

体育科 小学校第1学年カリキュラム

月	単元・指導内容	学習指導要領の内容	時数	重点化の理由	下学年等での既習事項	円滑な接続への留意事項	上学年等での学習事項	備考 ■実践例、◆課題
4	わたってのぼって ・ジャングルジムを使った運動遊び ・雲梯を使った運動遊び ・登り棒を使った運動遊び ・肋木を使った運動遊び ・平均台を使った運動遊び	B (1) ア	3			○順番や決まりを守り、友達と仲良く運動するように意識させる。	小学校第3・4学年「器械運動」	
	おにあそび ・一人鬼 ・二人鬼 ・宝取り鬼	E (1) イ	3	○急に止まったり方向・スピードを変えて鬼から逃げたり、捕まえたりすることにより、素早く体を移動させる力を伸ばすことにつながるので重要である。		○ルールを守り、勝敗を素直に認めるように意識させる。 ○ルールを工夫すること。めあてをもって運動させるようにする。 ○友達やチームのよさに気付かせる。	小学校第2学年 「鬼遊び」	
	かけっこ ・30～50m程度のかけっこ	C (1) ア	4			○腕をよく振って走ることを意識させる。	小学校第3学年「かけっこ・リレー」	
5	ちからだめし ・人を押す、引く動きや力比べをする動きなどで構成される運動遊び ・人を運ぶ、支える動きなどで構成される運動遊び	A (1) イ (エ)	2			○いろいろな運動遊びに楽しく取り組めるようにし、運動に対する興味・関心を高める。 ○遊びを通して基本的な動きを身に付け、運動に対する意欲を持たせる。	小学校第3学年「多様な動きをつくる運動」	
	リレーあそび ・折り返しリレー遊び	C (1) ア	3			○バランス良く、「まっすぐ」「カーブ」「ジグザグ」などで走れるような遊びを取り入れ、上学年での運動につなげていく。	小学校第3・4学年 「リレーあそび」	
	とびこしあそび ・幅跳び遊び ・ケンパー跳び遊び ・ゴム跳び遊び	C (1) イ	3			○膝を深く曲げ、腕の振り出しを大きく使って、跳び上がるように跳ぶことで、全身を使うことを意識させる。	小学校第3学年「幅跳び」	
6	てつぼうあそび ・跳び上がりや跳び下り ・ぶら下がり ・易しい回転	B (1) ウ	4			○バランス感覚・ぶらさがり感覚・逆さ感覚・回転感覚を身につけさせる。 ○マットや砂場を活用して、鉄棒の高さから落ちることの怖さを取り除くようにする。	小学校第3・4学年「鉄棒運動」	
	リレーあそび ・折り返しリレー遊び	C (1) ア	4			○バランス良く、「まっすぐ」「カーブ」「ジグザグ」などで走れるような遊びを取り入れ、上学年での運動につなげていく。	小学校第3・4学年「かけっこ・リレー」	
7	みずあそび ・水に慣れる遊び ・浮く・もぐる遊び	D (1) ア イ	6			○伏し浮きの姿勢は、けのびを習得するに当たりとても大切な要素の一つとなるため、きちんと経験させておく。	小学校第3・4学年「水泳」	

