

時期	幼稚園3歳児	幼稚園4歳児	幼稚園5歳児	小学1年生	小学2年生	小学3年生	小学4年生	小学5年生	小学6年生	中学1年生	中学2年生	中学3年生	
体づくり運動	<p>のびのびと体を動かし遊ぶことを楽しむ 仲良く遊び・体操・リズムなど体を動かす心地よさを味わう。</p> <p>いろいろな遊びの中で体を動かす 動物や忍者などになりきって遊んだり、フープやバランスサーなど様々な用具を使って体を動かしたりする。</p>	<p>体ほぐしの運動 手軽な運動遊びを行い、心と体の変化に気づいたり、みんなで関わり合ったりする。</p> <p>多様な動きをつくる運動遊び 体のバランスをとる動き、体を移動する動き、用具を操作する動き、力試しの動きをする。</p>	<p>体ほぐしの運動 手軽な運動遊びを行い、心と体の変化に気づいたり、みんなで関わり合ったりする。</p> <p>多様な動きをつくる運動遊び 体のバランスをとる動き、体を移動する動き、用具を操作する動き、力試しの動きをし、それらを組み合わせる。</p>	<p>体ほぐしの運動 手軽な運動遊びを行い、心と体の関係に気づいたり、仲間と関わり合ったりする。</p> <p>体の動きを高める運動 ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動をする。</p>	<p>体ほぐしの運動 手軽な運動遊びを行い、心と体の関係や心身の状態に気づき、仲間と積極的に関わり合う</p> <p>体の動きを高める運動 ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動を行うとともに、それらを組み合わせる</p>	<p>体ほぐしの運動 手軽な運動遊びを行い、心と体の関係や心身の状態に気づき、仲間と自主的に関わり合う</p> <p>実生活に生かす運動の計画 ねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画を立てて取り組む</p>	必修						
小1・3・5・使2中3の器械運動	<p>固定遊具で遊ぶ 遊具の使い方を学ぶ。にぎる・のぼるなど手足を使って遊ぶ。</p> <p>マットで遊ぶ 転がる・手と足を使って歩く・まわるなど柔軟に体を動かす。</p> <p>鉄棒で遊ぶ ぶらさがる・まわるなど手・腕を使って体を支える。</p> <p>巧技台で遊ぶ はしご・跳び箱・平均台・サーキットなどの遊具の使い方を学ぶ。体の使い方を学ぶ。</p>	<p>固定施設を使った運動遊び 登り下りや懸垂移行、渡り歩きや跳び下りをする。</p> <p>マットを使った運動遊び いろいろな方向への転がり、手で支えての体の保持や回転をする。</p> <p>鉄棒を使った運動遊び 支持しての揺れや上がり下り、ぶら下がりや易しい回転をする。</p> <p>跳び箱を使った運動遊び 跳び乗りや跳び下り、手を着いてのまたぎ乗りやまたぎ下りをする。</p>	<p>マット運動 回転系や巧技系の基本的な技をする。</p> <p>鉄棒運動 支持系の基本的な技をする。</p> <p>跳び箱運動 切り返し系や回転系の基本的な技をする。</p>	<p>マット運動 回転系や巧技系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったり、それらを繰り返したり組み合わせたりする。</p> <p>鉄棒運動 支持系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったり、それらを繰り返したり組み合わせたりする。</p> <p>跳び箱運動 切り返し系や回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったりする。</p>	<p>ア・マット運動 回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行う</p> <p>イ・鉄棒運動 支持系や懸垂系の基本的な技を滑らかに行う</p> <p>ウ・平均台運動 体操系やバランス系の基本的な技を滑らかに行う</p> <p>エ・跳び箱運動 切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに行う</p> <p>条件を変えた技や発展技を行う、それらを組み合わせる</p>	<p>ア・マット運動 イ・鉄棒運動 ウ・平均台運動 エ・跳び箱運動</p> <p>・基本的な技を滑らかに安定して行う ・条件を変えた技や発展技を行う、それらを構成し、演技する</p>	器械運動・陸上競技・水泳・ダンスいずれかから1以上を選択して履修						
