

り上げ方をうまく工夫する。

【体育】 個人的なスポーツ領域をさらに工夫する。

- ① 「器械運動」では《技に取り組んだり》が加わった。やさしい場を選んだり補助具を活用して自分の力に合った技に取り組ませるとともに、グッドタイミングを逃さないことが大切なので、児童にとって必要な運動の経験を計画的に位置ける。
- ② 「陸上運動」では、リレー・短距離走が《短距離走・リレー》と表現が変わった。短距離走単独でも、リラックスした心地よい走りができるよう工夫し弾力的に運動を取り上げる。また、障害走も《ハードル走》と表現が変わった。
- ③ 「水泳」では《背泳ぎ》を加えて指導できる。

※ 仲間とかかわりながら技の練習や競争をするなど、集団で行う場を設定する。

【体育】 従前の体操が「体づくり運動」（体ほぐしの運動・体力を高める運動）となる。

- ① 体ほぐしの運動において、これから始めようとする運動に対して、心身ともに全開にしているため《スイッチオン》の状態をつくる。気づき・調整・交流の三つのねらいを押さえ、高学年のその他の領域や低・中学年においてもその趣旨を生かす。

【体育】 低学年の基本の運動の「表現リズム遊び」に連動させて中学年では表現運動の「リズムダンス」を導入する。

- ① 軽快なサンバやロックなどのリズムにのって全身で弾んで踊ることや、友達と自由にかかわって踊る楽しさを大切にする。

【体育】 四季を通して自然体験活動を積極的に行えるよう水辺活動が加わる。

【保健】 中学年に保健領域を導入する。

- ① 「毎日の生活と健康」では、健康の大切さを認識させ、健康によい生活の仕方を理解できるようにさせる。
  - ア 食事、運動、休養、睡眠の調和のとれた生活を続けさせる。
  - イ 体の清潔、明るさや換気などの生活環境を整える習慣を身に付けさせる。
  - ウ 生活の中から題材を見つけ、作業や実習、調べ学習を通し実践的に理解させる。
- ② 「育ちゆく体とわたし」では、体の発育・発達について理解させる。
  - ア 体の骨格を形成する時期にタンパク質などとともにカルシウムが必要なので食事をしっかりとることなどについて考えさせる。
  - イ 男女差・個人差を踏まえ、異性への関心も取り上げ、体は年齢によって変化することを理解させる。

【保健】 高学年でも新しい内容に取り組む。

- ① 「けがの防止」のけがの手当では、けがをしたとき速やかに手当をする必要性を理解させ、簡単な手当ができるようにさせる。
- ② 「心の健康」が独立単位となった。ストレス、不安、悩みへの対処として心身相関にも触れ、特に人とのかかわり方についての内容を大切にする。また、体ほぐしの運動とも関連を持たせる。
- ③ 「病気の予防」では、病気が起こる原則をしっかりと押さえ、病原体が主な要因となって起こる病気の予防と、生活習慣病のように生活行動が主な要因となって起こる病気の予防を重点的に学習する。
  - ア 栄養の偏りのない食事やむし歯予防など実践的に考えさせ、自分たちの生活行動の改善に努めさせる。
  - イ 新たな内容として、喫煙、飲酒、薬物乱用が取り上げられた。薬物乱用の低年齢化などに対応するため、シンナーなどの有機溶剤の心身への影響を中心に行い、薬物の乱用は、法律で厳しく規制されていることや、乱用される薬物には覚せい剤など様々なものがあることにも触れる。