

目標・内容の一覧(体育)(保健体育)

学部	小学部（体育）		
教科の目標			
体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題に気付き、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。			
知識及び技能	(1) 遊びや基本的な運動の行い方及び身近な生活における健康について知るとともに、基本的な動きや健康な生活に必要な事柄を身に付けるようにする。		
思考力、判断力、表現力等	(2) 遊びや基本的な運動及び健康についての自分の課題に気付き、その解決に向けて自ら考え行動し、他者に伝える力を養う。		
学びに向かう力、人間性等	(3) 遊びや基本的な運動に親しむことや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。		
段階の目標	1 段階	2 段階	3 段階
知識及び技能	ア 教師と一緒に、楽しく体を動かすことができるようにするとともに、健康な生活に必要な事柄ができるようにする。	ア 教師の支援を受けながら、楽しく基本的な運動ができるようにするとともに、健康な生活に必要な事柄ができるようにする。	ア 基本的な運動の楽しさを感じ、その行い方を知り、基本的な動きを身に付けるとともに、健康や身体の変化について知り、健康な生活ができるようにする。
思考力、判断力、表現力等	イ 体を動かすことの楽しさや心地よさを表現できるようにするとともに、健康な生活を営むために必要な事柄について教師に伝えることができるようにする。	イ 基本的な運動に慣れ、その楽しさや感じたことを表現できるようにするとともに、健康な生活に向け、感じたことを他者に伝える力を養う。	イ 基本的な運動の楽しみ方や健康な生活の仕方について工夫するとともに、考えたことや気付いたことなどを他者に伝える力を養う。
学びに向かう力、人間性等	ウ 簡単な合図や指示に従って、楽しく運動をしようとしたり、健康に必要な事柄をしようとしたりする態度を養う。	ウ 簡単なきまりを守り、友達とともに安全に楽しく運動をしようとしたり、健康に必要な事柄をしようとしたりする態度を養う。	ウ きまりを守り、自分から友達と仲よく楽しく運動をしたり、場や用具の安全に気を付けたりしようとするとともに、自分から健康に必要な事柄をしようとする態度を養う。
内容	1 段階	2 段階	3 段階
A 体づくり運動遊び（1段階） 体づくり運動（小2，3段階）	体づくり運動遊びについて、次の事項を身に付けることができるよう指導する。	体づくり運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。	体づくり運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。
	ア 教師と一緒に、手足を動かしたり、歩いたりして楽しく体を動かすこと。	ア 教師の支援を受けながら、楽しく基本的な体づくり運動をすること。	ア 基本的な体づくり運動の楽しさを感じ、その行い方を知り、基本的な動きを身に付けること。
	イ 手足を動かしたり、歩いたりして体を動かすことの楽しさや心地よさを表現すること。	イ 基本的な体づくり運動に慣れ、その楽しさや感じたことを表現すること。	イ 基本的な体づくり運動の楽しみ方を工夫するとともに、考えたことや気付いたことなどを他者に伝えること。
	ウ 簡単な合図や指示に従って、体づくり運動遊びをしようとする事。	ウ 簡単なきまりを守り、友達とともに安全に楽しく、基本的な体づくり運動をしようとする事。	ウ きまりを守り、自分から友達と仲よく楽しく基本的な体づくり運動をしたり、場や用具の安全に気を付けたりしようとする事。
B 器械・器具を使っての遊び(1段階) 器械・器具を使っての運動(2, 3段階)	器械・器具を使っでの遊びについて、次の事項を身に付けることができるよう指導する。	器械・器具を使っでの運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。	器械・器具を使っでの運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

