

第3学年体育科指導案

日 時：平成25年10月30日（水）5校時

場 所：南中山小学校 体育館

仙台市立南中山小学校 3年3組

指導者 教諭 浅野 隆二郎

1 単元名

多様な動きをつくる運動 （ A 体づくり運動 イ 多様な動きをつくる運動 ）

2 単元の目標

(1) 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ようにする。

【運動】

(2) 運動に進んで取り組み，きまりを守り仲よく運動をしたり，場や用具の安全に気を付けたりしようとする。

【態度】

(3) 体づくりのための運動の行い方を工夫している。

【思考・判断】

3 評価規準

(1) 内容のまとめりごとの評価規準

運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動に進んで取り組むとともに，きまりを守り，仲よく運動をしようしたり，運動をする場や用具の安全を確かめようとしたりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動のねらいに合った課題を持ち，体づくりのための運動の行い方を工夫している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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。

(2) 単元の評価規準

運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動に進んで取り組もうとしている。 ・用具の使い方や運動の行い方のきまりを守り，友達と励まし合って運動をしようとしている。 ・友達と協力して，用具の準備や片付けをしようとしている。 ・運動する場や用具の使い方などの安全を確かめようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・体ほぐしの運動の行い方を知るとともに，友達と一緒に運動をしたり用具を使って運動をしたりするなど，運動の行い方を選んでいる。 ・多様な動きをつくる運動の行い方を知るとともに，友達のよい動きを見付け自分の運動に取り入れたり，動きの組み合わせ方を選んだりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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。

(3) 学習活動に即した評価規準

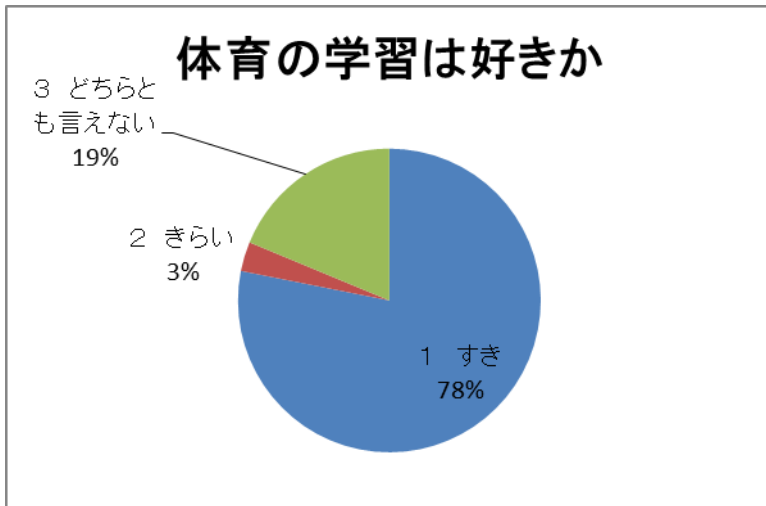
運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
①体づくり運動に自ら進んで取り組もうとしている。 ②友達と励まし合ったり教え合ったりして練習しようとしている。 ③用具の使い方や場の安全に気を付けながら運動しようとしている。	①友達と一緒に運動をしたり用具を使って運動したりすることで、楽しく運動できる行い方を工夫したり選んだりしている。 ②自分の体力に合った運動の行い方を選んでいる。	①用具を操作する運動のねらいに合った動きをすることができる。 ②基本的な動きを組み合わせる運動のねらいに合った動きをすることができる。

