

学校体育指導資料第38集〈小学校編〉

新しい体育の展開



千葉県教育庁
教育振興部体育課

令和2年4月

挨拶

中央教育審議会においては、学習指導要領全体の見直しについて審議が行われ、平成28年12月に「幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な政策等について」の答申が出されました。

同答申に基づき、平成29年に告示された小学校学習指導要領においては、学校教育が長年育成を目指してきた「生きる力」を改めて捉え直し、学校教育がしっかりとその強みを発揮できるようにしていくことが必要であるとされ、2年間の移行期間を経て、令和2年度から全面実施されます。

体育科（教科）としては、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とらえ、「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・能力を育成する」ことを目指しています。

県体育課では、これまで学習指導要領の改訂に伴い、その趣旨を踏まえた「指導資料」を作成し、各学校が適切に学習指導要領を展開するための参考資料として供してきました。

今回の改訂に際しましても、平成30年度から2か年にわたり「学校体育指導資料第38集〈小学校編〉作成委員会」を設置し、14回を数える委員会の結集として本指導資料を作成する運びとなりました。

本指導資料は、これまで県体育課が作成した指導資料を参考に、新たな学習指導要領の趣旨と県内の体育学習指導の実態を十分に考慮し、より多くの先生方に活用いただくことを願って作成いたしました。活用にあたっては、児童、学校、地域の実態等に応じて工夫・改善を加え、目を輝かせた子供たちが元気いっぱい運動する体育学習が、県内に広く展開されることを期待いたします。

おわりに、本指導資料の作成に当たり、多大な御協力をいただきました委員の皆様に対し深く感謝申し上げます。

令和2年4月

千葉県教育庁教育振興部体育課長

総論

1 改訂の経緯

今の子供たちやこれから誕生する子供たちが、成人して社会で活躍する頃には、我が国は厳しい挑戦の時代を迎えていると予想される。生産年齢人口の減少、グローバル化の進展や絶え間ない技術革新等（人工知能（AI）の飛躍的進化）により、社会構造や雇用環境は大きく、また急速に変化しており、予測が困難な時代となっている。

このような時代にあって、学校教育には、子供たちが様々な変化に積極的に向き合い、他者と協働して課題を解決していくことや、様々な情報を見極め知識の概念的な理解を実現し情報を再構成するなどして新たな価値につなげていくこと、複雑な状況変化の中で目的を再構築することができるようにすることが求められている。

こうした状況を踏まえ、平成 28 年 12 月 21 日に中央教育審議会において「幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について（答申）」を示した。

中央教育審議会答申においては、“よりよい学校教育を通じてよりよい社会を創る”という目標を学校と社会が共有し、連携・協働しながら、新しい時代に求められる資質・能力を子供たちに育む「社会に開かれた教育課程」の実現を目指し、学校、家庭、地域の関係者が幅広く共有し活用できる「学びの地図」としての役割を果たすことができるよう、次の 6 点にわたってその枠組みを改善するとともに、各学校において教育課程を軸に学校教育の改善・充実の好循環を生み出す「カリキュラム・マネジメント」の実現を目指すことなどが求められた。

- (1) 「何ができるようになるか」（育成を目指す資質・能力）
- (2) 「何を学ぶか」（教科等を学ぶ意義と、教科等間・学校段階間のつながりを踏まえた教育課程の編成）
- (3) 「どのように学ぶか」（各教科等の指導計画の作成と実施、学習・指導の改善・充実）
- (4) 「子供一人一人の発達をどのように支援するか」（子供の発達を踏まえた指導）
- (5) 「何が身に付いたか」（学習評価の充実）
- (6) 「実施するために何が必要か」（学習指導要領等の理念を実現するために必要な方策）

2 体育科改訂の趣旨

中央教育審議会答申において、教育課程の基準の改善のねらいが示されるとともに、各教科等の主な改善事項を示している。小学校体育科の改訂は、これらを踏まえて行われたものである。

(1) 学習指導要領（平成 20 年 3 月告示）の成果と課題

①成果

運動やスポーツが好きな児童生徒の割合が高まったこと、体力の低下傾向に歯止めが掛かったこと、「する、みる、支える」のスポーツとの多様な関わりの必要性や公正、責任、健康・安全等、態度の内容が身に付いていること、子供たちの健康の大切さへの認識や健康・安全に関する基礎的な内容が身に付いていることなど、一定の成果が見られた。

②課題

習得した知識及び技能を活用して課題解決することや、学習したことを相手に分かりやすく伝えること等の課題があること、運動する子供とそうでない子供の二極化傾向が見られること、子供の体力について、低下傾向には歯止めが掛かっているものの、体力水準が高かった昭和 60 年頃と

比較すると、依然として低い状況が見られることなどの指摘がある。また、健康課題を発見し、主体的に課題解決に取り組む学習が不十分であり、社会の変化に伴う新たな健康課題に対応した教育が必要との指摘がある。

(2) 改訂の基本的な考え方

- ① 体育科、保健体育科では、これらの課題を踏まえ、心と体を一体としてとらえ、生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育成することを重視する観点から、運動や健康に関する課題を発見し、その解決を図る主体的・協働的な学習活動を通して、「知識・技能」、「思考力・判断力・表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」を育成することを目標として示す。
- ② 体育科、保健体育科における学習過程については、これまでも心と体を一体としてとらえ、自己の運動や健康についての課題の解決に向け、積極的・自主的・主体的に学習することや、仲間と対話し協力して課題を解決する学習等を重視してきた。これらを引き続き重視するとともに、体育科、保健体育科で育成を目指す「知識・技能」、「思考力・判断力・表現力等」、「学びに向かう力・人間性等」の資質・能力の三つの柱を確実に身に付けるために、その関係性を重視した学習過程を工夫する必要がある。
- ③ 児童生徒の発達の段階を踏まえて、学習したことを実生活や実社会に生かし、豊かなスポーツライフを継続することができるよう、小学校、中学校、高等学校を通じて系統性のある指導ができるように示す必要がある。保健においては、健康な生活と疾病の予防、心身の発育・発達と心の健康、健康と環境、傷害の防止、社会生活と健康等の保健の基礎的な内容について、小学校、中学校、高等学校を通じて系統性のある指導ができるように示す必要がある。

