

第4学年体育科学習指導案

日時：平成26年10月29日（水）5校時

場所：仙台市立北仙台小学校 体育館

仙台市立北仙台小学校 4年3組

指導者 教諭 細川 大輔

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。（態度）
- （3）多様な動きをつくる運動の行い方を工夫できるようにする。（思考・判断）

3 指導にあたって（児童観，単元観，指導観）

（1）単元観

①一般的特性

- ・体のバランスをとったり移動をしたりする動きや，用具を操作したり力試しをしたりする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身に付けることができる運動である。

②児童から見た特性

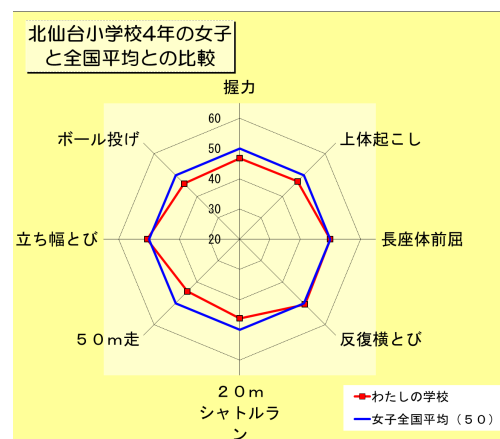
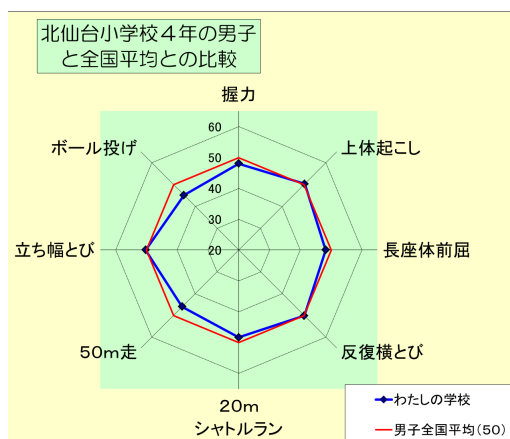
- ・これまであまり経験したことのない動きに挑戦する魅力や楽しさがある運動である。
- ・友達と協力して動きを工夫することで，新しい動きを発見する楽しさがある運動である。

（2）児童観

本学級は男子18名，女子12名，計30名である。休み時間になると，男子はサッカーやドッジボール，鬼ごっこなど活発に外遊びをしている。女子は，読書をしたり絵を描いたりするなど室内で遊ぶことを好む児童が多い。

小型ハードル走の学習では，グループの友達と協力しながら学習を進めることができた。グループで見合う練習の時間では，リズムよくハードルを跳び越している友達に「とってもリズムがいいね」などと声をかける児童や「もう少し姿勢を低くするといいよ」と声をかける児童が見られた。しかし，運動に夢中になりすぎるあまり，ルールやマナーを守れなくなってしまう児童もいた。

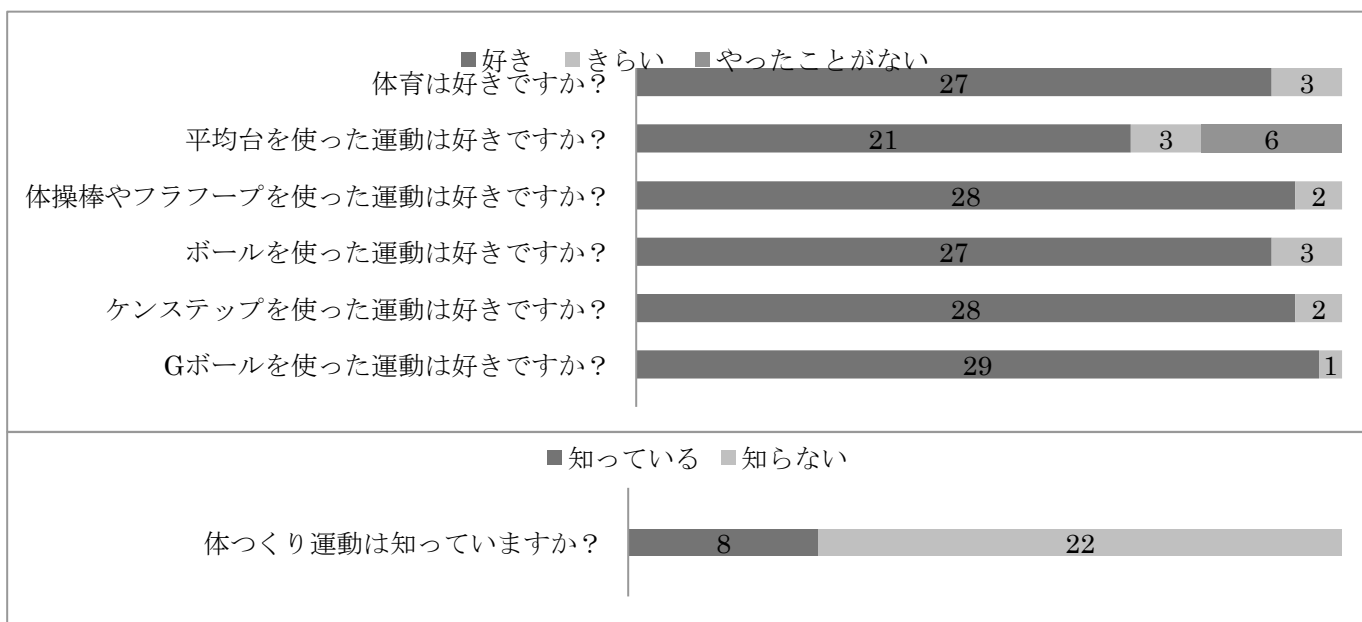
平成26年度の体力運動能力調査と体育の学習に関するアンケートの結果は以下の通りである。