4 指導にあたって

(1) 児童観

本学級は男子15名、女子17名、計32名で構成されている。外遊びは男子を中心にドッジボールやサッカーを行っており、女子は比較的室内で過ごすことが多い。

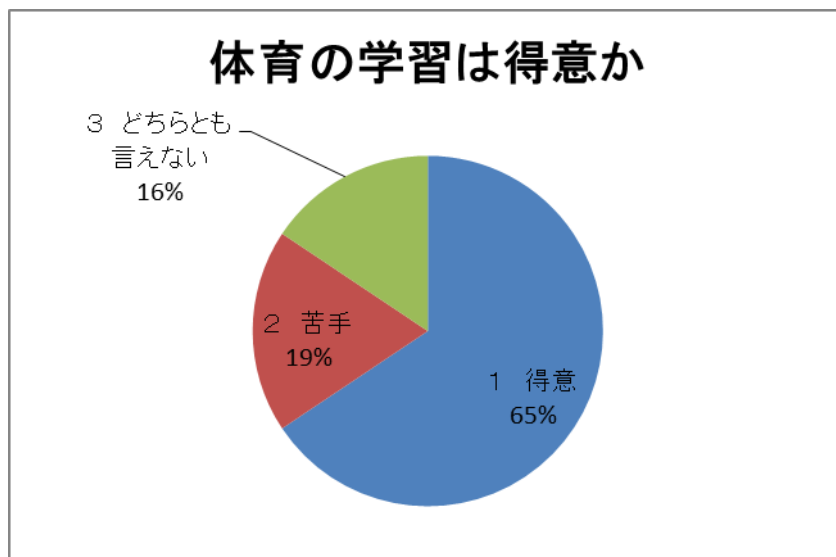
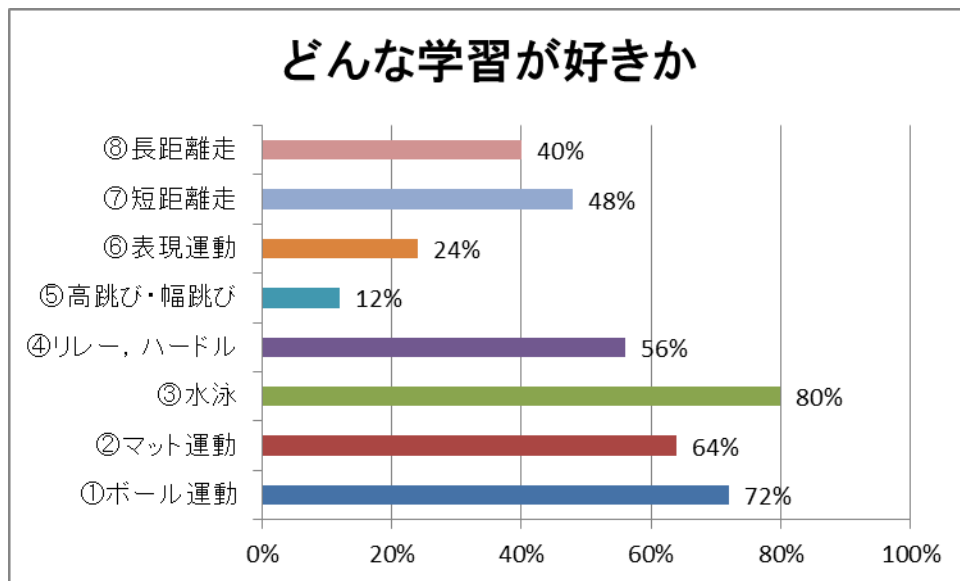
基本的に、どの学習においても男2名女2名計4名の生活班を中心に活動している。国語や算数などの授業では、ペア活動やグループ活動を毎回のように行い、誰とでも抵抗なく話し合い活動ができるよう4月から続けてきた。体育の授業でも4人一組で行うことが多く、同じグループの仲間と支え合い、ときには叱咤激励し合いながら共に成長してきた。また、自分の目標とグループ内での目標をそれぞれ持つことで、自分以外の友達のこと意識しながら行う学習を進めてきた。



左のグラフは、「体育の学習が好きか」という質問についての回答である。「好き」と回答したのが約8割、「きらい」「どちらとも言えない」と回答したのは、約2割という結果である。このことから、大部分の児童は体育の学習を楽しみに取り組んでいるということが分かる。一方で、「きらい」「どちらともいえない」と回答した児童も2割いることから、そうした児童の意欲を高めるような指導の工夫を図る必要がある。

アンケートでは、「体づくり運動」について知っているかについても質問した。しかし、「持久走」「ボール運動」「健康に気を付けて生活する」などの回答がほとんどであり、正しく回答することができた児童はいなかった。2地区研究にあたっては、「体づくり運動」を通じてどのような力が身に付くのかなど、児童にもわかる指導計画の改善や学習カードの工夫が必要である。例えば、イラストがたくさん載っていてそれぞれに簡単な一言ポイントが書かれているような学習カードや、2年間を見据えた単元の指導計画作成である。現在3年生の児童が4年生になったときにどんな力を付けさせていけば良いかが一目でわかるような工夫が大切であると考えている。

