

# 第9節 体 育

## 第1 指導計画の作成

### 1 指導計画作成の基本的な考え方

#### 【体育科の目標】

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。 知識及び技能
- (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。 思考力、判断力、表現力等
- (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。 学びに向かう力、人間性等

#### 【体育科の見方・考え方】

体育科においては、「見方・考え方」を働かせる学習過程を工夫することにより、体育科で育成を目指す資質・能力がより豊かになり、体育科の目標である、「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」の育成につなげることを目指すものである。

#### 【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、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。

#### 【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、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。

### 2 指導計画作成の一般的な手順

年間指導計画は、各学校の体育科の時間等の根幹をなす基本的な計画である。各学校においては、地域や学校及び児童の実態や特性を十分考慮して、小学校6年間を見通し、各学年の目標や内容、授業時数、単元配列等を的確に定め、年間を通して運動の実践が円滑に行われるなど調和のとれた年間指導計画を作成する必要がある。

#### 【手順】

- (1) 基礎資料（児童の実態、施設・用具の規模と数、学級・教職員数、地域の条件等）を作成する。
- (2) 学校における体育科の目標を定め、指導方針を明確にする。
- (3) 各学年の指導内容・領域別時数を決める。
- (4) 単元の構成や規模を決める。
- (5) 単元の配列を決める。
- (6) 年間指導計画を作成する。
- (7) 実践をもとに年間指導計画の評価、改善を行う。

### 3 指導計画作成に当たっての留意すべき事項

各教科等共通の視点

体育科の視点

#### (1) 「特別な配慮を必要とするなど課題を抱えた児童への指導」の視点

運動領域の指導に当たっては、当該児童の運動（遊び）の行い方を工夫するとともに、活動の場や用具、補助の仕方に配慮するなど、困難さに応じた手立てを講じていく。保健領域の指導においても、不安や悩みなどへの対処やけがの手当などの技能の実技指導については、運動領域の指導と同様の配慮をする。

#### 【運動領域における配慮の例】

- ・複雑な動きをしたり、バランスをとったりすることに困難がある場合には、動きを細分化したり、適切に補助をしたりする。

## (2) 「主体的・対話的で深い学び」の視点

### 《主体的な学び》

- ・運動の楽しさや健康の意義等に気づき、運動や健康についての興味や関心を高め、課題の解決に向けて自ら粘り強く取り組む。
- ・学習を振り返り、課題を修正したり、新たな課題を設定したりする。

### 《対話的な学び》

- ・運動や健康についての課題の解決に向け、他者との対話を通して、自己の思考を広げたり深めたりする。

### 《深い学び》

- ・自己の運動や健康についての課題を見付け、解決に向けて試行錯誤を重ねながら、思考を深め、よりよく解決する。

これらの三つの学びの過程を独立して取り上げるのではなく、相互に関連を図り、体育や保健の見方・考え方を働かせ、単元の内容や時間のまとまりの中で、多様な学習活動を組み合わせながら授業を組み立てていく。

### 【多様な学習活動の例】

- ・自身の学びや変容を自覚できる活動
- ・自分の考えを広げたり深めたりする活動
- ・児童が考える活動と教師が教える活動

## (3) 「教科等横断的」な視点

育成すべき資質・能力の三つの柱を踏まえ、教科等の枠を超え、全ての教科等のつながりの中で育んでいくものを明確にする。

### 【教科等横断的な学習活動の例】

- ・筋道を立てて練習や作戦について話し合うことや、身近な健康の保持増進について話し合うことなど、コミュニケーション能力や論理的な思考力の育成を促すための言語活動を積極的に行う。
- ・「器械・器具を使っての運動遊び」と、生活科の「学校、家庭及び地域の生活に関する内容」とを関連付け、施設や用具の安全に気を付けて運動遊びをする。

## (4) 「社会に開かれた教育課程」の視点

社会や世界の状況を幅広く視野に入れ、求められる資質・能力を教育課程において明確にしたり、地域の人的・物的資源の活用や放課後、土曜日等を活用した社会教育との連携を図ったりしていく。

### 【人的資源の活用を図った学習活動の例】

- ・地域のスポーツクラブの指導者を招き、示範や実技指導などを行うことで、技能の向上を図る。

## (5) 「道徳教育の充実」の視点

道徳教育の全体計画との関連を図ったり、道徳科の指導の内容及び時期等に配慮したりすることで、体育科で扱った内容や教材の中で適切なものを道徳科に活用したり、道徳科で取り上げたことに関係のある内容や教材を体育科で扱ったりするなど、相互に効果を高め合うようにする。