学部	中学部（保健体育）	
教科の目標		
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。		
知識及び技能	(1) 各種の運動の特性に応じた技能等及び自分の生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。	
思考力、判断力、表現力等	(2) 各種の運動や健康・安全についての自分の課題を見付け、その解決に向けて自ら思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。	
学びに向かう力、人間性等	(3) 生涯にわたって運動に親しむことや健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。	
段階の目標	1 段階	2 段階
知識及び技能	ア 各種の運動の楽しさや喜びに触れ、その特性に応じた行い方及び体の発育・発達やけがの防止、病気の予防などの仕方が分かり、基本的な動きや技能を身に付けるようにする。	ア 各種の運動の楽しさや喜びを味わい、その特性に応じた行い方及び体の発育・発達やけがの防止、病気の予防などの仕方について理解し、基本的な技能を身に付けるようにする。
思考力、判断力、表現力等	イ 各種の運動や健康な生活における自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝える力を養う。	イ 各種の運動や健康な生活における自分やグループの課題を見付け、その解決のために友達と考えたり、工夫したりしたことを他者に伝える力を養う。
学びに向かう力、人間性等	ウ 各種の運動に進んで取り組み、きまりや簡単なスポーツのルールなどを守り、友達と協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動をする態度を養う。また、健康・安全の大切さに気付き、自己の健康の保持増進に進んで取り組む態度を養う。	ウ 各種の運動に積極的に取り組み、きまりや簡単なスポーツのルールなどを守り、友達と助け合ったり、場や用具の安全に留意したりし、自己の最善を尽くして運動をする態度を養う。また、健康・安全の大切さに気付き、自己の健康の保持増進と回復に進んで取り組む態度を養う。
内容	1 段階	2 段階
A 体づくり運動	体づくり運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。	体づくり運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。
	ア 体ほぐしの運動や体の動きを高める運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさに触れるとともに、その行い方が分かり、友達と関わったり、動きを持続する能力などを高めたりすること。	ア 体ほぐしの運動や体の動きを高める運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、その行い方を理解し、友達と関わったり、動きを持続する能力などを高めたりすること。
	イ 体ほぐしの運動や体の動きを高める運動についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えること。	イ 体ほぐしの運動や体の動きを高める運動についての自分やグループの課題を見付け、その解決のために友達と考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えること。
	ウ 体ほぐしの運動や体の動きを高める運動に進んで取り組み、きまりを守り、友達と協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動をすること。	ウ 体ほぐしの運動や体の動きを高める運動に積極的に取り組み、きまりを守り、友達と助け合ったり、場や用具の安全に留意したりし、自己の力を発揮して運動をすること。
B 器械運動	器械運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。	器械運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

学部	小学部（体育）		
内容	1段階	2段階	3段階
B 器械・器具を使っ ての遊び（1 段階） B 器械・器 具を使っ ての運動（2， 3段階）	ア 教師と一緒に、器械・器具を使 って楽しく体を動かすこと。	ア 教師の支援を受けながら、楽 しく器械・器具を使っ ての基本的な運動をすること。	ア 器械・器具を使っ ての基本的な運動の楽しさを感じ、その行 い方を知り、基本的な動きを身 に付けること。
	イ 器械・器具を使っ て体を動かすことの楽しさや心地よさを表 現すること。	イ 器械・器具を使っ ての基本的な運動に慣れ、その楽しさや感 じたことを表現すること。	イ 器械・器具を使っ ての基本的な運動の行い方を工夫するとと もに、考えたことや気付いたこと などを他者に伝えること。
	ウ 簡単な合図や指示に従って、 器械・器具を使っ ての遊びをしよう とすること。	ウ 簡単なきまりを守り、友達と ともに安全に楽しく、器械・器 具を使っ ての基本的な運動をしよう とすること。	ウ きまりを守り、自分から友達 と仲よく楽しく器械・器具を 使っ ての基本的な運動をしたり、 場や器械・器具の安全に気を付 けたりしよう とすること。
C 走・跳の 運動遊び（1 段階） C 走・跳の 運動（2， 3段階）	走・跳の運動遊びについて、次の 事項を身に付けることができるよう指導する。	走・跳の運動について、次の事項 を身に付けることができるよう指導する。	走・跳の運動について、次の事項 を身に付けることができるよう指導する。
	ア 教師と一緒に、走ったり、跳 んだりして楽しく体を動かすこ と。	ア 教師の支援を受けながら、楽 しく走・跳の基本的な運動をす ること。	ア 走・跳の基本的な運動の楽し さを感じ、その行い方を知り、 基本的な動きを身に付けること。
	イ 走ったり、跳んだりして体を 動かすことの楽しさや心地よさを 表現すること。	イ 走・跳の基本的な運動に慣れ、 その楽しさや感じたことを表現 すること。	イ 走・跳の基本的な運動の楽し み方を工夫するとともに、考え たことや気付いたことなどを他 者に伝えること。
	ウ 簡単な合図や指示に従って、 走・跳の運動遊びをしよう とすること。	ウ 簡単なきまりを守り、友達と ともに安全に楽しく、走・跳の 基本的な運動をしよう とすること。	ウ きまりを守り、自分から友達 と仲よく楽しく走・跳の基本的 な運動をしたり、場や用具の安 全に気を付けたりしよう とすること。
D 水遊び （1段階） D 水の中 での運動（2， 3段階）	水遊びについて、次の事項を身に 付けることができるよう指導する。	水の中での運動について、次の事 項を身に付けることができるよう指導する。	水の中での運動について、次の事 項を身に付けることができるよう指導する。
	ア 教師と一緒に、水の特性を生 かした簡単な水遊びを楽しむこ と。	ア 教師の支援を受けながら、楽 しく水の中での基本的な運動を すること。	ア 水の中での基本的な運動の楽し さを感じ、その行い方を知り、 基本的な動きを身に付けること。
	イ 水の中で体を動かすことの楽 しさや心地よさを表現すること。	イ 水の中での基本的な運動に慣 れ、その楽しさや感じたことを 表現すること。	イ 水の中での基本的な運動の楽 しみ方を工夫するとともに、考 えたことや気付いたことなどを 他者に伝えること。
	ウ 簡単な合図や指示に従って、 水遊びをしよう とすること。	ウ 簡単なきまりを守り、友達と ともに安全に楽しく、水の中 での基本的な運動をしよう とすること。	ウ きまりを守り、自分から友達 と仲よく楽しく水の中での基本 的な運動をしたり、場や用具の 安全に気を付けたりしよう とすること。
E ボール遊 び（1段階） E ボールを 使った運動 やゲーム （2，3段階）	ボール遊びについて、次の事項を 身に付けることができるよう指導 する。	ボールを使った運動やゲームにつ いて、次の事項を身に付けるこ とができるよう指導する。	ボールを使った運動やゲームにつ いて、次の事項を身に付けるこ とができるよう指導する。
	ア 教師と一緒に、ボールを使っ て楽しく体を動かすこと。	ア 教師の支援を受けながら、楽 しくボールを使った基本的な運 動やゲームをすること。	ア ボールを使った基本的な運動 やゲームの楽しさを感じ、その 行い方を知り、基本的な動きを 身に付けること。

