

第6学年A組 体育科学学習指導案

授業者 山田 幹
研究協力者 松本 奈緒

1 単元名 4 Tで高め合おう バasketボール ～ Tactics Teamwork Talk Try ～

2 子どもと単元

(1) 子どもについて

子どもたちは、5年生までの学習でポートボールやハンドボールに取り組んできた。6年生の1学期に行ったティーボールの学習では、学び進める中で「守備の隙間を狙って打てば得点が入る」「隙間が出ないように広がって守る」など空間の使い方が得点に影響することや、カバーに入る動きの重要性について気付く子どもがいた。また、能力不足や自信のなさ、苦手意識からうまく動くことができていない仲間アドバイスをしたり、よいプレーが出たときに一緒に喜んだりするなど、チームのメンバーを大切にしながら活動に取り組む姿も見られた。

しかし、運動や球技自体の経験不足から苦手意識をもっている子どもは一定数いる。ティーボールをやった際も、ボールが近くに来て触ろうとしなかったり、走ればセーフになりそうな打球でも走らなかったりと、不安を抱えながら練習や試合に臨む子どもが見られた。また、全体で共有した攻撃や守備のこつを自分やチームの動きに活用することについてもまだ十分とは言えない。このような実態を踏まえて、自分やチームの現状から課題を見付け、考えたことを仲間と伝え合い、共有して見えてきた動きのこつを活用して課題解決しようとする姿を期待する。

(2) 単元について

ゴール型のボールゲームは、コート内で攻守が入り交じり、ボール操作とボールを持たないときの動きによって攻防を組み立てるといった特徴がある。陣地を取り合って得点しやすい空間に侵入し、一定時間内に得点を競い合う中で競争する楽しさや喜びを味わうことができる運動である。中でも、バスケットボールは、ゴールが空中にあり、キーパーがいないため、誰もが得点に関わるプレイヤーとして動くことができ、シュートを狙うことができれば、誰でも得点のチャンスがある種目である。また、バスケットボールはサッカーやハンドボールと比べてロングレンジからのシュートが難しく、ボールを運ぶことが重要になってくる。そのため、チームで作戦を立てて共有することで、ボール保持者でない人も得点に影響を与える存在になることに気付き、チーム全員が協働して活動していく姿が期待できると考える。

(3) 指導について

本単元においては、**チームの特徴に合わせて作戦を立て、実行するために動きのこつを活用して活動しようとする資質・能力を高めることを目指す。**

単元前半では、オフェンス中心のミニゲームを行い、得点につなげるためにどんな作戦や動きのこつがあるのかを見付け、共有する時間を設ける。単元後半では、共有したことを基に自分のチームの特徴に合わせて作戦を立て、試す時間を十分に確保する。はじめはハーフコートでセットプレーのように進めるが、徐々に攻守の切り替えが生じるようにし、オールコートでの試合につなげられるようにする。

授業デザインの取組の二つ目との関連から、子どもたちが見付けた攻めや守りのときのよい動きを「動きのイメージカード」としてまとめ、各チームに配る。そして、そのカードと作戦板を作戦を考える際のツールとして活用できるようにする。また、その動きを映像としても残しておき、タブレット端末でいつでも見られるようにしておく。

授業デザインの取組の三つ目との関連から、ミニゲーム中のよかったプレーや困った場面を共有する時間を設ける。ミニゲーム中の困った場面を共有していく中で、それを打開するための手段の多様さに気付き、自分のチームに合ったプレーを見付け出せるようにする。また、見付けたプレーを自分たちの動きとして確かなものにしていくために、チームごとの練習の時間を設ける。

3 単元の目標〈記号は本校の資質・能力表による〉

- (1) パスをつなげたりシュートチャンスをつくったりするための位置取りや動きができる。
(I-a-3、4)
- (2) 自分たちのレベルに応じてルールを工夫したり、チームの特徴に応じて攻め方・守り方の作戦を考えたりすることができる。
(I-b-3、4、5)
- (3) ルールやマナーを守り、友だちと助け合って練習やゲームをしたり、安全に気を配ったりしながらボールゲームに進んで取り組もうとする。
(I-c-2、4、5)

4 単元の構想（総時数8時間）

5年 ゴール型ボールゲーム ハンドボール
 基本的なボール操作やボールを持たないときの動きを身に付ける。 チームの特徴に合わせて作戦を立てて、ゲームをする。

本単元

時間	学習活動 (・は予想される子どもの姿)	教師の主な支援	評価 (本校の資質・能力との関連)
1	(1) オリエンテーションを通して見通しをもち、試しのゲームで「できる」「できない」を確認する。 ・シュートが入ると気持ちいいな。 ・パスがなかなかつながらないな。 ・たくさんシュートを打ったけれど、なかなか入らなかったな。 ・ミスしたらどうしよう。	<ul style="list-style-type: none"> 見通しをもって学習に取り組むことができるように、全体計画を掲示して学習の流れを確認する。 できることと難しいと感じることに気付くことができるように、試しのゲームの時間を設定する。 	<ul style="list-style-type: none"> 得点しやすい位置に移動し、パスを受けシュートなどをしている。(E-a-4) 運動に関心をもち、ルールやマナーを守って運動に取り組もうとしている。(E-c-2)
2・3	(2) ミニゲームを通してルールや動き方を身に付ける。 様々なミニゲームを通して、ルールや動き方を覚えよう。	<ul style="list-style-type: none"> ボールを扱う感覚が身に付きやすくなるように、ボールを扱ったウォーミングアップを取り入れる。 作戦のアイディアが思い付きやすくなるように、ミニゲームでのよかったプレーを共有する。 実態に応じてミニゲームのルールを児童とともに変更する場を設定する。(ディフェンスの数、ドリブルなど) 	<ul style="list-style-type: none"> 仲間のよい動きを見付けたり、課題解決のために考えたことを仲間に伝えたりしている。(E-b-4) 仲間と助け合って運動したり、仲間の考えや取組を認めたりしている。(E-c-5)
	(3) チームの特徴に合わせて作戦を立ててゲームをする。 チームの特徴に合わせて作戦を立てて、ゲームをしよう。	<ul style="list-style-type: none"> チームの課題や作戦に応じて、練習する時間を設定する。 	<ul style="list-style-type: none"> ゲームや練習するときの規則に着目して、ゲームの行い方を選んだり、作戦を選んだりしている。(E-b-3)
4・5	① ハーフコートのミニゲームをする。 ○ 3対1、3対2、4対2などのアウトナンバーのゲーム ○ 3×3のような攻守の切り替えがあるゲーム ・ディフェンスが前にいないときにシュートが打ちやすいから、そういう状況を作れるようにしよう。 ・人がいっぱいいて、どこに動けばいいのかわからないや。	<ul style="list-style-type: none"> プレーの種類を理解し、自分たちで活用できるように、子どもたちの中から出てきた攻めや守りの動き方を「動きのイメージカード」として作成して配付したり、プレーを動画に残したタブレット端末を確認するよう促したりする。 攻防の切り替えに慣れていくことができるように、段階的に活動の難易度を上げていく。 	<ul style="list-style-type: none"> ボールやボール保持者と自分の間に守備者がいない場所に動いてボールをもらう動きを使って攻めたり、ボール保持者とゴールの間に体を入れて相手の得点を防いだりしている。(E-a-3)
6・7 本時	② オールコートのミニゲームをする。 ○ ハーフラインをグリッド線として攻撃専門の人がいるゲーム ・攻撃に切り替わった時に足が速い人を走らせよう。 ・相手に取られないようにボールを回すにはどうすればいいかな。	<ul style="list-style-type: none"> 立てた作戦が有効か確認できるように、ミニゲームのルールを工夫する。 シュートチャンスをつくるためのコツには共通点や相互性があることを確認できるように、効果的だった作戦を共有する時間を設定する。 	<ul style="list-style-type: none"> チームの特徴に着目して、自分のチームの作戦を立て、作戦を成功させるために動いている。(E-b-5)

