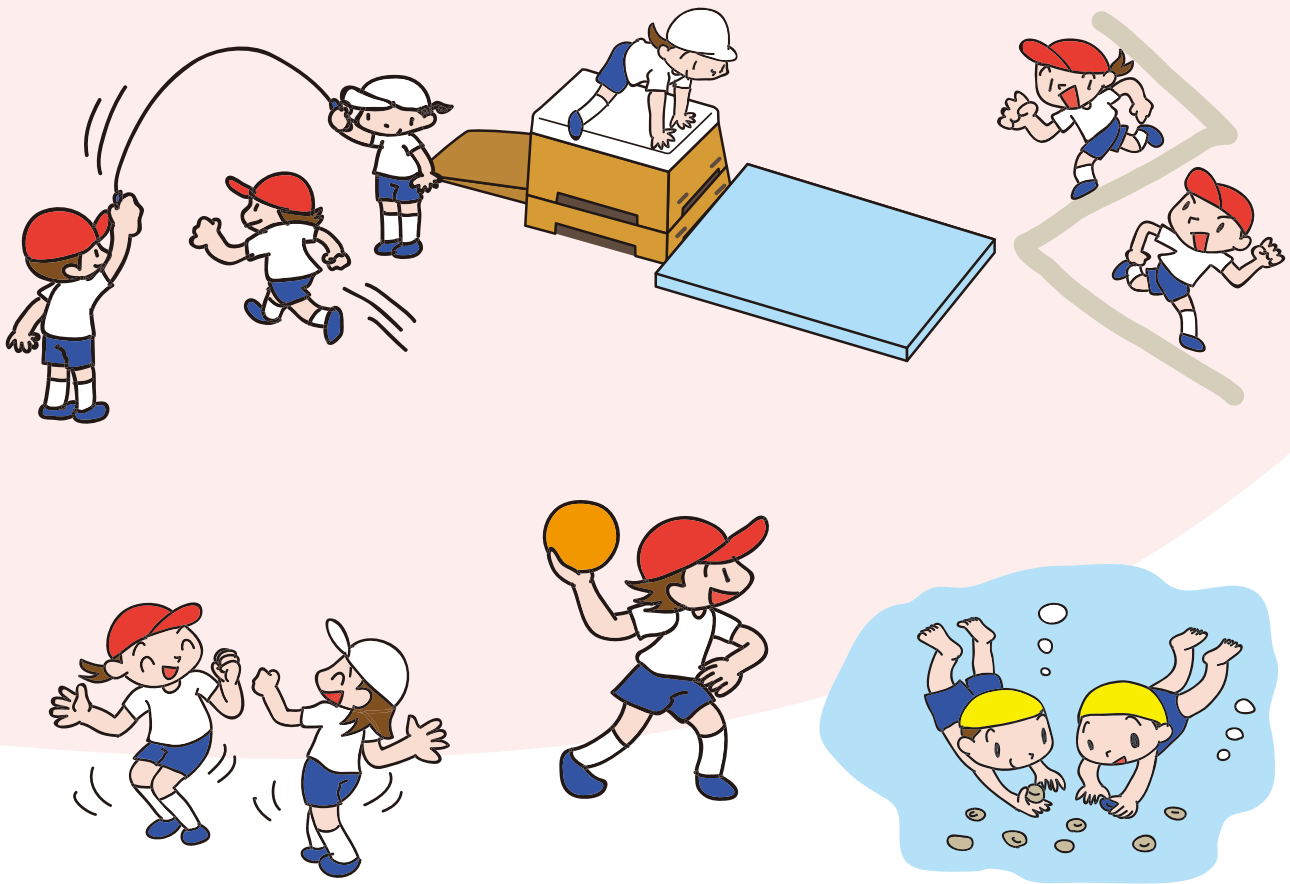


教師用指導資料

小学校体育(運動領域) まるわかりハンドブック

低学年

(第1学年及び第2学年)



