

第5学年 体育 評価規準表

観点		知識及び技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力、人間性等
単元等				
4 月	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 	<p>【体づくり運動】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体ほぐしの運動の行い方がわかる。 ・手軽な運動を行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わうことを通して、自己や仲間の心と体の状態に気付いたり、仲間と豊かに関わり合ったりすることができる。 	<p>【体づくり運動】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・心と体の関係を理解し、友達と関わり合ったりするなどのねらいに応じた活動を選んでいる。 ・様々な運動を行って比較することで、気付きや関わり合いが深まりやすい運動を選んでいる。 ・運動を行うと心と体が軽やかになったことやみんなでリズムに乗って運動をすると楽しさが増したことなどを学習カードに書き、振り返りの時間に発表している。 <p>【短距離走・リレー】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・短距離走やリレーのポイントがわかり、自分の課題を見付けている。 	<p>【体づくり運動】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体ほぐしの運動に積極的に取り組んでいる。 ・運動を行う際の約束を守り、仲間と助け合っている。 ・運動を行う場の設定や用具の片付けなどで、分担された役割を果たしている。 ・運動の行い方について仲間の気付きや考え、取組のよさを認めている。 ・運動の場の危険物を取り除くとともに、用具の使い方や周囲の安全に気を配っている。
5 月	<ul style="list-style-type: none"> ・短距離走 ・リレー 	<p>【短距離走・リレー】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・短距離走やリレーの行い方がわかる。 ・スタンディングスタートから、素早く走り始めることができる。 ・体を軽く前傾させて全力で走ることができる。 ・テークオーバーゾーン内で、減速の少ないパトンの受渡しをすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の課題に適した練習方法や練習の場を選んでいる。 ・自分の能力に適した競走のルールや記録への挑戦の仕方を選んでいる。 ・短距離走・リレーのポイントや友達のよい動きなどを、学習カードに記入したり、振り返りの時間に発表したり、感想文を書いたりしている。 	<p>【短距離走・リレー】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・短距離走やリレーに積極的に取り組んでいる。 ・ルールやマナーを守り、仲間と助け合っている。 ・用具の準備や片付け、計測や記録などで、分担された役割を果たしている。 ・勝敗を受け入れている。 ・課題を見付けたり、その解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組を認めている。 ・短距離走やリレーの場の危険物を取り除くなど、用具の安全に気を配っている。

・水泳

こじゅ。

- ・幅30～40cm程度の踏切りゾーンで力強く踏み切ることができる。

- ・かがみ跳びから両足で着地することができる。

【水泳】**【クロール】**

- ・クロールの行い方がわかる。
- ・手を左右交互に前方に伸ばして水に入れ、水を大きくかくことができる。
- ・柔らかく足を交互に曲げたり伸ばしたりして、リズムカルなばた足をすることができる。
- ・肩のローリングを用い、体を左右に傾けながら顔を横に上げて呼吸をすることができる。
- ・左右の手を入れ替える動きに呼吸を合わせて、続けて長く泳ぐことができる。

。

こじゅ。

- ・自分の能力に適した競争のルールや記録への挑戦の仕方を選んでいる。

- ・走り幅跳びのポイントや友達のよい動きなどを、学習カードに記入したり、振り返りの時間に発表したり、感想文を書いたりしている。

【水泳】

- ・学習カードや掲示物などを活用して、水泳運動のポイントと自分や仲間の動きを照らし合わせ、課題を見付けている。

- ・クロールや平泳ぎで進んだ距離や、浮き沈みの回数、背浮きの時間などを自分で決めて挑戦し、自分の課題を見付けている。

- ・自分の課題に応じた練習の場や仕方を選んでいる。

- ・自分で選んだ泳ぎ方で続けて長く泳いだり、決まった距離でのストローク数に挑戦したりするなど、自分や友達の能力に応じた記録への挑戦の仕方を選んでいる。

- ・ペアやグループで互いの動きを見合ったり、練習の補助をし合ったりすることを通して、見つけたポイントやお互いの課題に適した練習方法を伝えている。

- ・友達とお互いの動きのよさを確かめ合ったり称賛し合ったりしている。

こじゅ。

- ・用具の準備や片付け、計測や記録などで、分担された役割を果たしている。

- ・勝敗を受け入れている。
- ・課題を見付けたり、その解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組を認めている。
- ・走り幅跳びの場を整備したりするなど、用具の安全に気を配っている。