### 【道徳教育との関連を図った学習活動の例】

- ・集団で楽しくゲームを行うことを通して、仲間と協力する、勝敗を受け入れる、フェアプレイを大切にする、仲間の考えや取組を理解するなどの態度を養う。

## (6) 「授業時数配当」の視点

- ・児童の実態や学校・地域に応じた指導ができるように、特色ある領域別時数を工夫し配当する。ただし、一部の領域に偏らないようにする。
- ・機能的特性に十分触れ、学習内容の確実な習得を図るために、2学年間で運動の取り上げ方の弾力化を図り、できる限り低・中学年でも中・大単元化する。
- ・日常的な体育活動が活性化するように、学校行事との関連を図る。
- ・第3学年及び第4学年の内容の「G 保健」に配当する授業時数は、2学年間で8単位時間程度、また、第5学年及び第6学年の内容の「G 保健」に配当する授業時数は、2学年間で16単位時間程度とする。なお、効果的な学習が行われるよう適切な時期に、ある程度まとまった時間を配当する。

## 第2 指導計画作成のための資料

### 1 各学年の内容の取扱い

ゴシック体…新たに加わったもの、または変更したもの

領域及び内容(学年)	内容の取扱い		
	第1・2学年(低)	第3・4学年(中)	第5・6学年(高)
A 体つくりの運動遊び(低) ア 体はぐしの運動遊び イ 多様な動きをつくる運動遊び エ 体つくり運動(中) ア 体はぐしの運動 イ 多様な動きをつくる運動 エ 体はぐしの運動 イ 多様な動きをつくる運動	○ 2学年間にわたって指導するものとする。	○ 2学年間にわたって指導するものとする。	○ 2学年間にわたって指導するものとする。また、①のイ「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ものとする。その際、音楽に合わせて運動をするなどの工夫を図ること。 ○ ①のイ「体はぐしの運動」と「G 保健」の①のイの(ウ)「不安や悩みなどへの対応」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。」については、相互の関連を図って指導するものとする。 ○ いずれかの学年で指導することもできる。
B 器械・器具を使った運動遊び(低) ア 固定施設を使った運動遊び イ マットを使った運動遊び エ 鉄棒を使った運動遊び ウ 器械運動(中・高) ア マット運動 イ 鉄棒運動 ウ 跳び箱運動	○ いずれかの学年で指導することもできる。	○ いずれかの学年で指導することもできる。	○ いずれかの学年で指導することもできる。
C 走・跳の運動遊び(低) ア 走の運動遊び イ 跳の運動遊び ウ かけっこ エ リレー 陸上運動(高) ア 短距離走・リレー イ 走り高跳び ウ 走り幅跳び	○ いずれかの学年で指導することもできる。 ○ 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。	○ いずれかの学年で指導することもできる。 ○ 児童の実態に応じて投の運動を加えて指導することができる。	○ いずれかの学年で指導することもできる。 ○ 児童の実態に応じて、投の運動を加えて、指導することができる。
D 水遊び(低) ア 水の中を移動する運動遊び イ もぐもぐ・浮く運動遊び ウ 水泳運動(中) ア 泳いで進む運動 イ もぐもぐ・浮く運動 ウ 水泳運動(高) ア クロール イ 平泳ぎ ウ 安全確保につながる運動	○ いずれかの学年で指導することもできる。	○ いずれかの学年で指導することもできる。	○ いずれかの学年で指導することもできる。 ○ ①のイ「クロール」及び「平泳ぎ」については、水中からのスタンスを指導するものとする。また、学校の実態に応じて泳ぎを加えて指導することができる。
E ゲーム(低) ア ボールゲーム イ 鬼遊び ウ ゲーム(中) ア ゴール型ゲーム イ ネット型ゲーム ウ ボールゲーム型ゲーム ア ボール運動(高) イ ネット型 ウ ベースボール型	○ いずれかの学年で指導することもできる。	○ いずれかの学年で指導することもできる。 ○ ①のイ「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取り扱うものとする。	○ いずれかの学年で指導することもできる。 ○ ①「知識及び技能」については、アはバスケットボール及びサッカーを、イはソフトバレーボールを、ウ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、フラッグフットボールなど、イ及びウ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ものとする。なお、学校の実態に応じて取り扱わないこともできる。
F 表現リズム遊び(低) ア 表現遊び イ リズム遊び ウ 表現運動(中) イ リズムダンス ア 表現 イ リズムダンス ウ 表現運動(高) イ フォークダンス ア 表現	○ いずれかの学年で指導することもできる。 ○ ①のイ「リズム遊び」については、簡単なフォークダンスを含めて指導することができる。	○ いずれかの学年で指導することもできる。 ○ ①「知識及び技能」については、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。	○ いずれかの学年で指導することもできる。 ○ ①「知識及び技能」については、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。
G 保健(中) ①健康な生活 ②体の発育・発達 保健(高) ①心の健康 ②けがの防止 ③病気の予防	○ ①「健康な生活」を第3学年、②「体の発育・発達」を第4学年で指導するものとする。 ○ ①「健康な生活」については、健康診断や学校給食など様々な活動が行われていることについて触れるものとする。 ○ ②「体の発育・発達」については、自分と他人では発育・発達などに違いがあることに気づき、それらを肯定的に受け止めることが大切であることについて触れるものとする。	○ ①「健康な生活」を第3学年、②「体の発育・発達」を第4学年で指導するものとする。 ○ ①「健康な生活」については、健康診断や学校給食など様々な活動が行われていることについて触れるものとする。 ○ ②「体の発育・発達」については、自分と他人では発育・発達などに違いがあることに気づき、それらを肯定的に受け止めることが大切であることについて触れるものとする。	○ ①「心の健康」及び②「けがの防止」を第5学年、③「病気の予防」を第6学年で指導するものとする。また、けがや病気からの回復についても触れるものとする。 ○ ③のイの(エ)「喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、健康を損なう原因となること。」の薬物については、有機溶剤の心身に与える影響を中心に取り扱うものとする。また、覚醒剤等についても触れるものとする。

