

第4学年 体育科学習指導案

令和元年9月18日(水) 第5校時 体育館

1 単元名 多様な動きをつくる運動(体づくり運動)

2 運動の特性

(1) 一般的特性

- ・体ほぐしの運動は、体を動かす楽しさや心地よさを味わうことにより、自分や仲間の体の状態に気付き、体の調子を整えたり、仲間と交流したりする運動である。
- ・多様な動きをつくる運動は、児童にとって楽しく魅力的な活動を仕組み、伸び伸びと体を動かす楽しさや心地よさを味わいながら、生涯にわたって運動する上で、この時期に身に付けておきたいさまざまな体の基本的な動きを身に付けていく運動である。

(2) 児童から見た特性

体づくり運動の楽しさや喜びを感じる要因	体づくり運動を遠ざける要因
<ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな運動に取り組むことによって、体のバランスをとって運動することやいろいろな方向に移動すること、用具の動きにタイミングよく反応すること、力の入れ具合を調整することなど基本的な動きを習得できる。 ・運動を通して仲間と協力し、教え合い認め合えることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・日常の運動時間が少ない子どもにとって、体を動かすことが心地よいと感じたり、汗をかいて気持ちよいと感じたりすることが少なくなった。 ・何をしてよいか分からず困惑することがある。 ・できてしまうと飽きてしまう。 ・レベルが高すぎてできないことがある。

3 児童の実態 (※一部省略)

(1) 技能

新体力テストの結果より

(令和元年度新体力テストの結果と平成30年度県平均値との比較) (学級の平均値が県平均を上回る○、下回る▼)

項目	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	シャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ
男子	学級平均							
	H30 県平均値							
	県平均との比較							
女子	学級平均							
	H30 県平均値							
	県平均との比較							

(2) 態度

体育に関する児童の意識調査

(調査日: 令和元年6月21日 調査人数 人)

	好き	どちらかという 好き	どちらかという 嫌い	嫌い
①体育の学習は好きですか。				
理由				

	好き	どちらかという 好き	どちらかという 嫌い	嫌い
②運動や体を動かすことは好きですか。				

	する	少しする	あまりしない	しない
③ふだんからよく運動や運動遊びをしますか。				

	サッカー	野球	テニス	バドミントン	バレーボール	バスケットボール
④どんな運動をしているときが楽しいですか。 (複数回答可)						
	水泳	卓球	リレー	マット運動	跳び箱運動	鉄棒
	なわとび	表現リズム遊び	しっぽとり	タグラグビー	ドッジボール	その他

	好き	どちらかという 好き	どちらかという 嫌い	嫌い
⑤体づくり運動は好きですか。				

(3) 思考・判断

体育に関する児童の意識調査

	できている	どちらかという できている	どちらかという できていない	できていない
⑥めあてをもって学習に取り組んでいますか。				

	先生に聞く	友だちに聞く	練習する	資料を見る	教え合う	その他
⑦どのようにしたら、学習のめあてが達成できると思いますか。(複数回答可)						

	する	少しする	あまりしない	しない
⑧運動するとき、友だちに教えたり、友だちのよいところを伝えたりしていますか。				

	思う	どちらかという 思う	どちらかという 思わない	思わない
⑨運動するとき、友だちと話し合ったり、アドバイスをしたりすることは大切だと思いますか。				

	ケガに気をつける	あきらめない	協力する
⑩体育で大切にしたいことは何ですか。(複数回答可)			
	友だちの応援をする	準備運動をしっかりする	めあてをもつ
	教え合う	その他	

	何回もある	たまにある	あまりない	全然ない
⑪習った運動を休み時間や放課後、家などで練習しますか。				

⑫次の言葉からどのような動きが考えられますか。

	考えられる動き
1) まわる	・フラフープ ・バク転をする ・側転をする ・円の周りを走る ・鉄棒をする ・コーンを回る ・前転をする ・ぐるぐるバット

2) 走る	・短距離走 ・マラソン ・スキップをする ・リレーをする ・おにごっこ
3) わたる	・平均台をわたる ・綱渡り
4) なげる	・ボールを投げる
5) とぶ	・立ち幅跳びをする ・ジャンプする ・反復横跳び ・スキップ ・なわとび
6) とる	・タグ取り鬼 ・キャッチボール
7) 力試し	・握力 ・重いものを持つ ・腕相撲をする ・鉄棒をする

