小学校学習指導要領

体育科の改訂のポイント

文部科学省
スポーツ庁
政策課教科調査官　高田　彬成
森　良一

National Institute for
School Teachers
and Staff Development

独立行政法人教職員支援機構

「体育科・保健体育科」の改訂のポイント

○ 心と体を一体として捉え、生涯にわたる心身の健康の保持増進や豊かなスポーツライフの実現を重視。
○ 体験的な活動を重視して、「する・みる・支える・知る」のスポーツとの多様な関わり方や保健の技能について内容を改善。
○ 体力や技能の程度、年齢や性別及び障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方が共有できるよう配慮。

改訂の基本的な考え方

○ 心と体を一体として捉え、生涯にわたる心身の健康の保持増進や豊かなスポーツライフの実現を重視。
○ 運動や健康についての自他の課題を発見し、その解決に向けて思考・判断し、それを他者に伝える力を養う。

「体育科」の改訂のポイント

学習内容の改善・充実

＜運動領域＞
○ 投能力の低下傾向に対応した指導も取り入れることも可能であることを新たに明示。
○ 新たにオリンピック・パラリンピックに関する指導として、フェアなプレイを大切にするなど、各種の運動を通してスポーツの意義や価値等に触れるよう明示。
＜保健領域＞
○ 健康と運動の関わりを重視、不安や悩みへの対処、けがの手当を技能として新たに明示。

学習指導の改善・充実

○ 体力や技能の程度、年齢や性別及び障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツの楽しみ方を共有できるよう配慮。
○ 体育分野（運動領域）と保健分野（保健領域）との相互の関連が図られるよう内容等を改善。

目標及び内容

体育科の目標及び内容の構造

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

（従前）

（１）運動や健康についての知識及び技能	技能
（２）思考力、判断力、表現力等	思考・判断
（３）学びに向かう力、人間性等	態度

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。

(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。

(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。

「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。

小学校においては、運動やスポーツが楽しさや喜びを味わうことや体力の向上につながっていることに着目するとともに，「すること」だけでなく「みること」，「支えること」，「知ること」など，自己の適性等に応じて，運動やスポーツとの多様な関わり方について考えることを意図している。

運動領域

体つくり運動系

○低学年は，新たに領域名を「体つくりの運動遊び」とし，内容を「体ほぐしの運動遊び」及び「多様な動きをつくる運動遊び」で構成。

○中学年は，従前どおり領域名を「体つくり運動」とし，内容を「体ほぐしの運動」及び「多様な動きをつくる運動」で構成。

○高学年は，従前どおり領域名を「体つくり運動」とし，内容を「体ほぐしの運動」及び新たに「体の動きを高める運動」で構成。

○「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ことを，従前どおり「内容の取扱い」に明示。

○「体つくりの運動遊び」及び「体つくり運動」については，２学年間にわたって指導することを，従前どおり「内容の取扱い」に明示。

器械運動系

○低学年は，従前どおり領域名を「器械・器具を使っての運動遊び」とし，内容を「固定施設を使った運動遊び」，「マットを使った運動遊び」，「鉄棒を使った運動遊び」及び「跳び箱を使った運動遊び」で構成。

○中・高学年は，従前どおり領域名を「器械運動」とし，内容を「マット運動」，「鉄棒運動」及び「跳び箱運動」で構成。

○マット運動は，回転系（接転技群：前転・後転グループ技，ほん転技群：倒立回転・はね起きグループ技）と巧技系（平均立ち技群：倒立グループ技）に整理。

○鉄棒運動は，支持系（前方支持回転技群：前転・前方足掛け回転グループ技，後方支持回転技群：後転・後方足掛け回転グループ技）に統一。

○跳び箱運動は，切り返し系（切り返し跳びグループ技）と回転系（回転跳びグループ技）に整理。

陸上運動系

○低学年は，従前どおり領域名を「走・跳の運動遊び」とし，内容を「走の運動遊び」及び「跳の運動遊び」で構成。

○中学年は，従前どおり領域名を「走・跳の運動」とし，内容を「かけっこ・リレー」，「小型ハードル走」，「幅跳び」及び「高跳び」で構成。新たに「バトンの受渡し」を追記。

○高学年は，従前どおり領域名を「陸上運動」とし，内容を「短距離走・リレー」，「ハードル走」，「走り幅跳び」及び「走り高跳び」で構成。新たに「滑らかなバトンの受渡し」を追記。

○「走・跳の運動（遊び）」及び「陸上運動」については，
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ことを新たに「内容の取扱い」に明示。

