 自分に適した課題を選び、挑戦する。 ・ 技のポイントを理解し、仲間同士で教え合う。 ・ 撮りためておいた映像を見て、第1時からの自己の成長を確認する。	・ 体の柔らかさ、力強い動きを高めるための運動を行う。	
2	器械運動 ・鉄棒運動					
3	体づくり運動 ・体の動きを高める運動	◎ スポーツ大会を開催し、「する」「みる」「支える」「知る」など、自己の特性に応じて、スポーツとの多様な関わり方について考える。 ・ 巧みな動き、動きを持続する能力を高めるための運動を行う。 ・ ゴール型ゲームでは、基本的なボール操作と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。 ・ ベースボール型ゲームでは、ボールを打つ攻撃と隊形をとった守備によって、簡易化されたゲームをする。	20	（毎時間、巧みな動き、動きを持続する能力を高めるための運動を行う。） ・ それぞれの運動を実際に行い、行い方を理解する。 ・ ボール操作とボールを持たないときの動き等を高める。 ・ ルールを工夫したり、作戦を選んだりする。 ・ 友だちの良い動きや変化を見つけたり、考えたりしたことを友だちに伝える。 ・ 自分の好きな種目を選び、みんなが楽しめるルールを選んだり、作戦を考えたりする。 ・ 目標達成のための自己やチームの課題を見つけ、課題解決のための活動を選び、行う。 ・ どのようなスポーツ大会にしていくのか、意見を出し合い、決定する。 ・ スポーツ大会を開催する。	・ 巧みな動き、動きを持続する能力を高めるための運動を行う。 ・ 自己の課題解決のための運動を行う。 ・ 自己やチームの課題解決のための運動を行う。 ・ 大会開催のための準備を行う。（ポスターづくり、メダルづくり、対戦表づくり等）	
2	ボール運動 ・ベースボール型 （ティボールを基にした簡易化されたゲーム）					
3	ボール運動 ・ゴール型 （サッカーを基にした簡易化されたゲーム）					
			90			