文部科学省

目次

○本資料の使用にあたって	3
○体育科における新学習指導要領改訂の要点	4
○発達の段階を踏まえた指導のポイント<低学年>	6
A 体づくり運動	
◇ 体づくり運動について	8
ア 体ほぐしの運動	10
イ 多様な動きをつくる運動遊び	12
B 器械・器具を使つての運動遊び	
◇ 器械・器具を使つての運動遊びについて	14
ア 固定施設を使つた運動遊び	16
イ マットを使つた運動遊び	18
ウ 鉄棒を使つた運動遊び	20
エ 跳び箱を使つた運動遊び	22
C 走・跳の運動遊び	
◇ 走・跳の運動遊びについて	24
ア 走の運動遊び	26
イ 跳の運動遊び	28
D 水遊び	
◇ 水遊びについて	30
ア 水に慣れる遊び	32
イ 浮く・もぐる遊び	34
E ゲーム	
◇ ゲームについて	36
ア ボールゲーム	38
イ 鬼遊び	42
F 表現リズム遊び	
◇ 表現リズム遊びについて	44
ア 表現遊び	46
イ リズム遊び	48

本資料の使用にあたって

平成20年3月に新学習指導要領が告示されました。新しい学習指導要領は、「生きる力」をはぐくむという理念のもと、確かな学力、豊かな人間性、健康・体力の知・徳・体をバランスよく育てることを目指しています。この生きる力は、変化の激しいこれからの社会を生きるために、生涯にわたって必要な力といえるでしょう。

体育科においては、生涯にわたって運動に親しみ、健康を保持増進し、一人一人に応じた体力の向上を図ることで、豊かなスポーツライフの実現を目指します。特に小学校では、それらの基礎となる資質や能力を身に付けていくことができるよう発達の段階に応じて指導する内容を明確化し、学校段階の接続を踏まえて体系化を図りました。

こうした新しい学習指導要領に示された体育科の内容を具体的に解説したものが小学校学習指導要領解説体育編です。ですから、小学校学習指導要領解説体育編の内容をよく理解していただき、その内容に沿った授業づくりをしていただくことが新学習指導要領の目標及び内容の実現に結びつくことになります。

そこで、小学校学習指導要領解説体育編の内容をいっそう理解していただき、具体的に授業づくりのポイントがイメージできるよう本資料を作成しました。その名も「小学校体育(運動領域)まるわかりハンドブック」です。ただし、紙面に限りがありますので、本資料が万能ではありません。小学校学習指導要領解説体育編をはじめ、これまで文部科学省(文部省)で作成した指導資料等と合わせて活用いただくと効果的です。

本資料では、記載箇所について、参考になる資料の関係箇所を次のように記号にして示しています。(例) → 解説P.12

この場合、小学校学習指導要領解説体育編 12ページに関連する内容が記載されていることを示しています。下に資料名と記号を掲載しました。

体育科の授業のいっそうの充実を目指し、本資料と合わせて活用してください。

小学校体育科における参考資料

記号	資料名
<平成20年告示学習指導要領公表以降>	
解説	平成20年8月 小学校学習指導要領解説体育編
多様な動きパンフ	平成21年3月 多様な動きをつくる運動(遊び)パンフレット
第8集	平成22年3月 学校体育実技指導資料 第8集「ゲーム及びボール運動」(DVD付き)
<平成10年告示学習指導要領公表以降>	
第7集	平成12年3月 学校体育実技指導資料 第7集「体づくり運動」
体ほぐしV	平成13年 学校体育実技指導ビデオ「心も体もイキイキ!やってみよう!体ほぐしの運動!」
表現V	平成15年 学校体育実技指導ビデオ「はずんで! 躍って! 楽しい表現運動の学習」
水泳手引	平成16年3月 学校体育実技指導資料 第4集「水泳指導の手引(二訂版)」

