

(公開学習Ⅰ) 小学校第3学年1組 体育科(保健) 学習指導案

授業者 米嶋 美智子(養護教諭)

小学校3年1組教室

1 題材名 いろいろな外遊びをしよう

2 授業構成

(1) 教師と教材

本題材は、新学習指導要領に次のように位置づけられている。

(1) 健康の大切さを認識するとともに、健康によい生活について理解できるようにする。

イ 毎日を健康に過ごすためには、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けること、また、体の清潔を保つことなどが必要であること。

本校の健康教育部会のテーマは「学びを創り楽しむ健康教育」である。全校児童の健康状態や専門的な知識、保健室で得た情報等を活用して、養護教諭の意図や視点を取り入れた授業づくりを研究している。

本題材は、健康な生活を送るために欠かせない運動・食事・睡眠の3つの要素の中でも、本校の課題の一つである運動習慣の二極化に視点をおき、児童にとって日常的に取り組める外遊びと健康の関連について学ばせたい。児童は、外遊びは楽しく、なんとなく健康にいいことであることはわかっているが、外遊びは運動の一つと捉えること、また、そこに体の成長や健康の保持増進に役立っていることなどを理解させることは大切であると考え。

そこで本時は、外遊びは、健康な体づくりにつながっていることを、体の仕組みについてもふれながら科学的に理解し、楽しく、意欲的に活動できるような授業を構成することにした。

(2) 子どもと教師

本校では、ちょっとした転倒であっても骨折にいたってしまう児童が増えている。これは、一つに、就学時前からの外遊びの経験不足という問題が大きく関与していると考えられる。そこで本時では、児童になぜ外遊びが健康な体づくりにつながるのかを考えさせたり、また、体の仕組みを理解させたりしたい。そして、単に知識を取得するだけの学習にとどめず、自分のこととして受けとめ、健康意識をもって多種の外遊びをしようとする意欲を育てていくことができると考える。この学びが、今後の調和のとれた健康な体づくりに生かされたと考える。

本学級の児童は、朝食を摂る習慣はついている。しかし、朝食の内容をみるとバランスのとれていないとはいいがたい児童もいる。また、起床時刻のリズムについても、大半の児童は習慣化している。しかし、運動習慣は、定着している児童とそうでない児童の二極化がみられる。また、バス通学で徒歩時間が少ない児童、帰宅後は塾や習い事に通い自由に外で遊ぶ時間がつけない児童、家庭での遊びが屋内傾向である児童が少なくない。児童のおかれている環境をみると、子どもが外で遊べる空間と時間が確保できるのは、学校の休み時間に大きなウエイトを示すと考えられる。学校の休み時間の様子は、外で遊ぶ習慣のある児童とそうでない児童にもやはり二極化がみられ、よく外で遊ぶ児童は男子に多く、また、同じ遊びばかりをする傾向にある。そこで、まずは学校生活において、子どもたちが外遊びは大切であるという健康意識をもって、いろいろな外遊びをするようになればと考える。

(3) 子どもと教材

本時は、学習のはじめに、運動面に関して自分の健康な体づくりができているか、各自が振り返る場を設定する。半数以上の児童が、自分は外遊びもして健康な体づくりをしていると思っているが、このままでは、心配であることを気づかせる。そして、事前に記録していた休み時間の過ごし方の記録の結果をみて、学級の外遊びの実態と、課題に気づく。理想のモデルとこのままでは心配である遊びの例を比較させ、なぜ、いろいろな外遊びをすることが必要であるのか考えさせる。また、骨の仕組みなどを知ることで、健康な体づくりをしようとする意識を持たせたい。まとめとして、本時の学習を通して児童がどんなことを捉えたか、ワークシートの記述内容で確認する。また、学習したことを家族へ伝えることで、家庭への啓発につなげることができる考える。

3 本時の学習について

(1) 本時の目標

○健康な体づくりには、いろいろな外遊びをすることが大切であることがわかる。

(2) 期待される児童の様相

- A いろいろな外遊びをしようという意欲がみられる。
- B 健康な体づくりには、いろいろな外遊びが大切であることがわかる。
- C 外遊びの大切さに気づくことができる。

(3) 本時の展開

(○教師の意図◇全体への支援 ◆個への支援)

学習活動	教師の支援・意図
1 本時のめあてをつかむ。	○事前に調査した1日の生活記録から、運動面に課題のある児童が多かったため、運動の確保がしやすい外遊びに焦点をあて学習をする。
2 健康な体づくりができているかどうか、ワークシートで振り返り、発表する。	○約半数の児童は外遊びをして健康な体づくりができていると思っているが、実はこのままでは心配であることに気づかせる。 ◆ワークシートに書いていない児童には、わからないことがないか声かけをする。
けんこうな体をつくるための遊び方について考えよう	
3 グラフから、自分たちの外遊びについて気づいたことを発表する。	◇学級の実態、課題がわかるように、休み時間の過ごし方の記録をグラフ化し、掲示する。
4 理想のモデルAさんとこのままでは心配なBさんの遊びの様子を比較して、気づいたことを発表する。 ・Aさんは外でいろんな種類の遊びをしている。 ・Bさんは遊びの種類が少ない。	○外遊びをしていても、偏った遊びをするのではなく、全身が丈夫になるようないろいろな遊びをすることが大切であることをおさえる。 ○AさんとBさんを比較して気づいたことに注目させ、外遊びはなぜ健康づくりに良いかを考えるようにうながす。
5 ①外遊びのよさを考え、発表する。 ・筋肉が強くなる。 ・思いっきり遊べる。 ・みんなで遊べる。 ②外で遊ぶと骨が丈夫になることを知る。	◇外遊びと健康な体づくりの関係をおさえる。 体を支えている骨は、太陽の光を浴びて、走ったり・ジャンプをしたりするなど体を動かすと丈夫になる。
6 どのような遊び方をすると健康にいいのかワークシートに書き、考えたことを発表する。	◇健康な体づくりと、外遊びを関連して発表している児童を賞賛し、友だちの意見は書き加えさせるように声かけをする。
7 本時で学んだことをワークシートで振り返りをする。また、家族へ「健康な外遊びをするには」のメッセージカードを書く。	◆ワークシートに書くことが進まない児童に何を書くか具体的な言葉かけをする。 ○家族へのメッセージを書き、家庭への啓発につなげる。