体力運動能力調査の結果から、男女ともにどの項目においても全国平均値とほぼ同じか下回っていることが分かる。特に男子はボール投げ、50m走が全国平均値を下回っており、女子はその2項目に加えて握力、20mシャトルランが下回っていることから、投力、走力、筋力、全身持久力に課題を抱えていることが分かる。

体育の学習に関するアンケートを取った結果から、体育が好きな児童が27名と意欲の高さがうかがえた。また、平均台を使った運動や体操棒、フラフープを使った運動が好きな児童が多く、多様な動きをつくる運動に例示されている用具を使った運動についても意欲的に行うことができるのではないかと考える。一方で、「平均台から落ちそうで怖い」や「下手なのが嫌だ」といった体育が嫌いな理由として挙げている児童も見られた。安心して運動に取り組むことができるような用具の工夫やグループ編成が必要である。

体づくり運動については、これまで1～3年生であまり経験してこなかった。体づくり運動がどういった運動なのか知っている児童は少なく、また知っていると回答した8人の児童も腕立て伏せや腹筋などの筋力をあげるトレーニングととらえていたため、学習のねらいを明確にして授業を進める必要があると考えられる。



(3) 指導観

①単元全体について

「友達と協力して動きを工夫することで、新しい動きを発見する楽しさがある運動である」という体づくり運動の特性を十分に味わうことができるように、児童がどう動きを工夫すればよいのか明確にする必要があると考えた。そこで、動きを工夫するポイントを「体の向き」「姿勢」「人数」「道具」の4つとし、それらのポイントを意識させて自分たちで考えながら動きを工夫することができるようにしたい。いずれのポイントも、変化を持たせることで動きが難しくなったり、複雑になったりすることで、児童が楽しむことができると考えられる。

また、「体づくり運動をあまり経験していない」「体力運動能力調査の多くの項目で全国平均値を下回っている」という児童の実態から、多様な動きをつくる運動で示されている5つの運動をバランス良く経験させたい。それから、経験した動きでレースをしたり、もう一度やってみたい動きを

グループで考えてゾーンを作ったりするなど、児童が自分たちから進んで運動に取り組むことができるよう指導に当たっていきたい。どの動きも「楽しい」「好き」と思えて、高学年の体力を高める運動に取り組む際には自分から進んで体力の向上を目指す児童になるよう指導していく。

②地区研究との関連について

運動の特性や児童の実態をふまえ、研究主題「自ら学び、運動の楽しさや喜びを味わえる体育学習へ」と関連づけ、以下の第3地区研究の授業の手立てを工夫しながら授業を展開していく。

手立て① 目標が分かり、自分の体力の高まりが実感できる学習カードの工夫

- 児童が学習の見通しを持って取り組むことができるように、学習のめあてをシンプルで分かりやすくして学習カードに表す。
- 自分の体力の高まりや動きが良くなっていくことを実感させるために、「今日できるようになったこと」を記入する欄を設ける。
- 友達の動きに注目し、工夫している動きを自分の動きに取り入れることができるようにするため、「友達のまねしたいと思った動き」を記入する欄を設ける。