(3) 改善の具体的事項

- ① 運動領域においては、運動の楽しさや喜びを味わうための基礎的・基本的な「知識・技能」、「思考力・判断力・表現力等」、「学びに向かう力・人間性等」の育成を重視する観点から、内容等の改善を図る。また、保健領域との一層の関連を図った内容等について改善を図る。
 - ア 全ての児童が、楽しく、安心して運動に取り組むことができるようにし、その結果として体力の向上につながる指導等の在り方について改善を図る。その際、特に、運動が苦手な児童や運動に意欲的でない児童への指導等の在り方について配慮する。
 - イ オリンピック・パラリンピックに関する指導の充実については、ルールやマナーを遵守することやフェアなプレイを大切にすることなど、児童の発達の段階に応じて、運動を通してスポーツの意義や価値等に触れることができるよう指導等の在り方について改善を図る。
- ② 保健領域においては、身近な生活における健康・安全についての基礎的・基本的な「知識・技能」、「思考力・判断力・表現力等」、「学びに向かう力・人間性等」の育成を重視する観点から、内容等の改善を図る。その際、自己の健康の保持増進や回復等に関する内容を明確化するとともに、「技能」に関連して、心の健康、けがの防止の内容の改善を図る。また、運動領域との一層の関連を図った内容等について改善を図る。
- ③ 体力の向上については、心身ともに成長の著しい時期であることを踏まえ、「体づくり運動」の学習を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、様々な基本的な体の動きを身に付けるようにするとともに、健康や体力の状況に応じて体力を高める必要性に認識できるようにする。また、

「体づくり運動」以外の運動に関する領域においても、学習した結果としてより一層の体力の向上を図ることができるようにする。

3 体育科改訂の要点

(1) 方針について

- ① 運動領域においては、生涯にわたって運動やスポーツに親しみ、スポーツとの多様な関わり方を場面に応じて選択し、実践することができるよう、「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」の育成を重視し、目標及び内容の構造の見直しを図ること。
- ② 「カリキュラム・マネジメント」及び主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善を推進する観点から、発達の段階のまとまりを考慮し、各領域で育成することを目指す具体的な内容の系統性を踏まえた指導内容の一層の充実を図ること。
- ③ 運動やスポーツとの多様な関わり方を重視する観点から、体力や技能の程度、年齢や性別及び障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有することができるよう指導内容の充実を図ること。その際、共生の視点を重視して改善を図ること。
- ④ 生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する基礎を培うことを重視し、「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」の内容の一層の明確化を図ること。
- ⑤ 保健領域においては、生涯にわたって健康を保持増進する資質・能力を育成することができるよう、「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」に対応した目標、内容に改善すること。
- ⑥ 自己の健康の保持増進や回復等に関する内容を明確化し、「技能」に関連して心の健康、けがの防止の内容の改善を図るとともに、運動領域との一層の関連を図った内容等について改善すること。

(2) 目標の改善

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。

また、体育や保健の見方・考え方を働かせることを通して、「体育科、保健体育科においては、各種の運動がもたらす体の健康への効果はもとより、心の健康も運動と密接に関連している。」ことを実感できるようにし、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・能力を育むことが大切であることを強調した。

なお、「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」については、課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して相互に関連させて高めることが重要である。

さらに、体育科、保健体育科においては、生涯にわたって運動に親しむこと、健康の保持増進及び体力の向上についての「学びに向かう力、人間性等」を相互に密接に関連させて育成する中で、現在及び将来の生活を健康で活力に満ちた楽しく明るいものにすることが大切である。

(3) 内容構成の改善

運動領域の内容構成については、従前、(1)技能(「体づくり運動」は運動)、(2)態度、(3)思考・判断としていたものを、(1)知識及び技能(「体づくり運動系」は知識及び運動)、(2)思考力、判断力、表現力等、(3)学びに向かう力、人間性等の内容構成とした。

体育については、「体育の見方・考え方」を働かせて、資質・能力の三つの柱を育成する観点から、運動に関する「知識・技能」、運動課題の発見・解決等のための「思考力・判断力・表現力等」、主体的に学習に取り組む態度等の「学びに向かう力・人間性等」に対応した目標、内容に改善する。

また、保健領域については、「保健の見方・考え方」を働かせて、資質・能力の三つの柱を育成する観点から、保健に関する「知識・技能」、健康課題の発見・解決のための「思考力・判断力・表現力等」、主体的に健康の保持増進や回復に取り組む態度等の「学びに向かう力・人間性等」に対応した目標、内容に改善する。

4 体育科の目標

今回改訂した体育科の目標は、義務教育段階で育成を目指す資質・能力を踏まえつつ、引き続き、体育と保健を関連させていく考え方を強調したものである。

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。

学校教育法では、小学校において「義務教育として行われる普通教育のうち基礎的なものを施す」ことや「生涯にわたり学習する基盤が培われるようにする」ことが規定されており、今回の改訂においては、この視点をより明確に示した。また、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・安全についての理解と、基本的な動きや技能を身に付けるようにする「知識及び技能」、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「思考力、判断力、表現力等」、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、明るく楽しい生活を営む態度を養う「学びに向かう力、人間性等」の三つの目標が相互に密接な関連をもっていることを示すとともに、体育科の重要なねらいであることを示したものである。