4 教師の指導観

(1) 運動

意識調査から、本学級の児童はいろいろな運動の経験があり、楽しさを感じている。しかし、言葉からイメージできる動きが少ないことから、多様な動きをつくる運動では、4つの運動「体のバランスをとる運動」「用具を操作する運動」「力試しの運動」「体を移動する運動」それぞれで、いろいろな運動に取り組めるように工夫し、1つの動き(道具)からいろいろな運動が考えられることを実感させたい。その中で、新体力テストの結果から握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、ボール投げでは県平均に近い値であったことから、それらの向上につながるような運動にもしていきたい。また、ねらいを明確にし、児童が夢中になって運動に取り組むことで、体を動かす楽しさや体の基本的な動きができるようにしたい。児童が運動する楽しさを実感することで、「(体の動きや動かし方に)気付く→わかる→できる→達成感・満足感を得る→意欲がわく→次への学びに生かしていく」という流れを作っていく。

基本的な4つの運動を知った後に、基本的な動きを2つ以上組み合わせて行えるように計画する。「～しながら～する」という2つの動きを同時に行う運動や「～してから～する」といった種類の違う運動を連続して行えるようにしたい。

そして、配慮を必要とする児童と一緒に楽しく活動できるようにするために、特性を考えた役割や運動のアドバイスや声かけを行っていく。例えば、明るく元気よく声を出し、場を盛り上げるが特定の児童とトラブルになることが多い児童には、グループを考慮しムードメーカーとして活躍できるようにしたりする。また、グループで運動を考える際には友だちのよい動きや普段の生活から見られる行動を思い出させ、コミュニケーションがとりやすいように声かけをする。新しく考えついた運動を全体に広げ、良さを伝えるようにしたりするなどしたい。

また、努力を要する児童や特別な支援を必要とする児童に対して、レベルに合わせた場を設けていく。興味・関心を高められるような場づくりを行いたい。

日々の体育授業で30分以上の運動時間の確保と100回以上の声かけを目標に授業に取り組んでいる。授業を構造化し、児童を認め励まし、運動能力や意欲を高められる声かけを行っていきたい。

また、毎時間、運動前と後で児童の心の変化を分かるようにする。自分の番号の書いたシールを用意し、心の状態を区分したボードに貼っていく。授業前は心が緊張していたり体が冷えていたりしていた状態が、体ほぐしの運動や多様な動きをつくる運動を行った後では、どのように心が変化するかを可視化することで気付けるようにしたい。

(2) 態度

本学級の児童は、素直で何事に対しても前向きに取り組む児童が多い。しかし、自己中心的に物事を考える児童や、普段よく遊ぶ仲だが毎日のようにもめる児童、落ち着いているが元気さや機敏さに欠ける面もある。クラス替えがないため、児童同士性格も理解しているし、遊ぶ友だちも固定してきている。しかし、意識調査から「運動するとき、友だちと話し合ったり、アドバイスをしたりすることは大切だと思いますか。」に対して100%の児童が大切だと感じている。

そこで本単元では、仲間の良さを感じながら楽しく運動をし、活発に運動を行えるようにしたい。また、運動の幅を広げていくために、毎時間体ほぐしの運動を行い、いろいろな子と交流しながら特性を理解し合い心を育てていきたい。多様な動きをつくる運動では、男女混合のグループをつくり取り組む。お互いに声を掛け合い、できているところや動きのコツなどを、伝え合ったり教え合ったりしながら、喜びや楽しさを味わわせたい。グループで友だちの伸びや変化を継続して見合わせるようにして、達成感や満足感も味わわせたい。お互いに支え合うことで、きまりを守る大切さや協力し、安全に準備や片付けを行う姿が見られるようになることを考える。また、授業規律を徹底し学習展開に見通しをもたせることで、準備や片付け、次への行動など進んで素早く行えるようにしていきたい。