【水泳】

- ・水泳運動が自己保全のために必要であることを生かし、クロールや平泳ぎをしたり、背浮きや浮き沈みをしたりなどの水泳運動に積極的に取り組んでいる。

- ・自己や仲間の課題を解決するための練習では、練習場所やレーンの使い方、補助の仕方などの約束を守り、仲間と助け合っている。

- ・水泳運動で使用する用具の準備や片付けなどで、分担された役割を果たしている。

- ・課題を見付けたり、解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組を認めている。

- ・プールの底・水面などに危険物がないかを確認したり、自己の体の調子を確かめてから泳いだり、仲間の体の調子にも気を付けるなど、水泳運動の心得を守って安全に気を配っている。

・鉄棒運動

【鉄棒運動】

- ・鉄棒運動のいろいろな技の行い方がわかる。
- ・自分の力に合った支持系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技に取り組んだりできる。
- ・選んだ技を自己やグループで繰り返したり、組み合わせたりすることができる。

- 前方支持回転
- 片足踏み越し下り
- 膝掛け上がり
- 前方もも掛け回転
- 逆上がり
- 後方支持回転
- 後方もも掛け回転
- 両膝掛け振動下り

【心の健康】

- ・心は、感情、社会性、思考力など様々なはたらきの総体として捉えることができることがわかる。
- ・心は多くの人との関わりや自然とのふれあいなど様々な生活経験や学習を通して、年齢に伴って発達することがわかる。
- ・心が発達することで、自分の感情をコントロールしたり、相手の気持ちや立場を理解したりすることができるようになることや筋道を立てて考えたりすることができるようになることがわかる。
- ・不安や緊張時には、動悸が激しくなったり、腹痛を起こしたりすること、体調が悪いときには、集中できなかつたり、落ち込んだ気持ちになつたりすること、体調がよいときには、気持ちが明るくなつたり、集中できるようになつたりすることなど、心と体は深く影響し合っていることがわか

【鉄棒運動】

- ・鉄棒運動のポイントを理解し、自分や友達の動きを照らし合わせて課題を見付けている。
- ・見つけた課題を解決するために、複数の場の中から自分の課題に適した練習の場を選んでいる。
- ・グループの中で観察し合ったり、学習カードやICT機器を活用したりして見つけた、演技のこつやわかったことを、文字や図で書いたり映像を活用して発表したりするなどして伝えている

【心の健康】

- ・心はどのように成り立っているのかを調べたり、心は体のどこにあるのかを考えたりして、説明している。
- ・心（感情、社会性、思考力など）は、どのように発達してきたのか、小さいころの自分と比べて考え、説明している。
- ・自分の心はどんなことを通して発達してきたのか、自分の経験を振り返って人との関わりなどから考え、他者に伝えている。
- ・よりよく心を発達させるための自己の課題を見付け、これからどんなことがしてみたいかを考えている。
- ・緊張したときや、うれしいときに体の状態がどうなるかを考え、説明している。
- ・睡眠不足や適切な運動をしたときに心の状態が

【鉄棒運動】

- ・鉄棒運動の基本的な技や発展技、それらの技を組み合わせることに積極的に取り組んでいる。
- ・互いの役割を決めて観察し合うなど、学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合っている。
- ・器械・器具の準備や片付けなどで、分担された役割を果たしている。
- ・技や演技を行うなかでわかったことを伝えたり、課題の解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組を認めている。
- ・けがのないように、互いの服装や髪形に気を付けたり、場の危険物を取り除いたりするとともに、試技の前後などに器械・器具の安全に気を配っている。