5 体育科の内容

(1) 運動領域

学年	1・2	3・4	5・6
領	体づくりの運動遊び	体 つ く り 運 動	
	器械・器具を 使ったの運動遊び	器 械 運 動	
域	走・跳の運動遊び	走・跳の運動	陸上運動
	水遊び	水 泳 運 動	
	ゲ ー ム		ボール運動
	表現リズム遊び	表 現 運 動	
			保 健

(2) 保健領域

保健領域については、身近な生活における健康・安全に関する基礎的な内容を重視し、健康な生活を送る資質や能力の基礎を培う観点から、小学校においては、これまでの内容を踏まえて、「健康な生活」、「体の発育・発達」、「心の健康」、「けがの防止」及び「病気の予防」の五つの内容とした。

中 学 年	高 学 年
保 健	
○健康な生活	○心の健康
○体の発育・発達	○けがの防止
	○病気の予防

6 苦手としている児童への配慮事項

全ての児童が、楽しく、安心して運動に取り組むことができるようにし、その結果として体力の向上につながる指導等の在り方について改善を図る。その際、特に、運動が苦手な児童や運動に意欲的でない児童への指導等の在り方について配慮する。

7 各領域の内容と改訂点及び本指導資料作成上の配慮事項

(1) 体づくり運動系

【主な改訂点及び内容】

- (1) 体づくり運動系の領域を、低学年では「体づくりの運動遊び」、中・高学年では「体づくり運動」として構成した。
- (2) 低学年の内容は、「体ほぐしの運動遊び」及び「多様な動きをつくる運動遊び」で構成した。
- (3) 中学年の内容は、「体ほぐしの運動」及び「多様な動きをつくる運動」で構成した。
- (4) 高学年の内容は、「体ほぐしの運動」及び「体の動きを高める運動」で構成した。

[体づくりの運動遊び] (第1学年及び第2学年)

ア 知識及び運動

① 体ほぐしの運動遊び

その行い方を知るとともに、手軽な運動遊びを行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わうことを通して、自己の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。

② 多様な動きをつくる運動遊び

その行い方を知るとともに、体のバランスをとったり、体を移動したり、用具を操作したり、力試しをしたりすること。

イ 思考力、判断力、表現力等

体をほぐしたり多様な動きをつくったりする遊び方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えること。

ウ 学びに向かう力、人間性等

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、場の安全に気を付けたりすること。

[体づくり運動] (第3学年及び第4学年)

ア 知識及び運動

① 体ほぐしの運動

その行い方を知るとともに、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、自己や友達の心と体の状態に気付いたり、みんなで豊かに関わり合ったりすること。

② 多様な動きをつくる運動

その行い方を知るとともに、体のバランスをとったり、体を移動したり、用具を操作したり、力試しをしたりするとともに、それらを組み合わせる運動をすること。

イ 思考力、判断力、表現力等

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。

ウ 学びに向かう力、人間性等

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。

[体づくり運動] (第5学年及び第6学年)

ア 知識及び運動

① 体ほぐしの運動

その行い方を理解するとともに、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。

② 体の動きを高める運動

体力の必要性や体の動きを高めるための運動の行い方を理解するとともに、自己の課題を踏まえ、直接的に体力の向上をねらいとして、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続す

る能力を高めるための運動を行うこと。

※ 体の柔らかさ及び巧みな動きを高めることに重点を置いて指導する。その際、音楽に合わせて運動することなどの工夫を図る。

イ 思考力, 判断力, 表現力等

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。

ウ 学びに向かう力, 人間性等

運動に積極的に取り組み, 約束を守り助け合って運動したり, 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。

(2) 器械運動系

【主な改訂点及び内容】

- | |
|---|
| <p>(1) 器械運動系の領域を, 低学年では「器械・器具を使つての運動遊び」, 中・高学年では「器械運動」として構成した。</p> <p>(2) 低学年については, 従前どおり領域名を「器械・器具を使つての運動遊び」とし, 内容を「固定施設を使った運動遊び」, 「マットを使った運動遊び」, 「鉄棒を使った運動遊び」及び「跳び箱を使った運動遊び」で構成した。</p> <p>(3) 中・高学年についても, 従前通り領域名を「器械運動」とし, 内容を「マット運動」, 「鉄棒運動」及び「跳び箱運動」で構成した。</p> |
|---|

〔器械・器具を使つての運動遊び〕(第1学年及び第2学年)

ア 知識及び技能

① 固定施設を使った運動遊び

その行い方を知るとともに, ジャングルジムや雲梯, 登り棒, 肋木, 平均台などで, いろいろな登り下りやぶら下がりをしたり, 懸垂移行をしたり, 渡り歩きや跳び下りをしたり, 逆さの姿勢をとったりするなどして遊ぶこと。

② マットを使った運動遊び

その行い方を知るとともに, マットに背中や腹などをつけていろいろな方向に転がったり, 手や背中で支えて逆立ちをしたり, 体を反らせたりするなどして遊ぶこと。

③ 鉄棒を使った運動遊び

その行い方を知るとともに, 鉄棒を使って, 手や腹, 膝で支持したり, ぶら下がったり, 揺れたり, 跳び上がったり, 跳び下りたり, 易しい回転をしたりするなどして遊ぶこと。

④ 跳び箱を使った運動遊び

その行い方を知るとともに, 跳び箱を使って跳び乗りや跳び下りをしたり, 馬跳びやタイヤ跳びをしたりするなどして遊ぶこと。

イ 思考力, 判断力, 表現力等

器械・器具を用いた簡単な遊び方を工夫するとともに, 考えたことを友達に伝えること。

ウ 学びに向かう力，人間性等

運動遊びに進んで取り組み，順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり，場や器械・器具の安全に気を付けたりすること。

〔器械運動〕（第3学年及び第4学年）

ア 知識及び技能

① マット運動

その行い方を知るとともに，自己の能力に適した回転系（前転など）や技巧系（壁倒立など）の基本的な技をすること。また，基本的な技に十分に取り組んだ上で，それらの発展技に取り組んだり，技を繰り返したり組み合わせたりすること。

