小学校　第４学年「体育科」シラバス

体育科の内容構成

次の７内容です。
○体つくり運動
○器械運動
○走・跳の運動
○浮く・泳ぐ運動
○ゲーム
○表現運動
○保健

４年生の目標

○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つけ、体力を養う。
○協力、公正などの態度を育てるとともに、健康・安全に留意して最後まで努力して運動をする 態度を育てる。
○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。

★評価の観点

①「運動や健康・安全への関心・意欲・態度」
進んで楽しく協力して運動したり、 健康・安全に留意して運動したりする。
→行動観察等

②「運動や健康・安全についての思考・判断」
運動の課題解決を目指して活動の仕方を考えて工夫したり、体の発育・発達について課題の解決を目指して考え判断したりする。
→行動観察等

③「運動の技能」
運動の特性に応じた技能を身につけている。
→行動観察、記録会、発表会等

④「健康・安全についての知識・理解」
体の発育・発達について基礎的な事項を理解し、知識を身につけている。
→ワークシート、テスト等

	学習する単元の名称	主な学習内容
前期	・体ほぐしの運動	・自分の体に気づけるようにします。
	・新体力テスト	・50m 走、ソフトボール投げ、立ち幅跳びなどの計測をします。
	・表現	・踊り方を覚え、リズムに合わせてだれとでも楽しく踊ることができるようにします。
	・高とび	・自分の能力に適しためあてをもって練習します。
	・浮く・泳ぐ運動	・息つぎをしながらクロールや平泳ぎで 10 ～ 25m 泳げるようにします。記録会をします。
	・ソフトバレーボール	・ソフトバレーボールのルールを知り、友達と協力して楽しくゲームができるように、簡単な技能を身につけます。
	・育ちゆく体とわたし	・体の発育・発達の現象や思春期の変化を理解し体をよりよく発育・発達させるための生活の仕方を考えます。
後期	・かけっこ・リレー	・コーナートップやバトンゾーンを学び、ルールや練習を工夫し、協力してリレーを行います。無理のない速さで 3 ～ 4 分程度続けて走ることができるようにします。
	・小型ハードル走	・ハードルを調子よく跳び越してスピードを落とさず全力で走り通すことができるようにします。
	・鉄棒	・後方支持回転を中心に、技の組み合わせを工夫し、続けてできるようにします。
	・ポートボール	・ポートボールのルールを知り、友達と協力して楽しくゲームができるように、簡単な技能を身につけます。
	・マット運動	・後転、開脚前転、開脚後転を中心に技の組み合わせを工夫し、続けてできるようにします。
	・とび箱運動	・開脚跳び、かかえ込み跳び、台上前転、下向き横跳びなど自分の能力に適しためあてをもって練習します。
	・用具を使った運動	・短なわや長なわを使ったいろいろな跳び方に挑戦し、調子よく続けて跳べるようにします。
	・動きをつくる運動	・引き合い、押し合い遊びをして、友だちと力くらべをします。
	・フラッグフットボール	・フラッグフットボールのルールを知り、友達と協力して楽しくゲームができるように、簡単な技能を身につけます。