

1 学習指導要領に基づく体育科の内容

(1) 小学校体育科の領域構成と内容

★は、実践編Ⅱにより実践例を紹介している内容

1 年	2 年	3 年	4 年	5 年	6 年
【体づくりの運動遊び】		【体づくり運動】			
体ほぐしの運動遊び	体ほぐしの運動遊び	体ほぐしの運動	体ほぐしの運動	体ほぐしの運動	体ほぐしの運動
多様な動きをつくる運動遊び	多様な動きをつくる運動遊び	多様な動きをつくる運動	多様な動きをつくる運動	体の動きを高める運動★	体の動きを高める運動
【器械・器具を使つての運動遊び】		【器械運動】			
固定施設を使った運動遊び					
マットを使った運動遊び★		マット運動		マット運動	
鉄棒を使った運動遊び		鉄棒運動		鉄棒運動	
跳び箱を使った運動遊び		跳び箱運動		跳び箱運動	
【走・跳の運動遊び】		【走・跳の運動】		【陸上運動】	
走の運動遊び		かけっこ・リレー		短距離走・リレー	
		小型ハードル走		ハードル走	
跳の運動遊び		幅跳び		走り幅跳び	
		高跳び★		走り高跳び	
【水遊び】		【水泳運動】			
水の中を移動する運動遊び★ もぐる・浮く運動遊び		浮いて進む運動 もぐる・浮く運動		クロール	
				平泳ぎ	
				安全確保につながる運動	
【ゲーム】				【ボール運動】	
ボールゲーム 鬼遊び		ゴール型ゲーム		ゴール型	
		ネット型ゲーム		ネット型★	
		ベースボール型ゲーム		ベースボール型	
【表現リズム遊び】		【表現運動】			
表現遊び		表現		表現★	
リズム遊び		リズムダンス			
				フォークダンス	
		【保健】			
		健康な生活	体の発育・発達★	心の健康 けがの防止	病気の予防