(3) 思考・判断

友だちに聞いたり、教えあったりする考えが低いことから、友だちのよい動きを見付けたり、教えあったりする機会を設けていきたい。体づくりの運動ではペアやグループなどの学習形態を工夫して、よい動きを見合ったり、教え合ったりできるようにする。そこで、第一段階では基本的な動き方を提示し全員に経験させたい。ペアやグループに分かれて活動し、うまく力を入れられる動きやバランスがとれる体勢など話し合い気付いていけるようにしたい。いろいろな動きを経験させ柔軟な考えをもてるようにさせたい。その後、基本的な動き方を基にしながらグループで話し合い、連続する組み合わせや同時に動きを行う組み合わせを考えさせる。グループで考えた新たに組み合わせた運動を発表する場を設けて、子どもたちの思考の幅を広げていきたい。そして、学んだことを家庭でやってみたり、休み時間に仲間と挑戦したり新しい動きのきっかけになれば良いと考える。

また、帯で体づくりの時間をとる。体を動かすと心も弾むことや、体の力を抜くと気持ちがよいことなどに気付けるような声かけをしていきたい。

5 研究主題とのかかわり

(1) 研究主題

資質・能力をバランスよく育み、運動の特性や魅力を味わわせる授業の工夫
～話し合い、教え合い、認め合い、児童がもっとやりたくなる体づくり運動の実践～

(2) 仮説と手立て

【仮説1】 学びに向かう環境や学びが深まる学習過程、教師の発問を工夫すれば、生涯にわたりの児童も夢中になって活動に取り組むことができるであろう。

【手立て①】 自らの課題や運動のコツが発見しやすいような、学びに向かう環境の工夫

- ・見付けた動きにオリジナルの名前を付けたり、絵を描いたりする。それを掲示することで動きを共有できるようにする。
- ・授業前と授業後の気持ちを「心のバロメーター」に掲示する。心の変化を可視化する。
- ・自分たちの考えた運動にレベルをつけ意欲を持たせる。
- ・学習カードに「動きのバロメーター」を設け、自分自身の動きの成長を感じられるようにする。
- ・各グループに「アイテムカードボード」を配布し、学んだ動きやオリジナルの動きをカード化し入れる。それを基に組み合わせの動きを考えやすくする。また、チームの「動きのバロメーター」をつけチームの成長を見られるようにする。

【手立て②】 学び合いが深まる学習過程の工夫

- ・体ほぐしの運動と力試しの運動を毎時間行い、その後、多様な動きをつくる運動を行う。また、基本的な運動を行った後、組み合わせた運動を行う。学び方を知り、知識の習得後に知識の活用を行う。
- ・グループで話し合い、基本的な動きを組み合わせる運動を取り入れ、仲間との学び合いを深めるようにする。
- ・学習カードや掲示物をヒントに、動きの組み合わせを児童自身が考えられるようにする。また、考えを共有できるように発表する時間を設定する。

【手立て③】 子どもの思考を促す計画的発問（声かけ）の工夫

- ・グループで考えた運動や上手に行えた動きのコツなどを全体に広げ学びを深める。
例) 「どこがよかった?」「ここ見てみよう」「みんなでやってみよう」
- ・運動の成果だけでなく過程を認められる声かけをする。また、課題解決に向けての視点を押さえた発問をする。
例) 「どんなアドバイスが嬉しかった?」
「なんでそうしたの?」「どうやったら〇〇できたの?」
- ・ねらいに沿って振り返りがしやすいような声かけをする。
例) 「どんな感じだった?」「どんなアドバイスが嬉しかった?」

6 単元の目標

- (1) 運動に進んで取り組み、きまりを守り仲良く運動をしたり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。 【関心・意欲・態度】
- (2) 体づくりのための運動の行い方を工夫できるようにする。 【思考・判断】
- (3) 次の運動を行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、体の基本的な動きができるようにする。 【運動】
- ・体ほぐしの運動では、心と体の変化に気付いたり、体の調子を整えたり、みんなでかかわり合ったりするための手軽な運動や律動的な運動をすること。
 - ・多様な動きをつくる運動では、体のバランスや移動、用具の操作などとともに、それらを組み合わせること。