② 鉄棒運動

その行い方を知るとともに，自己の能力に適した支持系の基本的な技をすること。また，基本的な技に十分に取り組んだ上で，それらの発展技に取り組んだり，技を繰り返したり組み合わせたりすること。

③ 跳び箱運動

その行い方を知るとともに，自己の能力に適した切り返し系（開脚跳びなど）や回転系（台上前転など）の基本的な技をすること。また，基本的な技に十分に取り組んだ上で，それらの発展技に取り組むこと。

イ 思考力，判断力，表現力等

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。

ウ 学びに向かう力，人間性等

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。

〔器械運動〕（第5学年及び第6学年）

ア 知識及び技能

① マット運動

その行い方を理解するとともに，自己の能力に適した回転系や技巧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。また，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。

② 鉄棒運動

その行い方を理解するとともに，自己の能力に適し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すること。また，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。

③ 跳び箱運動

その行い方を理解するとともに，自己の能力に適し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。

イ 思考力, 判断力, 表現力等

自己の能力に適した課題の解決の仕方や技の組み合わせ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。

ウ 学びに向かう力, 人間性等

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, 場や器械・器具の安全に気を配ったりすること。

(3) 陸上運動系

【主な改訂点及び内容】

- | |
|--|
| <p>(1) 陸上運動系の領域を, 低学年では「走・跳の運動遊び」, 中学年では「走・跳の運動」, 高学年では「陸上運動」として構成した。</p> <p>(2) 低学年の内容は, 「走の運動遊び」及び「跳の運動遊び」で構成した。</p> <p>(3) 中学年の内容は, 「かけっこ・リレー」, 「小型ハードル走」, 「幅跳び」及び「高跳び」で構成した。</p> <p>(4) 高学年の内容は, 「短距離走・リレー」, 「ハードル走」, 「走り幅跳び」及び「走り高跳び」で構成した。</p> <p>(5) 「走・跳の運動(遊び)」及び「陸上運動」については, 投の運動(遊び)を加えて指導することができることを新たに「内容の取扱い」に示した。</p> |
|--|

[走・跳の運動遊び] (第1学年及び第2学年)

ア 知識及び技能

① 走の運動遊び

その行い方を知るとともに, 距離や方向などを決めて走ったり, 手でのタッチやバトンの受渡しをする折り返しリレー遊びをしたり, 段ボールや輪などの低い障害物を用いてのリレー遊びをしたりすること。

② 跳の運動遊び

その行い方を知るとともに, 助走を付けて片足で踏み切り, 前方や上方に跳んだり, 片足や両足で連続して跳んだりすること。

イ 思考力, 判断力, 表現力等

走ったり跳んだりする簡単な遊び方を工夫するとともに, 考えたことを友達に伝えること。

ウ 学びに向かう力, 人間性等

運動遊びに進んで取り組み, 順番や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, 場の安全に気を付けたりすること。

[走・跳の運動] (第3学年及び第4学年)

ア 知識及び技能

① かけっこ・リレー

その行い方を知るとともに, 距離を決めて調子よく最後まで走ったり, 走りながらバトンの受渡しをする周回リレーをしたりすること。

② 小型ハードル走

その行い方を知るとともに、小型ハードルを自己に合ったリズムで走り越すこと。

③ 幅跳び

その行い方を知るとともに、短い助走から強く踏み切って遠くへ跳ぶこと。

④ 高跳び

その行い方を知るとともに、短い助走から強く踏み切って高く跳ぶこと。

イ 思考力、判断力、表現力等

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。

ウ 学びに向かう力、人間性等

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。

[走・跳の運動] (第5学年及び第6学年)

ア 知識及び技能

① 短距離走・リレー

その行い方を理解するとともに、走る距離やバトンの受渡しなどのルールを決めて競走したり、自己(チーム)の記録の伸びや目標とする記録の達成を目指したりしながら、一定の距離を全力で走ることができるようにすること。

② ハードル走

その行い方を理解するとともに、インターバルの距離やハードルの台数などのルールを決めて競走したり、自己の記録の伸びや目標とする記録の達成を目指したりしながら、ハードルをリズムカルに走り越えることができるようにすること。

③ 走り幅跳び

その行い方を理解するとともに、試技の回数や踏切りゾーンの設置などのルールを決めて競争したり、自己の記録の伸びや目標とする記録の達成を目指したりしながら、リズムカルな助走から力強く踏み切って跳ぶことができるようにすること。

④ 走り高跳び

走り高跳びでは、その行い方を理解するとともに、試技の回数やバーの高さの決め方などのルールを決めて競争したり、自己の記録の伸びや目標とする記録の達成を目指したりしながら、リズムカルな助走から力強く踏み切って跳ぶことができるようにする。

イ 思考力、判断力、表現力等

自己の能力に適した課題の解決の仕方、競争や記録への挑戦の仕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。

ウ 学びに向かう力、人間性等

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、勝敗を受け入れたり、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。

(4) 水泳運動系

【主な改訂点及び内容】

- (1) 低学年については、従来どおり領域名を「水遊び」とし、内容を「水の中を移動する運動遊び」及び「もぐる・浮く運動遊び」で構成した。
- (2) 中学年については、新たに領域名を「水泳運動」とし、内容を「浮いて進む運動」及び「もぐる・浮く運動」で構成した。
- (3) 高学年については、新たに領域名を「水泳運動」とし、内容を「クロール」、「平泳ぎ」及び「安全確保につながる運動」で構成した。

[水遊び] (第1学年及び第2学年)