学部	中学部（保健体育）	
内容	1 段階	2 段階
B 器械運動	ア 器械・器具を使った運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり、基本的な動きや技を身に付けること。	ア 器械運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解し、基本的な技を身に付けること。
	イ 器械・器具を使った運動についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えること。	イ 器械運動についての自分やグループの課題を見付け、その解決のために友達と考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えること。
	ウ 器械・器具を使った運動に進んで取り組み、きまりを守り、友達と協力したり、場や器械・器具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動をすること。	ウ 器械運動に積極的に取り組み、きまりを守り、友達と助け合ったり、場や器械・器具の安全に留意したりし、自己の力を発揮して運動をすること。
C 陸上運動	陸上運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。	陸上運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。
	ア 陸上運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり、基本的な動きや技能を身に付けること。	ア 陸上運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解し、基本的な技能を身に付けること。
	イ 陸上運動についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えること。	イ 陸上運動についての自分やグループの課題を見付け、その解決のために友達と考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えること。
	ウ 陸上運動に進んで取り組み、きまりを守り、友達と協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動をすること。	ウ 陸上運動に積極的に取り組み、きまりを守り、友達と助け合ったり、場や用具の安全に留意したりし、自己の力を発揮して運動をすること。
D 水泳運動	水泳運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。	水泳運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。
	ア 初歩的な泳ぎの楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり、基本的な動きや技能を身に付けること。	ア 水泳運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解し、基本的な技能を身に付けること。
	イ 初歩的な泳ぎについての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えること。	イ 水泳運動についての自分やグループの課題を見付け、その解決のために友達と考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えること。
	ウ 初歩的な泳ぎに進んで取り組み、きまりなどを守り、友達と協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動をすること。	ウ 水泳運動に積極的に取り組み、きまりなどを守り、友達と助け合ったり、場や用具の安全に留意したりし、自己の力を発揮して運動をすること。
E 球技	球技について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。	球技について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。
	ア 球技の楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり、基本的な動きや技能を身に付け、簡易化されたゲームを行うこと。	ア 球技の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解し、基本的な技能を身に付け、簡易化されたゲームを行うこと。