7 単元及び学習活動に即した評価規準

	運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動
単元の評価規準	・体づくり運動に進んで取り組みとともに、きまりを守り、仲良く運動をしようとしたり、運動する場や用具の安全を確かめようとしたりしている。	・運動のねらいに合った課題をもち、体づくりのための運動の行い方を工夫している。	・多様な動きをつくる運動を楽しく行うための体の基本的な動きやそれらを組み合わせた動き、各種の運動の基礎となるよい動きを身に付けている。
学習活動に即した評価規準	①体づくり運動に進んで取り組みようとしている。 ②用具の使い方や運動の行い方のきまりを守り、友だちと認め励まし高め合って運動しようとしている。 ③友だちと協力して、用具の準備や片付けをしようとしている。 ④運動をする場や用具の使い方などの安全に気をつけようとしている。	①多様な動きをつくる運動の行い方を知るとともに、動き方のポイントや動きのコツを考えている。 ②多様な動きをつくる運動の基本的な動きの組み合わせ方を選んだり、友だちのよい動き方を見付け自分の運動に取り入れたりしている。	①多様な動きをつくる運動では、体のバランスや移動、用具の操作、力試しの動きとともに、それらを組み合わせた動きができる。

8 単元の計画

(1) 領域（体づくり運動）の取り上げ方

第1学年	体ほぐしの運動（5時間）	多様な動きをつくる運動遊び（12時間）
第2学年	体ほぐしの運動（5時間）	多様な動きをつくる運動遊び（13時間）
第3学年	体ほぐしの運動（7時間）	多様な動きをつくる運動（10時間）
第4学年	体ほぐしの運動（7時間）	多様な動きをつくる運動（10時間）
第5学年	体ほぐしの運動（3時間）	体力を高める運動（7時間）
第6学年	体ほぐしの運動（3時間）	体力を高める運動（6時間）

(2) 運動（体づくり運動）の取り上げ方

学年	教材	目指す動き
1・2学年	体ほぐしの運動	○心と体の変化に気付いたり、体の調子を整えたり、みんなで関わり合ったりするための手軽な運動や動的な運動をすることができる。
	多様な動きをつくる運動遊び	○体のバランスをとったり移動をしたりするとともに、用具の操作などを行うことができる。
3・4学年	体ほぐしの運動	○心と体の変化に気付いたり、体の調子を整えたり、みんなで関わり合ったりするための手軽な運動や律動的な運動をすることができる。
	多様な動きをつくる運動	○体のバランスや移動、用具の操作などとともに、それらを組み合わせることができる。
5・6年生	体ほぐしの運動	○心と体の関係に気付いたり、体の調子を整えたり、仲間と交流したりするための手軽な運動や律動的な運動をすることができる。

		る。
	体力を高める運動	○ねらいに応じて、体の柔らかさ及び巧みな動きを高めるための運動、力強い動き及び動きを持続する能力を高めるための運動をすることができる。

(3) 単元計画 (別紙参照)

8 本時の学習と指導 (6 / 8 時)

(1) ねらい

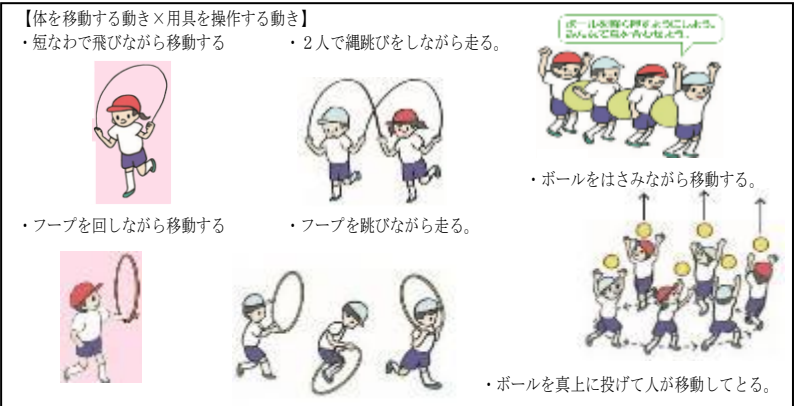
用具を操作する動きと体を移動する動きの組み合わせ、オリジナルの運動を考えている。