ア 知識及び技能

① 水の中を移動する運動遊び

その行い方を知るとともに、まねっこ遊びやリレー遊びなどで、いろいろな姿勢で歩いたり、自由に方向や速さを変えて走ったりすること。

② もぐる・浮く運動遊び

その行い方を知るとともに、石拾いや伏し浮きなどで、息を止めたり吐いたりしながら、いろいろな姿勢でもぐったり浮いたりすること。

イ 思考力、判断力、表現力等

① 水の中を移動する運動遊びやもぐる・浮く運動遊びの簡単な遊び方や場を選ぶこと。

② 友達のよい動きを見付けたり、考えたりしたことを友達に伝えること。

ウ 学びに向かう力、人間性等

① 水につかって動物の真似をしたり鬼遊びをしたり、いろいろな姿勢でもぐったり浮いたりするなど、水遊びに進んで取り組むこと。

② 水遊びをする際に、順番やきまりを守り、誰とでも仲よくすること。

③ 水遊びで使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にすること。

④ 準備運動や整理運動をしっかり行う、丁寧にシャワーを浴びる、プールサイドは走らない、プールに飛び込まない、友達とぶつからないように動くなどの水遊びの心得を守ること。また、水遊びをする前には、体(爪、耳、鼻、頭髪等)を清潔にしておくこと。

[水泳運動] (第3学年及び第4学年)

ア 知識及び技能

① 浮いて進む運動

その行い方を知るとともに、プールの底や壁を蹴った勢いを利用して進むけ伸びをしたり、浮いて呼吸をしながら手や足を使って進む初歩的な泳ぎをしたりすること。

② もぐる・浮く運動

その行い方を知るとともに、呼吸を調整しながらいろいろなもぐり方をしたり、背浮きの姿勢で浮いたり、簡単な浮き沈みをしたりすること。

イ 思考力・判断力・表現力等

① 自己の能力に適した課題を見付け、その課題の解決のための活動を選ぶこと。

- ② 課題の解決のために考えたことを友達に伝えること。

ウ 学びに向かう力，人間性等

- ① け伸びや初歩的な泳ぎをしたり，いろいろなもぐり方や浮き方をしたりするなど，水泳運動に進んで取り組むこと。
- ② け伸びをする際に順番にスタートしたり，決まった場所で友達と練習したりするなど，水泳運動のきまりを守り，誰とでも仲よく励まし合うこと。
- ③ 水泳運動の練習で使用する用具の準備や片付けを，友達と一緒にすること。
- ④ 互いの動きを見合ったり補助し合ったりするときに見付けた動きのよさや課題について伝える際に，友達の考えを認めること。
- ⑤ 準備運動や整理運動を正しく行う，バディで互いを確認しながら活動する，シャワーを浴びてからゆっくりと水の中に入る，プールに飛び込まないなど，水泳運動の心得を守って安全を確かめること。

[水泳運動]（第5学年及び第6学年）

ア 知識及び技能

- ① クロール

その行い方を理解するとともに，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。

- ② 平泳ぎ

その行い方を理解するとともに，手の動きに合わせて呼吸し，キックの後には息を止めてしばらく伸びて，続けて長く泳ぐことができるようにすること。

- ③ 安全確保につながる運動

その行い方を理解するとともに，背浮きや浮き沈みをしながら，タイミングよく呼吸をしたり，手や足を動かしたりして，続けて長く浮くことができるようにすること。

イ 思考力，判断力，表現力等

- ① 自己の課題を見付け，その課題の解決の仕方を考えたり，課題に応じた練習の場や段階を選んだりすること。
- ② 自己の能力に適した記録への挑戦の仕方を選ぶこと。
- ③ 課題の解決のために自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。

ウ 学びに向かう力・人間性等

- ① 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するなどの水泳運動に積極的に取り組むこと。
- ② 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，仲間と助け合うこと。
- ③ 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すこと。
- ④ 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ること。
- ⑤ 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ること。

(5) ボール運動系

【主な改訂点及び内容】

- (1) 低・中学年については、従前どおり領域名を「ゲーム」とした。
- (2) 低学年の内容は「ボールゲーム」及び「鬼遊び」で構成した。
- (3) 中学年の内容は「ゴール型ゲーム」、「ネット型ゲーム」及び「ベースボール型ゲーム」で構成した。
- (4) 「ゴール型ゲーム」については、味方チームと相手チームが入り交じって得点を取り合うゲーム及び陣地を取り合うゲームを扱うものとするを、新たに示した。
- (5) 高学年についても、従前どおり領域名を「ボール運動」とした。
- (6) 高学年の内容は、「ゴール型」、「ネット型」及び「ベースボール型」で構成した。
- (7) ゴール型はバスケットボール及びサッカーを、ネット型はソフトバレーボールを、ベースボール型はソフトボールを主として取り扱うものとするが、これらに替えてハンドボール、タグラグビー、フラッグフットボールなどを型に応じたその他のボール運動を指導することもできることを、新たに示した。なお、学校の実態に応じてベースボール型は取り扱わないことができることを、従前どおり示した。

[ゲーム] (第1学年及び第2学年)

ア 知識及び技能

① ボールゲーム

その行い方を知るとともに、簡単なボール操作と簡単な攻めや守りの動きなどのボールを持たないときの動きによって、コート内で攻守入り交じって、以下のようなゲームを行う。

- ・ 的やゴールに向かってボールを投げたり蹴ったりする簡単な規則で行われる易しいゲーム
(ゴール型ゲームに発展)
- ・ 攻めと守りが分かれたコートで、相手コートにボールを投げ入れる簡単な規則で行われる易しいゲーム (ネット型ゲームに発展)
- ・ 攻めと守りを交代しながら、ボールを手などで打ったり、蹴ったりする簡単な規則で行われる易しいゲーム (ベースボール型ゲームに発展)

