

ボール運動系(ゴール型)

[ボール操作]

| | | |
|------|-------------------|---|
| 小学校 | 第1学年及び 第2学年 | 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 <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 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。 <input type="checkbox"/> 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。 <input type="checkbox"/> 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 | 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、フラッ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) <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 味方にボールを手渡したり、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 | 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ッ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) <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 近くにいるフリーの味方にパスを出すこと。 <input type="checkbox"/> 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 | 【ボール操作】 <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> ゴール方向に守備者がいない位置でシュートをすること。 <input type="checkbox"/> マークされていない味方にパスを出すこと。 <input type="checkbox"/> 得点しやすい空間にいる味方にパスを出すこと。 <input type="checkbox"/> 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 | 【安定したボール操作】 <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> ゴールの枠内にシュートをコントロールすること。 <input type="checkbox"/> 味方が操作しやすいパスを送ること。 <input type="checkbox"/> 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 | 【状況に応じたボール操作】 <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 防御をかわして相手陣地やゴールにボールを運ぶこと。 <input type="checkbox"/> 味方が作り出した空間にパスを送ること。 <input type="checkbox"/> 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。 <input type="checkbox"/> 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。 <input type="checkbox"/> 隊形を整えるためにボールを他の空間へ動かすこと。 |

ボール運動系(ゴール型)

[ボールを持たないときの動き]

| | | |
|------|-------------------|--|
| 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"> □ ボールが飛んだり、転がったりしてくるコースに入ること。 □ ボールを操作できる位置に動くこと。 <p>一人鬼, 手つなぎ鬼, 子増やし鬼 宝取り鬼, ボール運び鬼</p> <ul style="list-style-type: none"> □ 相手(鬼)にタッチされたり, マーク(タグやフラッグ)を取られたりしないように, 空いている場所を見つけて, 速く走ったり, 急に曲がったり, 身をかわしたりすること。 □ 相手(鬼)のいない場所に移動したり, 駆け込んだりすること。 □ 少人数で連携して相手(鬼)をかわしたり, 走り抜けたりすること。 □ 逃げる相手を追いかけてタッチしたり, マーク(タグやフラッグ)を取ったりすること。 |
| | 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, フラッ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"> □ ボールを持ったときにゴールに体を向けること。 □ ボール保持者と自分の間に守る者がいない空間に移動すること。 |
| | 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ッ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"> □ ボール保持者と自己の間に守備者が入らないように移動すること。 □ 得点しやすい場所に移動し, パスを受けてシュートなどをすること。 □ ボール保持者とゴールの間に体を入れて守備をすること。 |
| 中学校 | 第1学年及び 第2学年 | <p>【空間に走り込むなどの動き】</p> <ul style="list-style-type: none"> □ ボールとゴールが同時に見える場所に立つこと。 □ パスを受けるために, ゴール前の空いている場所に動くこと。 □ ボールを持っている相手をマークすること。 |
| | 第3学年及び 高校入学年次 | <p>【空間を作り出すなどの動き】</p> <ul style="list-style-type: none"> □ ゴール前に広い空間を作り出すために, 守備者を引きつけてゴールから離れること。 □ パスを出した後に次のパスを受ける動きをすること。 □ ボール保持者が進行できる空間を作り出すために, 進行方向から離れること。 □ ゴールとボール保持者を結んだ直線上で守ること。 □ ゴール前の空いている場所をカバーすること。 |
| 高等学校 | 高校入学年次の 次の年次以降 | <p>【空間を埋めるなどの動き】</p> <ul style="list-style-type: none"> □ 自陣から相手陣地の侵入しやすい場所に移動すること。 □ シュートやトライをしたり, パスを受けたりするために味方が作り出した空間に移動すること。 □ 侵入する空間を作り出すために, チームの作戦に応じた移動や動きをすること。 □ 得点を取るためのフォーメーションやセットプレイなどのチームの役割に応じた動きをすること。 □ チームの作戦に応じた守備位置に移動し, 相手のボールを奪うための動きをすること。 □ 味方が抜かれた際に, 攻撃者を止めるためのカバーの動きをすること。 □ 一定のエリアから得点しにくい空間に相手や相手のボールを追い出す守備の動きをすること。 |