【思考・判断】

(2) 準備

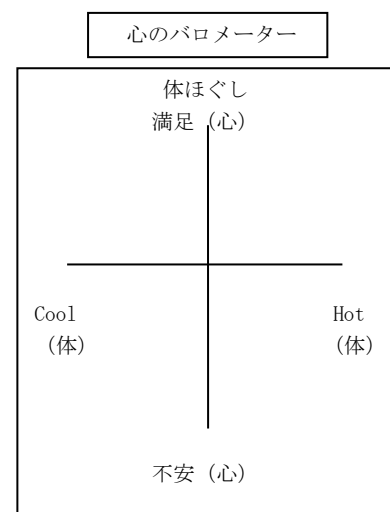
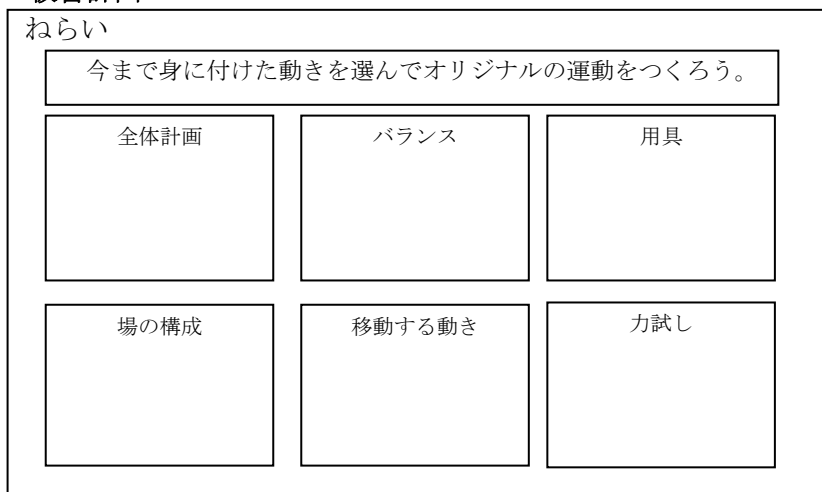
- ・学習掲示資料 ・学習カード ・ストップウォッチ ・ホイッスル ・太鼓 ・CD ・付箋 ・カラーコーン ・ボール
- ・体育棒 ・平均台 ・新聞紙 ・タオル ・短なわ ・長なわ ・紅白玉 ・フラフープ

(3) 展開

段階	学習内容・活動	指導上の留意点 (○指導 ◆評価規準)
導入 10分	1 集合・整列・挨拶・健康観察をする。	○体育の隊形に素早く集合・整列させる。 ○顔色や動きを見て健康状態を確認する。 ○運動する前の自分の心や体の状態に気付かせる。(付箋の活用)
	2 準備運動をする。 ・その中に体ほぐしの運動と力試しの運動を入れる。 ・ペアストレッチ ・スタンドアップ ・おしくらまんじゅう	○全身を十分に動かし、一つ一つの運動を正確に行わせる。 ○心がはずむような伴奏音楽をかけて、楽しい雰囲気で行わせる。 ○仲間と励まし合って取り組むと、より楽しくなることを体験させる。 ○教師も一緒になって運動を行い、意欲的に取り組ませる。
	3 力試し運動をする。 ・おんぶ ・手押し車 ・手押し相撲	
	4 本時の学習課題の確認をする。 ・グループに分かれ集合。 4人組×5、5人組×1	○前時までに行っていた運動を取り上げ想起させる。 ○本時の学習課題を確認する。
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> 今まで身に付けた動きを選んでオリジナルの運動をつくろう。 </div>	
	5 場や用具の準備をする。	○本時は「用具を操作する動き」と「体を移動する動き」を組み合わせることを伝える。 ○グループで協力し、安全に配慮して用具の準備をさせる。
	6 グループで用具を操作する動きと体を移動する動きをそれぞれ行う。 ・前時までに行った用具を操作する運動と体を移動する運動を振り返る。	○各グループで本日の課題にあった動きを確認させる。
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 【体を移動する動き】 ・這う ・歩く ・走る ・跳ぶ ・はねる ・のぼる ・おりる など </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 【用具を操作する動き】 ・用具をつかむ ・持つ ・おろす ・まわす ・転がす ・くぐる ・運ぶ ・投げる ・とる ・跳ぶ など </div>
	7 グループで用具を操作する動きと体を移動する動きを組み合わせた運動を考え、行う。 ・○○しながら△△する運動、○○してから△△する運動に取り組む。グループで基本的な動きの組み合わせを考える。 ・アイテムカードを使い組み合わせ方を考える。 ・組み合わせた運動のレベル1～3を段階別につくる。	○グループで基本的な動きの組み合わせを考える。その際、○○しながら△△する運動、○○してから△△する運動に取り組めるようにする。
		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 【体を移動する動き×用具を操作する動き】 ・短なわで飛びながら移動する ・フープを回しながら移動する ・2人で縄跳びをしながら走る。 ・フープを跳びながら走る。 ・ボールをはきみながら移動する。 ・ボールを真上に投げて人が移動してとる。 </div> 