学部	小学部（体育）		
内容	1段階	2段階	3段階
E ボール遊び（1段階） ボールを使った運動やゲーム（2, 3段階）	イ ボールを使って体を動かすことの楽しさや心地よさを表現すること。	イ ボールを使った基本的な運動やゲームに慣れ、その楽しさや感じたことを表現すること。	イ ボールを使った基本的な運動やゲームの楽しみ方を工夫するとともに、考えたことや気付いたことなどを他者に伝えること。
	ウ 簡単な合図や指示に従って、ボール遊びをしようとする。	ウ 簡単なきまりを守り、友達とともに安全に楽しく、ボールを使った基本的な運動やゲームをしようとする。	ウ きまりを守り、自分から友達と仲よく楽しくボールを使った基本的な運動やゲームをしたり、場や用具の安全に気を付けたりしようとする。
	—	—	—
	—	—	—
	—	—	—
	—	—	—
F 表現遊び（1段階） 表現運動（2, 3段階）	表現遊びについて、次の事項を身に付けることができるよう指導する。	表現運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。	表現運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。
	ア 教師と一緒に、音楽の流れている場所で楽しく体を動かすこと。	ア 教師の支援を受けながら、音楽に合わせて楽しく表現運動をすること。	ア 基本的な表現運動の楽しさを感じ、その行い方を知り、基本的な動きを身に付け、表現したり踊ったりすること。
	イ 音楽の流れている場所で体を動かすことの楽しさや心地よさを表現すること。	イ 基本的な表現運動に慣れ、その楽しさや感じたことを表現すること。	イ 基本的な表現運動の楽しみ方を工夫するとともに、考えたことや気付いたことなどを他者に伝えること。
	ウ 簡単な合図や指示に従って、表現遊びをしようとする。	ウ 簡単なきまりを守り、友達とともに安全に楽しく、基本的な表現運動をしようとする。	ウ きまりを守り、自分から友達と仲よく楽しく表現運動をしたり、場や用具の安全に気を付けたりしようとする。
G 保健	健康な生活に必要な事柄について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。	健康な生活に必要な事柄について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。	健康な生活に必要な事柄について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。
	ア 教師と一緒に、うがいなどの健康な生活に必要な事柄をすること。	ア 教師の支援を受けながら、健康な生活に必要な事柄をすること。	ア 健康や身体の変化について知り、健康な生活に必要な事柄に関する基本的な知識や技能を身に付けること。
	イ 健康な生活に必要な事柄に気づき、教師に伝えること。	イ 健康な生活に必要な事柄に慣れ、感じたことを他者に伝えること。	イ 健康な生活に必要な事柄について工夫するとともに、考えたことや気付いたことなどを他者に伝えること。

学部	中学部（保健体育）	
内容	1 段階	2 段階
E 球技	イ 球技についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えること。	イ 球技についての自分やチームの課題を見付け、その解決のために友達と考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えること。
	ウ 球技に進んで取り組み、きまりや簡単なルールを守り、友達と協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動をすること。	ウ 球技に積極的に取り組み、きまりや簡単なルールを守り、友達と助け合ったり、場や用具の安全に留意したりし、自己の力を発揮して運動をすること。
F 武道	武道について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。	武道について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。
	ア 武道の楽しさを感じ、その行い方や伝統的な考え方が分かり、基本動作や基本となる技を用いて、簡易な攻防を展開すること。	ア 武道の楽しさや喜びに触れ、その行い方や伝統的な考え方を理解し、基本動作や基本となる技を用いて、簡易な攻防を展開すること。
	イ 武道についての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えること。	イ 武道についての自分やグループの課題を見付け、その解決のために友達と考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えること。
	ウ 武道に進んで取り組み、きまりや伝統的な行動の仕方を守り、友達と協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動をすること。	ウ 武道に積極的に取り組み、きまりや伝統的な行動の仕方を守り、友達と助け合ったり、場や用具の安全に留意したりし、自己の力を発揮して運動をすること。
G ダンス	ダンスについて、次の事項を身に付けることができるよう指導する。	ダンスについて、次の事項を身に付けることができるよう指導する。
	ア ダンスの楽しさや喜びに触れ、その行い方が分かり、基本的な動きや技能を身に付け、表現したり踊ったりすること。	ア ダンスの楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解し、基本的な技能を身に付け、表現したり踊ったりすること。
	イ ダンスについての自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えること。	イ ダンスについての自分やグループの課題を見付け、その解決のために友達と考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えること。
	ウ ダンスに進んで取り組み、友達の動きを認め協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動をすること。	ウ ダンスに積極的に取り組み、友達のよさを認め助け合ったり、場や用具の安全に留意したりし、自己の力を発揮して運動をすること。
H 保健	健康・安全に関する事項について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。	健康・安全に関する事項について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。
	ア 体の発育・発達やけがの防止、病気の予防などの仕方が分かり、基本的な知識及び技能を身に付けること。	ア 体の発育・発達やけがの防止、病気の予防などの仕方について理解し、基本的な技能を身に付けること。
	イ 自分の健康・安全についての課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えること。	イ 自分やグループの健康・安全についての課題を見付け、その解決のために友達と考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えること。