

学期	月	単元名	時数	単元の目標	他教科等との関連
前期	4	体づくり運動 「体ほぐしの運動」 「多様な動きをつくる運動」	8	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体ほぐしの運動では、その行い方を知るとともに、手軽な運動を行い、心と体の変化に気付いたり、みんなで関わり合ったりすることができるようにする。</li> <li>・多様な動きをつくる運動では、体のバランスをとる動き、体を移動する動き、用具を操作する動き、力試しの動き、基本的な動きを組み合わせた動きを行うことができるようにする。</li> <li>・自己の課題を見付け、その解決のための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。</li> <li>・運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。</li> </ul>	
	4	走・跳の運動 「かけっこ・リレー」	7	<ul style="list-style-type: none"> <li>・かけっこ・リレーでは、その行い方を知るとともに、調子よく走ったりバトンの受け渡しをしたりすることができるようにする。</li> <li>・自己の能力に適した課題を見付け、動きを身に付けるための活動や競争の仕方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。</li> <li>・運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。</li> </ul>	
	5	表現運動 「リズムダンス」	6	<ul style="list-style-type: none"> <li>・リズムダンスでは、その行い方を知るとともに、軽快なリズムに乗って全身で踊ることができるようにする。</li> <li>・自己の能力に適した課題を見付け、題材やリズムの特徴を捉えた踊り方や交流の仕方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。</li> <li>・運動に進んで取り組み、誰とでも仲よく踊ったり、友達の動きや考えを認めたり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。</li> </ul>	
	6	保健 「健康な生活」	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康の状態には主体の要因や周囲の環境の要因が関わっていること、健康を保持増進するには、運動、食事、休養および睡眠の調和のとれた生活など1日の生活の仕方が深く関わっていること、体を清潔に保つことや生活環境を整えることが必要であることを理解することができるようにする。</li> <li>・健康な生活に関わることから課題を見付け、健康な生活を目指す視点から、解決の方法を考え、それを伝えることができるようにする。</li> <li>・学習活動に粘り強く取り組む中で、健康な生活の大切さに気づき、健康な生活についての学習に進んで取り組むことができるようにする。</li> </ul>	学級活動
	6	器械運動 「鉄棒運動」	6	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鉄棒運動では、その行い方を知るとともに、支持系の基本的な技ができるようにする。</li> <li>・自己の能力に適した課題を見付け、技ができるようになるための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。</li> <li>・運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や器械・器具の安全に気を付けたりすることができるようにする。</li> </ul>	
	7	水泳運動 「浮いて進む運動」 「もぐる・浮く運動」	12	<ul style="list-style-type: none"> <li>・浮いて進む運動では、その行い方を知るとともに、け伸びや初歩的な泳ぎができるようにする。また、もぐる・浮く運動では、息を止めたり吐いたりしながら、いろいろなもぐり方や浮き方ができるようにする。</li> <li>・自己の能力に適した課題を見付け、水の中での動きを身に付けるための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。</li> <li>・運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、水泳運動の心得を守って安全に気を付けたりすることができるようにする。</li> </ul>	