手立て② 楽しみながら何度も繰り返し運動したくなるような場の設定

- 友達と関わりながら楽しく運動できるように、少人数のグループを設定する。(第1～5, 7, 8時)
- 経験した動きをもとにして、ゲームをしたり、コースを工夫して競争したりする。(第6時)
- 経験した動きからもう一度やってみたい動きをグループで工夫し、○○ゾーンを作り、クラス全体で「北小ランド」を作る。(第9, 10時)

手立て③ 多様な方法で問題解決できるような教材・教具の工夫

- 児童がこれまで活用してきた教具や多様な動きをつくる運動のねらいに即した教具を選び、児童に扱わせる。その際、教具の工夫するポイントを押さえて運動に取り組ませる。

	運動	動きを工夫するポイントや組み合わせるポイント	教具
体のバランスをとる運動	平均台の上を歩く	・体の向き、姿勢、人数を変えて渡るようにする。 ・段ボール箱を障害物に見立ててコースを工夫する。	平均台、段ボール箱
	・背中合わせエレベーター ・バランス相撲	・姿勢や人数を変えて立つようにする。 ・間にいろいろな大きさのボールをはさんで立つ。 ・姿勢を変えて対戦する。 ・ケンステップから出ないようにして対戦する。	ボール、ケンステップ
体を移動する運動	ケンケンパ	・体の向き、姿勢を変えて跳んだり、走ったりする。 ・置き方を工夫して、細かく跳ねたり大きく跳んだりする。	ケンステップ
	ラインウォーク	・体の向き、姿勢、人数を変えて線上を歩く、走る、スキップする。 ・線上に段ボール箱などを置いてコースを工夫する。	体育館フロアのライン 段ボール箱、ミニハードル
用具を操作する運動	ボールを使った運動	・姿勢を変えて投げる、とる。 ・ボールの種類を変えて投げる、とる。 ・ペアやグループで同時に投げる、とる。 ・ボールを膝ではさんだり、ペアになってお腹ではさんだりして運ぶ。	ボール

	体操棒を使った運動	・棒を離して1回転してキャッチする。(回る向きを変える) ・棒を使ってボールを転がす。(1人で) ・2本の棒でボールをはさむ。(ペアで)	体操棒
	フープを使った運動	・フープを腕や腰で回す。(1人やペア, グループで) ・フープを倒れないように転がしたり, 回したりする。(1人やペアで) ・フープを転がして輪の中をくぐる。(1人やペアで)	フープ
	短縄・長縄を使った運動	・いろいろな跳び方をする。(1人やペア, グループで) ・体の向きや姿勢を変えて短縄や長縄を跳ぶ。 ・長縄を回している中をくぐり, ボールを運ぶ。	短縄, 長縄, ボール
基本的な動きを組み合わせる運動	バランス+移動	・平均台の上をボールや段ボール箱を持ちながら渡る。(物を持つ姿勢を変えたり, 体の向きを変えたりする) ・2本の棒でボールをはさんで運ぶ。(段ボール箱を障害物に見立ててコースを工夫する)	平均台, ボール, 段ボール箱, 体操棒, ボール
	用具+移動	・隣の人の棒を倒さないように移動してつかむ。(ペアやグループで) ・隣の人が投げたボールを落とさないように移動してとる。(ペアやグループで) ・フープを転がしたり, 腕で回したりしながら歩く, 走る。 ・縄を回しながら走る。(体の向きを変えたり, 人数を増やしたりする)	ボール, 体操棒, フープ, 短縄, 長縄
	バランス+用具	・平均台の上でボールを投げる, とる。(体の向きや姿勢を変えて) ・平均台の上でフープを腕や腰で回す。 ・跳び箱の上に乗りながらペアやグループでキャッチボールをする。	平均台, ボール, フープ
力試しの運動	・おしくらまんじゅうなど	・人数を増やしたり, マットをつなげて押し出される範囲を広げたりするなど工夫する。	マット
	棒相撲	・押す姿勢を変えたり, 棒の持ち方を変えたりして工夫する。 ・人数を増やしたり, ケンステップを置いてそこから動かないようにしたりして工夫する。	体操棒 ケンステップ
	手押し車など	・手押し車だけでなく, 腕をもって引きずって友達を運んだり, おんぶしたりするなど姿勢を変えて工夫する。 ・マットとジャンプ板を組み合わせ坂にしたり, ミニハードルを置いたりするなどコースを工夫する。	マット, ミニハードル, ジャンプ板