小1・3・5・2・4・6・3の陸上運動	<p>走って遊ぶ かけっこ・リレー・おいかけっこなどを通して体の使い方を学び、全力で走る心地よさを味わう。</p> <p>跳んで遊ぶ 縄・ゴムとび・ホッピングなど両足・片足で跳ぶ。タイミングを合わせて跳ぶ。</p>	<p>走の運動遊び いろいろな方向に走ったり、低い障害物を走り越えたりする。</p> <p>跳の運動遊び 前方や上方に跳んだり、連続して跳んだりする。</p>	<p>かけっこ・リレー 調子よく走ったりバトンの受渡しをしたりする。</p> <p>小型ハードル走 小型ハードルを調子よく走り越える。</p> <p>幅跳び 短い助走から踏み切って跳ぶ。</p> <p>高跳び 短い助走から踏み切って跳ぶ。</p>	<p>短距離走・リレー 一定の距離を全力で走ったり、滑らかなバトンの受渡しをしたりする。</p> <p>ハードル走 ハードルをリズムカルに走り越える。</p> <p>走り幅跳び リズムカルな助走から踏み切って跳ぶ。</p> <p>走り高跳び リズムカルな助走から踏み切って跳ぶ。</p>	<p>ア・短距離走・リレー 滑らかな動きで早く走る ・バトンの受渡しでタイミングを合わせる</p> <p>ア・長距離走 ペースを守って走る</p> <p>ア・ハードル走 リズムカルな走りから滑らかにハードルを越す</p> <p>イ・走り幅跳び スピードに乗った助走から素早く踏み切って跳ぶ</p> <p>イ・走り高跳び リズムカルな助走から力強く踏み切って大きな動作で跳ぶ</p>	<p>ア・短距離走・リレー ・中間走へのつなぎを滑らかにして走る ・バトンの受渡しで次走者のスピードを十分高める</p> <p>ア・長距離走 自分に適したペースを維持して走る</p> <p>ア・ハードル走 スピードを維持した走りから低く越す</p> <p>イ・走り幅跳び スピードに乗った助走から力強く踏み切って跳ぶ</p> <p>イ・走り高跳び スピードに乗った助走から力強く踏み切り滑らかな空中動作で跳ぶ</p>	陸上運動						
小1・3・5・小中2・3の水遊び	<p>水遊び どろんこ遊び・水鉄砲などを通して水に親しむ。</p> <p>プール遊び 歩く・水かけっこ・バタ足・トンネルぐり・電車・貝殻集めなどを通して水・プールに慣れる。</p>	<p>水の中を移動する運動遊び 水につかって歩いたり走ったりする。</p> <p>もぐる・浮く運動遊び 息を止めたり吐いたりしながら、水にもぐったり浮いたりする。</p>	<p>浮いて進む運動 け伸びや初歩的な泳ぎをする</p> <p>もぐる・浮く運動 息を止めたり吐いたりしながら、いろいろまぐり方や浮き方をする。</p>	<p>クロール 手や足の動きに呼吸を合わせて続けて長く泳ぐ。</p> <p>平泳ぎ 手や足の動きに呼吸を合わせて続けて長く泳ぐ。</p> <p>安全確保につながる運動 背浮きや浮き沈みをしながらかけて長く泳ぐ。</p>	<p>ア・クロール 手と足の動き、呼吸のバランスをとり速く泳ぐ</p> <p>イ・平泳ぎ 手と足の動き、呼吸のバランスをとり長く泳ぐ</p> <p>ウ・背泳ぎ 手と足の動き、呼吸のバランスをとり泳ぐ</p> <p>エ・バタフライ 手と足の動き、呼吸のバランスをとり泳ぐ</p>	<p>ア・クロール イ・平泳ぎ 手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳ぐ</p> <p>ウ・背泳ぎ エ・バタフライ 手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで泳ぐ</p> <p>オ・複数の泳法で泳ぐ、リレー ・4種目から2〜4種目を選択し、続けて泳ぐ・競泳的なリレー一種目として、単一(または複数)の泳法を使ってチームで競い合う</p>	水泳						
小1・3・5・小中4・6・3のゲボ球・1・技・ムル運動	<p>ボールを使って遊ぶ 中あて・ドッチボール・サッカーなどいろいろなボール遊びを知る。ボールの転がし方や投げ方など腕の使い方を学ぶ。</p> <p>鬼ごっこをして遊ぶ 色鬼・水鬼・増え鬼・陣地取りゲームなどをしてルールを守って遊ぶ。追いかけて追いかける、陣地を取り合うなどを自然に覚え、バランス感覚を養う。</p>	<p>ボールゲーム 簡単なボール操作と攻めや守りの動きによって、易しいゲームをする。</p> <p>鬼遊び 一定の区域で、逃げる、追いかける、陣地を取り合うなどをする。</p>	<p>ゴール型ゲーム 基本的なボール操作とボールを持たないときの動きによって、易しいゲームをする。</p> <p>ネット型ゲーム 基本的なボール操作とボールを操作できる位置に体を移動する動きによって、易しいゲームをする。</p> <p>ベースボール型ゲーム 蹴る、打つ、捕る、投げるなどのボール操作と得点をとったり防いだりする動きによって、易しいゲームをする。</p>	<p>ゴール型 ボール操作とボールを持たないときの動きによって、簡易化されたゲームをする。</p> <p>ネット型 個人やチームによる攻撃や守備によって、簡易化されたゲームをする。</p> <p>ベースボール型 ボールを打つ攻撃と守備をとった守備によって、簡易化されたゲームをする。