

7 単元の学習計画及び評価計画

時 間		1	2	3	4 (本時)	5	6	7
指導内容	知・運	①体づくり運動の意義					②バランスのよい組み合わせ	③強度・時間・回数・頻度
	思・判・表		①安全上の留意点を仲間に伝えて いる。		②仲間との関わり方を見付けてい る。	③仲間とともに楽しむための運動 を見付け、伝えている。		
	学・人	①積極的に取り組む	④健康・安全	②仲間の援助			③ねらいに応じた行い方	
学習活動	0	1 挨拶・出欠確認・健康観察 2 オリエンテーション ○学習のねらいを確認する。	1 挨拶・出欠確認・健康観察 2 学習用具の準備	1 挨拶・出欠確認・健康観察 2 体ほぐしの運動（ラジオ体操第2、音楽に合わせてペアで運動）				
		学習の進め方を知り、学習 の見通しを把握する。 ・授業のルール確認	ねらい1 体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を、それぞれ安全で 合理的に高めることのできる適切な運動の行い方があることを理解する。			ねらい2 ねらいが異なる運動をバランスよく組み合わせて行う。		
	10	3 体づくり運動の意義に についての説明を聞く。 ・体力テストのチャート化	3 学習のねらい、流れを確認 する。 安全に注意しながら、たくさんの運 動を体験しよう。	3 学習のねらい、流れを確認 する。 仲間と協力しながら、たくさんの運 動を体験しよう。	3 学習のねらい、流れを確認 する。 グループの仲間と協力して、運動の ねらいについて考えよう。	3 学習のねらい、流れを確認 する。 バランスよく体力を高めることので きる運動を見付けよう。	3 学習のねらい、流れを確認 する。 ねらいに応じた運動の行い方につ いて話合おう。	3 学習のねらい、流れを確認 する。 体の動きを高めるための適切な運動 の組み合わせについて考えよう。
		4 体ほぐしの運動をする。 ・ストレッチ （一人・ペア） ・ボールを使ったラジオ体操 操に取り組む。 ・音楽に合わせてペアで運動 （前半部分のみ）	4 安全上の留意点について全 体で確認する。 5 体ほぐしの運動をする。 ・ラジオ体操第2 ・音楽に合わせてペアで運動 （前半部分のみ） 6 動画を見ながら様々な体の 動きを高める運動を体験す る。 ・じゃんけん開脚 ・スタンドアップ ・フープくぐり ・ボール転がし ・ボールキャッチ ・ラダーじゃんけん	4 体の動きを高める運動を する。 ・全員で同じ運動を行う。 5 動画を見ながら様々な運動 を体験する。 ・トラベラー ・長なわパス ・連続ジャンプ ・人間ミラー ・ボールをよける （上体そらし） ・ボールをよける （ブリッジ）	4 話合いの方法についての説 明を聞く。 5 運動のねらいを考える。 ・動画を見ながら、これま で自分たちが取り組んで きた運動のねらいにつ いてグループで考える。 A 体の柔らかさ ・じゃんけん開脚 ・人間ミラー B 巧みな動き ・ラダーじゃんけん C 力強い動き ・連続ジャンプ D 動きを持続する能力 ・長なわパス ・トラベラー 6 グループで出た意見を発 表する。	4 バランスよく体力を高め ることのできる運動を考え る。 ・運動例の資料を参考に して、高めたい体力の 運動をグループで作成 する。 ・ねらいを実現するため にお互いにアドバイス し合いながら話合いを 行う。 5 作成した運動の実践を 行う。	4 作成した運動を他のグルー プとお互に見合ってアドバ イスする。 5 アドバイスをもとに、 運動の改善を話し合う。	4 体の動きを高める運動の 実践発表会 ①開会の言葉 ②実施上の注意 ③発表会 ④アドバイスタイム ⑤先生からの言葉 ⑥閉会の言葉 5 「体づくり運動」の学習に ついて振り返る。
	20							
	30							
	40	5 振り返り・片付け ・学習カードの活用の仕 方について確認						
	50		7 振り返り 8 片付け	6 振り返り 7 片付け	7 振り返り 8 片付け	6 振り返り 7 片付け	7 振り返り 8 片付け	6 振り返り 7 片付け
評価	知・技	①					②	③
	思・判・表		①		②	③		
	態		①	④		②	②	③
準備物	学習カード 新体力テストの 結果	学習カード BGM タイマー タブレット端末	学習カード BGM タイマー タブレット端末	学習カード BGM タイマー タブレット端末	学習カード BGM タイマー タブレット端末	学習カード BGM タイマー タブレット端末	学習カード BGM タイマー タブレット端末	学習カード BGM タイマー タブレット端末
保健分野	欲求やストレスへの対処と心の健康					身体機能の発達		
体育理論	運動やスポーツの必要性和楽しさ				スポーツの学び方			