※ 低学年においては、学校や地域の実態に応じて歌や運動を伴う伝承遊び及び自然の中での運動遊びを加えて指導することができる。また、各領域の各内容については、運動と健康が密接に関連していること(解P66)を踏まえて指導すること。

※ 中学年においては、各領域の各内容については、運動と健康が密接に関連していること(解P66)を踏まえて指導すること。

※ 高学年においては、各領域の各内容については、運動と健康が密接に関連していること(解P110)を踏まえて指導すること。

## 2 指導計画作成上の手順と留意点

- (1) 基礎資料（児童の実態、施設・用具の規模と数、学級・教職員数、地域の条件等）を作成する児童の実態や学校・地域に応じた特色ある年間指導計画を作成するためには、まず、児童の実態、施設・用具の規模と数、学級・教職員数、地域の条件等を的確に把握することが必要である。（例：A小学校）

児童の実態	新体力テストの結果を見ると、50m走・ソフトボール投げ・20mシャトルランの記録が県平均を下回っている学年が多い。
施設・用具の規模と数	校庭は1周130m弱のトラックでやや狭い。 ソフトボールの用具が不足している。
学級・教職員数	全学年3学級で合計18学級である。教職員数は、26名である。
地域の条件	サッカー少年団に所属している児童がやや多い。 ボールを使用して遊べるような広い公園がない。
地域の体育的行事	市民体育祭 小学生ドッジボール大会 ウォーキング大会

- (2) 学校における体育科の目標を定め、指導方針を明確にする

（例：A小学校）

- ア 体育科の目標・・・運動の有する特性や魅力に応じて、基本的な動きや技能を身に付けたり、健康・安全に関する課題を解決したりし、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や能力を育成する。  
（資質・能力の三つの柱の育成）
- イ 指導方針・・・指導内容の系統性を踏まえた運動の取り上げ方の重点化・弾力化を図る。指導内容の明確化と確実な定着を図る。運動領域と保健領域の関連を図る。児童の課題となっている体力（特に走力・投力・持久力）の向上を図る。  
（主体的・対話的で深い学びの実現）

- (3) 各学年の指導内容・領域別時数を定める

### ○運動の取上げ方の重点化

基礎資料（児童の実態、施設・用具の規模と数、学級・教職員数、地域の条件等）や学校における体育科の目標、指導方針等を基に重点領域を選定し、領域別の指導時数を配当する。

（例：A小学校）

	第1学年	第2学年	第3学年	第4学年	第5学年	第6学年
体づくり運動系	16	16	15	15	10	12
器械運動系	20	20	22	22	18	16
陸上運動系	20	23	20	20	16	16
水泳系	10	10	10	10	10	10
ボール運動系	24	24	24	24	17	18
表現運動系	12	12	10	10	11	10
保健			4	4	8	8
合計	102	105	105	105	90	90

#### 【A小学校における配当上の留意点】

- 体づくり運動系は、持久力が低下している実態や、体の基本的な動きや多様な動きを身に付ける視点から、低・中学年の時数を十分に確保する。
- 陸上運動系は、走力や投力が低下している実態や、運動会、市内陸上大会などの関連から、全学年にわたって時数を多く配当する。また、「投の運動（遊び）を加えて指導することができる」ことが示されたことから、偶数学年に「投の運動（遊び）」を取り入れる。
- ボール運動系は、投力が低下している実態や、学習内容に発展性があるため、全学年にわたって時数を多く配当する。

### ○運動の取上げ方の弾力化

学年の目標及び内容が2学年ごとにまとめて示されている意図を踏まえ、いずれの学年に分けるか、いずれの学年においても取り上げるか等、6年間を見通して、2学年間での弾力的な扱いを工夫することで、児童にじっくりと学習に取り組みせ、指導内容の確実な定着を図る。

（例：A小学校 第3学年・第4学年）

	第3学年	第4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	体ほぐしの運動 多様な動きをつくる運動
器械運動	マット運動 鉄棒運動 跳び箱運動	マット運動 鉄棒運動 跳び箱運動
走・跳の運動	かけっこ・リレー 小型ハードル走 幅跳び	かけっこ・リレー 小型ハードル走 高跳び 投の運動
水泳運動	浮いて進む運動 もぐる・浮く運動	浮いて進む運動 もぐる・浮く運動
ゲーム	ゴール型ゲーム（タグラグビー）（ハンドボール） ベースボール型ゲーム（ティーボール）	ゴール型ゲーム（ポートボール）（ラインサッカー） ネット型ゲーム（プレルボール）
表現運動	表現 リズムダンス	表現 リズムダンス
保健	健康な生活	体の発育・発達