ボール運動系(ネット型)

[ボールや用具の操作]

| | | |
|------|-------------------|--|
| 小学校 | 第1学年及び 第2学年 | 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 <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 | ソフトバレーボールを基にした易しいゲーム プレルボールを基にした易しいゲーム バドミントンやテニスを基にした易しいゲーム 天大中小など、子供の遊びを基にした易しいゲーム <ul style="list-style-type: none"> □ いろいろな高さのボールを片手、両手もしくは用具を使ってはじいたり、打ちつけたりすること。 □ 相手コートから飛んできたボールを片手、両手もしくは用具を使って相手コートに返球すること。 |
| | 第5学年及び 第6学年 | ソフトバレーボールやプレルボールを基にした簡易化されたゲーム バドミントンやテニスを基にした簡易化されたゲーム <ul style="list-style-type: none"> □ 自陣のコート(中央付近)から相手コートに向けサービスを打ち入れること。 □ 味方が受けやすいようにボールをつなぐこと。 □ 片手、両手もしくは用具を使って、相手コートにボールを打ち返すこと。 |
| 中学校 | 第1学年及び 第2学年 | 【ボールや用具の操作】 <ul style="list-style-type: none"> □ サービスでは、ボールやラケットの中心付近で捉えること。 □ ボールを返す方向にラケット面を向けて打つこと。 □ 味方が操作しやすい位置にボールをつなぐこと。 □ 相手側のコートの空いた場所にボールを返すこと。 □ テイクバックをとって肩より高い位置からボールを打ち込むこと。 |
| | 第3学年及び 高校入学年次 | 【役割に応じたボール操作や安定した用具の操作】 <ul style="list-style-type: none"> □ サービスでは、ボールをねらった場所に打つこと。 □ ボールを相手側のコートの空いた場所やねらった場所に打ち返すこと。 □ 攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にボールを上げること。 □ ネット付近でボールの侵入を防いだり、打ち返したりすること。 □ 腕やラケットを強く振って、ネットより高い位置から相手側のコートに打ち込むこと。 □ ポジションの役割に応じて、捨ったりつないだり打ち返したりすること。 |
| 高等学校 | 高校入学年次の 次の年次以降 | 【状況に応じたボール操作や安定した用具の操作】 <ul style="list-style-type: none"> □ サービスでは、ボールに変化をつけて打つこと。 □ ボールを相手側のコートの守備のない空間に緩急や高低などの変化をつけて打ち返すこと。 □ ボールに回転をかけて打ち出したり、回転に合わせて返球したりすること。 □ 変化のあるサーブに対応して、面を合わせてレシーブすること。 □ 移動を伴うつなぎのボールに対応して、攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にトスを上げること。 □ 仲間と連動してネット付近でボールの侵入を防いだり、打ち返したりすること。 □ ボールをコントロールして、ネットより高い位置から相手側のコートに打ち込むこと。 □ チームの作戦に応じた守備位置から、捨ったりつないだり打ち返したりすること。 |

ボール運動系(ネット型)

[ボールを持たないときの動き]