	<p>ボールあそび</p> <ul style="list-style-type: none"> ・いろいろなボールを投げたり、ついたり、捕ったりしながら行う的当て遊びやキャッチボール 	E (1) ア	2			<ul style="list-style-type: none"> ○ルールを守り、勝敗を素直に認めるように意識させる。 ○ルールを工夫すること。めあてをもって運動させるようにする。 ○友達やチームのよさに気付かせる。 	小学校第2学年「いろいろなボールあそび」	
8 9	<p>ドッジボール</p> <ul style="list-style-type: none"> ・転がしドッジボール ・ボールを投げて行うドッジボール 	E (1) ア	16	○急に止まったり、方向を変えたりする動作を繰り返すことにより、素早く体を移動させる力を伸ばすことにつながるので重要である。		<ul style="list-style-type: none"> ○ルールを守り、勝敗を素直に認めるように意識させる。 ○ルールを工夫すること。めあてをもって運動させるようにすること。 	小学校第3・4学年「ゲーム」	
10	<p>しょうがいリレーあそび</p> <ul style="list-style-type: none"> ・低い障害物を用いてのリレー遊び 	C (1) ア	6			○バランス良く、「まっすぐ」「カーブ」「ジグザグ」などで走れるような遊びを取り入れ、上学年での運動につなげていく。	小学校第4学年「ハードル走」	
	<p>ひょうげんあそび</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鳥、昆虫、恐竜、動物などの動物や飛行機、遊園地の乗り物など、児童にとって身近で関心が高く、特徴のある具体的な動きを多く含む題材 	F (1) ア	6			○めあてをもって学習させるようにする。	小学校第3・4学年「表現」	
11 12	<p>マット・とびばこあそび</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゆりかご、前転がり、後ろ転がり、丸太転がりなど ・背支持倒立（首倒立）、蛙の足打ち、壁登り逆立ち、支持での川跳び ・踏み越し跳び ・支持でまたぎ乗り・またぎ下り、支持で跳び乗り・跳び下り ・馬跳び、タイヤ跳び 	B (1) イ	7			<ul style="list-style-type: none"> ○マットの安全な運び方や片づけ方を身につけさせる。 ○跳び箱の安全な運び方や置き方などを身につけさせる。 ○さまざまな遊びを通して、逆さ感覚や回転感覚を身につけさせる。 	小学校第3・4学年「跳び箱運動」「マット運動」	
	<p>ボールけりあそび</p> <ul style="list-style-type: none"> ・いろいろなボールを蹴ったり、止めたりして行う的当て遊びや蹴り合い 	E (1) ア	2			<ul style="list-style-type: none"> ○規則を守り、勝敗を素直に認めるようにさせる。 ○友達のよさを認め、チームのよさに気づくようにさせる。 	小学校第3学年「シュートボール」 小学校第3・4学年「サッカー型ゲーム」	
	<p>ボールけりゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ボールを蹴って行う的当てゲーム ・的当てゲームの発展したシュートゲーム ・ボールを蹴って行うベースボール 	E (1) ア	9			<ul style="list-style-type: none"> ○規則を守り、勝敗を素直に認めるようにさせる。 ○友達のよさを認め、チームのよさに気づくようにさせる。 	小学校第3学年「シュートボール」 小学校第3・4学年「サッカー型ゲーム」	
1	<p>マット・とびばこあそび</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゆりかご、前転がり、後ろ転がり、丸太転がりなど ・背支持倒立（首倒立）、蛙の足打ち、壁登り逆立ち、支持での川跳び ・踏み越し跳び 	B (1) エ	2			<ul style="list-style-type: none"> ○マットの安全な運び方や片づけ方を身につけさせる。 ○跳び箱の安全な運び方や置き方などを身につけさせる。 ○さまざまな遊びを通して、逆さ感覚や回転感覚を身につけさせる。 	小学校第3・4学年「跳び箱運動」「マット運動」	

	<ul style="list-style-type: none"> ・支持でまたぎ乗り・またぎ下り、支持で跳び乗り・跳び下り ・馬跳び、タイヤ跳び・踏み越し跳び 							
	<u>なわとびあそび</u> <ul style="list-style-type: none"> ・長なわでの大波小波をしたり、回っているなわをくぐり抜けたりする ・短なわで前や後ろの連続両足跳びをすること 	A (1) イ (ウ)	3			○遊びを通して基本的な動きを身につけて、運動に対する意欲を持たせる。	小学校第3学年「多様な動きをつくる運動」	
2	<u>マット・とびばこあそび</u> <ul style="list-style-type: none"> ・ゆりかご、前転がり、後ろ転がり、丸太転がりなど ・背支持倒立（首倒立）、蛙の足打ち、壁登り逆立ち、支持での川跳び ・踏み越し跳び ・支持でまたぎ乗り・またぎ下り、支持で跳び乗り・跳び下り ・馬跳び、タイヤ跳び・踏み越し跳び 	B (1) エ	4			○マットの安全な運び方や片づけ方を身につけさせる。 ○跳び箱の安全な運び方や置き方などを身につけさせる。 ○さまざまな遊びを通して、逆さ感覚や回転感覚を身につけさせる。	小学校第3・4学年「跳び箱運動」「マット運動」	
	<u>ボールけりゲーム</u> <ul style="list-style-type: none"> ・ボールを蹴って行う的当てゲーム ・的当てゲームの発展したシュートゲーム ・ボールを蹴って行うベースボール 	E (1) ア	3			○規則を守り、勝敗を素直に認めるようにさせる。 ○友達のよさを認め、チームのよさに気づくようにさせる。	小学校第3学年「シュートボール」 小学校第3・4学年「サッカー型ゲーム」	
	<u>なわとびあそび</u> <ul style="list-style-type: none"> ・長なわでの大波小波をしたり、回っているなわをくぐり抜けたりする ・短なわで前や後ろの連続両足跳びをすること 	A (1) イ (ウ)	4			○遊びを通して基本的な動きを身につけて、運動に対する意欲を持たせる。	小学校第3学年「多様な動きをつくる運動」	
3	<u>ドッジボール</u> <ul style="list-style-type: none"> ・転がしドッジボール ・ボールを投げて行うドッジボール 	E (1) ア	3	○急に止まったり、方向を変えたりする動作を繰り返すことにより、素早く体を移動させる力を伸ばすことにつながるため重要である。		○ルールを守り、勝敗を素直に認めるように意識させる。 ○ルールを工夫すること。めあてをもって運動させるようにすること。 ○友達やチームのよさに気付かせる。	小学校第3・4学年「ゲーム」	
	<u>ひょうげんあそび</u> <ul style="list-style-type: none"> ・鳥、昆虫、恐竜、動物などの動物や飛行機、遊園地の乗り物など、児童にとって身近に関心が高く、特徴のある具体的な動きを多く含む題材 	F (1) ア	3			○めあてをもって学習させるようにする。	小学校第3・4学年「表現」	
	合 計		102					