4 指導と評価の計画

内容の まとまりごとの 評価規準	運動への関心・意欲・態度 (健康・安全への関心・意欲・態度)		運動についての思考・判断 (健康・安全についての思考・判断)		運動の技能 (健康・安全についての知識・理解)										
	・体づくり運動に進んで取り組むとともに、きまりを守り、仲良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ていたりしている。		・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。		・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を身に付けている。										
単元の 評価規準	・多様な動きをつくる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。		・多様な動きをつくる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。		・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。										
学習活動に即した 評価規準	①多様な動きをつくる運動に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運動しようとしている。 ③運動する場や用具の使い方など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ている。 ②多様な動きをつくる運動の友達のよい動き方を見付け、自分の動きに取り入れている。 ③多様な動きをつくる運動の基本的な動きの組み合わせを選んでいる。		①姿勢や方向を変えて、体のバランスをとる動きが安定してできる。 ②用具を操作し、用具に合わせた動きが調子よくできる。 ③姿勢や方向を変えて、体を移動する動きがなめらかにできる。 ④腕の引き方や押し方、重心のかけ方などを変えて力試しの動きができる。 ⑤基本的な動きを組み合わせた動きができる。										
指導過程	時	学習の ねらい	主 な 学 習 活 動							評価計画					
			5	10	15	20	25	30	35	40	45	関	思	技	評価方法
1	渡る動きや跳ぶ・はねる動きを工夫して遊ぶ (体のバランスをとる運動) (体を移動する運動)	準備運動 ・ペアで G ボールを使って運動をする (乗る・はなすなど)	オリエンテーション	バランスをとってわたろう！ ○平均台の上を歩く ・横向き ・しゃがんで ・障害物を避けて ・肩を持ってみんななど		リズムよくケンケンパ！ ○ケンケンパ ・ケンステップの位置を変えて ・すべて片足、両足で など		振り返り	①		①				観察 学習カード

	2	バランスを保つ動き、座る・立つ動きや這う・歩く・走る動きを工夫して遊ぶ (体のバランスをとる運動) (体を移動する運動)	めあての確認	バランスをとってたおれない！ ○背中合わせエレベーター ・ボールをはさんで ・3, 4人で ○バランス相撲 ・しゃがんで ・けんけんして	線の上を動こう！ ○ラインウォーク ・横向き ・走って ・スキップで ・4人で列になって など		③	観察学習カード
	3	用具を投げる・とる・運ぶ動きを工夫して遊ぶ (用具を操作する運動)		ボールや棒をうまくあやつろう！ ○ボールを上に向けてとる ・座って ・あおむけで ・ペアで ・グループで など	○ボールや棒を手を使わずに運ぶ ・膝ではさんで ・ペアで ・棒でボールを転がして など		①	観察学習カード
	4	用具をつかむ・回す・転がす・跳ぶ動きを工夫して遊ぶ (用具を操作する運動)		フープやなわとびをうまくあやつろう！ ○フープを腕や腰で回す ○フープを転がす ○フープをなわとびのようにして跳ぶ など	○短縄でいろいろな跳び方をする ・ペアで ○長縄でいろいろな跳び方をする など		②	観察学習カード
	5 本時	これまで経験した動きを組み合わせでやってみる (基本的な動きを組み合わせる運動)		バランス・移動・用具のそうさの動きを組み合わせでやってみよう！ ○グループで組み合わせを考えてやってみる	○工夫した動きをしているグループを見て、もう一度自分たちの動きを工夫してみる		③	観察学習カード

	6	組み合わせた動きをゲームやレースにしたりして遊ぶ (基本的な動きを組み合わせる運動)		組み合わせた動きでゲームやレースをして遊ぼう！ ○前時でやってみた組み合わせた動きの中からゲームやレースで遊んでみたいものを選んで、グループ同士で遊ぶ		②	⑤	観察 学習カード
	7	押したり引いたりする動きを工夫して遊ぶ (力試しの運動)		力いっぱい押そう！引こう！ ○おしくらまんじゅう ○引っ張り円崩し ・姿勢を変えて ・人数を増やしてなど ○棒相撲(押す・引っ張る) ・人数を増やして ・押す姿勢を変えて ・対戦相手を変えてなど		③	④	観察 学習カード
	8	人を運ぶ動きを工夫して遊ぶ (力試しの運動)		力を入れて友達を運ぼう！ ○いろいろな姿勢で友達を運ぶ ・手押し車で ・腕をつかんで引きずり ・おんぶで など ○グループで競争をする ・コースを工夫して など		②		観察 学習カード
	9	これまで経験した動きの中からもう一度やってみたい動きを選ぶ		みんなで北小ランドを作ろう！ ○各グループでこれまで経験した動きを使う用具や運動の方法をさらに工夫するなどして遊び方を考える		①		観察 学習カード
	10	自分たちで作った動きのゾーンで遊ぶ		北小ランドで楽しく遊ぼう！ ○前時で作った各グループのゾーンをローテーションして遊ぶ ※遊びに来た友達に遊び方を教える場面を設定し、動きのポイントについて交流をさせるようにする。		①		観察 学習カード