8	③学級内大会を行う。 ○オールコートフルメンバーでのゲーム	・「ゴール型ボールゲームでゲームをつくっていくために必要な動きのこつや考え方は何か」という問いから、自己の学びを振り返ることができるようにする。	・ルールを守って運動したり、ゲームが終わった後も勝敗を素直に受け入れようとしていたりしている。 (エ-c-4)
---	----------------------------------	--------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------

◎本単元で育む主な資質・能力

チームの特徴に合わせて作戦を立て、実行するために動きのこつを活用して活動しようとする。 (エ-b-5)



6年 ネット型ボールゲーム バレーボール
 自分の力に合った課題を見付けたり、解決するための活動を選んだりする。

5 本時の実際（7／8）

(1) ねらい チームの特徴に着目して、チームで作戦を立てたり、その作戦をミニゲームで試したりする活動を通して、シュートチャンスをつくる作戦やそのときの動きのこつなどを友達に伝えることができる。

〈E-b-5〉

(2) 展開

○自律的に学習を進めるための支援

時間	学習活動	教師の支援 評価
5分	<p>① 本時のねらいを確認し、作戦を考えたり、チームや自分のめあてを立てたりする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>チームの特徴に合わせて、作戦を立てよう。</p> </div> <p>〈予想される子どもの反応〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ディフェンスがないと思ったら、シュートを打とう。 ・ボールを持ったらぼくがダッシュするね。 ・守る時、足が速い人がすぐにディフェンスできるように戻ろう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分たちのチームの課題に気付くことができるように前時の試合の様子を振り返る時間を設定する。 ・作戦を立てたり、自分の役割を確認したりできるようにミニゲームの行い方について確かめる。 ・試合で使えそうな動きを確認できるように、みんなで見付けた試合中に使えそうな動きの動画資料をタブレットに入れておく。
8分	<p>② チームのめあてや作戦に合わせてウォーミングアップをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・パスがなかなかつながらないから、ディフェンスを入れたパス練習をしよう。 ・シュートまではつなげられているから、シュートの確率が上がるようにたくさん打とう。 ・ミニゲームみたいにオフェンスとディフェンスに分かれて練習しよう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・パスやシュートなど様々な練習ができるように場を設定する。 ○プレーの選択肢を子どもたちが多くもち、いつでも活用できるように「動きのイメージカード」をチームに配付する。 ・自分が試合中にする動きにイメージがもてるように、よい動きをしている子どもを称賛する。
10分	<p>③ 攻撃側のみがハーフコート内でアウトナンバーになるミニゲームをする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・攻防が入り乱れながらも、アウトナンバーの状況をつくることできるように、攻撃専門のプレイヤーを2名選出するなどルールを工夫する。
7分	<p>④ うまくいった作戦やよかったプレー、困っていることについて交流し、作戦を練り直す。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・相手がディフェンスに着く前にすぐに攻撃したら、決まりやすかったよ。 ・困った時にボールを取りに来てくれる人がいたから、ボールが繋がって得点に結び付いていたね。 ・試合に負けたけど、何をどうすればいいんだろう。 	<ul style="list-style-type: none"> ○よりよい作戦や動きに気付くことができるように、試合の結果から意見を聞くチームを決め、交流を進める。 ・よい動きのイメージができるように、言葉による発表だけでなく、実演も適宜入れる。
10分	<p>⑤ 攻撃側のみがハーフコート内でアウトナンバーになるミニゲームをする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・練り直した作戦が有効だったか確認できるように、ゲームを行う際のルール、対戦相手を同じにする。
5分	<p>⑥ 本時の学習を振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・速攻みたいに速くパスを回してみたら、結構点数が入ったから、次回もこの作戦でいこう。 ・ディフェンスの戻りがまだ遅くて点数を決められていたから、みんなのポジションを少し変えてみよう。 ・誰か一人がディフェンスに戻るだけで相手の攻撃を少し遅らせることができていたから、〇〇さんの動きは大事だね。 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>チームの特徴に合わせて作戦を立て、ミニゲームで試しながら、シュートチャンスをつくる作戦やそのときの動きのこつなどを友達に伝えている。</p> <p style="text-align: right;">〈E-b-5〉</p> <p>(発言・学習シート・行動観察)</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・次時に本時の学びが生きてくるように、グループで作戦タイムも兼ねて振り返るよう声掛けをする。