右のグラフは、「どんな学習が好きか」についての回答をまとめたものである。児童からは様々な回答があった。「水泳」は8割もの児童が回答した。また、「ボール運動」は約7割と、人気が高かった。休み時間などもボール運動をして過ごす児童が多いことが読み取れる。一方で、「長距離走」「表現運動」「高跳び・幅跳び」などの回答が少なかった。



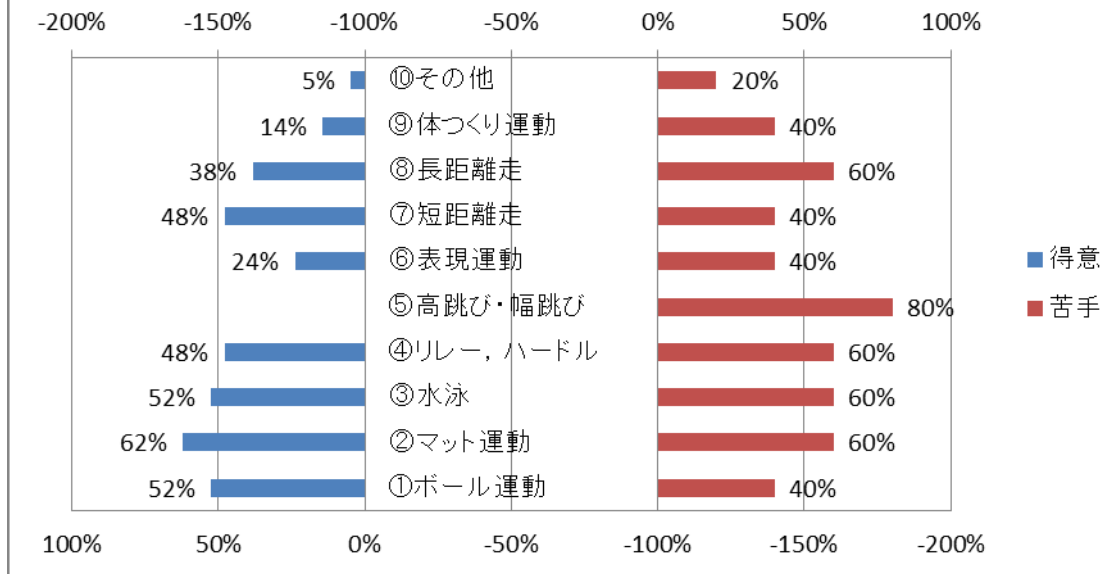
「体育の学習は得意か」についても質問している。「得意」と回答したのは、65%。「苦手」「どちらとも言えない」と回答したのは、35%であった。「体育の学習は好きか」についての設問の「好き」と回答した児童の数と比較して、「得意」と回答した児童は少ないが、それでも多くの児童が「得意」と感じていることがわかった。得意かどうかに限らず、体育の学習は児童にとって楽しいものとなっている。

次ページ上部は、「どんな学習が得意か」「どんな学習が苦手か」について質問したものである。「得意」と回答したものでは、「マット運動」が62%、「水泳」「ボール運動」がそれぞれ52%と続いた。また、3位以降も差がほとんどなく「短距離走」「リレー・ハードル」と続く。

それに対して、「苦手」と回答したものでは、「高跳び・幅跳び」は80%、「長距離走」「リレー・ハードル」「水泳」「マット運動」はそれぞれ60%と続いている。「得意」と回答したものと比較しても高くなっている。これには、児童の苦手というマイナスイメージが強く残ってしまっていることが理由として考えられる。一度苦手という意識を持ってしまうと、体育の学習全体に対するマイナスイメージが高くなっていってしまうことも予想される。指導にあたっては、苦手と回答した児童に対して十分な配慮が必要である。

