

# 小学校 体育

徳島県教育委員会

## 1. 法的な背景

教育基本法第五条(義務教育)

学校教育法第二十一条(教育の目標 体育科は特に八)

学校教育法第三十条②項(小学校における教育)

前項の場合においては、生涯にわたり学習する基盤が培われるよう、基礎的な知識及び技能を習得させるとともに、これらを活用して課題を解決するために必要な思考力、判断力、表現力その他の能力をはぐくみ、主体的に学習に取り組む態度を養うことに、特に意を用いなければならない。

学校教育法施行規則第五十条(各教科)

小学校の教育課程は、国語、社会、算数、理科、生活、音楽、図画工作、家庭、体育及び外国語の各教科(以下本節中「各教科」という。)、特別の教科である道徳、外国語活動、総合的な学習の時間並びに特別活動によって編成するものとする。

## 1. 法的な背景

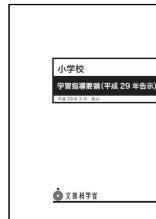
学校教育法施行規則第五十一条(標準授業時数)

区分	第1学年	第2学年	第3学年	第4学年	第5学年	第6学年
体育	102	105	105	105	90	90

\* 1単位時間=45分

学校教育法施行規則第五十二条

小学校の教育課程においては、この節に定めるもののほか、教育課程の基準として文部科学大臣が別に公示する小学校学習指導要領によるものとする。



[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/new-cs/1384661.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/1384661.htm)

文部科学省告示第六十三号

小学校学習指導要領(平成二十年文部科学省告示第二十七号)の全部を次のように改正し、平成三十二年四月一日から施行する。

## 2. 改訂の基本方針

学習指導要領解説 体育編

大綱的な基準である学習指導要領の記述の意味や解釈などの詳細について説明するために、文部科学省が作成

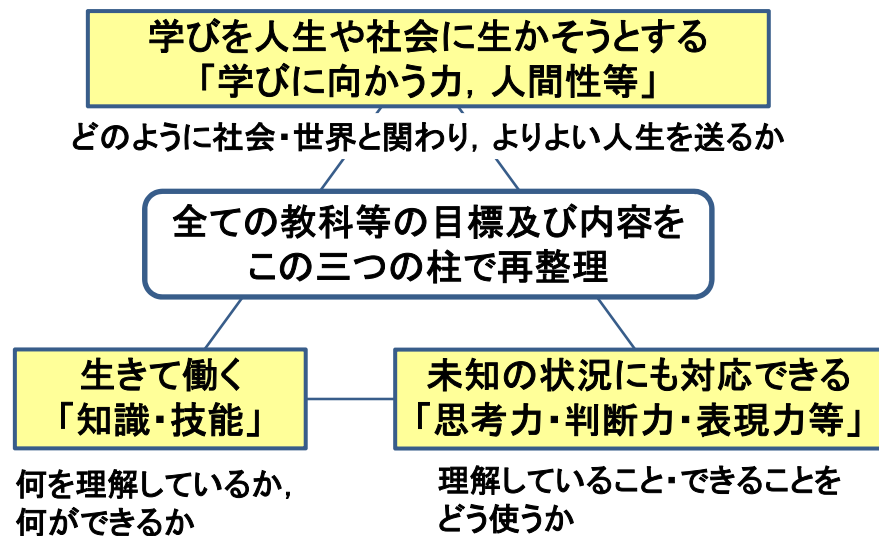


### ① 改訂の基本的な考え方

- ・これまでの学校教育の実績や蓄積を活かす
- ・未来社会を切り拓くための資質・能力を一層確実に育成
- ・資質・能力とは何かを社会と共有  
(社会に開かれた教育課程)
- ・現行学習指導要領の枠組みや教育内容を維持し、知識の理解の質を更に高め、確かな学力を育成
- ・道徳教育の充実や体験活動の重視、体育・健康に関する指導の充実により、豊かな心や健やかな体を育成

## 2. 改訂の基本的な考え方

### ② 育成を目指す資質・能力の明確化



## 2. 改訂の基本的な考え方

### ③ 主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善の推進

#### 学習の質を高める授業改善の視点

義務教育段階はこれまで地道に取り組み蓄積されてきた実践を否定し、全く異なる指導方法を導入しなければならないと捉える必要はない。

授業の方法や技術の改善のみを意図するものではない。

1回1回の授業で全ての学びが実現されるものではない。

深い学びの鍵として「見方・考え方」を働かせることが重要になる。



基礎的・基本的な知識及び技能の習得に課題がある場合には、その確実な習得を図ることを重視する。

## 3. 体育科改訂の要点

### ① 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。

## 3. 体育科改訂の要点

### ① 目標の改善

育成を目指す三つの資質・能力について

・全ての教科等において、資質・能力を示す三つの柱を踏まえ、各教科等を共通した目標の示し方とした

・「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

・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、指導内容を「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」の育成を目指す資質・能力の三つの柱に沿って示す