令和7年度 体育科実践・研究計画

部 員 ○山田幹、加賀屋綾乃、佐々木駿斗

1 昨年度の成果と課題

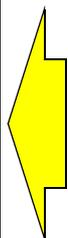
昨年度の実践を通して、体育科における自律した学習者の姿が見えてきた。

- ① 3年の跳び箱運動の学習では、単元の最初に6年生が跳び箱を跳んでいる動画を見せた。子どもたちは動画を見た瞬間に、「踏切りが強い」「跳び箱の奥にちゃんと手がついてる」など、よいところを見付け、言語化する姿が見られた。子どもの発言を「動きのこつ」としてまとめ、共通理解を図った。演技をする人、アドバイザー、撮影者といった役割分担ができるように3～4人でグルーピングをして学習を進めた。すると、子どもが自発的に動画を見返し、自分の動きとお手本の動きを比較しながら改善点を探したり、友達のよい動きを見て、動きのこつを発見したりする姿が見られた。運動にひたすらに取り組ませるだけでなく、教師が意図をもって、教材や自分の動きと向き合う時間を十分に設けることが大切だと分かった。ゴールとしてふさわしく、目標とする姿として追究したくなるようなレベルの手本と、様々な視点からの映像や複数の他者からの意見や感想などが効果的であると考えた。
- ② 6年のボールゲームの学習では、ゴール型、ネット型の学習の際に、「ボールが来る位置に動くと次の動きにつなげやすくなる」「ボールに触っていない人が自由に動けるから、その人たちの位置が大事だ」というどちらの型にも共通した動きのこつに気付き、活用する児童の姿が見られた。また、以前に学習をしていたベースボール型のボールゲームともつなげながら「隙間があるとそこを狙われる。守る時は隙間を作らないようにポジションを決めると効果的だ。」という考えを子どもが導き出していた。身に付けた動きのこつを個人の中の学び、その単元のみでの学びにするのではなく、友だちの学びや他の単元の学びにつなげることで、落としきれない大事なこつや、あらゆる状況に活用できるこつに気付き、活用しようとする姿が見られた。このことから、動きのこつを書き残したり、全体で共有したりすることをどの単元でも継続して行うことは、学んだ動きのこつを他種目と関連付けて考えることにつながり、自ら学びを進めていくことに寄与すると考えられる。
- ③ 体育科の学習では動きのこつを見付け、共有できる場面や機会を設けてきた。一方で、運動時間の十分な確保が課題だった。また、スモールステップの場づくりを工夫することで子どもが自ら選択・決定し、学習を進められるようにしたもの、大きな成長や変化をもたらせそうなタイミングで適切な支援、言葉掛けができていないこともあった。だからこそ、児童が自ら気付く機会を設けたり教師が児童に適切な働きかけをしたりする手立てが必要に感じた。

こうした成果と課題を踏まえ、体育部は、自律した学習者の姿を次のように捉える。また、自律した学習者が育つ授業デザインの具体的な取組を次のように設定する。

2 体育科における自律した学習者の姿

- ① 自分のできることでできないことを捉え、自ら課題を設定する姿
- ② 身に付けた動きのこつを、他種目の動きに活用しようとする姿
- ③ 自他の課題解決に向け、適切な場や練習方法を考え試行したり、動きのこつを基に仲間へ助言したりしようとする姿



3 授業デザインの具体的な取組

- 現状に基づいた課題を設定できるように、どうなりたいのかという思いや願いをもてるような場の工夫をする。
- 動きのこつを記録し、それらを整理・分析する場を設定する。
- 児童が課題解決のための練習の場や練習の方法を友達と意見交換する中で選択していける場の設定を工夫する。

R7年度「体育の資質・能力」表

※□は、資質・能力の取り扱い学年、■は、定着学年を示す。

内容			学習指導要領との関連内容	1年	2年	3年	4年	5年	6年
体育科の学びに向かう力、人間性等	c	1	運動(遊び)に関心を持ち、積極的に(進んで)取り組もうとする。	(3)	■	■	■	■	■
	c	2	順番やきまり、規則、ルール、マナー、心得を守って運動をしようとする。	(3)	■	■	■	■	■
	c	3	誰とでも仲よく、助け合って運動をしようとする。	(3)	■	■	■	■	■
	c	4	競走やゲームが終わったあとも、勝敗を素直に受け入れようとする。	(3)	■	■	■	■	■
	c	5	友達の考えや取組を認めようとする。	(3)	□	□	■	■	■
	c	6	場や用具の安全に気を付けて、運動をしようとする。	(3)	■	■	■	■	■

体育科の各領域の付けたい力 体づくり運動	b	1	楽しくできる体をほぐしの運動遊びや多様な動きをつくる運動遊びを選ぶ。	1・2A(2)ア	■	■				
	b	2	友達のよい動きを見付けたり、工夫したりした楽しい遊びを友達に伝える。	1・2A(2)イ	■	■				
	b	3	運動の仕方に着目して、自己の課題を見付け、解決するまめに行い方を選んだり、友達と一緒に工夫したりする。	3・4A(2)ア			■	■		
	b	4	自分や仲間の動き方に着目して、考えたことや見付けたことを友達に伝える。	3・4A(2)イ			■	■		
	b	5	体づくり運動のねらいに着目して、自己の体や心の状態や力に応じて運動の課題や行き方を選ぶ。	5・6A(2)ア					■	
	b	6	体づくり運動のねらいに着目して、自己やグループで考えたことを他者に伝える。	5・6A(2)イ					■	
	a	1	自分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ための手軽な運動遊びをする。	1・2・3・4 A(1)ア	■	■				
	a	2	自己と友達の心と体の変化に気付いたり、みんなで豊かに関わり合ったりするための手軽な運動をする。	3・4A(1)イ			■	■		
	a	3	心と体の関係に気付いたり、仲間と関わり合ったりするための手軽な運動をする。	5・6A(1)ア					■	
	a	4	体のバランスをとったり、移動したり、用具を操作したり、力試しをしたりする。	1・2A(1)イ	■	■				
	a	5	体のバランスをとったり、移動したり、用具を操作したり、力試しをしたり、基本的な動きを組み合わせたりする。	3・4A(1)イ			■	■		
	a	6	ねらいに応じて、体の柔らかさ及び巧みな動きを高めるための運動、力強い動き及び動きを持続する能力を高めるための運動をする。	5・6A(1)イ					■	
体育科の各領域の付けたい力 器械・器具を用いた運動遊び 器械運動	b	1	運動の仕方に着目して、器械・器具を用いた簡単な遊び方を選ぶ。	1・2ABCD(2)イ	■	■				
	b	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。	1・2BCD(2)ア	■	■				
	b	3	基本的な動き方に着目して、自分の力に合った課題を見付けたり、解決するための活動を選んだりする。	3・4BCD(3)イ			■	■	■	
	b	4	課題の解決のために、考えたことを友達に伝える。	3・4BCD(3)イ			■	■	■	
	b	5	自分の課題に応じた練習の場や段階に着目して、自己の能力に適した課題を見付けたり、課題解決の仕方や場を選んだりする。	5・6B(2)ア					■	
	b	6	技をつなぐ方法に着目して、自分の力に合った技の組み合わせを工夫する。	5・6B(2)ア					■	
	b	7	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。	5・6C(2)イ					■	
	ア 固定施設	a	1	ジャングルジムや雲梯を使った登り下り、渡り歩き、逆さ姿勢などの遊びをする。	1・2B(1)ア	■	■	■	■	■
		a	2	平均台で渡り歩きや跳び下りなどの遊びをする。	1・2B(1)ア	□	■	■	■	■
		a	1	マットに背中や腹をつけて揺れたり、いろいろな方向に転がったりする遊びをする。(ゆりかご・前転がり・後ろ転がり・だるま転がり・丸太転がりなど)	1・2B(1)イ	■	■	■	■	■
		a	2	しゃがんだ姿勢や傾斜のつくった場で、体を丸めながら順番にマットに体を接しながら回転して立ち上がったり、両足を開いて膝を伸ばしたまま開脚立ちしたりする。(前転・易しい場での開脚前転)	3・4B(1)ア			■	■	■
		a	3	両手と後頭部をつきながら前方に回転して、膝を伸ばして足を大きく開き、接地とともに素早く股の近くに両手を着いて膝を伸ばしたまま開脚立ちをする。(開脚前転)	5・6B(1)ア					■
		a	4	しゃがんだ姿勢から体を順に接しながら後方に回転して両手で押して立ち上がったり、後方に回転しながら両足を開いて膝を伸ばしたまま開脚立ちしたりする。(後転、開脚後転)	3・4B(1)イ			■	■	■
	a	5	腰角を増大させてから減少させることでつけることができる回転加速を利用して膝を伸ばして後方に回転する。(伸膝後転)	5・6B(1)ア					■	
a	6	補助者は背中に手を当て、ブリッジの姿勢をつくりやすいように支える。(補助倒立ブリッジ)	3・4B(1)ア			■	■	■		