スモールステップでめあてを一時間ごとに立てさせるなど、指導の改善を図っていくことで、楽しく活動することができると思う。また、苦手と感じた運動は得意と感じた運動と比べて、人前で披露しにくいと感じてしまうことが予想される。そうすると、苦手な児童の運動が制限されてしまい、運動量

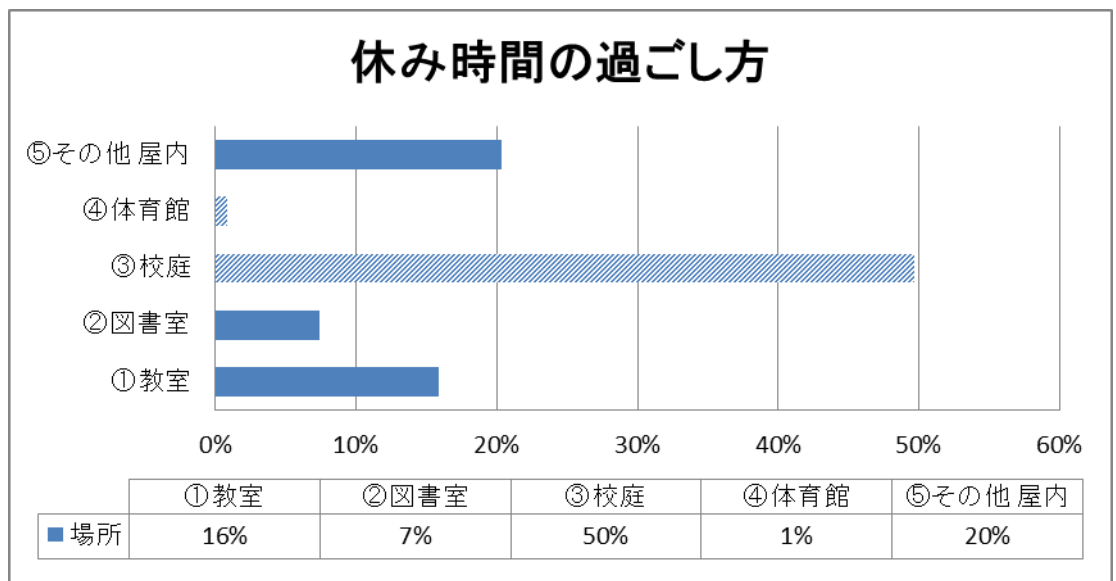
どんな学習が得意・苦手か



が確保されなくなってしまうなど、さらに悪循環に陥ってしまう。グループ学習の際は、お互いが学び合いながら得意と感じている児童も苦手と感じている児童も

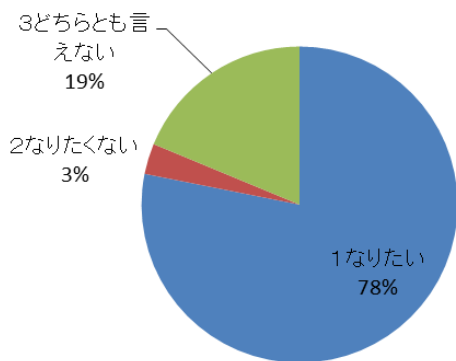
楽しく活動することができるよう配慮していく必要がある。

右のグラフは、「休み時間の過ごし方」についての回答をまとめたものである。「体育館」「校庭」と回答した児童が合わせて5割であった。児童は、休み時間にも外や体育館で遊んだ



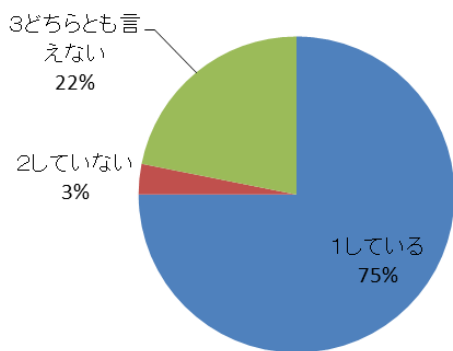
り屋内で遊んだりバランスよく過ごしていると言える。また、その他（屋内）と回答したものの中には「ワークスペース」「さわやか相談室」などという回答が見られ、休み時間が児童にとって学校生活を安心して送るために欠かせない時間となっていることがわかった。