### 3. 体育科改訂の要点

① 目標の改善 体育や保健の見方・考え方を働かせる

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ものである。

#### 各教科等の「見方・考え方」

・「どのような視点で物事を捉え、どのような考え方で思考していくのか」というその教科等ならではの物事を捉える視点や考え方

・各教科等を学ぶ本質的な意義の中核をなすものであり、教科等の学習と社会をつなぐもの

### 3. 体育科改訂の要点

① 目標の改善 体育や保健の見方・考え方を働かせる

#### 体育の「見方・考え方」

生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現する観点を踏まえ、「運動やスポーツを、その価値や特性に着目して、楽しさや喜びとともに体力の向上に果たす役割の視点から捉え、自己の適性等に応じた『する・みる・支える・知る』の多様な関わり方と関連付けること」であると考えられる。



小学校では 運動やスポーツが楽しさや喜びを味わうことや体力の向上につながっていくことに着目することだけでなく、見ること、支えること、知ることなど自己の適性等に応じて、運動やスポーツとの多様な関わり方について考えることを意図している。

### 3. 体育科改訂の要点

① 目標の改善 体育や保健の見方・考え方を働かせる

#### 体育の「見方・考え方」

運動やスポーツを、その価値や特性に着目して、楽しさや喜びとともに体力の向上に果たす役割の視点から捉える

この運動は〇〇な楽しさや喜びが味わえる。

この運動は〇〇な体力がつく。



休み時間もやってみよう。

テレビで観戦しよう。

サポーターとして応援したい。

歴史を調べてみよう。

自己の適性等に応じた『する・みる・支える・知る』の多様な関わり方と関連付ける

### 3. 体育科改訂の要点

① 目標の改善 体育や保健の見方・考え方を働かせる

#### 保健の「見方・考え方」

疾病や傷害を防止するとともに、生活の質や生きがいを重視した健康に関する観点を踏まえ、「個人及び社会生活における課題や情報を、健康や安全に関する原則や概念に着目して捉え、疾病等のリスクの軽減や生活の質の向上、健康を支える環境づくりと関連付けること」であると考えられる。



小学校においては 特に身近な生活における課題や情報を、保健領域で学習する原則や概念に着目して捉え、病気にかかったり、けがをしたりするリスクの軽減や心身の健康の保持増進と関連付けることを意図している。

### 3. 体育科改訂の要点

#### ① 目標の改善 体育や保健の見方・考え方を働かせる

##### 保健の「見方・考え方」

個人及び社会生活における課題や情報を、健康や安全に関する原則や概念に着目して捉える

健康な生活のためには〇〇が大切だ。

体の発育・発達は〇〇な特徴がある。

けがの防止には〇〇が**必要**だ。

病気の予防や回復には〇〇が**必要**だ。



好き嫌いせず給食を食べると、元気に生活できるね。

休み時間に教室の換気をすると、かぜの予防ができるね。

疾病等のリスクの軽減や生活の質の向上、健康を支える環境づくりと関連付ける

### 3. 体育科改訂の要点

#### ① 目標の改善

豊かなスポーツライフの実現

中学校

高等学校

他の教科等の学習

確実に身に付ける

相互に関連させて高める

「学びに向かう力、人間性等」

体育や保健の見方・考え方を働かせる

課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通す

「知識及び技能」

「思考力、判断力、表現力等」

### 3. 体育科改訂の要点

#### ② 内容の改善

##### 運動領域

- 「知識及び技能」(「体づくり運動」は知識及び運動)
- 「思考力、判断力、表現力等」
- 「学びに向かう力、人間性等」

「学びに向かう力、人間性等」については、目標において全体としてまとめて示し、指導事項のまとまりごとに内容を示さないことを基本としている。しかし、**運動領域においては、豊かなスポーツライフを実現することを重視し、従前より「態度」を指導内容として示していることから、「学びに向かう力、人間性等」に対応した内容を示すこととした。**

##### 保健領域

- 「知識及び技能」
- 「思考力、判断力、表現力等」

### 3. 体育科改訂の要点

#### ② 内容の改善

体育科の内容構成は次表のとおりである。

学年	1・2	3・4	5・6
領域	体づくりの運動遊び	体づくり運動	
	器械・器具を使った運動遊び	器械運動	
	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	