② 鬼遊び

その行い方を知るとともに、一定の区域で逃げる、追いかける、陣地を取り合うなどの簡単な規則で鬼遊びをしたり、工夫した区域や用具で鬼遊びをしたりすること。

イ 思考力、判断力、表現力等

簡単な規則を工夫したり、攻め方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。

ウ 学びに向かう力、人間性等

運動遊びに進んで取り組み、規則を守り誰とでも仲良く運動をしたり、勝敗を受け入れたり、場や用具の安全に気を付けたりすること。

[ゲーム] (第3学年及び第4学年)

ア 知識及び技能

① ゴール型ゲーム

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、コート内で攻守入り交じって、ボールを手や足でシュートしたり、空いている場所に素早く動いたりする易しいゲーム及び陣地を取り合って得点ゾーンに走り込むなどの易しいゲームをすること。

② ネット型ゲーム

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などのボールを持たないときの動きによって、軽量のボールを片手、両手もしくは用具を使って、自陣の味方にパスをしたり、相手コートに返球したり、弾むボールを床や地面に打ちつけて相手コートに返球したりして、ラリーの続く易しいゲームをすること。

③ ベースボール型ゲーム

その行い方を知るとともに、ボールを蹴ったり打ったり攻めや捕ったり投げたりする守りなどの基本的なボール操作と、ボールの飛球方向に移動したり、全力で走塁したりするなどのボールを持たないときの動きによって、攻守を交代する易しいゲームをすること。

※易しいゲームとは、ゲームを児童の発達の段階を踏まえて、基本的なボール操作で行え、プレイヤーの人数を少なくしたり、攻める側のプレイヤーの人数が守る側の人数を上回るようにしたり、コートの広さ、ネットの高さ、塁間の距離、プレイ上の緩和や制限（攻める側のプレイ空間、触球方法の緩和や守る側のプレイ空間、身体接触の回避、触球方法の制限など）、ボールやその他の運動用具や設備などを修正し、児童が取り組みやすいように工夫したゲームをいう。

イ 思考力、判断力、表現力等

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。

ウ 学びに向かう力、人間性等

運動に進んで取り組み、規則を守り誰とでも仲良く運動をしたり、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。

[ゲーム] (第5学年及び第6学年)

ア 知識及び技能

① ゴール型

その行い方を理解するとともに、投げる、受ける、蹴る、止める、運ぶ、手渡すといったボール操作とボール保持者からボールを受けることのできる場所に動くなどのボールを持たないときの動きによって、攻撃側にとって易しい状況の中でチームの作戦に基づいた位置取りをするなどの攻守入り交じった簡易化されたゲームや陣地を取り合う簡易化されたゲームをすること。

② ネット型

その行い方を理解するとともに、ボール操作とチームの作戦に基づいた位置取りをするなどのボールを持たないときの動きによって、軽くて柔らかいボールを片手、両手もしくは用具を使って操作したり相手が捕りにくいボールを返球したりする連係プレイによる簡易化されたゲームや、自陣から相手コートに向かって相手が捕りにくいボールを返球する手や用具などを使った簡易化されたゲームをすること。

③ ベースボール型

その行い方を理解するとともに、静止したボールやゆっくりとした速さで投げられたボールを打つ攻撃や、捕球したり送球したりする守備などのボール操作と、チームとして守備の隊形をとったり走塁をしたりするボールを持たないときの動きによって、攻守交代が繰り返し行える簡易化されたゲームをすること。

※簡易化されたゲームとは、ルールや形式が一般化されたゲームを児童の発達の段階を踏まえ、実態に応じたボール操作で行うことができ、プレイヤーの人数を少なくしたり、攻撃側のプレイヤーの人数が守備側のプレイヤーの人数を上回るようにしたりする、コートの広さ（奥行きや横幅など）、ネットの高さ、塁間の距離、プレイ上の制限（攻撃や守備のプレイ空間、触球方法など）、ボールやその他の運動用具や設備などを修正し、児童が取り組みやすいように工夫したゲームをいう。

イ 思考力、判断力、表現力等

ルールを工夫したり、自己やチームの特徴に応じた作戦を選んだりするとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。

ウ 学びに向かう力、人間性等

運動に積極的に取り組み、ルールを守り助け合って運動したり、勝敗を受け入れたり、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。

(6) 表現運動系

【主な改訂点及び内容】

- (1) 低学年については、領域名を「表現リズム遊び」とし、内容を「表現遊び」及び「リズム遊び」で構成した。簡単なフォークダンスを含めて指導することができることを、「内容の取扱い」に示した。
- (2) 中学年については、領域名を「表現運動」とし、内容を「表現」及び「リズムダンス」で構成した。学校や地域の実態に応じてフォークダンスを加えて指導することができることを、「内容の取扱い」に示した。
- (3) 高学年については、領域名を「表現運動」とし、内容を「表現」及び「フォークダンス」で構成した。学校や地域の実態に応じてリズムダンスを加えて指導することができることを、「内容の取扱い」に示した。

[表現リズム遊び] (第1学年及び第2学年)

ア 知識及び技能

① 表現遊び

その行い方を知るとともに、身近な題材の特徴を捉え、そのものになりきって全身で即興的に踊ること。

身近な題材とは、低学年の児童の発達の段階に応じて、動物や乗り物など、身近で関心が高く、特徴が捉えやすく具体的な動きを多く含む題材として示している。それらの題材の特徴を捉えて、跳ぶ、回る、ねじる、這う、素早く走るなどの全身の動きで、そのものになりきって即興的に踊ること。

② リズム遊び

その行い方を知るとともに、軽快なリズムの音楽に乗って弾んで踊ったり、友達と調子を合わせたりして即興的に踊ること。

軽快なリズムに乗って踊るとは、スキップで弾んで踊れる軽快なリズムの曲を取り上げ、へそ(体幹部)を中心にリズムに乗って踊ったり、友達と調子を合わせて即興的に踊ったりすること。