イ マット運動	a	7	逆さになった体を手の平、指1本1本、手首を使って押し放して倒立回転する。(側方倒立回転)	3・4B(1)ア			■	■	■	■	
	a	8	倒立位から前方へ体を反らせ、ゆっくりと足を下ろしながらブリッジの姿勢をつくる。(倒立ブリッジ)	5・6B(1)ア						□	
	a	9	上体をひねりながら手を着き、勢いよく足を振り込みながらハの字にした手の突き放し動作を用いて倒立回転跳びをする。(ロンダート)	5・6B(1)ア					■	■	
	a	10	片足を振り上げ補助倒立を行い、前に倒れながら腕を曲げ、頭を入れて前転する。(補助倒立前転)	5・6B(1)ア						□	
	a	11	手や背中で体を支えているいろいろな姿勢で逆立ちしたり、移動したり、体を反らしたりする遊びをする。(背支持倒立・かえるの足打ち・壁登り逆立ち・腕立て横跳び越し・ブリッジなど)	1・2B(1)イ		■	■	■	■	■	
	a	12	壁に向かって体を前方に振り下ろしながら片足を振り上げ、真っ直ぐに体を伸ばして倒立する。(壁倒立)	3・4B(1)ア			■	■	■	■	
	a	13	前転から背中がマットについたら腕と腰を伸ばし、体を反らせながらはね起きる。(首はね起き)	3・4B(1)ア				■	■	■	
	a	14	頭と両手で三角形をつくるように両手を着き、両足をゆっくり上へと伸ばし逆さの姿勢になる。(頭倒立)	3・4B(1)ア				■	■	■	
	a	15	足のはね上げと腰の屈伸動作、手の突き放しを利用してはね起きる(頭はね起き)	5・6B(1)ア						■	
	a	16	バランスをとりながら制止する。(正面水平立ち、側面水平立ち、Y字平均立ちなどから選択)	5・6B(1)ア						■	
	a	17	ジャンプする。(1/2・1回捻り、開脚屈伸跳びなどから選択)	5・6B(1)ア						■	
	a	18	技を滑らかに組み合わせる。	5・6B(1)ア						■	
	ウ 鉄棒運動	a	1	腹や膝、手でぶら下がったり、揺れたりする遊びをする。(ふとん干し、こうもり、さる、ぶたの丸焼きなど)	1・2B(1)ウ	■	■	■	■	■	■
		a	2	跳び上がって支持して下りたり、支持の姿勢で体を揺らして後ろに跳び下りたりする遊びをする。	1・2B(1)ウ	■	■	■	■	■	■
		a	3	体を伸ばし手で支えバランスをとって止まる遊びをする。(ツバメ)	1・2B(1)ウ	□	■	■	■	■	■
		a	4	支持の姿勢から体を丸めて前に回って下りたり、両手でぶら下がって前後に足抜き回りをしたりする遊びをする。	1・2B(1)ウ	□	■	■	■	■	■
		a	5	鉄棒上での支持姿勢から前方に回転し、両足をそろえて着地する。(前回り下り)	3・4B(1)イ	□	□	■	■	■	■
		a	6	鉄棒上での支持姿勢から視線を遠くに顎を上げ、上体を前方に大きく振り出す遠心力を用い、手で脚を抱え込んで脇と腹で鉄棒を挟んで回転する。(かかえ込み回り)	3・4B(1)イ	□	□	□	■	■	■
a		7	前後開脚の支持姿勢から、前方に出した脚と同じ側の手を逆手に持ちかえ、後方の脚を前に抜きながら順手側の手を離して鉄棒の側方に着地する。(転向前下り)	3・4B(1)イ	□	□	■	■	■	■	
a		8	支持姿勢から体を前方に勢いよく倒して回転し、上体を一気に起こし、手首を返して支持姿勢に戻る。(前方支持回転)	5・6B(1)イ	□	□	□	□	□	□	
a		9	片逆手の支持姿勢から順手の方の足を鉄棒に乗せ、踏み込みながら順手を話して下りる。(片足踏み越し下り)	5・6B(1)イ	□	□	□	□	□	□	
a		10	片膝を鉄棒に掛け、腕を曲げて体を鉄棒に引きつけながら、掛けていない足を前後に大きく振って、手首を返して上がる。(膝掛け振り上がり)	3・4B(1)イ	□	□	■	■	■	■	
a		11	前後開脚の支持姿勢から前方に上体を大きく振り出し、手首を返して支持姿勢に戻る。(前方膝掛け回転)	3・4B(1)イ	□	□	□	■	■	■	
a		12	鉄棒の下を走り込み、両足を振り上げ、振り戻りながら片膝を掛けて手首を返しながら上がる。(膝掛け上がり)	5・6B(1)イ	□	□	□	□	■	■	
a		13	逆手で鉄棒を持ち、前後開脚の支持の姿勢から前方へ上体を大きく振り出して、足を伸ばし鉄棒を挟むように回転し、手首を返しながらももを掛けて元の姿勢に戻る。(前方もも掛け回転)	5・6B(1)イ	□	□	□	□	■	■	
a		14	補助具を利用した易しい条件のもとで、脚の振り上げとともに上体を後方へ倒し、手首を返して鉄棒に上がる。(補助逆上がり)	3・4B(1)イ	□	□	■	■	■	■	
a		15	支持姿勢からの予備振動から肩を後ろに倒すと同時にももを抱えて回転する。(かかえ込み後ろ回り)	3・4B(1)イ	□	□	□	■	■	■	
a		16	肘を曲げ鉄棒を引き付け、足の振り上げとともに、鉄棒に腰を付けるように上体を後方へ倒し、手首を返して鉄棒に上がる。(逆上がり)	5・6B(1)イ	□	□	□	□	■	■	
a		17	支持姿勢からの予備振動から肩を後ろに倒すと同時に足を前に振り込み、脇を締めて鉄棒に腹部を引きつける。(後方支持回転)	5・6B(1)イ	□	□	□	□	□	□	
a		18	前後開脚の支持姿勢からの予備振動から後方に肩を後ろに倒すと同時に足を前に振り込み、手首を返して鉄棒に上がる。(後方片膝掛け回転)	3・4B(1)イ	□	□	□	■	■	■	
a		19	鉄棒に両膝をかけた姿勢から両手を離して倒立姿勢になり、両手を地面に着いて下りる。(両膝掛け倒立下り)	3・4B(1)イ	□	□	■	■	■	■	
a		20	前後開脚の支持の姿勢から後方の上体と後ろ足を大きく振り出し、ももを掛けて回転し、手首を返して元の姿勢に戻る。(後方もも掛け回転)	5・6B(1)イ	□	□	□	□	□	□	
a		21	鉄棒に両膝をかけた姿勢から両手を離し、体を前後に振動させ、振動が切りかわるところで膝を鉄棒から外して下りる。(両膝掛け振動下り)	5・6B(1)イ	□	□	□	□	□	□	
a		22	上がり技、支持回転技、下り技を組み合わせる。	5・6B(1)イ	□	□	□	□	■	■	
	a	1	片足で踏み切って跳び箱に乗ったり、ジャンプして跳び下りたりする遊びをする。(踏み越し跳び)	1・2B(1)エ	■	■	■	■	■	■	
	a	2	数歩の助走から両足で踏み切り、両手をついてのまたぎ乗りや手で支えてのまたぎ下りをしたり、両手をついてからの跳び乗りやジャンプをしての跳び下りしたりする遊びをする。	1・2B(1)エ	■	■	■	■	■	■	

