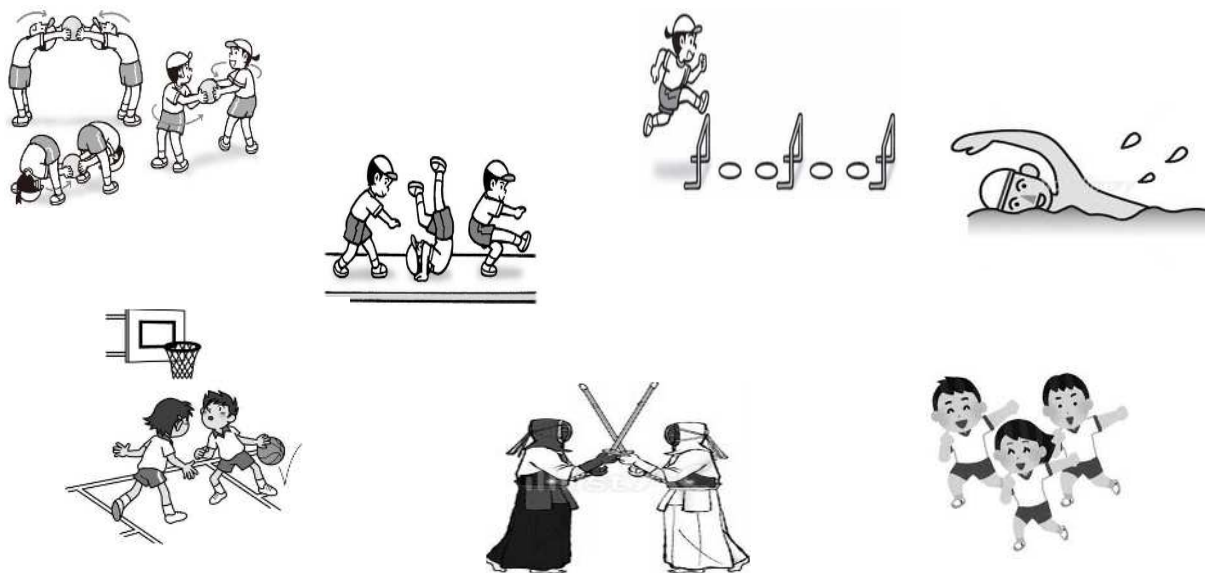


小学校学習指導要領（平成29年告示）解説 体 育 編
中学校学習指導要領（平成29年告示）解説 保 健 体 育 編
高等学校学習指導要領（平成30年告示）解説 保健体育編 体育編

系統性を踏まえた指導のための参考資料

「知識及び技能（体づくり運動系の場合は知識及び運動）の例示」

一 覧

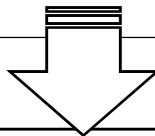


鹿児島県総合体育センター

1 本参考資料について

「小学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説 体育編」, 「中学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説 保健体育編」, 「高等学校学習指導要領（平成 30 年告示）解説 保健体育編 体育編」には, 児童生徒の発達の段階を踏まえて, 学習したことを実生活や実社会に生かし, 豊かなスポーツライフを継続することができるように, 以下のように示されています。

- 生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けて, 小学校から高等学校までの 12 年間を見通して, 学習したことを実生活や実社会に生かし, 運動の習慣化につなげ, 豊かなスポーツライフを継続することができるよう, 各種の運動の基礎を培う時期, 多くの領域の学習を経験する時期, 卒業後も運動やスポーツに多様な形で関わることができるようにする時期といった発達の段階のまとまりを踏まえ, 幼稚園並びに中学校との接続を重視し, 系統性を踏まえた指導内容の一層の明確化を図ることとした。(小学校学習指導要領解説 体育編)
- 小学校から高等学校までの 12 年間を見通して, 各種の運動の基礎を培う時期, 多くの領域の学習を経験する時期, 卒業後も運動やスポーツに多様な形で関わることができるようにする時期といった発達の段階のまとまりを踏まえ, 小学校段階との接続及び高等学校への見通しを重視し, 系統性を踏まえた指導内容の見直しを図ることとした。(中学校学習指導要領解説 保健体育編)
- 小学校から高等学校までの 12 年間を見通して, 各種の運動の基礎を培う時期, 多くの領域の学習を経験する時期, 卒業後も運動やスポーツに多様な形で関わることができるようにする時期といった発達の段階のまとまりを踏まえ, 系統性を踏まえた指導内容の見直しを図るとともに指導内容の重点化を図ることとした。具体的には, 中学校第 3 学年との接続を重視し, 指導内容の系統性を改めて整理して示すとともに, 各領域における (2) 思考力, 判断力, 表現力等及び (3) 学びに向かう力, 人間性等の指導内容の重点化を図ることとしたものである。(高等学校学習指導要領解説 保健体育編 体育編)
- 運動の行い方や健康・安全の確保の仕方などの科学的知識を基に運動の技能を身に付けたり, 運動の技能を身に付けることでその理解を一層深めたりするなど知識と技能を関連させて学習できるようにすることが大切である。(中学校学習指導要領解説 保健体育編, 高等学校学習指導要領解説 保健体育編 体育編)