【心の健康】

- ・心の成り立ちやそのはたらきに関心を持ち、心が自分の小さいころと比べてどのように変わってきたか、進んで小さいころを思い出して比較しようとしている。
- ・自分の感情をコントロールしたり、相手の気持ちや立場を理解したり、自分の気持ちをうまく相手に伝えたりして、心をより豊かにしていこうとしている。
- ・自己の気持ちを上手に伝えられるようになろうとするなど、他者よりよいコミュニケーションを取れるようになろうとしている。
- ・心配事があったときや緊張したときの体調の変化や、体の調子が悪かったとき・よかったときの心の状態を、自分の経験に照らし合わせて具体的

る。

・不安や悩みがあるということは誰もが経験することであり、そうした場合には、家族や先生、友達などと話したり、相談したりすること、仲間と遊ぶこと、運動をしたり音楽を聴いたりすること、呼吸法を行うことなどによって気持ちを楽にしたり、気分を変えたりするなど様々な方法があり、自分に合った適切な方法で対処できることを理解している。

・自己の心に不安や悩みがあるという状態に気付くことや不安や悩みに対処するために様々な経験

どうなるかを考え、説明している。

・心と体はどのようにつながっているのかを調べ、発表している。

・自分のふだんの生活の中で、心と体が影響し合っていると思うことについて考え、記している。

・小学生の悩みにはどんなものがあり、どんなことについていちばん悩んでいるのかを調べ、他者に伝えている。

・不安や悩みへの対処法にはどんなものがあるのかを話し合い、自分に合った適切な対処法はなに

に思い出そうとしている。

・いろいろな悩みの例に注目し、自分も同じような悩みはないか照らし合わせるなど、それぞれの項目に関心をよせている。

・不安や悩みの対処の仕方に関心をもち、自分に合った対処の仕方を進んで考えようとしている。

・ハードル走

・器械運動（跳び箱）

・けがの防止

【ハードル走】

- ・ハードル走の行い方がわかる。
- ・第1ハードルを決めた足で踏み切って走り越えることができる。
- ・スタートから最後まで、体のバランスをとりながら真っ直ぐ走ることができる。
- ・インターバルを3歩または5歩で走ることができる。

【器械運動（跳び箱）】

- ・跳び箱運動のいろいろな技の行い方がわかる。
- ・自分の力に合った切り返し系や回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技に取り組んだりすることができる。
- かかえ込み跳び（更なる発展技：屈身跳び）
- 伸膝台上前転
- 頭はね跳び（更なる発展技：前方屈腕倒立回転跳び）

【けがの防止】

- ・毎年多くの交通事故や水の事故が発生し、けがをする人や死亡する人が少なくないことがわかる。

【ハードル走】

- ・ハードル走のポイントがわかり、自分の課題を見付けている。
- ・自分の課題に適した練習方法や練習の場を選んでいる。
- ・自分の能力に適した競争のルールや記録への挑戦の仕方を選んでいる。
- ・ハードル走のポイントや友達のよい動きなどを、学習カードに記入したり、振り返りの時間に発表したり、感想文を書いたりしている。

【器械運動（跳び箱）】

- ・跳び箱運動のポイントを理解し、自分や友達の動きを照らし合わせて課題を見付けている。
- ・見付けた課題を解決するために、複数の場の中から自分の課題に適した練習の場を選んでいる。
- ・グループの中で観察し合ったり、学習カードやICT機器を活用したりして見付けた、演技のこつやわかったことを、文字や図で書いたり映像を活用して発表したりするなどして伝えている。

【けがの防止】

- ・けがや事故は何が原因で起こるのか調べ、説明している。
- ・学校生活でのけがは、いつどこで多く起こって

【ハードル走】

- ・ハードル走に積極的に取り組んでいる。
- ・ルールやマナーを守り、仲間と助け合っている。
- ・用具の準備や片付け、計測や記録などで、分担された役割を果たしている。
- ・勝敗を受け入れている。
- ・課題を見付けたり、その解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組を認めている。
- ・ハードル走の場の危険物を取り除くなど、用具の安全に気を配っている。