<p>展開 30分</p>	<p>8 グループで発表をする。 ・グループで考えた楽しい運動の組み合わせを発表する。 ・コツを伝える。 ・学習カードに友だちのよい動きを記入する。</p> <div style="text-align: center;"> <p>ステージ</p> <table border="1" style="margin: auto;"> <tr> <td style="text-align: center;">F 用具 F</td> <td style="text-align: center;">A 用具 A</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">E 用具 E</td> <td style="text-align: center;">B 用具 B</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">D 用具 D</td> <td style="text-align: center;">C 用具 C</td> </tr> </table> </div> <p>9 お互いに体験する。 ・紹介された運動をやってみて楽しむ。</p>	F 用具 F	A 用具 A	E 用具 E	B 用具 B	D 用具 D	C 用具 C	<p>○動きができるようになった子やできそうな子、動きのよいグループや動きを工夫しているグループを賞賛する。また、必要に応じて取り上げ、どこに気を付ければよいのか発問し、動きのコツなどを伝える。 ○動きが雑にならないように言葉がけをする。 ○安全に配慮して活動できるように適宜声かけをする。</p> <p>○考えた運動を実際に行いながら紹介する。 ○上手に行うコツなどがあれば紹介するように促す。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>◆用具を操作する動きと体を移動する動きの組み合わせ、オリジナルの運動を考えている。 (観察・学習カード) 【思考・判断】</p> </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>△支援を要すると判断される状況 (C) の児童への指導の手立て</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ものを持ったり、バランスをとりながら移動することやボールを投げてから移動して捕るなど2つの動作が苦手な児童には、ものを持たずに移動や友だちに投げてもらったのを捕るなど、簡単な動きにしたり、行い方を変えたりするなどする。 ・簡易化された場を設定し個別に取り組ませる。 ・ペアやグループへの配慮を行う。 <p>◎十分満足できると判断される状況 (A) の児童の具体的な姿</p> <ul style="list-style-type: none"> ・これまで学んできたことを生かして動きの組み合わせ方を考えたり、友だちのよい動きを見付け、自分たちのグループの動きに取り入れたりする。 </div>
F 用具 F	A 用具 A							
E 用具 E	B 用具 B							
D 用具 D	C 用具 C							
<p>まとめ 5分</p>	<p>10 グループでまとまって集合する。</p> <p>11 学習の振り返り ・全体で集合し、自己評価をし、気づいたことなどを発表する。 ・良かった動きなどを確認しあってみる。</p> <p>12 整理運動・片付けをする。</p> <p>13 次時の予告をし、挨拶をする。運動後の心の状態を示す。</p>	<p>○素早く安全に、グループで円になるように集合させる。</p> <p>○学習カードに成果や反省が記入できているか確認する。 ○本時の学習を振り返ったりして、次時の意欲を高める。 ○グループの良かった動きを紹介したり、称賛したりする。</p> <p>○素早く安全に、グループで協力し合いながら片付けをさせる。</p> <p>○次時の学習内容を確認し、意欲付けを行う。 ○元気に挨拶をし、授業を終わらせる。</p>						

9 板書計画



10 参考資料

- ・小学校学習指導要領 体育編 (文部科学省)
- ・2019年度 学校体育必携 (埼玉県教育委員会)
- ・学校体育実技指導資料 第7集 体づくり運動-授業の考え方と進め方- (文部科学省)
- ・体づくり運動 ベスト100 (明治図書)