6 本時の指導（5／10 時間）

（1）本時のねらい

体のバランスをとる運動や体を移動する運動，用具を操作する運動の動きの組み合わせを選んでいる。【思考・判断】

（2）準備物（教師）・・・G ボール 平均台 段ボール箱 ドッジボール ソフトボール ソフトバレーボール ハンドボール 体操棒 フープ 短縄 長縄 ケンステップ

（生徒）・・・学習カード 生活科バッグ 筆記用具

（3）学習過程

過程	時間	主な学習活動	○指導上の留意点 ●予想される反応	評価 【観点】（評価方法）
導入	10分	1 準備運動 ・ペアでG ボールを使って運動をする。	○G ボールに乗ってブリッジをして体を伸ばしたり，G ボールに乗ってはずんで体を温めたりするように声をかける。 ○ペアで補助をしながら運動するように声をかける。	
展開	30分	2 本時のめあてを確認する	○これまで経験した動きのカードを掲示して，動きを組み合わせることを伝える。 ●難しそうだな… ●平均台の上に乗ってボールを投げてみるとかな？ ●どんな風に組み合わせればいいんだろう？	体のバランスをとる運動や体を移動する運動，用具を操作する運動の動きの組み合わせを選んでいる。 【思考・判断】（観察）
		バランス・移動・用具の そうさの動きを組み合わせ てやってみよう！ 3 グループに分かれて組み合わせた動きをやってみる。	○体育館中央に置いてある道具を自由に使って動きを組み合わせようことを伝える。 ○なかなか動くことができないグループには，道具を提示しながらできそうな動きに挑戦するように声がけをする。	
		〈予想される運動例〉 ●平均台や跳び箱の上をボールや段ボール箱を持ちながら渡る。 ●2本の棒でボールをはさんで運ぶ。 ●ケンステップを置いて，ケンケンパしながら縄跳びをする。 ●フープを転がしたり，腕で回したりしながらフロアのライン上を歩く，走る。 ●平均台の上でボールを投げる，とる。（1人で，ペアで） ●平均台の上でフラフープを投げる，とる。（1人で，ペアで） ●平均台の上でフープを腕や腰で回す。 ●長縄で跳びながらペアでボールを投げる，とる。 ●長縄で跳びながら，その中で短縄を使って前跳びなどをする。		
		4 やって見た動きを見合う。	○上手に組み合わせた動きをしているグループの動きを紹介する。	

		5 もう一度グループで組み合わせた動きをやってみる。 〈工夫するポイント〉 体の向き しせい 人数 道具	○工夫しているところなどを賞賛し、どんなことに気を付けると上手にできるか問いかけながら、動きのポイントなどを広める。 ●わたしたちもやってみよう ●ぼくたちは道具を変えてやってみよう ○上手に動くことができない児童には動きのよい児童の動き方に目を向けるような声がけをしたり、真似したりしてみるように促す。 ○無理な動きの組み合わせ方を選んでいる児童には、安全に気を付けて運動するように声がけする。 ○組み合わせた動きができていないグループには、動きを工夫する4つのポイントを伝えて、組み合わせてできた動きをさらに工夫することができるか声がけする。	
まとめ	5分	6 振り返り	○学習カードに、自分ができた組み合わせの動きや工夫したこと、友達の良い動きを中心に書くように伝える。 ○よく書けている児童の感想を紹介する。 ○次時は組み合わせてできた動きをしてゲームをしたり、競争したりすることを伝える。	体のバランスをとる運動や体を移動する運動、用具を操作する運動の動きの組み合わせを選んでいる。 【思考・判断】（学習カード）

（4）評価

B 概ね満足できる児童の姿	A 十分満足できる児童の姿	C 支援を要する児童への具体的な手だて
体のバランスをとる運動や体を移動する運動、用具を操作する運動の動きの組み合わせを選んでいる。	多様な動きをつくる運動の基本的な動きの組み合わせを選び、自分なりに体の向きや姿勢、人数などを工夫している。	友達のよい動きに着目させ、動くポイントを助言する。

（5）場の構成

