

5年
<1学期>

月	4月							5月							6月							7月													
行事	入学式			1年生を迎える会				運動会							第1回校内授業研究会							水泳期間													
時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	
領域	体づくり運動			陸上運動				表現運動							ボール運動							水泳運動							保健						
	体づくりの運動 ○やや活動的な運動 ・平均台並び競争 ○ゆったりと静かな運動 ・リラクゼーション ○気持ちを合わせて活動的な運動 ・手つなぎ鬼 ・あんたがたどこさ			短距離走 ○40～60m程度の短距離走 <課題解決学習> ・いろいろな姿勢からのスタート ・ストライド走 ・スラローム走				フォークダンス ○表したい感じやイメージを「はじめ一なかーおわり」の構成や群の動きを工夫して簡単なひとまとまりの動きで表現する 激しい感じの題材 「対決！」 (激しい攻防・追いつ追われつの表現) ・二人の戦い・追いつ追われつ ・危機一髪！○○							ゴール型 ○ハンドボール <課題解決学習> ・2対1 ・パス&ラン ・ランニングキャッチ ・スリーサークル ・チームやペアチームで作戦練習							クロール、平泳ぎ、安全確保につながる運動 ・25～50m程度を目安にしたクロール ・25～50m程度を目安にした平泳ぎ ・10～20秒程度を目安にした背浮き ・3～5回程度を目安にした浮き沈み							心の健康 ・心の発達 ・心と体のつながり ・不安や悩みがあるとき						

<2学期>

月	9月							10月							11月							12月												
行事	第2回校内授業研究会							学体研事前授業研究会							千葉県学校体育研究大会・マラソン大会																			
時間	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68
領域	体づくり運動			陸上運動				器械運動							ボール運動							体づくり運動			器械運動									
	体づくりの運動 ○やや活動的な運動 リズムに合わせてステップ ○ゆったりと静かな運動 ・リラクゼーション ○気持ちを合わせて活動的な運動 ・大きな円になって			走り幅跳び ○リズムカルな助走からの走り幅跳び <課題解決学習> ・リズム跳び ・助走練習 ・踏切り板ジャンプ ・ジャンピングタッチ ・台の上からの立ち幅跳び				鉄棒運動 ・ダンゴムシ ・ふとん干し ・ツバメ ・逆上がり ・前方支持回転 ・後方支持回転 ・膝掛け上がり ・技の組み合わせ方の工夫							ゴール型 ○ウイングマンサッカーⅡ (オールコート) <課題解決学習> ・パス通し ・三角形パス ・速攻を想定したチーム練習 ・チームやペアチームで作戦練習							体の動きを高めるための運動 ○巧みな動きを高めるための運動 ・長なわ跳び ・ボール平打ち ・リズムなわとび ○力強い動きを高めるための運動 ・手押し車 ・おんがりしー ・引き相撲			マット運動 ・手押し車からの前転 ・大きな前転 ・開脚前転 ・跳び前転 ・ホップ ・側方倒立回転 ・伸膝後転 ・補助倒立 ・ロンダート ・技の組み合わせ方の工夫									

<3学期>

月	1月							2月							3月							
行事	長なわ跳び大会							6年生を送る会							卒業式							
時間	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90
領域	体づくり運動			器械運動				ボール運動							保健							
	体の動きを高めるための運動 ○体の柔らかさを高めるための運動 ・二人組でのストレッチ ・板の目じやんけん ○動きを継続する能力を高めるための運動 ・短なわ跳び ・カードめくり			跳び箱運動 ・かえるの足打ち ・跳び前転 ・手押し車からの前転 ・肩倒立→ブリッジ <課題解決学習> ・伸膝台上前転 ・首はね跳び ・かかえ込み跳び				ベースボール型 ○ティーボールⅡ <課題解決学習> ・繰り返しバッティング ・つないで運べ！ ・スローベースボール ・実践形式での練習							けがの防止 ・けがの原因 ・交通事故によるけがの防止 ・身の回りで起こるけがの防止 ・犯罪被害から身を守る ・自然災害から身を守る ・けがの手当て							