工 跳び箱運動	a	3	タイヤや友達の背を両手で支持してまたぎ越す遊びをする。(タイヤ跳び、馬跳び)	1・2B(1)エ		■	■	■	■	■	
	a	4	助走から両足で踏み切り、足を左右に開いて着し、跳び越えて着地する。(開脚跳び)	3・4B(1)ウ			■	■	■	■	
	a	5	突き放しを容易にするリズムのよい助走、踏切、手での突き放しと同時に上体を起こし、足を抱え込む。(かかえ込み跳び)	5・6B(1)ウ					■	■	
	a	6	助走から両足で踏み切り、腰の位置を高く保って着し、前方に回転して着地する。(台上前転)	3・4B(1)ウ			■	■	■	■	
	a	7	台上前転のように行い、背中が跳び箱についたら腕と腰を伸ばして体を反らしながらはね起きる。(首はね跳び)	5・6B(1)ウ				■	■	■	
	a	8	助走から両足で踏み切り、足を伸ばしたまま腰の位置を高く保って着し、前方に回転して着地する。(伸膝台上前転)	3・4B(1)ウ			■	■	■	■	
	a	9	前頭部と手で体を支え、腰の屈伸動作によるはねる動きと連動した手の突き放しをする。(頭はね跳び)	5・6B(1)ウ					□	■	
体育科の 各領域の 付けたい力	走・跳の 運動遊び 走・跳の運動 陸上運動	b	1	運動の仕方に着目して、走や跳の運動遊びの簡単な遊び方を選ぶ。	1・2ABCD(2)イ	■	■	■	■	■	■
		b	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。	1・2BCD(2)ア	■	■	■	■	■	■
		b	3	基本的な動き方に着目して、自分の力に合った課題を選んだり、解決のための活動を選んだりする。	3・4BCD(3)イ			■	■	■	■
		b	4	友達との競争(走)の規則に着目して、記録への挑戦の仕方を選ぶ。	3・4BCD(2)ア			■	■	■	■
		b	5	友達のよい動きや変化を見付けたり、考えたりしたことを友達に伝える。	3・4C(2)ウ			■	■	■	■
		b	6	自分に合った競走(争)のルールや記録に着目して、仲間との競走(争)や自己の記録への挑戦の仕方を選んだり、工夫したりする。	5・6C(2)イ					■	■
		b	7	自分に合った距離や記録に着目し、続けて長く泳ぐ記録への挑戦の仕方を選んだり、工夫したりする。	5・6D(2)イ					■	■
ア かけっこ・ 短距離走・ リレー	a	1	いろいろな形状の線上等を通り直ぐに走ったり、蛇行して走ったりする。(30～40m程度のかげっこ)	1・2C(1)ア	■	■	■	■	■	■	
	a	2	相手の手の平にタッチをしたり、バトンの受渡しをしたりして走る。(折り返しリレー遊び)	1・2C(1)ア	□	■	■	■	■	■	
	a	3	いろいろな走り出しの姿勢から素早く走り始めたり、真っ直ぐ見て腕を前後に大きく振って走ったりする。(30～50mのかげっこ)	3・4C(1)ア	□	□	■	■	■	■	
	a	4	コーナーの内側に体を軽く傾け走り、タイミングよくバトンの受渡しをする。(周回リレー)	3・4C(1)ア	□	□	■	■	■	■	
	a	5	前に出した足の足首を曲げ前に体重をかけたスタンディングスタートから、腕を大きく振りだし、前傾姿勢のまま素早く走り始める。(40～60m程度の短距離走)	5・6C(1)ア			□	□	□	■	
	a	6	テークオーバーゾーン内で、減速の少ないバトンの受渡しをする。(いろいろな距離でのリレー)	5・6C(1)ア			□	□	□	■	
イ ハードル走	a	1	いろいろな間隔に並べられた低い障害物を走り越える。(低い障害物を用いたリレー遊び)	1・2C(1)ア	□	■	■	■	■	■	
	a	2	インターバルの距離や小型ハードルの高さに応じたいろいろなリズムで小型ハードルを走り越える。(いろいろなリズムでの小型ハードル走)	3・4C(1)イ			□	■	■	■	
	a	3	一定の間隔に並べられた小型のハードルを一定のリズムで走り越える。(30～40mの小型ハードル走)	3・4C(1)イ			□	■	■	■	
	a	4	第1ハードルを決めた足で踏み切ったり、体のバランスをとりながら真っ直ぐ走ったり、インターバルを3歩または5歩で走ったりする。(40～50m程度の小型ハードル走)	5・6C(1)イ					■	■	
ウ 走り幅跳び	a	1	助走を付けて片足でしっかり地面を蹴って前方に跳んだり、片足や両足で、いろいろな間隔に並べられた輪等を連続して前方に跳んだりする。(幅跳び遊び、ケンパー跳び遊び)	1・2C(1)イ	■	■	■	■	■	■	
	a	2	最後の3歩のリズムを早くした短い助走から踏み切り足を決めて、遠くへ跳び、膝を柔らかく曲げて両足で着地する。(助走距離5～10m)	3・4C(1)イ			■	■	■	■	
	a	3	両足を前に出し、つま先を両手でつかむような空中姿勢(横から見ると「ん」の字)で跳ぶ。	3・4C(1)イ			□	■	■	■	
	a	4	両腕を後ろから上、そして前へと大きく回しながら前方に高く踏み切って遠くに跳ぶ。	5・6C(1)イ					■	■	
	a	5	徐々に速度を上げながらズミカルに助走して、踏み切りゾーンに足を合わせて最高スピードで踏み切り、遠くに跳ぶ。(助走7～9歩)	5・6C(1)イ					□	■	
エ 走り高跳び	a	1	助走を付けて片足で踏み切って上方に跳んだり、片足や両足で連続して上方に跳んだりする。(ゴム跳び遊び)	1・2C(1)イ	■	■	■	■	■	■	
	a	2	膝を柔らかく曲げて、足から着地する。	3・4C(1)イ		□	■	■	■	■	
	a	3	最後の3歩のリズムを早くした短い助走から踏み切り足を決めて上方に踏み切り、はさみ跳びで跳ぶ。(3～5歩助走)	3・4C(1)イ			■	■	■	■	
	a	4	踏み切りから振り上げ足を高く上げるとともに、抜き足を高く持ち上げて跳ぶ。	5・6C(1)イ					□	■	
	a	5	リズムカルな助走から肩を引き上げるとともに、上体を起こして踏切って跳ぶ。(5～7歩助走)	5・6C(1)イ					■	■	
体育科の 各領域の 付けたい力		b	1	運動の仕方に着目して、水中を移動したり、もぐったり浮いたりする簡単な遊び方を選ぶ。	1・2D(2)ア	■	■	■	■	■	■
		b	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。	1・2D(2)イ	■	■	■	■	■	■