</p>	<p>ア・ゴール型ゲーム (バスケットボール、ハンドボール、サッカー) ・ボール操作と空間に走りこむなどの動きによってゴール前での攻防をする</p> <p>イ・ネット型ゲーム (バレーボール、卓球、テニス、パドミントン) ・ボールや用具の操作と位置に異なるなどの動きによって空いた場所をめぐる攻防をする</p> <p>ウ・ベースボール型ゲーム(ソフトボール) ・基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と位置での守備などによって攻防をする</p> <p>アからウまですべて履修</p>	<p>ア・ゴール型ゲーム 安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をする</p> <p>イ・ネット型ゲーム 役割に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防をする</p> <p>ウ・ベースボール型ゲーム 安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と連携した動きによって攻防をする</p> <p>三つの型から二つの型を選択</p>	球技・武道いずれかから1以上を選択して履修						
武中道										<p>ア・柔道 イ・剣道 ウ・相撲(ア〜ウから1つ選択) ・相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、簡易な攻防をする。伝統的な行動の仕方を理解し守る</p>	<p>ア・柔道 イ・剣道 ウ・相撲 ・基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開する</p>	武道	
小1・3・5・小中2・6・3の表現運動	<p>体操・音楽に合わせて体を動かす 表現遊び・体操・ダンスなどをして体で表現する。リズムに合わせて体を動かす楽しさを味わう。</p>	<p>表現遊び 身近な題材の特徴を捉え、全身で踊る。</p> <p>リズム遊び 軽快なリズムに乗って踊る。</p>	<p>表現 身近な生活などの題材からその主な特徴を捉え、表したい感じをひと流れの動きで典型的に踊ったり、簡単なひとまとまりの動きにして踊ったりする。</p> <p>リズムダンス 軽快なリズムに乗って全身で踊る。</p>	<p>表現 いろいろな題材からそれらの主な特徴を捉え、表したい感じをひと流れの動きで典型的に踊ったり、簡単なひとまとまりの動きにして踊ったりする。</p> <p>フォークダンス 日本の民謡や外国の踊りから、それらの踊り方や特徴を捉え、音楽に合わせて簡単なステップや動きで踊る。</p>	<p>ア・創作ダンス イメージを捉え、動きに変化をつけて即興的に表現する</p> <p>イ・フォークダンス 伝承されてきた踊りの特徴を捉え、音楽に合わせて特徴的なステップや動きで踊る</p> <p>ウ・現代的なリズムのダンス リズムの特徴を捉え、リズムに乗って全身で踊る</p>	<p>ア・創作ダンス イメージを捉え、動きに変化をつけて即興的に表現する</p> <p>イ・フォークダンス 伝承されてきた踊りの特徴を捉え、音楽に合わせて特徴的なステップや動きで踊る</p> <p>ウ・現代的なリズムのダンス リズムの特徴を捉え、リズムに乗って全身で踊る</p>	表現運動						
小1・3・5・小中2・6・3の健康・生活	<p>遊具の正しい遊び方を知り、安全に遊ぶ 安心、安定した生活をする</p> <p>自分の身体を大切にしようとする 相手を大切にしようとする</p> <p>健康な生活のリズムを身につける</p>	<p>けんこうな生活</p> <p>体の成長とわたし</p>	<p>けんこうな生活</p> <p>体の成長とわたし</p> <p>心の健康</p> <p>病気の予防</p>	<p>健康な生活と疾病の予防 健康の成り立ち、運動・食生活・睡眠・調和のとれた生活</p> <p>心身の機能の発達と心の健康</p>	<p>健康な生活と疾病の予防 生活習慣病・がん、喫煙・飲酒・薬物乱用</p> <p>健康な生活と疾病の予防 感染症、性感染症・エイズ、医薬品の利用、保健医療機関</p>	<p>【特別活動】安全教育、避難訓練</p> <p>【総合】SDG教育</p>	健康・生活						
教科書	羽曳野市幼稚園教育課程	羽曳野市幼稚園教育課程	羽曳野市幼稚園教育課程	・新編3・4「新しい保健」(東京書籍) 「みんなの体育」(Gakken)	・新編5・6「新しい保健」(東京書籍)	・新編5・6「新しい保健」(東京書籍)	・新編5・6「新しい保健」(東京書籍)	・新編5・6「新しい保健」(東京書籍)	・新編5・6「新しい保健」(東京書籍)	【家庭科】保育、食物	新しい保健体育(東京書籍) 副読本(実技)は各学校で選択	【総合】健康教育、思春期教育	必修