体育科における新学習指導要領改訂の要点

I 体育科の改善の基本方針 → 解説 P.3～4

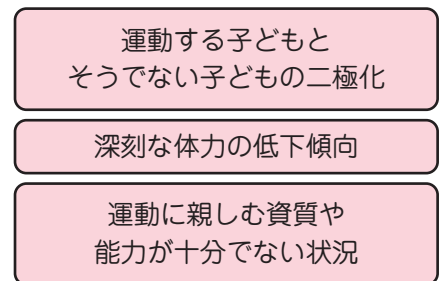
平成20年1月の中央教育審議会の答申において、学習指導要領等の改善について示されました。その中で体育科・保健体育科においてはおよそ次のように示されています。

○体育科・保健体育科については、その課題を踏まえ、生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現することを重視し改善を図る。(中略)学校段階の接続及び発達の段階に応じて指導内容を整理し、明確に示すことで体系化を図る。

「その課題」として、以下のようなことが指摘されています(図1)。

- ・ 運動する子どもとそうでない子どもの二極化が見られること。
- ・ 子どもの体力の低下傾向が依然深刻であること。
- ・ 生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の育成が十分に図られていないことなど。

図1 体育科の課題



体育の改善の基本方針として、以下のことが示されています(図2)。

○体を動かすことが、身体能力を身に付けるとともに、情緒面や知的な発達を促し、集団的活動や身体表現などを通じてコミュニケーション能力を育成することや、筋道を立てて練習や作戦を考え、改善の方法などを互いに話し合う活動などを通じて倫理的思考力をはぐくむことにも資することを踏まえ、それぞれの運動が有する特性や魅力に応じて、基礎的な身体能力や知識を身に付け、生涯にわたって運動に親しむことができるように、発達の段階のまとまりを考慮し、指導内容を整理し体系化を図る(図3)。

図2 改善の基本方針のキーワード

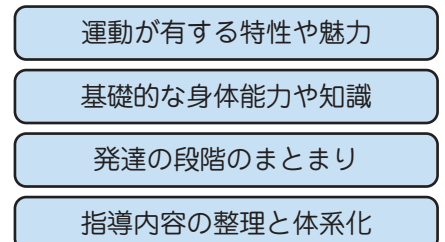
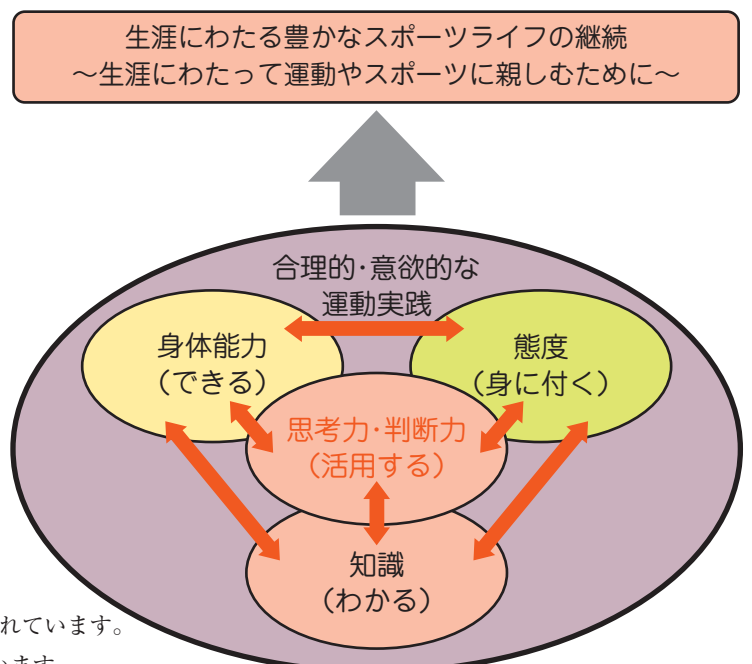


図3 「身体能力」,「態度」,「知識, 思考・判断」の関係図



○身体能力とは、体力と技能により構成されています。

○小学校では、知識を思考・判断に含めています。

(「健やかな体を育む教育の在り方に関する専門部会 体育分野ワーキンググループにおける審議検討について」より)

II 体育科の目標 → 解説 P.9 ~ 11

○体育科の目標は、「心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、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とともに健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる」ことです(図3)。