運動が得意になりたいか



「運動が得意になりたいか」という質問では、約8割の児童が「になりたい」と回答した。「なりたくない」と回答した児童はわずか3%しかいなかった。多くの児童は体育の学習を通じて、できるようになることを望んでいる。児童の意欲を成果につなげていくことが教師の役割である。

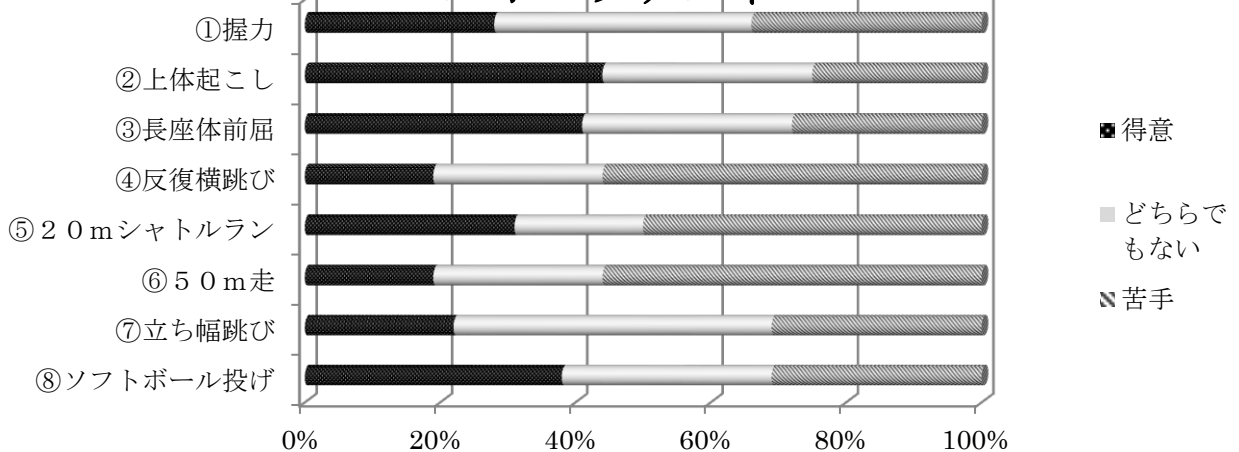
週に何回か運動しているか



「週に何回か運動しているか」について質問したのが左のグラフである。「している」と回答したのが75%であった。スポ少・習い事などを通じて、児童の多くが放課後などにも運動をしていることが分かる。

これまでのアンケートの結果からも、児童は運動に意欲的に取り組むクラスだということがわかった。

スポーツテスト



スポーツテストについての「得意」「苦手」を質問したのが上のグラフである。得意が苦手を大きく上回っているのは、「50m走」37%、「20mシャトルラン」19%、「反復横とび」37%であった。逆に下回っているのは、「ソフトボール投げ」7%、「長座体前屈」13%、「上体起こし」19%であった。走る・跳ぶといった運動は児童の日常的な活動の中で繰り返され、成果を実感しやすい。そのことが児童の「得

意」の回答の多さへ結びついていると考えられる。逆に「長座体前屈」「上体起こし」は日常の中では、同じような運動をすることが少なく、運動経験が少ないことが「苦手」の回答へ結びついている。また、「ソフトボール投げ」については、その差が7%となって表れている。ドッジボールなどの運動で積極的に取り組む児童はいるが、ほとんど取り組まない児童もいるなど運動経験に差があることが原因であると予想される。体育の学習においては、苦手を克服し成果を実感させることが大切である。

(2) 単元観

①一般的特性

「体づくり運動」は「ア 体ほぐしの運動」と「イ 多様な動きをつくる運動」の二つの内容から成る。「多様な動きをつくる運動」は、動きを意図的にはぐくむ運動を通して、体の基本的な動きを総合的に身に付けることをねらいとして行うものである。また、それらを組み合わせた動きを身に付けることも含め、(ア) 体のバランスをとる運動 (イ) 体を移動する運動 (ウ) 用具を操作する運動 (エ) 力試しの運動 (オ) 基本的な動きを組み合わせる運動の五つの運動から構成されている。中学年では動きのレパートリーを増やすことに加えて、基本的な動きを組み合わせる運動を取り入れることで、低学年より基本的な動きがスムーズにできるなど、洗練化された動きの高まりが大切となってくる。