水遊び 浮く・泳ぐ運動 水泳	b	3	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。	3・4D(2)ア			■	■	■	■	
	b	4	課題解決のために考えたことを友達に伝える。	3・4D(2)イ			■	■	■	■	
	b	5	自分に合った距離や記録に着目し、続けて長く泳ぐ記録への挑戦の仕方を選んだり、工夫したりする。	5・6D(2)ア					■	■	
	b	5	課題解決のために自己や仲間が考えたことを他者に伝える。	5・6D(2)イ					■	■	
	水泳	a	1	胸まで水につかって、水をかけ合ったりまねっこ遊びをしたり、走ったり方向を変えたりして遊ぶ。	1・2D(1)ア	■	■	■	■	■	■
		a	2	プールの底や壁を両足で蹴って、体を一直線にして進む。(け伸び)	3・4D(1)ア			■	■	■	■
		a	3	補助具を用いて、呼吸をしながら手や足を動かして進む。(初歩的な泳ぎ)	3・4D(1)ア			■	■	■	■
		a	4	手と足の動きに呼吸を合わせながら25～50m程度のクロールをしたり、1ストロークで進む距離が伸びるようにゆっくりとクロールしたりする。	5・6D(1)ア					■	■
		a	5	手と足の動きに呼吸を合わせながら25～50m程度の平泳ぎをしたり、1ストロークで進む距離が伸びるようにゆっくりと平泳ぎしたりする。	5・6D(1)イ					■	■
		a	6	壁や補助具につかまったり、友達に支えてもらったりして浮く。(くらげ浮き、伏し浮き、大の字浮きなどの浮く遊び)	1・2D(1)イ	■	■	■	■	■	■
		a	7	水に顔を付けたりもぐって目を開けたり、手や足を使っていろいろな姿勢でもぐったりする。(水中じゃんけん、にらめっこ、石拾い、輪ぐりなどのもぐる遊び)	1・2D(1)イ		□	■	■	■	■
		a	8	水中で息を吐いたり、顔をあげたときに息を吸ったりする。(バブリング、ボビング)	1・2D(1)イ	■	■	■	■	■	■
		a	9	体の一部分をプールの底につけるようにもぐったり、友達の股の下などをくぐり抜けたり、水中で姿勢を変えたりする。	3・4D(1)イ			■	■	■	■
a		10	補助具を用いたり、全身の力を抜いたりして、いろいろな浮き方をする。(背浮き、だるま浮き、変身浮き)	3・4D(1)イ			■	■	■	■	
a		11	息を吸い込んでもぐって体が浮く動きをしたり、浮いた姿勢から息を吐いて体が沈む動きをしたりする。	3・4D(1)イ			■	■	■	■	
a		12	顔以外の部位が水中に入った背浮きを20秒程度維持したり、3～5回程度の浮き沈みを続けたりする。						■	■	
体育科の 各領域の 付けたい力 ゲーム ボール運動	b	1	楽しくゲームができる場や得点の方法に着目して、遊び方や規則を選ぶ。	1・2E(3)ア	■	■	■	■	■	■	
	b	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。	1・2E(3)イ	■	■	■	■	■	■	
	b	3	ゲームや練習をするときの規則に着目して、ゲームの行い方を選んだり、作戦を選んだりする。	3・4E(3)ア			■	■	■	■	
	b	4	課題解決のために考えたことを友達に伝える。	3・4E(3)イ			■	■	■	■	
	b	5	チームの特徴に応じた攻め方に着目して、自分のチームの特徴に応じた作戦を立て、作戦を成功させるための練習を選んだり、工夫したりする。	5・6E(3)ア					■	■	
	ア ボール ゲーム	a	1	ねらったところボールを転がしたり、投げたり、蹴ったりして、的に当てたり得点したりする。	1・2E(1)ア	■	■	■	■	■	■
		a	2	相手のコートに、ボールを投げ入れたり、捕ったりする。	1・2E(1)ア	■	■	■	■	■	■
		a	3	ボールを捕ったり、止めたりする。	1・2E(1)ア	■	■	■	■	■	■
		a	4	ボールを操作できる位置に動く。	1・2E(1)ア	■	■	■	■	■	■
	イ 鬼 遊び	a	1	空いている場所を見付けて、速く走ったり、急に曲がったり、身をかわしたりする。	1・2E(1)イ	■	■	■	■	■	■
		a	2	相手(鬼)のいない場所に移動したり、駆け込んだりする	1・2E(1)イ			■	■	■	■
		a	3	逃げる相手を追いかけてタッチしたり、マーク(タグやフラッグ)を取ったりする。	1・2E(1)イ			■	■	■	■
	ウ ゴール 型 ハンド ボール	a	1	ボールを持ったときゴールの方を見たり、味方にパスをつない攻めたりする。	3・4E(1)ア			■	■	■	■
		a	2	味方にボールを手渡したり、パスを出したり受けたりする。	3・4E(1)ア				■	■	■
		a	3	フリーの味方にパスを出したり、パスを受けたり、シュートしたりする。	5・6E(1)ア					■	■
		a	4	ボールを持たないときにボール保持者と自分の間に守備者のいないところに動く動きを使って攻める。	3・4E(1)ア			■	■	■	■
		a	5	ボールを持たないときにボール保持者と自分の間に守備者のいないところに動いてパスをもらう動きを使って攻める。	3・4E(1)ア					■	■
		a	6	ボールを持たないときにボール保持者と自分の間に守備者のいない得点しやすい場所に動いてパスをもらう動きを使って攻める。	5・6E(1)ア					■	■
		a	7	ボールを保持する人とゴールの間に体を入れて相手の得点を防いだりする。	5・6E(1)ア					■	■
エ	a	1	近くにいるフリーの味方にパスを出す。	5・6E(1)ア					■	■	