III 改訂の要点 → 解説 P.5 ~ 8

体育科改訂の要点は、以下の通りです。

①指導内容を明確化し、体系化しました(図4)。

○第1学年から第6学年の指導内容の系統性を踏まえ、領域を7つに整理しました。

○各領域の指導内容を整理し、具体的な内容を明確にしました。

②体力の向上を重視しました。

○各運動領域において適切な運動の経験を通して、その結果として体力が高まるように、指導の在り方を改善することとしました。

○「体づくり運動」は、第1学年からすべての学年において指導することとしました。

③運動の取り上げ方の弾力化を図りました。

○各運動領域で示された内容は、2学年ごとのまとまりの中で、いずれかの学年で取り上げ指導することもできることとしました。(「体づくり運動」を除く)

④各運動領域の内容は、以下の3点で構成しました。

(1)技能(運動)

(2)態度

(3)思考・判断

図4 体系化した体育科の領域構成 → 解説 P.12 ~ 13

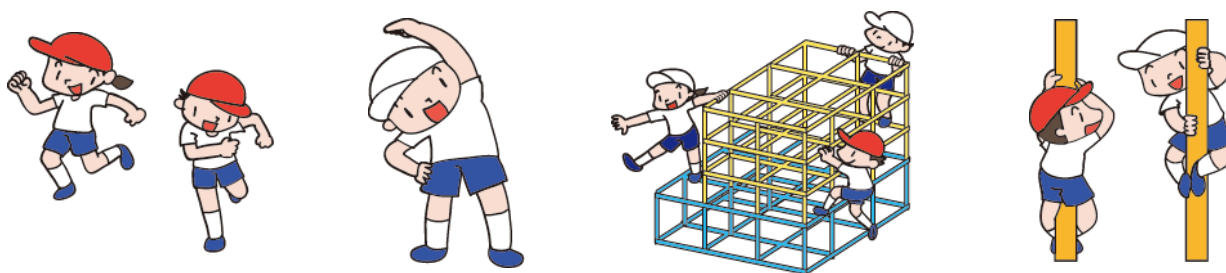
学年		1 · 2		3 · 4		5 · 6	
領 域		体づくり運動	体づくり運動	体づくり運動	体づくり運動	体づくり運動	体づくり運動
		器械・器具を使つての運動遊び		器械運動		器械運動	
		走・跳の運動遊び		走・跳の運動		陸上運動	
		水遊び		浮く・泳ぐ運動		水 泳	
		ゲーム		ゲーム		ボール運動	
		表現リズム遊び		表現運動		表現運動	
				保 健		保 健	
時 数	従前	90		90		90	
	新	102	105	105		90	

発達の段階を踏まえた指導のポイント＜低学年＞

低学年の体育科の目標

☆学習指導の第一歩は、学年の目標をしっかりと意識し理解することです。 → 解説 P.22・23

- ①簡単なきまりや活動を工夫して、各種の運動を楽しくできるようにするとともに、その基本的な動きを身に付け体力を養う。
- ②だれとでも仲良くし、健康・安全に留意して意欲的に運動をする態度を育てる。



体育科の学習を通して

きまりや活動を工夫する

基本的な動きを身に付ける

- ・運動を楽しくできるようにする
- ・体力を養う

だれとでも仲良くする

健康・安全に留意する

- ・意欲的に運動する態度を育てる

低学年の発達の段階と学習指導

次に大切なことは、低学年児童の特徴をよく知り、この頃の児童に適した学習指導のあり方を考えることです。低学年児童の特徴の一つは、思考と活動が未分化な時期にあることです。つまり、「動くこと」と「考えること」が同時に進むのがこの頃の子どもたちです。また、様々な運動遊びの経験から、運動への肯定的な態度や多様な動きを身に付けるときです。