【器械運動（跳び箱）】

- ・跳び箱運動の基本的な技や発展技、それらの技を組み合わせることに積極的に取り組んでいる。
- ・互いの役割を決めて観察し合うなど、学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合っている。
- ・器械・器具の準備や片付けなどで、分担された役割を果たしている。
- ・技や演技を行うなかでわかったことを伝えたり、課題の解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組を認めている。
- ・けがのないように、互いの服装や髪形に気を付けたり、場の危険物を取り除いたりするとともに、試技の前後などに器械・器具の安全に気を配っている。

【けがの防止】

- ・学校生活や日常生活での事故やけがの原因に関心を持ち、危険予測に進んで取り組もうとして

- ・けがや事故の多くは、人の行動と周りの環境が原因で起こっていることがわかる。
- ・人の行動は、慌てていた、疲れていたなど、そのときの心の状態や体の調子とも関係していることがわかる。
- ・学校や地域でのけがを防ぐには、ルールを守るとともに、危険を予測して、正しい判断をし、安全な行動をとることが大切であることがわかる。
- ・学校や地域でのけがを防ぐには、危険な場所の点検や修理などを通して、安全な環境をつくることも必要であることがわかる。
- ・交通事故の防止には、学校や地域でのけがの防止と同じように、危険を予測し、正しい判断をして安全な行動をとることが大切であることがわかる。
- ・交通事故を防止するために様々な環境づくりが行われていることがわかる。
- ・犯罪から身を守るには、犯罪被害にあいやすい場所を避けるなど、危険を予測し、安全な行動をとることが大切なことがわかる。
- ・犯罪被害に巻き込まれそうになったら、すぐに逃げたり、大声で助けを求めたりすることが大切であることを理解している。
- ・警察や地域の人々によって、危険な場所の点検などの活動を通して安全を守るための環境づくりが行われていることがわかる。

- いるのかを知り、その理由を人の行動と環境から説明している。
- ・様々な状況におけるけがや事故が起こる原因を人の行動と周りの環境に分けて考え、説明している。
- ・けがにつながる「かくれた危険」を見つけ、その理由を説明している。
- ・どうすれば学校や地域でのけがを防ぐことができるのかを調べ、説明している。
- ・交通事故はどんな場所で、どんなときに起こりやすいのかを理解して、説明している。
- ・ある場面における交通事故の危険を予測し、事故にあわないための安全な行動を考えて、記している。
- ・交通事故を防ぐための安全な環境づくりとしてカーブミラーや横断禁止の標識をどこに設置すればよいのかを考え、その理由を説明している。
- ・自分の家の近くや通学路で交通事故が起きそうな場所を思い浮かべて、交通事故を防ぐ安全な行動を考えて、その理由を書いている。
- ・小学生が誘拐や暴力などの犯罪被害にあいやすい場所がわかり、犯罪被害にあいやすい理由を考え、説明している。
- ・様々な場面において犯罪被害にあうとどんな危険があるのかを予測し、犯罪被害にあわないための安全な行動の仕方を考えている。
- ・犯罪被害を防ぐための安全な環境づくりにはど

- いる。
- ・事故やけがの起こり方の原則に照らし合わせて危険予測をし、いろいろな場面での事故やけがの具体的な原因を進んで探ろうとしている。
- ・けがの防止の原則に関心を持ち、学校生活で危険を予測した様々な場面について、進んであてはめてみようとしている。
- ・学校や地域、家庭における安全な環境づくりについて、どのような工夫や備えをしているのか、進んで調べようとしている。
- ・危険を予測した場面の中から、交通事故に関連した危険な場面での行動の仕方について、けがの防止の原則に進んであてはめてみようとしている。
- ・自分たちが住んでいる地域において、犯罪被害にあいやすい場所はどこか、進んで調べようとしている。
- ・自分たちが住んでいる地域において、犯罪被害を防ぐためにどんな安全な環境づくりが行われているか、進んで調べようとしている。