#### (4) 単元の構成や規模を決める

機能的特性や学年の発達の段階を考慮して、単元の規模や各運動にどの程度の時間をかけるかを定める。主体的・対話的で深い学びが実現できるよう、大単元を多く設定するとよい。

(例：A小学校)

	低学年 (102、105 時間)	中学年 (105 時間)	高学年 (90 時間)
小単元	(2時間程度) ・体ほぐしの運動遊び ・固定施設を使った運動遊び ・走の運動遊び (1年 4月) ・跳の運動遊び (1年 4月)	(2～4時間程度) ・体ほぐしの運動 (3年 4、12月、4年 4、11月) ・多様な動きをつくる運動 (3年 4、1月、4年 4、11月) ・投の運動 ・リズムダンス ・健康な生活 ・体の発育・発達	(2～4時間程度) ・体ほぐしの運動 ・体の動きを高める運動 ・投の運動 ・フォークダンス ・心の健康 ・けがの防止
中単元	(3～5時間程度) ・鉄棒を使った運動遊び ・走の運動遊び (1年 9月) (2年 4、9、3月) ・投の運動遊び ・鬼遊び (2年 10月)	(5～7時間程度) ・多様な動きをつくる運動 (3年 12月、4年 1月) ・マット運動 (3年 10月) ・跳び箱運動 (4年 2月) ・かけっこ・リレー ・小型ハードル走 ・幅跳び ・高跳び ・表現	(5～7時間程度) ・マット運動 (5年 4月) ・鉄棒運動 ・跳び箱運動 (5年 1月) ・ハードル走 ・走り高跳び
大単元	(6時間以上) ・多様な動きをつくる運動遊び ・マットを使った運動遊び ・跳び箱を使った運動遊び ・走の運動遊び (1年 10月) ・跳の運動遊び (1、2年 2月) ・鬼遊び (1、2年 1月) ・水遊び ・ボールゲーム ・表現遊び ・リズム遊び	(8時間以上) ・マット運動 (4年 10月) ・跳び箱運動 (3年 2月) ・鉄棒運動 ・水泳運動 ・ゲーム	(8時間以上) ・短距離走・リレー ・走り幅跳び ・走り高跳び ・マット運動 (6年 4月) ・跳び箱運動 (6年 1月) ・水泳運動 ・ボール運動 ・表現運動 ・病気の予防

#### (5) 単元の配列を決める

機能的特性が明確で、児童にわかりやすく、かつ、その内容が豊かで発展性のある運動を主単元とし、主単元を中心にゆとりある学習時間を確保した計画を立てていく。その他の運動は副単元とし、主単元と組み合わせて配列し、時間を十分に配当する単元、時間を少し配当する単元といったように、軽重をつける工夫が必要である。

(単元の組み合わせの例：A小学校 第1学年)

月(時)	4月 (6)					5月 (9)					
	時間(回)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
構成		固定施設を使った運動遊び (25分×4回)				鉄棒を使った運動遊び (27分×5回)					
		走の運動遊び (20分×4回)				跳の運動遊び (18分×5回)					

#### 【単元配列にあたっての留意点】

- 季節によって位置付けが決めやすい単元から決める。
- 学校行事と関連する単元を位置付ける。
- 各学期にどう配分するかを考え、関係領域の各単元を位置付ける。
- 体育施設・用具の合理的な使用ができるように学年間での調整を図る。

#### (6) 年間指導計画を作成する

月(時)	
体育的行事	
単元名	
ねらい	
時間(回)	
構成	(分)
	10
	20
	30
40	
備考	

#### 【年間指導計画に必要な項目】

- 月(時) …月ごとに指導時間がわかるように示す。
- 体育的行事…新体力テスト、プール開き、運動会等を示す。
- 単元名…わかりやすい単元名を示す。
- ねらい…各学校の実態に即してねらいを定める。
- 時間(回) …年間の指導時間(回数)を1単位時間ごとに示す。
- 構成…単独単元か組み合わせ単元かがわかるように示す。組み合わせ単元の場合には、その順序と45分をどのように区切って合わせるのかわかるように示す。
- 備考…他教科等とのつながり、地域との連携等について示す。
- ※その他…単元ごとの指導計画には、学習内容や学習の道筋、場づくり、必要な用具、評価規準等を示すとよい。

#### (7) 実践をもとに年間指導計画の評価、改善を行う

- 単元終了時や学期末に、実践を踏まえた改善点を年間指導計画に朱書きし、見直しを積み重ねる。併せて、使用した学習資料や学習カード、手作り教具、電子データ等の整理及び保存をする。
- 学年末に、次年度に向け、積み上げてきた朱書き等をもとに年間指導計画を改善する。