②児童から見た特性

自分の体の状態や体力に応じて、めあてを立てて運動に取り組むため、無理なく楽しく運動することができる。また、運動を主体的に工夫することが児童のチャレンジ精神をくすぐり、自然に友達と励まし合ったり、協力し合ったりできる内容となっている。さらには、運動の難易度や結果としての数値が視覚的にも実感できるため、多くの達成感を感じることができる。

(3) 指導観

①単元全体について

6月に実施した体力運動能力調査の結果から、本学級の児童は上体起こしやシャトルランなどの筋力や筋持久力、全身持久力の動きが得意であることが分析できた。そこで、まずは跳び縄やボールなどの用具を操作する運動と、体を移動する運動を中心に繰り返し楽しみながら取り組んでいく。それにより、体の基本的な動きを総合的に身に付ける力を更に高めるとともに、結果として体力運動能力調査で全国平均値よりも劣っている瞬発力や跳躍力も高めることをねらいの一つにしたい。また、児童が自信を持ちながら取り組むことができるため、動きのこつを引き出させる教師の言葉掛け、ペアやグループで運動を行うことのできる学習形態の工夫、児童にとって運動への意欲が喚起されるような場づくりなども大切にしていきたい。

②地区研究との関連について

地区研究の目標

「分かって できて かかわる 楽しい」体育学習

目指す児童の姿

言葉や視覚的な資料などで「良い動き」のコツが分かり

友達を認め、互いに教え合いながら

自分自身の課題やめあてを持ち、運動に取り組む子

児童の実態、運動の特性を踏まえ、上記のような第2地区研究のめざす児童像に迫るため、指導上以下の視点で指導にあたる。

【視点1】学習内容の系統性を踏まえ、単元全体を見通した評価計画を明らかにする。

○指導計画の工夫

単元の前半は、体力を高めるための用具を使った運動の行い方を理解させるために、基本となる動きを中心とした運動に取り組ませる。やみくもに運動に取り組ませるのではなく、運動の特性や動きのポイントを意識させるため、簡易な動きから発展的な動きまで取り扱えるよう十分に時間を確保する。

単元の後半では、基本となる動きを基に「自分の体力に合った運動を自分で考えながら工夫して行うこと」をねらいとする。前半に行った基本となる運動を人数、回数、距離、速度、時間、姿勢、方向などの視点から変化させ、自分の体力を高めるためのオリジナルの運動を考えさせる。その際、児童に、どのような動きで、どのような体力を高めたいのかという思い（めあて）を持たせた上で運動を考えさせる。

○2学年にわたった指導と評価の計画を作成し、指導の継続を図る。

1年後の児童の姿や目標を見据え、本年度の学習目標等を設定する。2学年にわたった計画を立てることで、児童の実態を踏まえ、本単元で身に付けさせる力（動き）や考え方などを明確にし、運動の系統性を明らかにする。

【視点2】評価と連動した学習カードを工夫する。

○目標が分かったり、体力の高まりを自覚できたりする学習カードの工夫

体育科の準教科書や学習カードを活用し、運動の仕方を絵や写真、図などでわかりやすく伝える。また、児童一人一人が運動の仕方・意味合いを理解した上で自分の体力や体の状態に応じためあてを立てさせることで、運動前後での自分の体の状態の変化を自己評価させる。

そのために、児童同士の関わり合いの中から生まれた動きのポイントや自分の動きの上達具合などを自己評価できる覧や、学習の経過を記録しておけるような一言感想覧を設けるなど、学習カードの内容を工夫する。

【視点3】体育学習における言語活動の充実を図る。

○視覚的な情報の活用

運動のイメージを持てるよう絵や写真、図、言葉、教師の師範や児童の模範演技を取り入れる。こ

これらの視覚的な情報（資料）を効果的に活用（提示）し、動きのポイントを視覚的につかませる。

そのために本単元では、めあてに向かって運動する上での動きのポイントがいつでも分かるように、学習カードを拡大させた掲示物や前時の学習内容のポイントをまとめた掲示物を用意する。

