

# 目 次

はじめに

## I 理論編

### 1 学習指導要領に基づく体育科の目標と内容

- (1) 体育科の目標 . . . . . 1
- (2) 体育科における見方・考え方について . . . . . 2
- (3) 小学校体育科の領域構成と内容 . . . . . 3
- (4) 内容の取扱いの留意点 . . . . . 4

### 2 各学年の目標について

- (1) 第1学年及び第2学年の目標 . . . . . 7
- (2) 第3学年及び第4学年の目標 . . . . . 9
- (3) 第5学年及び第6学年の目標 . . . . . 12

### 3 「指導と評価の一体化」のための学習評価

- (1) 学習評価の意義と目的 . . . . . 15
- (2) 評価の観点について . . . . . 15
- (3) 評価の基本構造について . . . . . 16
- (4) 評価規準の作成のポイント . . . . . 17
- (5) 観点別評価について . . . . . 18

### 4 「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善

- (1) 授業改善の全体像について . . . . . 21
- (2) 主体的な学びについて . . . . . 22
- (3) 対話的な学びについて . . . . . 23
- (4) 深い学びについて . . . . . 24

## II 実践編

### 1 体育の授業づくりの実際

. . . . . 25

### 2 体育学習の実践例について

- (1) 実践例の見方 . . . . . 33
- (2) 「ふりかえりカード」の活用について . . . . . 37

### 3 体育学習の実践例

#### (1) 体づくり運動系領域

- ①体づくりの運動遊び【第2学年】(多様な動きをつくる運動遊び) . . . . . 39
- ②体づくり運動【第4学年】(体ほぐしの運動) . . . . . 49
- ③体づくり運動【第5学年】(体の動きを高める運動) . . . . . 概要版に掲載

#### (2) 器械運動系領域

- ①器械・器具を使った運動遊び【第2学年】(マットを使った運動遊び)  
. . . . . 概要版に掲載
- ②器械運動【第3学年】(跳び箱運動) . . . . . 59
- ③器械運動【第5学年】(鉄棒運動) . . . . . 69

#### (3) 陸上運動系領域

- ①陸上運動【第4学年】(高跳び) . . . . . 概要版に掲載
- ②陸上運動【第5学年】(ハードル走) . . . . . 81

#### (4) 水泳運動系領域

- ①水遊び【第1学年】(水の中を移動する運動遊び) . . . . . 概要版に掲載
- ②水泳運動【第6学年】  
(クロール, 平泳ぎ, 安全確保につながる運動) . . . . . 93

#### (5) ボール運動系領域

- ①ゲーム【第1学年】(鬼遊び) . . . . . 107
- ②ゲーム【第3学年】(ベースボール型ゲーム) . . . . . 117
- ③ゲーム【第4学年】(ゴール型ゲーム: 陣地を取り合うゲーム) . . . 127
- ④ボール運動【第6学年】(ネット型) . . . . . 概要版に掲載

#### (6) 表現運動系領域

- ①表現リズム遊び【第2学年】(リズム遊び) . . . . . 141
- ②表現運動【第5学年】(表現) . . . . . 概要版に掲載

#### (7) 保健領域

- ①保健【第4学年】(体の発育・発達) . . . . . 概要版に掲載
- ②保健【第6学年】(病気の予防) . . . . . 151