第4学年 ○A小学校の年間指導計画

○児童の実態から、走力・投力・持久力に重点を置く。

☆…重点単元 網掛けの単元…体育館を使用

月(時)	4月(9)	5月(9)	6月(12)	7月(6)	9月(9)	10月(12)	
体育的行事	新体力テスト		プール開き		運動会		
単元名	(体) ☆(走) リレーゲーム⑤ (体) 体ほぐしの運動④ (体) 様々な動きをつくる運動④	(ゲ) ゴールゲーム⑧	(器) 鉄棒運動⑧	(水) 浮いて進む運動⑩	(表) リズムダンス④ (表) 表現⑥	(器) マット運動⑧	
ねらい	(略)						
時間(回)	1 2 3 4 5	6 7 8 9 10	11 12 13 14 15 16 17 18	19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36	37 38 39 40 41 42 43 44 45 46	47 48 49 50 51 52 53	
構成	○体ほぐしの運動 ・用具を用いた運動 ・リズムに乗った運動 ○体を移動する運動 ・様々な走り出しの姿勢から素早く走り始める ・真つ直ぐ前を見て腕を前後に大きく振って走る ○周回リレー ・走りながら、タイミンクよくバトンを受渡する ・コーナーの内側に体を軽く傾けて走る	○ボートボール ・味方へのボールパス、シムート ・ボール保持時に体をゴールに向ける ・ボール保持者と自分の間に守備者がいないように移動	○基本的な前方足掛け回転 ・膝掛け振り上がり (発展技：膝掛け上がり) ・前方片膝掛け回転 ○基本的な後方脚掛け回転 ・後方片膝掛け回転 (発展技：後方もも掛け回転) ・両膝掛け倒立下り (発展技：両膝掛け振動下り)	○浮いて進む運動 ・け伸び ・初歩的な泳ぎ ○もぐる・浮く運動 ・プールの底にタッチ、股くぐり、変身ももぐり ・背浮き、だるま浮き、簡単な浮き泳ぎ	○基本的な倒立回転 ・基本的な倒立回転 (発展技：倒立ブリッジ) ・脚方倒立回転 (発展技：ロングアート) ○基本的なはね起き ・首はね起き (発展技：頭はね起き) ○基本的な倒立グループ技 ・膝倒立 (発展技：補助倒立) ・頭倒立	○基本的な倒立回転 ・基本的な倒立回転 (発展技：倒立ブリッジ) ・脚方倒立回転 (発展技：ロングアート) ○基本的なはね起き ・首はね起き (発展技：頭はね起き) ○基本的な倒立グループ技 ・膝倒立 (発展技：補助倒立) ・頭倒立	○基本的な倒立回転 ・基本的な倒立回転 (発展技：倒立ブリッジ) ・脚方倒立回転 (発展技：ロングアート) ○基本的なはね起き ・首はね起き (発展技：頭はね起き) ○基本的な倒立グループ技 ・膝倒立 (発展技：補助倒立) ・頭倒立
備考	・地域やスポーツ指導者との連携【3(4)】						・地域やスポーツ指導者との連携【3(4)】

月(時)	10月	11月	12月(6)	1月(9)	2月(12)	3月(9)	
体育的行事	陸上大会(5・6年)		持久走大会		なわ跳び大会		
単元名	☆(走) 投の運動④ ☆(走) 高跳び⑤	(体) 体ほぐしの運動① (体) ☆多様な動きをつくる運動③	(ゲ) ネット型ゲーム⑧	(体) 多様な動きをつくる運動⑥ ☆(走) 小型ハードル走⑥	(保) 体の発育・発達④ ☆(器) 跳び箱運動⑥	(ゲ) ゴールゲーム⑧	
ねらい	(略)						
時間(回)	54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67	68 69 70 71 72 73 74 75	76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87	88 89 90 91 92 93 94 95 96 97	98 99 100 101 102 103 104 105		
構成	○投の運動 ・どすこいバウンド投げ ・バトン投げ ・落ち傘投げ ・チーム対抗ボール投げゲーム ・スロウイングゴルフ ○短い助走からの高跳び ・3～5歩程度の短い助走から踏み切り足を決めて上方に強く踏み切り、高く跳ぶ ・膝を柔らかく曲げて、足から着地する	○アレルボール ・いろいろな高さのボールを片手、両手ではじいたり、打ちつけたりする ・相手コートから返球されたボールの片手、両手での返球 ○ボールの方向に体向けること、もしくは、ボールの落下点や操作しやすい位置への移動	○方試しの運動 ・人を押す、引く動き ・や力比べをするなどの動き ・人を運ぶ、支えるなどの動き ○基本的な動きを組み合わせた運動 ・バランスをとりながら移動 ・用具を操作しながら移動	○体の発育・発達 ○思春期の体の変化 ○体をよりよく発育・発達させるための生活	○基本的な倒立回転 ・台上前転 (発展技：伸膝台上前転) ・首はね跳び (発展技：頭はね跳び)	○ライオンサッカー ・味方へのパス、シュート ・ボール保持時に体をゴールに向ける ・ボール保持者と自分の間に守備者がいないように移動	
備考	・地域やスポーツ指導者との連携【3(4)】						・地域やスポーツ指導者との連携【3(5)】