イ 思考力、判断力、表現力等

身近な題材の特徴を捉えて踊ったり、軽快なリズムに乗って踊ったりする簡単な踊り方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えること。

ウ 学びに向かう力、人間性等

運動遊びに進んで取り組み、誰とでも仲良く踊ったり、場の安全に気を付けたりすること。

[表現運動] (第3学年及び第4学年)

ア 知識及び技能

① 表現

その行い方を知るとともに、身近な生活などの題材から主な特徴や感じを捉え、表したい感じをひと流れの動きで即興的に踊ること。

身近な生活などの題材とは、中学年の児童の発達の段階に応じて「具体的な生活からの題材」やそれと対比する「空想の世界からの題材」など、ダイナミックで変化に富んだ多様な表現に取り組みやすい題材として示している。それらの中から児童の関心や能力にふさわしい題材を取り上げ、その主な特徴や感じを捉えて、表したい感じを中心に動きを誇張したり変化を付けたりしてメリハリ(緩急・強弱)のあるひと流れの動きにして即興的に表現すること。

② リズムダンス

その行い方を知るとともに、軽快なロックやサンバなどのリズムの特徴を捉え、リズムに乗って弾んで踊ったり、友達と関わり合ったりして即興的に踊ること。

軽快なリズムに乗って全身で踊るとは、スキップで弾んで踊れる軽快なリズムの曲を取り上げ、ロックの後打ちやサンバのシンコペーション(拍子の強弱を逆転させたり変化させたりしたリズム)などのリズムの特徴を捉え、へそ(体幹部)を中心に、リズムに乗って全身で弾んで踊ったり、動きに変化を付けて踊ったり、友達と関わり合って踊ったりすること。

イ 思考力, 判断力, 表現力等

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。

ウ 学びに向かう力, 人間性等

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。

[表現運動] (第5学年及び第6学年)

ア 知識及び技能

① 表現

その行い方を理解するとともに, いろいろな題材からそれらの主な特徴を捉え, 表したい感じやイメージをひと流れの動きで即興的に表現したり, グループで簡単なひとまとまりの動きにして表現したりすること。

いろいろな題材とは, 高学年の児童の発達段階に応じて, 「激しい感じの題材」, 「群 (集団) が生きる題材」などの変化と起伏のある表現へ発展しやすい題材と, 題材を一つに固定しないで幅の広い捉え方や動きを含む題材として「多様な題材」を示している。それらの中から, 題材の特徴を捉え, 表したい感じやイメージを強調するように, 動きを誇張したり変化を付けたりしてメリハリ (緩急・強弱) のあるひと流れの動きにして即興的に表現したり, グループで変化と起伏のある「はじめーなかーおわり」の構成を工夫した簡単なひとまとまりの動きにしたりして表現すること。

② フォークダンス (日本の民踊を含む)

その行い方を理解するとともに, 日本の民踊や外国の踊りの踊り方の特徴を捉え, 基本的なステップや動きを身に付けて, 音楽に合わせてみんなで楽しく踊って交流すること。

日本の民踊とは, それぞれの地域で親しまれている民踊や日本の代表的な民踊で, 歌詞に伴う手振り, 低く踏みしめるような足どりと腰の動き, 輪踊り, 一人踊りが多いなどの日本の民踊に共通する特徴をもつ踊りとして示している。外国の踊りとは, 世界の国々で親しまれている代表的なフォークダンスで, 軽快な音楽に乗せたいろいろなステップ, 輪や列になって手をつないで踊る, パートナーと組んで踊るなど, 国によって様々な特徴をもつ踊りとして示している。それらの踊りの中から踊りの特徴を捉え, 基本的なステップや動きを身に付けて, 音楽に合わせてみんなで楽しく踊って交流すること。また, 踊りの由来や背景を理解し, 踊りを通して日本の地域や世界の文化に触れるようにすること。

イ 思考力, 判断力, 表現力等

自己やグループの課題の解決に向けて, 表したい内容や踊りの特徴を捉えた練習や発表・交流の仕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。

ウ 学びに向かう人間性等

運動に積極的に取り組み, 互いのよさを認め合い助け合って踊ったり, 場の安全に気を配ったりすること。

(7) 体力向上について

【体力向上に関する改善の具体的事項】

- (1) 全ての児童が、楽しく、安心して運動に取り組むことができるようにし、その結果として体力の向上につながる指導等の在り方について改善を図る。その際に、特に、運動が苦手な児童や運動に意欲的でない児童への指導の在り方について配慮する。
- (2) 体力向上については、心身ともに成長の著しい時期であることを踏まえ、「体づくり運動」の学習を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、様々な基本的な体の動きを身に付けるようにするとともに、健康や体力の状況に応じて体力を高める必要性を認識できるようにする。
- (3) 「体づくり運動」以外の運動に関する領域においても、学習した結果としてより一層の体力の向上を図ることができるようにする。

体力向上の取り組みの中で、体育の授業は重要な役割を担っている。特に、運動の苦手な児童、1週間の総運動時間の少ない児童にとっては、充実した体育学習が体力向上につながるものとする。また、休み時間での活動を通して、楽しく身体を動かすことから体力向上に繋げていきたい。

ア 本指導資料では、「体づくり運動系」「器械運動系」「陸上運動系」「水泳運動系」「ボール運動系」「表現運動系」とは別に、「体力向上」の項目を設けた。これは、学校における教科体育以外の部分において、児童の体力・運動能力向上のための活動例を紹介したものである。具体的には、次の2つの内容を掲載してある。

- (1) 休み時間において（遊びの中から体力向上につながるもの）
- (2) 家庭において（日常的に取り組めるもの）

イ ここでは、領域ごとに児童に高めさせたい体力・運動能力を踏まえ、次のように分類した。（なお、この分類については、文部科学省「新体力テスト～有意義な活用のために～」及び「子どもの体力向上ホームページ」を参考）

