

第 5・6 学年 体育科

1 学年の目標

- (1) 活動を工夫して各種の運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにするとともに、その特性に応じた基本的な技能を身に付け、体力を高める。
- (2) 協力、公正などの態度を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動する態度を育てる。
- (3) 心の健康、けがの防止及び病気の予防について理解できるようにし、健康で安全な生活を営む資質や能力を育てる。

2 指導の要点

- (1) 5・6年生では、教科の目標に示されている「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てる」を踏まえ、中学年の「楽しくできるようにする」をやや程度を高め、運動の楽しさや喜びをより一層深めることに重点を置いている。そして、それぞれの運動の楽しさや喜びを味わうことを大切にしながら各運動領域の特性に応じた基本的な技能を身に付け、運動を楽しく行う中で体力の向上を図れるようにすることを目指している。高学年児童が体力の高め方に関する理解がある程度できるようになっていることを考慮して、意図的に体力を高めるための指導を行っていくことが求められる。
- (2) 協力、公正などの態度、健康・安全に関する態度、自己の最善を尽くして運動をする態度など、運動を実践する場合に必要な態度を育てることを目標としている。高学年の児童にふさわしい協力、公正などの具体的な態度の育成や学習課題の達成へ向けて全力を出して運動に取り組む態度の育成を目指し、運動の実践だけでなく日常生活において必要な態度につなげていく指導が求められる。
- (3) 保健領域では、心の発達や心と体の相互の影響及び不安や悩みへの対処の仕方、交通事故や身の回りの生活の危険を予測し、回避すること、病気の起こり方と予防について理解できるようにすることを旨とする。単に知識の習得のみの学習ではなく、これらの理解を通して、生涯にわたり健康を保持増進し、安全な生活を営む資質や能力の育成につながるようにしていくことが求められる。

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様にするとともに、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、「体力を高める運動」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。
	体力を高める運動	体の柔らかさを高める運動	●	●	
		巧みな動きを高める運動	●	●	
		力強い動きを高める運動	★		
	動きを持続する能力を高める運動	★			

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、易しい場や条件のもと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	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。 着衣泳については各学校の実態の応じて取り扱うことができる。
	平泳ぎ	★	
	背泳ぎ	○	
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。 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。 ゴール型：ハンドボール・ラグビー・フットボール ネット型：プレルボール ベースボール型：ティーボール 学校の実態に応じてベースボール型は取り扱わなくてもよい。
	ネット型	★	
	ベースボール型	☆	
表現運動	表現	★	<ul style="list-style-type: none"> 地域や学校の実態に応じて「リズムダンス」を加えることができる。
	リズムダンス	○	
	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の内容は、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つくよう配慮する。
	けがの予防	●	
	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
運動への関心・意欲・態度	運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、進んで運動に取り組むとともに、協力、公正などの態度を身に付け、健康・安全に留意しようとする。
運動についての思考・判断	自己の能力に適した課題の解決の仕方や運動の取り組み方を工夫している。
運動の技能	運動の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。

〔保健領域〕

第5学年

観 点	観 点 の 趣 旨
健康・安全への関心・意欲・態度	心の健康やけがの防止について関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。
健康・安全についての思考・判断	心の健康やけがの防止について、課題の解決を目指して実践的に考え、判断し、それらを表している。
健康・安全についての知識・理解	心の健康やけがの防止について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。

第6学年

観 点	観 点 の 趣 旨
健康・安全への関心・意欲・態度	病気の予防について関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。
健康・安全についての思考・判断	病気の予防について、課題の解決を目指して実践的に考え、判断し、それらを表している。
健康・安全についての知識・理解	病気の予防について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。