系統性を踏まえた指導, 知識と技能を関連させての学習が大切です!

そこで, 総合体育センターでは, 体育科, 保健体育科の授業において, 系統性を踏まえた指導の参考となる「知識及び技能(体づくり運動系の場合は知識及び運動)の例示」一覧を作成しました。年間指導計画の作成や授業づくり等の参考にさせていただけると幸いです。

2 本参考資料の使い方（例）

本参考資料は、「小学校学習指導要領（平成29年告示）解説 体育編」、「中学校学習指導要領（平成29年告示）解説 保健体育編」、「高等学校学習指導要領（平成30年告示）解説 保健体育編 体育編」に示された各領域の知識及び技能の例示を以下のように記載しています。

領域、種目、グループ、技等で小学校から高等学校までの内容を1ページで確認することができます。（表現運動系・ダンスの表現・創作ダンスとリズムダンス・現代的なリズムのダンスの技能の例示については、小学校と中・高等学校とで各1ページで掲載しています。）詳しくは、目次でご確認下さい。

また、知識の例示（中学校・高等学校）については、全領域の技能の例示の後に掲載しています。

① 技能（体づくり運動系は運動）の例示

（例：「ボール運動系・球技（ゴール型）」）

小学校	第1学年及び第2学年	<p>的当てゲーム シュートゲーム 相手コートにボールを投げ入れるゲーム 攻めがボールを手などで打ったり蹴ったりして行うゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> ねらったところに緩やかにボールを転がしたり、投げたり、蹴ったりして、的に当てたり得点したりすること。 相手コートに緩やかにボールを投げ入れたり、捕ったりすること。 ボールを捕ったり止めたりすること。
	第3学年及び第4学年	<p>ハンドボール、ポートボール、ラインサッカー、ミニサッカーなどを基にした易しいゲーム（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） タグラグビー、フライングフットボールなどを基にした易しいゲーム（陣地を取り合うゲーム）</p> <ul style="list-style-type: none"> 味方にボールを渡したり、パスを出したり、シュートをしたり、ゴールにボールを持ち込んだりすること。
	第5学年及び第6学年	<p>バスケットボール、サッカー、ハンドボールなどを基にした簡易化されたゲーム（攻守が入り交じって行うゴール型） タグラグビーやフライングフットボールなどを基にした簡易化されたゲーム（陣地を取り合うゴール型）</p> <ul style="list-style-type: none"> 近くにいるフリーの味方にパスを出すこと。 相手に捕られない位置でドリブルをすること。
中学校	第1学年及び第2学年	<p>【ボール操作】</p> <ul style="list-style-type: none"> ゴール方向に守備者がいない位置でシュートをする。 マークされていない味方にパスを出すこと。 得点しやすい空間にいる味方にパスを出すこと。 パスやドリブルなどでボールをキープすること。
	第3学年及び高校入学年次	<p>【安定したボール操作】</p> <ul style="list-style-type: none"> ゴールの枠内にシュートをコントロールすること。 味方が操作しやすいパスを送ること。 守備者とボールの間に自分の体を入れてボールをキープすること。
高等学校	高校入学年次の次の年次以降	<p>【状況に応じたボール操作】</p> <ul style="list-style-type: none"> 防御をかわして相手陣地やゴールにボールを運ぶこと。 味方が作り出した空間にパスを送ること。 空いた空間に向かってボールをコントロールして運ぶこと。 守備者とボールの間に自分の体を入れて、味方と相手の動きを見ながらボールをキープすること。 隊形を整えるためにボールを他の空間へ動かすこと。