| | | |
|------|-------------------|--|
| 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"> □ ボールが飛んだり、転がったりしてくるコースに入ること。 □ ボールを操作できる位置に動くこと。 <p>一人鬼, 手つなぎ鬼, 子増やし鬼 宝取り鬼, ボール運び鬼</p> <ul style="list-style-type: none"> □ 相手(鬼)にタッチされたり, マーク(タグやフラッグ)を取られたりしないように, 空いている場所を見つけて, 速く走ったり, 急に曲がったり, 身をかわしたりすること。 □ 相手(鬼)のいない場所に移動したり, 駆け込んだりすること。 □ 少人数で連携して相手(鬼)をかわしたり, 走り抜けたりすること。 □ 逃げる相手を追いかけてタッチしたり, マーク(タグやフラッグ)を取ったりすること。 |
| | 第3学年及び 第4学年 | <p>ソフトバレーボールを基にした易しいゲーム プレルボールを基にした易しいゲーム バドミントンやテニスを基にした易しいゲーム 天大中小など, 子供の遊びを基にした易しいゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> □ ボールの方向に体を向けたり, ボールの落下点やボールを操作しやすい位置に移動したりすること。 |
| | 第5学年及び 第6学年 | <p>ソフトバレーボールやプレルボールを基にした簡易化されたゲーム バドミントンやテニスを基にした簡易化されたゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> □ ボールの方向に体を向けて, その方向に素早く移動すること。 |
| 中学校 | 第1学年及び 第2学年 | <p>【定位置に戻るなどの動き】</p> <ul style="list-style-type: none"> □ 相手の打球に備えた準備姿勢をとること。 □ プレイを開始するときは, 各ポジションの定位置に戻ることに。 □ ボールを打ったり受けたりした後, ボールや相手に正対すること。 |
| | 第3学年及び 高校入学年次 | <p>【連携した動き】</p> <ul style="list-style-type: none"> □ ラリーの中で, 味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすること。 □ 連携プレイのための基本的なフォーメーションに応じた位置に動くこと。 |
| 高等学校 | 高校入学年次の 次の年次以降 | <p>【連携した動き】</p> <ul style="list-style-type: none"> □ ラリーの中で, 相手の攻撃や味方の移動で生じる空間をカバーして, 守備のバランスを維持する動きをすること。 □ 相手の攻撃の変化に応じて, 仲間とタイミングを合わせて守備位置を移動すること。 □ 仲間と連携した攻撃の際に, ポジションに応じて相手を引き付ける動きをすること。 |

ボール運動系(ベースボール型)

[ボールやバットの操作]

| | | |
|------|--------------|---|
| 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"> <input type="checkbox"/> 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。 <input type="checkbox"/> 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。 <input type="checkbox"/> 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>攻める側がボールを蹴って行う易しいゲーム 手や用具などを使って打ったり、静止したボールを打ったりして行う易しいゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> ボールをフェアグラウンド内に蹴ったり打ったりすること。 <input type="checkbox"/> 投げる手と反対の足を一步前に踏み出してボールを投げること。 |
| | 第5学年及び第6学年 | <p>ソフトボールを基にした簡易化されたゲーム ティーボールを基にした簡易化されたゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 止まったボールや易しく投げられたボールをバットでフェアグラウンド内に打つこと。 <input type="checkbox"/> 打球方向に移動し、捕球すること。 <input type="checkbox"/> 捕球する相手に向かって、投げること。 |
| 中学校 | 第1学年及び第2学年 | <p>【基本的なバット操作】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 投球の方向と平行に立ち、肩越しにバットを構えること。 <input type="checkbox"/> 地面と水平になるようにバットを振り抜くこと。 <p>【ボール操作】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> ボールの正面に回り込んで、緩い打球を捕ること。 <input type="checkbox"/> 投げる腕を後方に引きながら投げ手と反対側の足を踏み出し、体重を移動させながら、大きな動作でねらった方向にボールを投げること。 <input type="checkbox"/> 守備位置から塁上へ移動して、味方からの送球を受けること。 |
| | 第3学年及び高校入学年次 | <p>【安定したバット操作】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 身体の軸を安定させてバットを振りぬくこと。 <input type="checkbox"/> タイミングを合わせてボールを捉えること。 <input type="checkbox"/> ねらった方向にボールを打ち返すこと。 <p>【ボール操作】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 捕球場所へ最短距離で移動して、相手の打ったボールを捕ること。 <input type="checkbox"/> ねらった方向へステップを踏みながら、一連の動きでボールを投げること。 <input type="checkbox"/> 仲間の送球に対して塁上でタイミングよくボールを受けたり、中継したりすること。 |
| 高等学校 | 高校入学年次の年次以降 | <p>【状況に応じたバット操作】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 身体全体を使ってバットを振りぬくこと。 <input type="checkbox"/> ボールの高さやコースなどにタイミングを合わせてボールをとらえること守備スペースが空いた方向をねらってボールを打ち返すこと。 <input type="checkbox"/> バットの構えから勢いを弱めたボールをねらった方向へ打つこと。 <p>【安定したボール操作】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 打球のバウンドやコースに応じて、タイミングを合わせてボールを捕ること。 <input type="checkbox"/> 塁に入ろうとする味方の動きに合わせて、捕球しやすいボールを投げること。 <input type="checkbox"/> 仲間の送球に対して次の送球をしやすいようにボールを受けること。 <input type="checkbox"/> 投球では、コースや高さをコントロールして投げること。 |