各領域	必要な動きや能力
体づくり運動系	「力を強くする」・・・筋力，筋持久力
器械運動系	「身体をやわらかくする」・・・柔軟性
表現運動系	「多様な動きをつくる」・・・バランス力，巧緻性
陸上運動系	「すばやく動ける」・・・敏捷性 「速く走れる」・・・走力 「高く，遠くに跳べる」・・・跳躍力
水泳運動系	「長く続けて運動できる」・・・全身持久力
ボール運動系	「遠く，コントロールよく投げる」・・・投力

これらの体力・運動能力を向上させるためには、休み時間や家庭においてどのような活動を行ったらいかがを示した一覧表や、その中の代表的な活動例を掲載してある。日常的に楽しみながら身体を動かすことにより、児童の体力・運動能力が向上するであろうという点を念頭に作成した。これらの活動を通して、結果的に児童の体力・運動能力が向上することを期待したい。

なお、その結果を確かめる方法としては、「新体力テスト」が有効であるとする。前年度との比較や、同年度の前期と後期での比較など、活動前と活動後の変化を新体力テストにおいて客観的に

数値化することにより、児童の伸びを確認できると思われる。(本指導資料では、新体力テストの数値を上げるためのトレーニング的な活動を紹介したのではないことを申し添えておきたい。)

ウ 県内各地域及び各学校において、実施できるものとそうでないものがあると思われる。ぜひ、本指導資料を御覧の先生方の創意工夫を生かして指導に当たっていただきたい。

8 本指導資料作成上の配慮事項

体づくり運動系

今回の改定に伴い、低学年については、新たに領域名が「体づくりの運動遊び」となり、内容は「体ほぐしの運動遊び」及び「多様な動きをつくる運動遊び」で構成された。また、高学年については、体力の向上を、自己の体力の向上を新体力テストの結果等にみられる回数や記録ではなく、体の基本的な動きを高めることと捉えることができるよう、従来の「体力を高める運動」から「体の動きを高める運動」とされた。なお、「体づくりの運動遊び」及び「体づくりの運動」については、従前どおり2学年間にわたって指導するよう示されている。それらの点を踏まえ、本指導資料では各学年それぞれでの展開例として示している。

器械運動系

各学年にわたり、マット、鉄棒、跳び箱を学習できるようにした。それぞれの学年で身に付ける技は、系統性を強く意識して1年生から6年生までを見通した構成にしている。また、どの技に取り組むにも必要となる基本的な動きや感覚づくりについては、スモールステップで行えるように配慮している。技能のポイントについては多くなりすぎないよう最低限のポイントに絞って掲載した。

陸上運動系

低学年の「走・跳の運動遊び」の内容は、「走の運動遊び」と「跳の運動遊び」で構成した。

中学年の「走・跳の運動」の内容は、「かけっこ・リレー」「小型ハードル走」「幅跳び」「高跳び」で構成した。

高学年の「陸上運動」の内容は、「短距離走・リレー」「ハードル走」「走り幅跳び」「走り高跳び」で構成した。

「投の運動(遊び)」については、「体力向上」に記載している内容を実態に応じて適時に取り扱うこととした。

水泳運動系

水泳運動での配慮においては、運動が苦手なだけでなく、水に対する恐怖心があるなどの心的な要因が影響している場合、また、すでに知識及び技能が身に付いているが故に意欲が低下する場合等が挙げられ、その手立ては多岐に渡る。

本指導資料では、児童の実態を適切に捉え、学習指導要領に挙げられている具体的な配慮事項を参考に、指導の工夫の項や指導案上に意欲的に学習に取り組めるような手立てを記載した。

また、児童の意欲や技能の実態が大きいこと、学年での大人数での取組であることを考慮し、指導の実際に合った指導資料となるよう、低・中・高学年をひとくくりとした。児童の実態に合わせ、時数や指導の重点を見直すなどして、柔軟に活用できるよう考慮して作成した。

ボール運動系

①低学年，中学年，高学年の系統性を意識して作成した。

	低学年	中学年	高学年
ゴール型に関わるもの	はしごドッジボール	ポートボール	バスケットボール
	ドッジボール	ハンドボール	
	ボール蹴りゲーム		サッカー
	ボール運び鬼	タグラグビー	フラッグフットボール
ネット型に関わるもの		キャッチバレーボール	ソフトバレーボール
		ブレルボール	手のひらテニス
ベースボール型に関わるもの	ボール蹴りゲーム	キックベース	ティーボール

ボール運動系では低学年，中学年，高学年の系統性を意識して作成した。

メインゲームの前やゲームとゲームの合間に、チーム内で作戦を考えたり伝え合ったりする機会を設け、苦手な児童にも試合中の動き方が理解できるように配慮した。

ゴール型の学習ではメインゲームの場や人数を工夫し、攻撃側が有利になるような人数制限をして取り組めるようにした。ネット型の学習では、ラリーを続けてゲームを楽しむことができるように、ボールをキャッチしたりバウンドを認めたりするような工夫を取り入れた。ベースボール型の学習では、投力を高める活動を取り入れ、投げ方を理解させたり投げる動作に慣れさせたりする工夫を取り入れた。

表現運動系

低学年「表現リズム遊び」、中・高学年「表現運動」とも、オリエンテーションや学習の始めにリズムダンスを行い、体や心をほぐすとともに、イメージを広げるための即興表現を取り入れた。

第1・2学年では、1単位時間の前半を「リズム遊び」、後半を「表現遊び」として学習していくスパイラル型の単元計画とした。

第3・4学年、第5・6学年「表現運動」では、ねらい1「イメージかるたなどを活用して、即興表現を楽しむ」、ねらい2「動きをつくったり、工夫したりして楽しむ」とし、ステージ型の単元計画とした。