学年（2学年）ごとの内容を
確認することができます。

学年の接続、見通しを重視して
指導内容を確認することができます。

校種の接続、見通しを重視して
指導内容を確認することができます。

💡【ワンポイント】

各学年の年間指導計画や単元計画と照らし合わせながら、
□の項目にチェックをしていくと、それぞれの学年で身に付けなければならない技能を確認することができます。

💡【ワンポイント】

技能面のつまずきがある場合は、どの発達段階でのつまずきか確認をすることができます。

また、本センターホームページで、一覧にまとめた「運動（遊び）が苦手な児童への配慮の例」「運動（遊び）に意欲的でない児童への配慮の例」も参考になります。さらに、「単元の評価規準」作成のための参考資料もアップしていますので、参考にしてください。



② 知識の例示（例：中学校・高等学校「球技」）

中学校	第1学年及び第2学年	<p>知識</p> <ul style="list-style-type: none"> 球技には、集団対集団、個人対個人で攻防を展開し、勝敗を競う楽しさや喜びを味わえる特性があること。 学校で行う球技は近代になって開発され、今日では、オリンピック・パラリンピック競技大会においても主要な競技として行われていること。 球技の各型の各種目において用いられる技術には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあること。 対戦相手との競争において、技能の程度に応じた作戦や戦術を選ぶことが有効であること。 球技は、それぞれの型や運動種目によって主として高まる体力要素が異なること。
	第3学年及び高校入学年次	<p>知識</p> <ul style="list-style-type: none"> 球技の各型の各種目において用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあること。 戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであること。 ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができること。 練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があること。
高等学校	高校入学年次の次の年次以降	<p>知識</p> <ul style="list-style-type: none"> 球技では、各型の各種目の局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があること。 球技の型や種目によって必要な体力要素があり、その型や種目の技能に関連させながら体力を高めることができること。 課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通じた学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があること。 競技会で、ゲームのルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあること。

目 次

技能（体づくり運動系の場合は運動）の例示

体づくり運動系

体ほぐしの運動	1
多様な動きをつくる運動	2
体の動きを高める運動	6

器械運動系

マット運動・前転グループ	10
マット運動・後転グループ	11
マット運動・倒立回転グループ	12
マット運動・はね起きグループ	13
マット運動・倒立グループ	14
鉄棒運動・前転グループ	15
鉄棒運動・前方足掛け回転グループ	16
鉄棒運動・後転グループ	17
鉄棒運動・後方足掛け回転グループ	18
鉄棒運動・懸垂グループ	19
跳び箱運動・切り返し跳びグループ	20
跳び箱運動・回転跳びグループ	21
平均台運動・歩走グループ・跳躍グループ	22
平均台運動・ポーズグループ・ターングループ	23

陸上運動系

走の運動・かけっこ・短距離走・リレー	24
長距離走・小型ハードル走・ハードル走	25
跳の運動・幅跳び・走り幅跳び	26
跳の運動・高跳び・走り高跳び	27
三段跳び・砲丸投げ・やり投げ	28

水泳運動系

水の中を移動する運動遊び・浮いて進む運動	29
もぐる・浮く運動遊び・もぐる・浮く運動	30
クロール	31
平泳ぎ	32
安全確保につながる運動・背泳ぎ	33
バタフライ	34
スタート及びターン	35

ボール運動系

ゴール型（ボール操作）	36
ゴール型（ボールを持たないときの動き）	37
ネット型（ボールや用具の操作）	38
ネット型（ボールを持たないときの動き）	39
ベースボール型（ボールやバットの操作）	40
ベースボール型（ボールを持たないときの動き）	41

表現運動系

表現・創作ダンス（小学校）	42
表現・創作ダンス（中・高等学校）	43
リズムダンス・現代的なリズムのダンス（小学校）	44
リズムダンス・現代的なリズムのダンス（中・高等学校）	45
フォークダンス（外国のフォークダンス）	46
フォークダンス（日本の民踊）	47

武道

柔道（基本動作・受け身）	48
柔道（投げ技・投げ技の連絡・投げ技の防御・投げ技の変化）	49
柔道（固め技・固め技の連絡・固め技の防御・固め技の変化・ 投げ技から固め技の連絡）	50
剣道（基本動作・しかけ技）	51
剣道（応じ技）	52
相撲（基本動作, 受け身, 押し・寄り・前さばき, 投げ技）	53

知識の例示

体づくり運動	54
器械運動	55
陸上競技	56
水泳	57
球技	58
武道	59
ダンス	60