ボール運動系(ベースボール型)

[ボールを持たないときの動き]

| | | |
|------|-------------------|---|
| 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"> <input type="checkbox"/> ボールが飛んだり、転がったりしてくるコースに入ること。 <input type="checkbox"/> ボールを操作できる位置に動くこと。 <p>一人鬼, 手つなぎ鬼, 子増やし鬼 宝取り鬼, ボール運び鬼</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 相手(鬼)にタッチされたり, マーク(タグやフラッグ)を取られたりしないように, 空いている場所を見付けて, 速く走ったり, 急に曲がったり, 身をかわしたりすること。 <input type="checkbox"/> 相手(鬼)のいない場所へ移動したり, 駆け込んだりすること。 <input type="checkbox"/> 少人数で連携して相手(鬼)をかわしたり, 走り抜けたりすること。 <p>逃げる相手を追いかけてタッチしたり, マーク(タグやフラッグ)を取ったりすること。</p> |
| | 第3学年及び 第4学年 | <p>攻める側がボールを蹴って行う易しいゲーム 手や用具などを使って打ったり, 静止したボールを打ったりして行う易しいゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 向かってくるボールの正面に移動すること。 <input type="checkbox"/> ベースに向かって全力で走り, かけ抜けること。 |
| | 第5学年及び 第6学年 | <p>ソフトボールを基にした簡易化されたゲーム ティーボールを基にした簡易化されたゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 塁間を全力で走塁すること。 <input type="checkbox"/> 守備の隊形をとって得点を与えないようにすること。 |
| 中学校 | 第1学年及び 第2学年 | <p>【走塁】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> スピードを落とさずに, タイミングを合わせて塁を駆け抜けること。 <input type="checkbox"/> 打球の状況によって塁を進んだり戻ったりすること。 <p>【定位置での守備】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 決められた守備位置に繰り返し立ち, 準備姿勢をとること。 <input type="checkbox"/> 各ポジションの役割に応じて, ベースカバーやバックアップの基本的な動きをすること。 |
| | 第3学年及び 高校入学年次 | <p>【走塁】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> スピードを落とさずに円を描くように塁間を走ること。 <input type="checkbox"/> 打球や守備の状況に応じた塁の回り方で, 塁を進んだり戻ったりすること。 <p>【連携した守備】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 味方からの送球を受けるために, 走者の進む先の塁に動くこと。 <input type="checkbox"/> 打球や走者の位置に応じて, 中継プレイに備える動きをすること。 |
| 高等学校 | 高校入学年次の 次の年次以降 | <p>【走塁】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> タッチアップでは, タイミングよく進塁の動きをすること。 <input type="checkbox"/> 仲間の走者の動きに合わせて, 塁を進んだり戻ったりすること。 <p>【状況に応じた守備】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 打者の特徴や走者の位置に応じた守備位置に立つこと。 <input type="checkbox"/> 得点や進塁を防ぐために, 走者の進塁の状況に応じて, 最短距離での中継ができる位置に立つこと。 <input type="checkbox"/> 打球や送球に応じて仲間の後方に回り込むバックアップの動きをすること。 <input type="checkbox"/> ポジションに応じて, ダブルプレイに備える動きをすること。 |