- ・ベースボール型（ソフトボール）
- ・高跳び

【ベースボール型（ソフトボール）】

- ・ソフトボールの行い方がわかる。
- ・止まったボールや易しく投げられたボールをバットでフェアグラウンド内に打つことができる。
- ・打球方向に移動し、捕球することができる。
- ・捕球する相手に向かって、投げることができ

【ベースボール型（ソフトボール）】

- ・誰もが楽しくソフトボールに参加できるように、プレイヤーの人数やコート広さ、プレイの制限、得点の仕方などの規則を工夫している。
- ・チームの特徴に応じた作戦を選び、自分の役割を確認している。
- ・課題の解決のために、自分や友達が行っていた

【ベースボール型（ソフトボール）】

- ・ソフトボールの簡易化されたゲームや練習に積極的に取り組んでいる。
- ・ルールやマナーを守り、仲間と助け合っている。
- ・ゲームを行う場の設定や用具の片付けなどで、分担された役割を果たしている。

月		<p>る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・塁間を全力で走塁することができる。 ・守備の隊形をとって得点を与えないようにすることができる。 	<p>動き方の工夫を、動作や言葉、絵図、ICT機器を用いて記録した動画などを使って友達に伝えている。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ゲームの勝敗を受け入れている。 ・ゲームや練習の中で互いの動きを見合ったり、話し合ったりする際に、仲間の考えや取組を認めている。 ・ゲームや練習の際に、使用する用具などを片付けたり場の整備をしたりするとともに、用具の安全に気を配っている。
12月	<ul style="list-style-type: none"> ・ ネット型（ソフトバレーボール） ・ 短縄、長縄 ・ 持久走 	<p>【ネット型（ソフトバレーボール）】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ソフトバレーボールの行い方がわかる。 ・ 自陣のコート（中央付近）から相手コートに向けサービスを打ち入れることができる。 ・ ボールの方向に体を向けて、その方向に素早く移動することができる。 ・ 味方が受けやすいようにボールをつなぐことができる。 ・ 片手、両手を使って、相手コートにボールを打ち返すことができる。 	<p>【ネット型（ソフトバレーボール）】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 誰もが楽しくソフトバレーボールに参加できるように、プレイヤーの人数やコートの広さ、プレイの制限、得点の仕方などの規則を工夫している。 ・ チームの特徴に応じた作戦を選び、自分の役割を確認している。 ・ 課題の解決のために、自分や友達が行っていた動き方の工夫を、動作や言葉、絵図、ICT機器を用いて記録した動画などを使って友達に伝えている。 	<p>【ネット型（ソフトバレーボール）】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ソフトバレーボールの簡易化されたゲームや練習に積極的に取り組んでいる。 ・ ルールやマナーを守り、仲間と助け合っている。 ・ ゲームを行う場の設定や用具の片付けなどで、分担された役割を果たしている。 ・ ゲームの勝敗を受け入れている。 ・ ゲームや練習の中で互いの動きを見合ったり、話し合ったりする際に、仲間の考えや取組を認めている。 ・ ゲームや練習の際に、使用する用具などを片付けたり場の整備をしたりするとともに、用具の安全に気を配っている。
1月		<p>【ネット型（ソフトバレーボール）】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ソフトバレーボールの行い方がわかる。 ・ 自陣のコート（中央付近）から相手コートに向けサービスを打ち入れることができる。 ・ ボールの方向に体を向けて、その方向に素早く移動することができる。 ・ 味方が受けやすいようにボールをつなぐことができる。 ・ 片手、両手を使って、相手コートにボールを打ち返すことができる。 	<p>【ネット型（ソフトバレーボール）】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 誰もが楽しくソフトバレーボールに参加できるように、プレイヤーの人数やコートの広さ、プレイの制限、得点の仕方などの規則を工夫している。 ・ チームの特徴に応じた作戦を選び、自分の役割を確認している。 ・ 課題の解決のために、自分や友達が行っていた動き方の工夫を、動作や言葉、絵図、ICT機器を用いて記録した動画などを使って友達に伝えている。 	<p>【ネット型（ソフトバレーボール）】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ソフトバレーボールの簡易化されたゲームや練習に積極的に取り組んでいる。 ・ ルールやマナーを守り、仲間と助け合っている。 ・ ゲームを行う場の設定や用具の片付けなどで、分担された役割を果たしている。 ・ ゲームの勝敗を受け入れている。 ・ ゲームや練習の中で互いの動きを見合ったり、話し合ったりする際に、仲間の考えや取組を認めている。 ・ ゲームや練習の際に、使用する用具などを片付けたり場の整備をしたりするとともに、用具の安全に気を配っている。
2月	<ul style="list-style-type: none"> ・ ゴール型（バスケットボール） 	<p>【ゴール型（バスケットボール）】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ バスケットボールの行い方がわかる。 ・ 近くにいるフリーの味方にパスを出すことができる。 ・ 相手に捕られない位置でドリブルをすることができる。 	<p>【ゴール型（バスケットボール）】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 誰もが楽しくバスケットボールに参加できるように、プレイヤーの人数やコートの広さ、プレイの制限、得点の仕方などの規則を工夫している。 ・ チームの特徴に応じた作戦を選び、自分の役割を確認している。 	<p>【ゴール型（バスケットボール）】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ バスケットボールの簡易化されたゲームや練習に積極的に取り組んでいる。 ・ ルールやマナーを守り、仲間と助け合っている。 ・ ゲームを行う場の設定や用具の片付けなどで、