※○数字は、1単位時間を45分とした場合の時数。

※「体づくりの運動」は、上記のように「体ほぐし…」と「多様な動き…」を、単元を通して帯で取り扱うこともできるが、それぞれを1単位時間で取り扱うこともできる。

※「投の運動」の指導に際しては、達成・競争の特性を失わないように配慮する。



第6学年

○A小学校の年間指導計画

○児童の実態から、走力・投力・持久力に重点を置く。

☆…重点単元 網掛けの単元…体育館を使用

月(時)	4月(9)		5月(9)		6月(12)		7月(6)		9月(10)																																																			
体育的行事	(健康診断)		新体力テスト		プール開き		林間学校(5年)		運動会																																																			
単元名	(体) 体ほぐしの運動② (器) マット運動⑧ (器) ハードル走⑥ (器) ☆(陸) 投の運動② (水) クロール④ (水) 平泳ぎ⑤ (水) 安全確保につながる運動①		(器) ☆(陸) ハードル走⑥ (器) ☆(陸) 投の運動②		(保) 病気の予防④		(水) クロール④ (水) 平泳ぎ⑤ (水) 安全確保につながる運動①		(表) 表頭⑩																																																			
ねらい	(略)																																																											
時間(回)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45															
(分)	○体ほぐしの運動 ・動作や人数などの条件を変えて、歩いたり走ったりする運動 ・前と力を合わせて転がる運動 ・伝承遊びや集団による運動 ・体の柔らかさを高めるための運動 ・徒手での運動 ○巧みな動きを高めるための運動 ・人や物の動き、場状況に対応した運動 ○力強い動きを高めるための運動 ・人や物の重さなどを用いた運動										○基本的な前転グループ技 ○前転グループ発展技 ・補助倒立前転 ○基本的な倒立グループ技 ○基本的な倒立回転グループ技 ○基本的なはね起きグループ技 ○倒立回転グループ発展技 ・ロンダート ・頭はね起き ○技の組み合わせ										○安全確保につながる運動・背泳ぎ・背泳ぎ ○25～50m程度を目安にした平泳ぎ ・円を描くように左右に開き水をかく ・足の裏や脚の内側で水を掻き出すかえりをする ○ゆったりとした平泳ぎ ・水をかきながら、顔を前に上げて呼吸をする ○キックの後に顎を引いた伏し泳ぎの姿勢を保つ ・呼吸を伸ばして水を引く ・リズムを刻みながら水をかく ・リズムを刻みながら水をかく ・両手を揃えた姿勢で片手ずつ大きく水をかく ・ゆつくりとした動きで足をかく																																							
構成																																																												
備考	・集団行動の指導 ・地域やスポーツ指導者との連携【3(4)】										・地域やスポーツ指導者との連携【3(4)】 ・業種教諭、学校医等との連携【3(4)】										・地域やスポーツ指導者との連携【3(4)】																																							
月(時)	10月(12)		11月(8)		12月(5)		1月(6)		2月(8)		3月(5)																																																	
体育的行事			陸上大会(5・6年)		持久走大会		なわ跳び大会		なわ跳び大会		学年球技大会																																																	
単元名	(保) 病気の予防④ (陸) 走り高跳び⑧ (水) ☆(体) 体の動きを高める運動③(動きを持続③)		(保) 病気の予防④ (器) ネット型⑩		(保) 病気の予防④ (器) ネット型⑩		(器) 跳び箱運動⑧ (水) 跳び箱運動⑧ (水) 跳び箱運動⑧		(器) 跳び箱運動⑧ (水) 跳び箱運動⑧ (水) 跳び箱運動⑧		(器) 跳び箱運動⑧ (水) 跳び箱運動⑧ (水) 跳び箱運動⑧																																																	
ねらい	(略)																																																											
時間(回)	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90															
(分)	○喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 ○地域の様々な保健活動の取組										○リズムカルな助走からの走り高跳び ・5～7歩程度のリズムカルな助走をする ・上体を起こして力強く踏み切る ・はさみ跳びで、足から着地する										○ソフトラレーボール ・自陣のコート(中央付近)から相手コートへのサーブ ・味方が受けやすいようにボールをつなぐ ・片手、両手での相手コートへの返球 ・ボールの方向に体を向けることとボール方向への素早い移動										○体の柔らかさのための運動 ・用具などを用いた運動 ○巧みな動きを高めるための運動 ・人や物の動き、場状況に対応した運動 ・用具などを用いた運動										○基本的な切り返し跳びグループ技 ○基本的な回転跳びグループ技 ○回転跳びグループ発展技 ・伸膝台上前転 ・頭はね跳び										○サツカー ・近くにいるフリーの味方へのパス ・パスを受けてのシュート ・ボール保持者と自分の間に守備者が入らない位置への移動 ・得点しやすい場所への移動 ・ボール保持者とゴールの間に体を入れた守備									
備考	・警察、保健センター等の連携【3(4)】 ・地域やスポーツ指導者との連携【3(4)】 ・道徳教育との関連【3(5)】										・道徳教育との関連【3(5)】										・道徳教育との関連【3(5)】																																							