ゴール型バスケットボール	a	2	相手に捕られない位置にドリブルをする。	5・6E(1)ア						■	■
	a	3	ボールを持たないときのボール保持者と自分の間に守備者のいない場所に動いてパスをもらう動きを使って攻める。	5・6E(1)ア							■
	a	4	得点しやすい位置に移動し、パスを受けシュートなどをする。	5・6E(1)ア							■
	a	5	リバウンドがとれる位置どりの動きを使って攻める。	5・6E(1)ア							■
	a	6	ボールを保持する人とゴールの間に体を入れて相手の得点を防いだりする。	5・6E(1)ア						■	■
	ゴール型サッカー	a	1	ボールを持ったときゴールに向かってドリブルしたり、ボールを蹴ったりする。	3・4E(1)ア			■	■	■	■
a		2	フリーの味方にパスを出したりパスを受けたり、ドリブルしたり、シュートしたりする。	5・6E(1)ア			□	□	■	■	
a		3	ボールを持たないときボール保持者と自分の間に守備者のいないところに動く動きを使って攻める。	5・6E(1)ア			□	□	■	■	
a		4	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する。	3・4E(1)ア			□	□	■	■	
a		5	ボールを保持する人とゴールの間に体を入れるなどして相手の得点を防いだりする。	5・6E(1)ア			□	□	■	■	
ネット型バレーボール	a	1	いろいろな高さのボールを片手や両手ではじく、打ちつけるなどして、相手コートに返球する。	3・4E(1)イ			■	■	■	■	
	a	2	仲間にボールをつなげるために、ボールの方向に体を向けたり、ボールの落下点やボールを操作しやすい位置に体を移動したりする。	3・4E(1)イ			□	■	■	■	
	a	3	ボールの方向に体を向けて、その方向に素早く移動し、膝の曲げ伸ばしを使って連係プレーによる攻撃が成り立つように仲間が受けやすい意図した場所にボールをはじく。	5・6E(1)イ							■
	a	4	自陣コートから相手コートに向けアンダーやオーバーでサービスを打ち入れる。	5・6E(1)イ							■
	a	5	相手コートに強いボールを打ち返す。	5・6E(1)イ							■
キースポール型ベースボール	a	1	投げる手と反対の肩・腰・足を踏み出して投げる。	3・4E(1)ウ 5・6E(1)ウ			■	■	■	■	
	a	2	投げる手と反対の肩・腰・足を踏み出して体の捻転を利用して目標に向かって投げる。	3・4E(1)ウ 5・6E(1)ウ				■	■	■	
	a	3	ピッチャーに対して横向きに立ち握り拳でボールをフェアグラウンドに打つ。	3・4E(1)ウ 5・6E(1)ウ			■	■	■	■	
	a	4	手やラケットでフェアグラウンドに強い打球を打つ。	3・4E(1)ウ 5・6E(1)ウ				■	■	■	
	a	5	次の塁に向かって全力で走塁する。	3・4E(1)ウ 5・6E(1)ウ			■	■	■	■	
	a	6	打った瞬間に次の塁に向かって素早く走る。	3・4E(1)ウ 5・6E(1)ウ				■	■	■	
	a	7	転がってくるボールの正面に移動してボールを押さえたり、捕ったりする。	3・4E(1)ウ 5・6E(1)ウ			■	■	■	■	
	a	8	転がってくるボールの正面に移動して、ボールを手で下からすくい上げるようにして押さえたり、捕ったりする。	3・4E(1)ウ 5・6E(1)ウ				■	■	■	
体育科の各領域の付けたい力 表現リズム遊び 表現運動	b	1	楽しく踊るための動きに着目して、題材にふさわしい様子や動きを見付けたり選んだりしている。	1・2F(3)ア	■	■	■	■	■	■	
	b	2	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。	1・2F(3)イ	■	■	■	■	■	■	
	b	3	表現やリズムダンスの動きのポイントに着目して、楽しく踊るための自分に合った課題を見付ける。	3・4F(3)ア			■	■	■	■	
	b	4	仲間の動き方に着目して、よい動きを自分の踊りに取り入れる。	3・4F(3)ア			■	■	■	■	
	b	5	課題解決のために考えたことを友達に伝える。	3・4F(3)イ			■	■	■	■	
	b	6	課題解決の仕方に着目して、自分やグループの課題に応じた動きを選んだり、構成を変えたりする。	5・6F(3)ア						■	■
	b	7	課題解決のために自己や仲間の考えたことを他者に伝える。	5・6F(3)イ						■	■
ア表現遊	a	1	身近な動物などの様子や特徴をとらえ、そのものになりきって、跳ぶ、回る、ねじる、這う、素早く走るなど全身の動きをつけて踊る。	1・2F(1)ア	■	■	■	■	■	■	
	a	2	身近な乗り物などの様子や特徴をとらえ、そのものになりきって、跳ぶ、回る、ねじる、這う、素早く走るなど全身の動きに高・低の差や速さの変化をつけて踊る。	1・2F(1)ア		■	■	■	■	■	
	a	3	表したい感じを大きく・小さく、速く・遅くなど動きに差を付けて誇張したり、2人で対応する動きを繰り返したりする。	3・4F(1)ア			■	■	■	■	
	a	4	追いつ・追われつ、跳ぶ・転がる、動く・止まるなど2人で対比する動きを組み合わせたり、繰り返したりして踊る。	3・4F(1)ア			□	■	■	■	
	a	5	題材の変化や起伏の特徴をとらえ、素早く走る・急に止まる、跳ぶ・転がるなどの動きを組み合わせたり、繰り返したりして踊る。	5・6F(1)ア						■	■
	a	6	題材の変化や起伏の特徴をとらえ、素早く走る・急に止まる、跳ぶ・転がるなどの動きを組み合わせたり、繰り返したりして激しい感じや急変する感じを流れのある動きで踊る。	5・6F(1)ア					□	■	