○ **グループ学習での自己評価・相互評価の実践**

自己評価だけでなく、児童がお互いの演技を見合い教え合う活動を取り入れることで児童同士に相互評価をさせる。その際、アドバイスの視点を「友達の良さ」を見つけるということにすることで、話し合い活動を和やかかつ効果的に行わせ、学習意欲の向上につなげる。

また、児童同士が相互評価を行うことで、友達の演技から動きの良さや改善点に気付かせるとともに、友達の動きと自分の動きを比較させることで、自分の動きの特徴や課題などを自覚させたい。

この相互評価を充実させることで、自分一人の感覚だけでなく、多くの目でより自分に合った運動を探し「一人一人が自分の体力を高めるために、自分のめあてに沿って運動や練習を工夫しながら学習を進める」という目的の達成に近づけたい。

5 指導と評価の計画

第3学年 単元名：体力を高める運動 領域：体づくり運動 配当時間：5時間				
時間	主なねらい・学習活動	学習活動に即した評価規準		
		関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能
1	<p>2年生までに行っていたいろいろな動き方をやってみよう</p> <p>～オリエンテーション～</p> <p>1 学習課題の確認</p> <p>2 学習の仕方を知る（用具の使い方、約束の確認）</p> <p>3 体を移動する運動</p> <p>4 用具を操作する運動</p> <p>①ボール ②フラフープ ③短なわ</p>	① ② ③		
2	<p>体を移動する運動や用具を操作する運動にチャレンジしよう（個人）</p> <p>1 学習課題の確認</p> <p>2 体を移動する運動</p> <p>3 用具を操作する運動</p> <p>①ボール ②フラフープ ③短なわ</p>			① ②

3	<p>体を移動する運動や用具を操作する運動にチャレンジしよう（ペア・グループ）</p> <p>1 学習課題の確認 2 体を移動する運動 3 用具を操作する運動 ①ボール ②フラフープ ③短なわ</p>		① ②	
4	<p>短なわのいろいろな跳び方にチャレンジしよう（個人）</p> <p>1 学習課題の確認 2 基本的な動きを組み合わせる運動「〇〇しながら☆☆する」 ①使用する用具は縄跳びのみであることを伝える ②前時までで行った運動を組み合わせる行う</p>			①
5 (本時)	<p>短なわのいろいろな跳び方にチャレンジしよう（ペア・グループ）</p> <p>1 学習課題の確認 2 基本的な動きを組み合わせる運動 ①使用する用具は縄跳びのみであることを伝える ②前時までで行った運動をペア・グループごとに組み合わせる行う</p>		① ②	
第4学年 単元名：体力を高める運動 領域：体づくり運動 配当時間：5時間				
時間	主なねらい・学習活動	学習活動に即した評価規準		
		関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能
1	<p>3年生までに行っていたいろいろな動き方をやってみよう</p> <p>～オリエンテーション～ 1 学習課題の確認 2 学習の仕方を知る（用具の使い方、約束の確認） 3 体を移動する運動 4 用具を操作する運動 ①ボール ②フラフープ ③短なわ</p>		① ② ③	
2 3	<p>体を移動する運動や用具を操作する運動に工夫してチャレンジしよう</p> <p>1 学習課題の確認 2 体を移動する運動</p>			① ②

	3 用具を操作する運動 ①ボール ②フラフープ ③短なわ			
4 5	<div style="border: 1px solid orange; padding: 5px;"> 体を移動する動きや用具を操作する動きなどを 組み合わせた運動に工夫してチャレンジしよう </div> 1 学習課題の確認 2 基本的な動きを組み合わせる運動 ・前時までで行った運動をグループごとに組み合 せて行う		① ②	

6 本時の展開 (5 / 5 時間)