水泳運動系

○低学年は，従前どおり領域名を「水遊び」とし，内容を「水の中を移動する運動遊び」及び「もぐる・浮く運動遊び」で構成。

○中学年は，新たに領域名を「水泳運動」とし，内容を「浮いて進む運動」及び「もぐる・浮く運動」で構成。

○高学年は，新たに領域名を「水泳運動」とし，内容を「クロール」，「平泳ぎ」及び「安全確保につながる運動」で構成。

○水中からのスタートを指導すること及び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ことを，従前どおり「内容の取扱い」に明示。

○適切な水泳場の確保が困難な場合には，「水遊び」及び「水泳運動」を取り扱わないことができるが，これらを安全に行うための心得については，必ず取り上げることを，従前どおり「指導計画の作成と内容の取扱い」に明示。

ボール運動系

○低学年は，従前どおり領域名を「ゲーム」とし，内容を「ボールゲーム」及び「鬼遊び」で構成。

○中学年は，従前どおり領域名を「ゲーム」とし，内容を「ゴール型ゲーム」，「ネット型ゲーム」及び「ベースボール型ゲーム」で構成。「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ことを，新たに「内容の取扱い」に明示。

○高学年は，従前どおり領域名を「ボール運動」とし，内容を「ゴール型」，「ネット型」及び「ベースボール型」で構成。また，ゴール型はバスケットボール及びサッカーを，ネット型はソフトバレーボールを，ベースボール型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，タグラグビー，フラッグフットボールなど
ア，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ことを，新たに「内容の取扱い」に明示。

表現運動系

○低学年は，従前どおり領域名を「表現リズム遊び」とし，内容を「表現遊び」及び「リズム遊び」で構成。「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ことを，従前どおり「内容の取扱い」に明示。

○中学年は，従前どおり領域名を「表現運動」とし，内容を「表現」及び「リズムダンス」で構成。学校や地域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ことを，従前どおり「内容の取扱い」に明示。

○高学年は，従前どおり領域名を「表現運動」とし，内容を「表現」及び「フォークダンス」で構成。「フォークダンス」は日本各地域の民踊と外国のフォークダンスで構成され，特定の踊り方を再現して踊る学習で進められるところが特徴。学校や地域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ことを，従前どおり「内容の取扱い」に明示。

保健領域

「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。

小学校においては，特に身近な生活における課題や情報を，保健領域で学習する病気の予防やけがの手当の原則及び，健康で安全な生活についての概念等に着目して捉え，病気にかかったり，けがをしたりするリスクの軽減や心身の健康の保持増進と関連付けることを意図している。

「健康な生活」

新	旧
ア　健康な生活について理解すること。 (イ)　毎日を健康に過ごすには，運動，食事，休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けること，また，体の清潔を保つことなどが必要であること。 イ　健康な生活について課題を見付け，その解決に向けて考え，それを表現すること。	(1)健康の大切さを認識するとともに，健康によい生活について理解できるようにする。 イ　毎日を健康に過ごすには，食事，運動，休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けること，また，体の清潔を保つことなどが必要であること。 (新設)

「体の発育・発達」

新	旧
イ　体がよりよく発育・発達するために，課題を見付け，その解決に向けて考え，それを表現すること。	(新設)

「心の健康」

新	旧
ア　心の発達並びに不安や悩みへの対処について理解するとともに，簡単な対処をすること。 イ　心の健康について，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，それらを表現すること。	(1)心の発達及び不安，悩みへの対処について理解できるようにする。 (新設)

「けがの防止」

新	旧
ア　けがの防止に関する次の事項を理解するとともに，けがなどの簡単な手当をすること。 イ　けがを防止するために，危険の予測や回避の方法を考え，それを表現すること。	(2) けがの防止について理解するとともに，けがなどの簡単な手当ができるようにする。 (新設)

「病気の予防」

新	旧
(ｳ) 生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には，適切な運動，栄養の偏りのない食事をとること，口腔の衛生を保つことなど，望ましい生活習慣を身に付ける必要があること。 イ　病気を予防するために，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，それらを表現すること。	ウ　生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には，栄養の偏りのない食事をとること，口腔の衛生を保つことなど，望ましい生活習慣を身に付ける必要があること。 (新設)

指導計画の作成と内容の取扱い

新	旧
２(11)保健の指導に当たっては，健康に関心をもてるようにし，健康に関する課題を解決する学習活動を取り入れるなどの指導方法の工夫を行うこと。	２(6) 保健の指導に当たっては，知識を活用する学習活動を取り入れるなどの指導方法の工夫を行うこと。

内容の取扱い（運動と健康との関連を図る指導）

○低学年は，各領域の各内容については，運動と健康が関わっていることについての具体的な考えがもてるよう指導することを明示。

○中学年は，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についての具体的な考えがもてるよう指導することを明示。

○高学年は，各領域の各内容については，運動領域と保健領域との関連を図る指導に留意することを明示。