※○数字は、1単位時間を45分とした場合の時数。

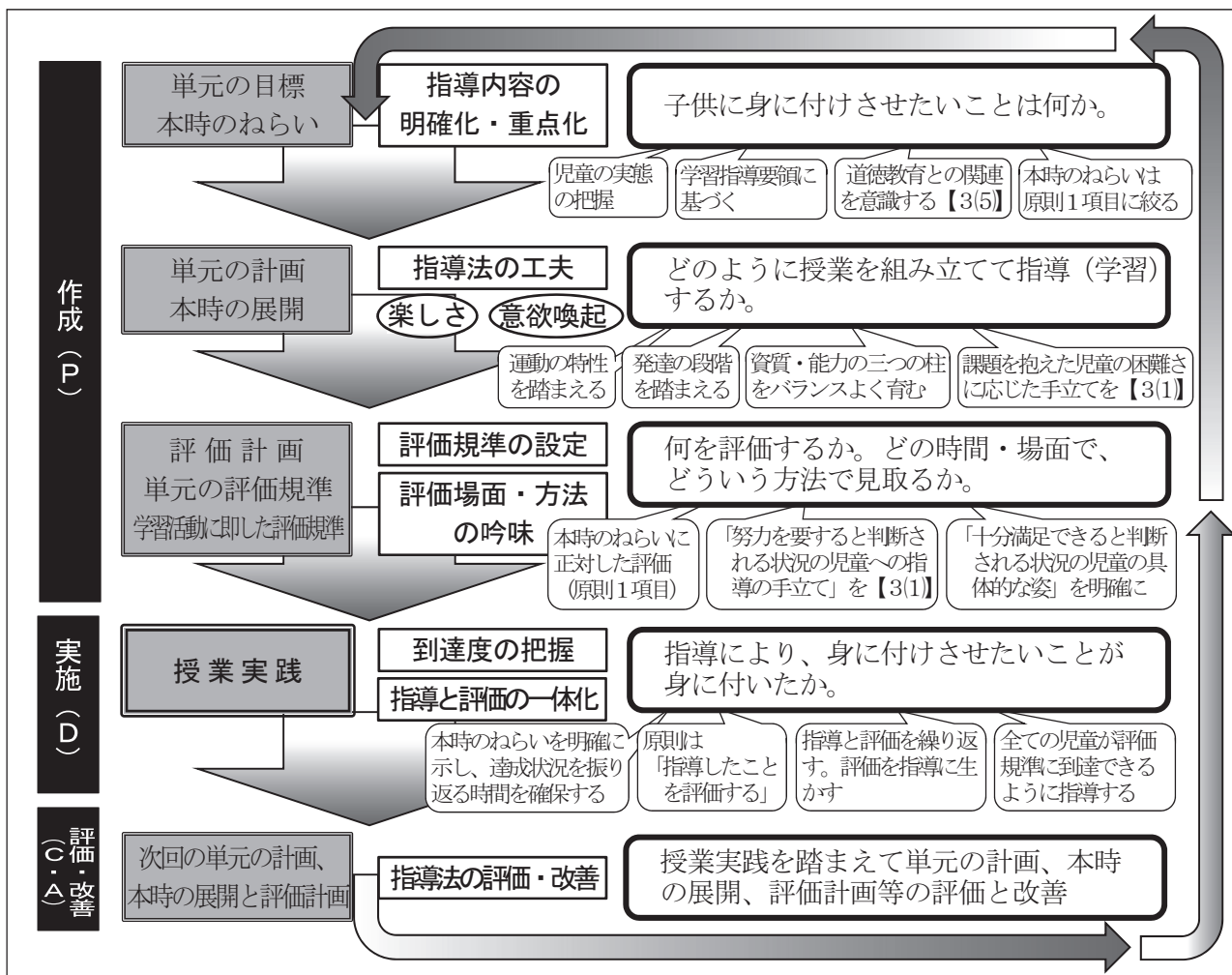
※「体つくりの運動」は、上記のように「体ほぐし…」と「体の動きを…」を、単元を通して帯で取り扱うこともできるが、それぞれを1単位時間で取り扱うこともできる。

※「投の運動」の指導に際しては、達成・競争の特性を失わないように配慮する。



#### 4 単元計画及び1単位時間の指導計画作成

(1) 児童の実態に基づいた単元及び1単位時間の計画の作成・実施・評価・改善 (カリキュラム・マネジメントの実現)



(2) 単元計画作成のポイント (課題を見付け、その解決に向けて取り組む学習過程例)

