

# 1年生の体育では、こんな力をつけよう！ 伸ばそう！

## 教科の目標

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) その特性に応じた各種の運動の行い方及び身近な生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な動きや技能を身に付けるようにする。
- (2) 運動や健康についての自己の課題を見付け、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- (3) 運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、楽しく明るい生活を営む態度を養う。

## 学年の目標 ～つきたい力～

- (1) 各種の運動遊びの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、基本的な動きを身に付けるようにします。
- (2) 各種の運動遊びの行い方を工夫するとともに、考えたことを他者に伝える力を養います。
- (3) 各種の運動遊びに進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、健康・安全に留意したりし、意欲的に運動をする態度を養います。

## 授業内容

### 【1学期】

- ・固定施設遊び
- ・体ほぐし
- ・多様な動き遊び
- ・鉄棒遊び
- ・ボール遊び
- ・くねくね走
- ・折り返しリレー
- ・マット遊び
- ・水遊び

### 【2学期】

- ・運動会練習
- ・ハードルリレー
- ・ボールけりゲーム
- ・シュートゲーム
- ・持久走
- ・幅跳び遊び
- ・平均台遊び
- ・動物ごっこ
- ・高跳び遊び
- ・体ほぐし

### 【3学期】

- ・多様な動き遊び
- ・ボール投げゲーム
- ・なわとび

## 評価の観点 ～伸ばしたい力～

### 知識・技能

各種の運動遊びの行い方について知っているとともに、基本的な動きを身に付けている。  
(活動の様子や技能など)

### 思考・判断・表現

各種の運動遊びの行い方を工夫しているとともに、考えたいことを他者に伝えている。  
(活動の様子や言動・学習カードなど)

### 主体的に学習に取り組む態度

運動の仕方を工夫している。  
(活動の様子や発言・技能など)

※都合により授業内容を変更することがあります。