月		<ul style="list-style-type: none"> ・ボール保持者と自己の間に守備者が入らないように移動することができる。 ・得点しやすい場所に移動し、パスを受けてシュートなどを行うことができる。 ・ボール保持者とゴールの間に体を入れて守備することができる 	<ul style="list-style-type: none"> ・課題の解決のために、自分や友達が行っていた動き方の工夫を、動作や言葉、絵図、ICT機器を用いて記録した動画などを使って友達に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> 分担された役割を果たしている。 ・ゲームの勝敗を受け入れている。 ・ゲームや練習の中で互いの動きを見合ったり、話し合ったりする際に、仲間の考えや取組を認めている。 ・ゲームや練習の際に、使用する用具などを片付けたり場の整備をしたりするとともに、用具の安全に気を配っている。
3	<ul style="list-style-type: none"> ・ゴール型（サッカー） 	<p>【サッカー】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・サッカーの行い方がわかる。 ・近くにいるフリーの味方にパスを出すことができる。 ・相手に捕られない位置でドリブルを行うことができる。 ・ボール保持者と自己の間に守備者が入らないように移動することができる。 ・得点しやすい場所に移動し、パスを受けてシュートなどを行うことができる。 ・ボール保持者とゴールの間に体を入れて守備することができる。 	<p>【サッカー】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・誰もが楽しくサッカーに参加できるように、プレイヤーの人数やコート広さ、プレイ制限、得点の仕方などの規則を工夫している。 ・チームの特徴に応じた作戦を選び、自分の役割を確認している。 ・課題の解決のために、自分や友達が行っていた動き方の工夫を、動作や言葉、絵図、ICT機器を用いて記録した動画などを使って友達に伝えている。 	<p>【サッカー】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・サッカーの簡易化されたゲームや練習に積極的に取り組んでいる。 ・ルールやマナーを守り、仲間と助け合っている。 ・ゲームを行う場の設定や用具の片付けなどで、分担された役割を果たしている。 ・ゲームの勝敗を受け入れている。 ・ゲームや練習の中で互いの動きを見合ったり、話し合ったりする際に、仲間の考えや取組を認めている。 ・ゲームや練習の際に、使用する用具などを片付けたり場の整備をしたりするとともに、用具の安全に気を配っている。
月				