### 3. 体育科改訂の要点

#### ② 内容の改善

##### 体づくり運動系

低学年: 体づくりの**運動遊び**、**体ほぐし**の運動遊び、**多様な動きをつくる運動遊び**  
 中学年: 体づくり運動(体ほぐしの運動、**多様な動きをつくる運動**)  
 高学年: 体づくり運動(体ほぐしの運動、**体の動きを高める運動**)

児童が易しい運動に出会い、伸び伸びと体を動かす楽しさや心地よさ味わう遊びであることを強調したもので、他の各領域においても同様の趣旨である。

他の領域において扱われにくい様々な動きを取り上げ、その行い方を知るとともに、運動(遊び)の楽しさを味わいながら体の基本的な動きを培うことをねらいとしている。

○「体の動きを高める運動」については、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。  
 ○2学年間にわたって指導する。

自己の心と体との関係に気付くことと仲間と交流することをねらいとしている。  
 \* 調整は、気付き、交流に溶け込んでいると考える。

新体力テストの結果等に見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、従前の「体力を高める運動」から「体の動きを高める運動」とした。  
 \* 数値を高めるトレーニングをするのではない。

### 3. 体育科改訂の要点

#### ② 内容の改善

##### 器械運動系

低学年: **器械・器具を使った運動遊び**  
 (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**、**跳び箱を使った運動遊び**)  
 中・高学年: **器械運動**、**マット運動**、**鉄棒運動**、**跳び箱運動**

技を身に付けたり、新しい技に挑戦したりするときに楽しさや喜びに触れたり、味わう事ができる運動。  
 より困難な条件の下でできるようになったり、より雄大で美しい動きができるようになったりする楽しさや喜びも味わう事ができる。

様々な動きに楽しく取り組み、基本的な動きや知識を身に付けたときに喜びに触れ、その行い方を知ることのできる運動。

それぞれの器械・器具の条件の下で行う、回転、支持、逆さ姿勢、ぶら下がり、振動、手足での移動など。

発達の段階及び中学校との連携を考慮し、児童が学びやすくなるように、技の分類をした。  
 \* 技の分類を子どもが覚えるのではない。

器械運動は、「できる」、「できない」がはっきりした運動であることから、全ての児童が技を身に付ける楽しさや喜びを味わうことができるようにすることが大切。

### 3. 体育科改訂の要点

#### ② 内容の改善

##### 陸上運動系

低学年: **走・跳の運動遊び**(走の運動遊び、跳の運動遊び)  
 中学年: **走・跳の運動**(**か**、**リレー**、小型ハードル走、幅跳び、高跳び)  
 高学年: **陸上運動**(**短距離走**・**リレー**、**ハードル走**、**走り幅跳び**、**走り高跳び**)

・合理的な運動の行い方を大切にしながら競走(争)や記録の達成を目指す学習活動が中心となる。  
 ・競走(争)では勝敗が伴うことから、できるだけ多くの児童に勝つ機会が与えられるように指導を工夫するとともに、その結果を受け入れることができるよう指導することが大切。  
 ・記録を達成する学習活動では、自己の能力に適した課題をもち、適切な運動の行い方を知り、記録を高めることができるようにすることが大切。

・走ったり跳んだりする動き自体の面白さや心地よさを引き出す指導を基本にする。  
 ・体力や技能の程度にかかわらず競走(争)に勝つことができたり、勝敗の結果を受け入れたりするなどして、意欲的に運動に取り組むことができるように、楽しい活動の仕方や場を工夫することが大切。

「走・跳の運動(遊び)」及び「陸上運動」については、児童の実態に応じて投の運動(遊び)を加えて指導することができる。  
 \* 遠くに一杯投げることに指導の主眼を置く。  
 \* 遠投の種目を教えるのではない。

### 3. 体育科改訂の要点

#### ② 内容の改善

##### 水泳運動系

低学年: **水遊び**(水の中を移動する運動遊び、もぐる・浮く運動遊び)  
 中学年: **水泳運動**(**浮いて進む運動**、もぐる・浮く運動)  
 高学年: **水泳運動**(**クロール**、**平泳ぎ**、**安全確保に繋がる運動**)

安定した呼吸を伴うことで、心地よく泳いだり、泳ぐ距離や浮いている時間を伸ばしたり記録を達成したりすることに繋がり、楽しさや喜びに触れたり味わったりすることができる運動である。

水に対する不安感を取り除く簡単な遊び方を工夫することで学習を進めながら、水の中での運動の楽しさや心地よさを味わうことができるようになることが大切。

水遊びで水に慣れ親しむことや、もぐる・浮くなどの経験を通して、十分に呼吸の仕方を身に付けておくことが大切。

技能面では、水にもぐることや浮くこと、息を止めたり吐いたりすることを身に付けることが重要な課題となる。

安定した呼吸の獲得を意図した運動。

○水中からのスタートを指導する。  
 ○学校の実態に応じて背泳ぎを加えて指導することができる。  
 ○適切な水泳場の確保が困難な場合には、「水遊び」及び「水泳運動」を取り扱わないことができるが、これらを安全に行うための心得については、必ず取り上げること。