令和8年度 体育科 年間指導計画 第3学年

東広島市立高屋西小学校

学期	月	単元名	時数	単元の目標	他教科等との関連
	9	ゲーム 「ゴール型ゲーム」 (ラインサッカー)	6	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゴール型ゲームでは、その行い方を知るとともに、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ことができるようにする。</li> <li>・規則を工夫したり、ゲームの型に応じた簡単な作戦を選んだりするとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。</li> <li>・運動に進んで取り組み、規則を守り誰とも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。</li> </ul>	
	9	器械運動 「跳び箱運動」	6	<ul style="list-style-type: none"> <li>・跳び箱運動では、その行い方を知るとともに、切り返し系や回転系の基本的な技ができるようにする。</li> <li>・自己の能力に適した課題を見付け、技ができるようにするための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。</li> <li>・運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とも仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や器械・器具の安全に気を付けたりすることができるようにする。</li> </ul>	
	10	走・跳の運動 「小型ハードル走」	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>・小型ハードル走では、その行い方を知るとともに、小型ハードルを調子よく走り越すことができるようにする。</li> <li>・自己の能力に適した課題を見付け、動きを身に付けるための活動や競争の仕方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。</li> <li>・運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。</li> </ul>	
	10	体づくり運動 「体ほぐしの運動」 「多様な動きをつくる運動」	8	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体ほぐしの運動では、その行い方を知るとともに、手軽な運動を行い、心と体の変化に気付いたり、みんなで関わり合ったりすることができるようにする。</li> <li>・多様な動きをつくる運動では、体のバランスをとる動き、体を移動する動き、用具を操作する動き、力試しの動き、基本的な動きを組み合わせた動きを行うことができるようにする。</li> <li>・自己の課題を見付け、その解決のための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。</li> <li>・運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とも仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。</li> </ul>	
	11	走・跳の運動 「幅跳び」	6	<ul style="list-style-type: none"> <li>・幅跳びでは、その行い方を知るとともに、短い助走から踏み切って跳ぶことができるようにする。</li> <li>・自己の能力に適した課題を見付け、動きを身に付けるための活動や競争の仕方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。</li> <li>・運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。</li> </ul>	
	11	ゲーム 「ベースボール型ゲーム」 (易しいティーボール)	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ベースボール型ゲームでは、その行い方を知るとともに、蹴る、打つ、捕る、投げるなどのボール操作と得点をとったり防いだりする動きによって、易しいゲームをすることができるようにする。</li> <li>・規則を工夫したり、ゲームの型に応じた簡単な作戦を選んだりするとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。</li> <li>・運動に進んで取り組み、規則を守り誰とも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。</li> </ul>	

学期	月	単元名	時数	単元の目標	他教科等との関連
後期	12	ゲーム 「ゴール型ゲーム」 (タグラグビー)	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゴール型ゲームでは、その行い方を知るとともに、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ことができるようにする。</li> <li>・規則を工夫したり、ゲームの型に応じた簡単な作戦を選んだりするとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。</li> <li>・運動に進んで取り組み、規則を守り誰とでも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。</li> </ul>	
	1	体づくり運動 「多様な動きをつくる運動」	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>・多様な動きをつくる運動では、体のバランスをとる動き、体を移動する動き、用具を操作する動き、力試しの動き、基本的な動きを組み合わせた動きを行うことができるようにする。</li> <li>・自己の体の状態や体力に応じて、運動の行い方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。</li> <li>・運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。</li> </ul>	
	1	ゲーム 「ネット型ゲーム」 (ブレルボール)	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ネット型ゲームでは、その行い方を知るとともに、基本的なボール操作とボールを操作できる位置に体を移動する動きによって、易しいゲームをすることができるようにする。</li> <li>・規則を工夫したり、ゲームの型に応じた簡単な作戦を選んだりするとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。</li> <li>・運動に進んで取り組み、規則を守り誰とでも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。</li> </ul>	
	2	器械運動 「マット運動」	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>・マット運動では、その行い方を知るとともに、回転系や巧技系の基本的な技をすることができるようにする。</li> <li>・自己の能力に適した課題を見付け、技ができるようになるための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。</li> <li>・運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や器械・器具の安全に気を付けたりすることができるようにする。</li> </ul>	
	3	表現運動 「表現」 「リズムダンス」	7	<ul style="list-style-type: none"> <li>・表現では、身近な生活などの題材からその主な特徴を捉え、表したい感じをひと流れの動きで踊ることができるようにする。</li> <li>・リズムダンスでは、その行い方を知るとともに、軽快なリズムに乗って全身で踊ることができるようにする。</li> <li>・自己の能力に適した課題を見付け、題材やリズムの特徴を捉えた踊り方や交流の仕方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。</li> <li>・運動に進んで取り組み、誰とでも仲よく踊ったり、友達の動きや考えを認めたり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。</li> </ul>	
年間授業時数			105		