時間	1	～	X				
ねらい	2年間を「1つのまとめ」として計画を考える	※ 指導と評価にリンクしたねらいを明記する。	明確なゴール像 資質・能力の三つの柱をバランスよく身に付けた具体的な児童の姿				
指導内容		※ 各時間における主な指導内容を明記する。					
例	易しい運動から取り組む	自己の思いや願い、体力や技能に応じて、目標をもつ	目標に向けた運動課題とその解決方法を知る	自己の能力やチームの特徴に応じて課題を選び、課題解決のための活動を決める	決めた課題に取り組む	成果を確認し、振り返る	次の課題に向けて取り組む
学習過程	思いや願い	授業改善の視点「主体的な学び」「対話的な学び」「深い学び」【3(2)】					
	楽しい やってみたい 勝たたい もっとうまくなりしたい どうしたらできるかな	※ 授業で教えるべきことを明記する。 ・技能だけでなく、他の指導内容についても明記する。 ・「共通に学ばせること」と「児童が積極的・自主的・主体的に学ぶこと」を明確にする。					
評価計画	知・技 思判表 態	もっと知りたい なぜかな など	※ 「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」を単元を通してバランスよく評価する。			②	
方法	観察・学習カード	※ よりよいタイミングに、よりよい方法で見取る。			観察		
場面	4, 5				6, 7		

※上記の単元の流れやポイントは例示であり、これに限定されるものではない。

※表に示した評価の観点は、小学校学習指導要領解説総則編 (29年6月) P93を受けたものであるが、変更の場合もあるので、今後の動向を注視されたい。

(3) 1 単位時間の指導計画作成のポイント【3(2)】

段階	学習内容・活動	押さえておきたいポイント
導入	1 集合、整列、挨拶、健康観察	<p><b>①ねらいの明確化</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 本時は、児童に何を身に付けさせるのかが明確になっている。(本時における児童のゴール像が描けている。)</li> <li><input type="checkbox"/> 本時のねらいを児童に明確に示している。</li> <li><input type="checkbox"/> 本時について、単元全体での位置付けや前時からのつながりを意識させている。</li> <li><input type="checkbox"/> 本時の見通しをもたせている。</li> </ul> <p><b>②「感覚づくりの運動」の重視</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 主運動につながる基礎的・基本的な運動を厳選している。</li> <li><input type="checkbox"/> 主運動とのつながりを理解させ、目的意識、必要感、切実感をもたせながら丁寧に指導している。</li> <li><input type="checkbox"/> 運動量を確保しながら、質の向上に努めている。</li> </ul>
	2 本時のねらいや学習内容等の確認	
	3 学習の場づくり、用具の準備	
	4 準備運動	
	5 感覚づくりの運動	
展開	6 練習 ・課題の解決に取り組む	<p><b>③思考を促す「発問」</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 本時のねらいに迫る発問をし、考えさせ、時には実際に動いて試しながら、気付かせることで児童の「わかる」「できる」を保障している。</li> <li><input type="checkbox"/> 児童に教えること、児童に投げかけ気付かせることを、単元全体を見通してバランスよく計画している。</li> </ul> <p><b>④豊富な運動学習場面（運動量）の確保</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 単元及び本時の計画段階で全体を見通して、児童が主体的に運動に取り組める時間をできるだけ多く確保している。</li> <li><input type="checkbox"/> 単元のはじめに、学び方や役割行動を明確に示して励行させ、学習規律を確立している。</li> <li><input type="checkbox"/> 教師の全体指導の回数を精選し、短く簡潔にわかりやすく行っている。</li> </ul> <p><b>⑤「学び合い」（対話的な学び）の指導【3(2)③】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 「学び合い」の目的を明確にしている。</li> <li><input type="checkbox"/> 具体的な「学び合い」の姿を示し、丁寧に指導している。</li> <li><input type="checkbox"/> 学習資料を使用する場合には、その活用の仕方具体的な姿で示し、丁寧に指導している。</li> <li><input type="checkbox"/> 気付いたことや考えたことを、言葉や動作、絵図、ICT 機器を活用して友達に伝える方法を指導している。</li> </ul> <p><b>⑥指導と評価の一体化</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 一貫して、ねらいに沿った指導と評価を繰り返している。</li> <li><input type="checkbox"/> 指導したことを評価している。</li> <li><input type="checkbox"/> 「努力を要すると判断される状況の児童への指導の手立て」を実行している。</li> <li><input type="checkbox"/> 規準に達している児童には、「十分満足できると判断される状況の児童の具体的な姿」を目指し、指導している。</li> </ul>
	7 練習の成果の確認 ・記録会、発表会、ゲーム等	
	8 自己評価、相互評価	
	9 練習 ：	
整理	12 片付け	<p><b>⑦「振り返り」の重視</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 児童が本時のねらいに沿って自己の学習活動を振り返る時間を確保している。</li> <li><input type="checkbox"/> 本時のねらいに沿って学習活動を振り返り、評価し、まとめをして、次時の意欲喚起につなげている。</li> </ul>
	13 整理運動	
	14 学習の振り返り	
	15 整列、健康観察、挨拶	

学習指導要領解説体育編の各領域の内容に示されている  
「運動が苦手な児童への配慮の例」  
(知識及び技能)  
「運動が意欲的でない児童への配慮の例」  
(学びに向かう力、人間性等)  
を参考にする。【3(1)】

※上記の授業の流れやポイントは例示であり、これに限定されるものではない。