



スポーツ

4-1. 水泳選手



(1) 泳ぐ前に行う準備体操の必要なことを知り、実際にやってみる。
 (2) クロールか平泳ぎで25m以上泳ぐことができる。
 (3) 立泳ぎが2分間以上できる。
 (4) おぼれた人を発見したとき、助けるために自分がどのような行動をしたらよいかを説明する。

4-2. 運動選手




(1) 正しい歩き方と走り方ができる。
 (2) 健康な体をつくるために、食事、睡眠、運動の大切なことが説明できる。
 (3) 運動のあと体の清潔さを保つことができる。
 (4) オリンピックの歴史、五輪マーク、競技種目、開催年度と開催都市を調べて記録する。
 (5) 小学校2年生～4年生は、次のA群の運動能力テストより3種目、5年生は、次のB群の運動能力テストより3種目を選んで挑戦し基準値に達する。

基準値

種 目	2年生	3年生	4年生	5年生
50 m 走 (秒)	10.7	10.0	9.6	9.3
立ち幅跳び (cm)	138	149	162	—
ソフトボール投げ (m)	15	20	25	30
とび越くぐり (秒)	14.1	13.7	12.3	—
持ち運び走 (秒)	16.2	15.5	14.7	—
走り幅跳び (cm)	—	—	—	300
斜めけんすい (回)	—	—	—	30
じくざぐドリブル (秒)	—	—	—	21


[A群] 50m走・立ち幅跳び・ソフトボール投げ・とび越くぐり・持ち運び走
 [B群] 50m走・走り幅跳び・ソフトボール投げ・斜めけんすい・じくざぐドリブル

4-3. チームスポーツ選手




(1) 隊や組の仲間でスポーツのチームを作り、その一員となる。
 (2) 次の競技の中から1つを選び、競技方法を知る。
 サッカー、ラグビー、野球、ソフトボール、キックベースボール、
 ハンドベースボール、バレーボール、バスケットボール、ポートボールなど
 (3) 自分の好きなスポーツを選び、3回以上試合に出る。
 (4) 細目(3)で選んだスポーツに必要な用具と服装の手入れができる。

4-4. スキー選手



(1) スキーぐつのはき方、スキーのつけ方ができ、スキーとストックの正しい使い方を実際にしてみせる。
 (2) スキー用具の正しい手入れ（シーズンオフのしまい方を含む）ができる。
 (3) スキー中の態度と、事故の場合の助けをを求める方法を知る。
 (4) リフトやTバーを使うときの安全規則を知っている。
 (5) 開脚登行、階段登行、斜め階段登行を使って斜面を登る。
 (6) 次の種目を実際にしてみせる。
 ①直滑降（10度程度の斜面）
 ②斜滑降
 ③ブルーク（全制動）で真っすぐ斜面を滑る。
 ④ブルークボーゲンで左右へとターンをくりかえしてすべる。
 注：全日本スキー連盟バジジテスト5級以上またはジュニアバジジテスト4級以上に合格している者は、前記(5)、(6)の細目は合格とする。


4-5. アイススケート選手



(1) スケート靴を履くことと、手入れができる。
 (2) スケートリンクでの態度と、自然結氷の池や湖で滑る時の注意事項が説明できる。
 (3) 次のことを実際にしてみせる。
 ①30m以上前に滑る。
 ②左右に曲がる。
 ③直径10m位の円を、左回り右回りの両方をクロスカットで滑る。
 注：日本スケート連盟ブレイズスケーティングテストC級以上に合格している者は、前記(3)の細目は合格とする。

文化・趣味

5-1. 収集家



(1) 切手、コイン、ワッペン、貝殻など自分の好きなものを集め、分類整理をする。
 (2) 分類整理をしたコレクションを公開し、みんなに説明する。