

第 5 ・ 6 学年 体育科

1 学年の目標

- (1) 各種の運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方及び心の健康やけがの防止、病気の予防について理解するとともに、各種の運動の特性に応じた基本的な技能及び健康で安全な生活を営むための技能を身に付けるようにする。
- (2) 自己やグループの運動の課題や身近な健康に関わる課題を見付け、その解決のための方法や活動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力を養う。
- (3) 各種の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、場や用具の安全に留意したりし、自己の最善を尽くして運動をする態度を養う。また、健康・安全の大切さに気付き、自己の健康の保持増進や回復に進んで取り組む態度を養う。

2 指導の要点

- (1) は、「知識及び技能」に関する目標であり、各種の運動の楽しさや喜びを味わうことを通して、その行い方や心の健康、けがの防止及び病気の予防について理解するとともに、各種の運動の特性に応じた基本的な技能及び健康で安全な生活を営むための技能を身に付けること及び体力を養うことを意図している。
- (2) は、「思考力、判断力、表現力等」に関する目標であり、自己やグループの運動の課題や健康に関する自己の課題を見付け、その解決方法を工夫するとともに、それについて自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養うことを意図している。
- (3) は、「学びに向かう力、人間性等」に関する目標であり、運動やスポーツの価値である、公正、協力、責任、参画、共生、健康・安全等に関する態度及び意欲的に運動をする態度を養うことを意図している。特に、運動をする際の良好な人間関係が運動の楽しさや喜びに大きな影響を与えることや、仲間と共に積極的に意思決定に関わることが、運動やスポーツの意義や価値を知ることにつながることを踏まえたものである。また、児童の発達の段階に応じて、ルールやマナーを遵守することの大切さをはじめ、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改善を図ることで、オリンピック・パラリンピックに関する指導の充実に資するようすることを意図している。

3 内容の取り扱い

体づくり運動以外は、原則的に 5 ・ 6 年のいずれかの学年で指導できるようにするとともに、地域や学校の実態に応じて多様な運動も指導することができる。

領域	内 容		学年		備 考
			5 年	6 年	
体 づくり 運動	体ほぐしの運動		●	●	・「体づくり運動」は、2 学年にわたって指導し、「体の動きを高める運動」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ものとする。 ・「体ほぐしの運動」は各学年の各領域においてもその趣旨を生かした指導ができる。
	体の動きを高める運動	体の柔らかさを高めるための運動	●	●	
		巧みな動きを高めるための運動	●	●	
		力強い動きを高めるための運動	★		
		動きを持続する能力を高めるための運動	★		

器械運動	マット運動	★	<ul style="list-style-type: none"> ・ 基本的な技に取り組み、それぞれについて自己の能力に適した技が安定してできるようにするとともに、その発展技をできるようにする。 ・ 運動の楽しさや喜びに触れることができるよう、技に関連した易しい運動を取り入れたり、易しい場や条件の下で段階的に取り組めるようにしたりする。
	鉄棒運動	★	
	跳び箱運動	★	
陸上運動	短距離走・リレー	★	<ul style="list-style-type: none"> ・ 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が、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。 ・ 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って記録を高めることができるようにする。
	ハードル走	★	
	走り幅跳び	★	
	走り高跳び	★	
水泳運動	クロール	★	<ul style="list-style-type: none"> ・ 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。 ・ 泳ぎにつなげる水中からのスタートを指導する。 ・ 着衣のまま水に落ちた場合の対処の仕方については、安全確保につながる運動との関連を図り、各学校の実態に応じて積極的に取り組むこと。
	平泳ぎ	★	
	安全確保につながる運動	○	
ボール運動	ゴール型	★	<ul style="list-style-type: none"> ・ ゴール型では、バスケットボール及びサッカーを、ネット型では、ソフトバレーボールを、ベースボール型では、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、フットサル、バドミントン、テニスなど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ものとする。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。
	ネット型	★	
	ベースボール型	☆	
表現運動	表現	★	<ul style="list-style-type: none"> ・ 学校や地域の実態に応じて「リズムダンス」を加えることができる。
	フォークダンス	★	
自然とかかわりの深い雪遊び、スキー、スケート、水辺活動など		○	<ul style="list-style-type: none"> ・ 地域や学校の実態に応じて積極的に行うことに留意する。
保健	心の健康	●	<ul style="list-style-type: none"> ・ 「心の健康」の「不安や悩みへの対処」と「体ほぐしの運動」とは、相互の関連を図って指導するものとする。 ・ 「病気の予防」の「喫煙、飲酒、薬物乱用」については、有機溶剤の心身への影響を中心に取り扱い、覚せい剤等についても触れるものとする。 ・ 食事、運動、休養及び睡眠については、食育の観点も踏まえつつ健康的な生活習慣の形成に結び付くよう配慮する。
	けがの防止	●	
	病気の予防	●	

- 印は、必ずその学年で指導することを意味する。
 ★印は、いずれかの学年に分けて指導することができることを意味する。
 ○印は、地域や学校の実態に応じて加えて指導できることを意味する。
 ☆印は、地域や学校の実態に応じて取り扱わなくてもよいことを意味する。

4 評価の観点の趣旨

〔運動領域〕

観 点	観 点 の 趣 旨
知識・技能	各種の運動の行い方について理解しているとともに、各種の運動の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。
思考・判断・表現	自己やグループの運動の課題を見付け、その解決のための活動を工夫しているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。
主体的に学習に取り組む態度	各種の運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、各種の運動に積極的に取り組もうとしている。

〔保健領域〕

観 点	観 点 の 趣 旨
知識・技能	心の健康やけがの防止、病気の予防について理解しているとともに、健康で安全な生活を営むための技能を身に付けている。
思考・判断・表現	身近な健康に関する課題を見付け、その解決のための方法や活動を工夫しているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。
主体的に学習に取り組む態度	健康・安全の大切さに気付き、自己の健康の保持増進や回復についての学習に進んで取り組もうとしている。