低学年の体育の学習指導では、このような児童の発達の段階に応じて、何よりも「①易しい運動遊びを通して運動の楽しさを十分に味わわせること」が大切なことです。様々な易しい運動遊びに夢中になって取り組む中で、運動の特性や魅力をしっかりと感じとったり、運動への肯定的な態度が育ったりするからです。また、児童が「②進んで自分たちの活動の仕方やルールを工夫することができる」ようになって、「③運動を楽しく行う中で体の基本的な動きや各種の運動の基礎となる動きを身に付けたりすること」も、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるスタートの段階として必要なことです。この時期の学習指導では、これら①②③について特に配慮する必要があります。



思考と活動が未分化な時期
多様な動きを身につける時期

易しい運動遊びを楽しく行えるようにする。

自分たちの力に応じて進んで活動の仕方や競争のルールなどを工夫することができるようにする。

体の基本的な動きや各種の運動の基礎となる動きを身に付けることができるようにする。



低学年の体育科の内容

低学年の体育科は、次の6領域です。また各領域の内容は、次の3つで構成されています。

領 域	各運動領域の内容	指導計画作成上の配慮事項
体づくり運動	(1)技能(運動) (2)態 度 (3)思考・判断	<ul style="list-style-type: none"> ●地域や学校の実態を考慮するとともに、個々の児童の運動経験や技能の程度などに応じて指導すること ●児童自らが課題の解決を目指す活動を行えるよう工夫すること ●一部の領域の指導に偏ることのないように授業時数を配当すること → 解説 P.86
器械・器具を使つての運動遊び		
走・跳の運動遊び		
水遊び		
ゲーム		
表現リズム遊び		

※学習指導要領は2年ごとのまとめりとして内容が示されているので、2年間を見通した計画を立てることが大切です。

低学年の学習指導のポイント

(1)指導内容を明確にする

体育科では、子どもたちに身に付けさせたい内容を明確にする視点から、「技能(運動)」「態度」「思考・判断」の3つで各運動領域の内容を構成しています。単元では、取り上げた運動に応じてこの3つの内容を明確にし、何を教えるのかをはっきりさせることが重要です。

このとき「技能」については、特に**運動の特性や魅力に応じて指導することが重要**です。低学年では内容領域を基本的に「運動遊び」として示しています。これは、この頃の児童にとっての運動が、わくわく、伸び伸びと体を動かす楽しさや心地よさを味わう「遊び」であることを強調しているものです。つまり、運動の特性や魅力に応じて指導するということは、単元で取り上げた運動遊びを楽しく行う中で、「体の動きや各種運動の基礎となる動き」を身に付けていけるように指導することを意味しています。

(2)「易しい運動遊び」をしっかりと行う

学習内容として、子どもたちの実態からどのような「易しい運動遊び」を単元で取り上げることが適切かを考えることはとても大切です。本資料の各運動領域のページにある例や、小学校学習指導要領解説体育編ならびに各種の学校体育実技指導資料等を参考にして適切な運動遊びを選んでください。

(3)授業を進めるにあたって -次のようなポイントに留意する-

①自ら運動の課題の解決を目指す

活動が行えるように工夫すること



- ・できばえのみにこだわらず、運動の場や用具などを変えながら、課題に取り組むことを大切にする。
- ・活動していく中で課題の解決が図れるようにする。

②発達の段階を考慮した児童への

指導・支援の仕方を工夫すること



- ・意欲的に取り組めるように、楽しい活動の仕方や場を工夫する。
- ・動きや遊び方がイメージできるように図や資料で示す工夫をする。
- ・生き生きとした律動的な活動を中心にを行う。

③児童がお互いの関わり合いを深めつつ

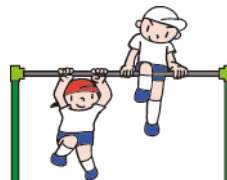
学習が進むように配慮すること



- ・集団で取り組める運動遊びを多く取り入れる。
- ・児童が工夫した動きや行い方などをお互いが見合ったり、ほめあったりするよう工夫する。

④基本的な動きを身に付けるとともに運動への

興味や関心を高めるように意図すること



- ・関連の深い運動の楽しさや動きを意図的に広げるように工夫する。
- ・すそ野の広い様々な運動経験を積んで中学年・高学年の基礎をつくる。