(1) 本時の目標

- ・ 跳び縄の技のポイントを知り、自分たちの力に合った技を選び、工夫している。【思考・判断】



(2) 準備物

- ・ 短なわ ・ 学習カード ・ ミニホワイトボード ・ 移動黒板 ・ マグネット ・ 短冊

(3) 学習過程

分	主なねらい・学習活動	○教師の働きかけ・評価 (☆)
7 分	1 ウォーミングアップを行う。 ①ミニ体力テスト (上体起こし・長座体前屈・立ち幅跳び) ②手首・足首・膝回し	○運動で使う部位をほぐすようにストレッチさせる。 ○体に負担をかけすぎないように、自分の体の調子を 考えて行うようにさせる。 ○教師の示範に合わせてストレッチを行う。
31 分	2 本時のめあてを確認する。 <div style="border: 1px solid orange; padding: 5px;"> いろいろな跳び方にチャレンジしよう (ペア・グループで) </div> ※短冊用意→黒板に貼る	○これまでの多様な動きを想起させ組み合わせる ことで、児童が少し難しい跳び方にも「やってみ たい」という意欲を引き出す。 ○ペア・グループで行う際に、気を付けることは何か を考えさせる。 ○安全に運動ができるようルールを徹底する。
	3 短なわを使った組み合わせの運動を 行う。 (ア) ペア活動 ・二人一本向かい合い跳び (仲良し跳び・前)	○動きのよいペアやグループを取り上げて、どこに気 を付ければよいのか聞き、動きのコツを全員で共有 させる。 ○提示した基本となる動きから、ペアやグループでオ リジナルの跳び方を考えても良いことを伝える。 ○活動の流れの手掛かりとして、学習カードを使用す る。「いつでも・どこでも・だれにでも」の状態にす ることでより理解しやすい環境を作り出す。【視点2】

オリジナルの名前を付けてみんなに紹介しよう!

7分	<p>(イ) グループ活動</p> <p>※友達の伸びや変化を継続して見合うことができるようにする為に、固定化したグループ（4人）で取り組ませる。</p> <p>※ペア活動で行った跳び方の発展型や、学習カードをもとにして試してみる。</p> <p>4 整理運動を行う。</p> <p>5 本時の学習の振り返りを行う。</p> <p>①本時の学習を自己評価する。</p> <p>②本時の運動での気づきを発表する。</p>	<p>○きれいさ・長い時間・回数・回し方・跳び方・跳ぶ姿勢に気を付けて、その都度自分たちがどのめあてを持って行うかを確認させる。【視点3】</p> <div data-bbox="810 398 1295 562" style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px;"> <p>今の跳び方は、〇〇のめあてを意識していたね。 ホワイトボードに書いて、グループ全員がめあてを共有できるようにしておこう。</p> </div>  <p>○児童への支援として、よい動きの児童を手本にさせ、気を付けるポイントを助言する。児童のつまずきや変化を捉えさせ、寄り添いながら学習を進めることを心掛ける。</p> <div data-bbox="810 779 1279 831" style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px;"> <p>ペアでタイミングを合わせて縄を回してみよう</p> </div> <div data-bbox="810 869 1279 976" style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px;"> <p>・〇〇さんペアの掛け声がいいね！ ・友達のことを考えて回しているね！！</p> </div>  <p>☆友達のよい動きを見付け自分の動きに取り入れようとしている。【思考・判断】（観察・学習カード）</p> <p>○使った部位を重点的にほぐすよう意識させる。</p> <p>○学習カードに本時の学習を記入させる。学習カードの効果として、自己評価や他者評価が期待される。それにより、児童同士の関わり合いの中から生まれた動きのポイントや自分の動きの上達具合を知ることができる。【視点2】</p> <p>○各個人の所有するホワイトボードを用いて、全体に可視化させ共有する。</p>
----	---	---

(4) 評価

観点	学習活動に即した評価規準	A と判断する学びの姿	C 児童への手だて
思考・判断	友達と一緒に運動をしたり用具を使って運動したりすることで、友達のよい動きを見付け自分の動きに取り入れようとしている。	友達のよい動き方を見付けて、動き方のよさを具体的に言うことができ、さらには自分の動きに取り入れようとしている。	運動の助言や補助をしたり、順番や回数などを具体的にイメージできるようにしたりして、スモールステップで運動に取り組ませる。

(5) 板書計画

10月30日(水)

いろいろなどび方にチャレンジしよう!

～ペア グループでとぶ時に気をつけること～

タイミング

声かけ

相手のことを考える

他にはあるかな・・・?