### 3. 体育科改訂の要点

#### ② 内容の改善

##### ボール運動系

低学年：ゲーム(ボールゲーム、鬼遊び)  
 中学年：ゲーム(ゴール型ゲーム、ネット型ゲーム、ベースボール型ゲーム)  
 高学年：ボール運動(ゴール型、ネット型、ベースボール型)

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、ラグビー、フットボールなど、それぞれの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。  
 \*「これらの替えて」なので、どれを取り扱ってもよい。

競い合う楽しさに触れたり、友達と力を合わせて競争する楽しさや喜びを味わったりすることができる運動。

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取り扱う。  
 \*「及び」なので、両方取り扱う。

○学校の実態に応じてベースボール型のボール運動は取り扱わないことができる。  
 ○技能は「ボール操作」及び「ボールを持たないときの動き」で構成。  
 \*いつ、どのように発揮するかを適切に判断することが大切。

### 3. 体育科改訂の要点

#### ② 内容の改善

##### 表現運動系

低学年：表現リズム遊び(表現遊び、リズム遊び) 簡単なフォークダンスを含めて指導することができる。  
 中学年：表現運動(表現、リズムダンス)  
 高学年：表現運動(表現、フォークダンス)

中学年では、地域や学校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。高学年では、地域や学校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。

「表現」における技能では「ひと流れの動きで即興的に踊ること」と「簡単なひとまとまりの動きにして踊ること」が大切。

題材から捉えた動きを基に、表したい感じを中心として動きを誇張したり、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」にして表現すること。

表したいイメージを変化と起伏のある「はじめなかーおわり」の構成を工夫して表現すること。

### 3. 体育科改訂の要点

#### ② 内容の改善

##### 保健領域

運動領域との関連を重視する視点から、「健康な生活」、「体の発育・発達」、「病気の予防」については、運動に関する内容を充実して示す。

第3・4学年：健康な生活、体の発育・発達(知識と思考力、判断力、表現力等)  
 第5・6学年：心の健康、けがの防止(知識及び技能と思考力、判断力、表現力等)  
 病気の予防(知識と思考力、判断力、表現力等)

「予防」だけでなく「回復」に関する課題についての思考力、判断力、表現力等が求められるようになった。

心の健康、けがの防止の「技能」は、「不安や悩みへの簡単な対処をすること。」「けがなどの簡単な手当をすること。」を示す。

### 3. 体育科改訂の要点

#### ② 内容の改善

中学年では、「判断」を入れずに高学年と差別化している。

課題の見付けやすさに応じて、知識理解の順を変えている。

**イ 体の発育・発達**  
 体の発育・発達については、年齢に伴う変化及び個人差、思春期の体の変化などについて課題を見付け、それらの解決を目指して基礎的な知識を習得したり、解決の方法を考え、それを表現したりできるようにすることがねらいである。  
 このため、本内容は、体は年齢に伴って変化すること、思春期になると体に変化が起ること、体をよりよく発育・発達させるには、適切な運動、食事、休養及び睡眠が必要であることなどの知識と体の発育・発達についての思考力、判断力、表現力等を中心として構成している。

**ウ 心の健康**  
 心の健康については、けがの防止と同様に発達すること及び心と体には密接な関係があることについて理解できるようにすること及び、不安や悩みなどへの対処について課題を見付け、それらの解決を目指して知識及び技能を習得したり、解決の方法を考え、判断するとともに、それらを表現したりできるようにすることがねらいである。  
 このため、本内容は、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、また、心と体とは密接に関係していること、さらに、不安や悩みなどの対処にはいろいろな方法があることなどの知識及び不安や悩みなどへの対処の技能と、心の健康についての思考力、判断力、表現力等を中心として構成している。

**エ けがの防止**  
 けがの防止については、けがが発生する原因や防止の方法について課題を見付け、それらの解決を目指して知識及び技能を習得したり、解決の方法を考え、判断するとともに、それらを表現したりできるようにすることをねらいとしている。  
 このため、本内容は、交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがなどを取り上げ、けがの起こり方とその防止、さらには、簡単な手当が理解できるようにすること、簡単な手当をすることなどの知識及びけがの技能と、けがの防止についての思考力、判断力、表現力等を中心として構成している。

**オ 病気の予防**  
 病気の予防については、病気の発生要因や予防の方法、喫煙、飲酒、薬物乱用が健康に与える影響などについて課題を見付け、それらの解決を目指して知