遊び・表現	a	7	仲間と一緒に何が何をしているところなのかお話をつくって踊る。	1・2F(1)ア	■	■	■	■	■	■		
	a	8	動きの中に急変する場面を取り入れて、お話に合った表現で踊る。	1・2F(1)ア	□	■	■	■	■	■		
	a	9	表したい感じや場面の中心に「はじめとおわり」を付けた動きにして感じをこめて踊る。	3・4F(1)ア			■	■	■	■		
	a	10	表したい感じや場面を中心に感じの異なる動きや急変する場面などの変化のある動きをつなげ「はじめとおわり」を付けた動きにして感じをこめて踊る。	3・4F(1)ア			□	■	■	■		
	a	11	表したいイメージを強調するように「はじめーなかーおわり」を付けた動きにして感じをこめて踊る。	5・6F(1)ア					■	■		
	a	12	集まる・離れる、合わせて動く・自由に動くなど群の動きで踊る。	5・6F(1)ア					□	■		
	リズム遊び・ダンス・フォークダンス	a	1	リズムに乗って弾む、回る、ねじる、スキップするなどの動きを繰り返して踊ったり、仲間と調子を合わせたり、手をつないだり、動きをまねしたりして踊る。	1・2F(1)イ	■	■	■	■	■	■	
		a	2	友達と手をつなぎ、スキップしながら回ったり、ねじったり、手を叩き合ったりして即興的に踊る。	1・2F(1)イ	□	■	■	■	■	■	
		a	3	アクセントを付けたり、リズムに変化を付けたり、体の各部分でリズムをとったり、体幹部を中心にリズムに乗ったりして全身で踊る。	3・4F(1)イ			■	■	■	■	
		a	4	2・3人で自由にかかわり合って踊ったり、調子を合わせたり、対応したりして踊る。	3・4F(1)イ			□	■	■	■	
		a	5	踊り方の特徴をとらえ、音楽に合わせて簡単なステップや動きで踊る。(日本民謡、フォークダンス)	5・6F(1)イ					■	■	
	体育科の各領域の 付けたい力 保健	ア 毎日の生活と健康	b	1	身の回りの事象から課題を見付け、健康な生活や体の発育・発達についての課題を解決する方法を考え、伝える。	3・4G(1)ア			■	■	■	■
b			2	身の回りの事象から課題を見付け、心の健康やけがの防止、病気の予防についての課題を解決する方法を考え、説明する。	5・6G(1)イ					■	■	
a			1	心や体の調子がよいなどの健康状態は、主体の要因や周囲の環境の要因がかかわっていることを理解する。	3・4G(1)ア			■	■	■	■	
a			2	毎日を健康に過ごすには、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けること、また、体の清潔を保つことなどが必要であることを理解する。	3・4G(1)イ			■	■	■	■	
a			3	毎日を健康に過ごすには、明るさの調節、換気などの生活環境を整えることなどが必要であることを理解する。	3・4G(1)ウ			■	■	■	■	
a			1	体は年齢に伴って変化し、体の発育・発達には、個人差があることを理解する。	3・4G(2)ア					■	■	■
a			2	思春期になると体つきに変化が起こり男女の特徴が現れ、初経、精通などが起こることや異性への関心が芽生えることを理解する。	3・4G(2)イ					■	■	■
a			3	体をよりよく発育・発達させるには、調和のとれた食事、適切な運動、休養や睡眠が必要であることを理解する。	3・4G(2)ウ					■	■	■
ウ 心の健康・けがの防止			a	1	心は、いろいろな生活経験を通して、年齢に伴って発達することを理解する。	5・6G(1)ア(ア)					■	■
			a	2	心と体は、相互に影響し合うことを理解する。	5・6G(1)ア(イ)					■	■
		a	3	不安や悩みへの対処には、大人や友達に相談する、仲間と遊ぶ、運動するなどいろいろな方法があることを理解する。	5・6G(1)ア(ウ)					■	■	
		a	4	けがの防止には、周囲の危険に気付くこと、的確な判断の下に安全に行動すること、環境を安全に整えることが必要であることを理解する。	5・6G(2)ア(ア)					■	■	
		a	5	けがの簡単な手当では、速やかに行う必要があることを理解する。	5・6G(2)ア(イ)					■	■	
エ 病気の予防		a	1	病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境がかかわり合って起こることを理解する。	5・6G(3)ア(ア)						■	
		a	2	病原体が主な要因となって起こる病気の予防には、病原体が体に入るのを防ぐことや病原体に対する体の抵抗力を高めることが必要であることを理解する。	5・6G(3)ア(イ)						■	
		a	3	生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、栄養の偏りのない食事とること、口腔の衛生を保つことなど、望ましい生活習慣を身に付ける必要があることを理解する。	5・6G(3)ア(ウ)						■	
		a	4	喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、健康を損なう原因であることを理解する。	5・6G(3)ア(エ)						■	
		a	5	地域では、保健にかかわる様々な活動が行われていることを理解する。	5・6G(3)ア(オ)						■	
		a	6	地域では、保健にかかわる様々な活動が行われていることを理解する。	5・6G(3)ア(オ)						■	

<体育科の学びを支える「見方・考え方」>

- 友達の動きを見たり、友達の気付きや感想を聞いたりして、自分が表したい動きのイメージをもつ。
できる子どもの動きに着目して、動きのポイントを考える。
- A 自分の動きと友達の動きを比較、関連付けながら、自分に合う動きや練習方法を見付ける。
B それまでの運動と比較したりつないだりして、よりよい動きを考える。
C 考えたことを友達に伝える。
- D
- E F 身体(体の部位)・時間(速さ)・空間(高さ、広さ)・力加減・人間関係に着目して、体の動かし方や運動プログラムを考える。
G 身体・時間(リズム)・空間・力加減・人間関係に着目して、体の使い方を考える。
H 体の使い方・時間・空間(スペース)・人間関係(相手や自分のチームの動き)に着目して、攻め方や守り方を考える。
I 体の動かし方・時間(テンポ)・空間・人間関係(友達との動き)に着目して、動き方を考える。
J 身体的、時間的、生活環境的な視点から、資料と自分の生活を関連付けながら、健康で安全な過ごし方を考える。
- <各領域の学びを
体づくり
器械・陸上・水泳
ゲーム
表現
保健