

(公開学習 I) 第 1 学年 1 組 体育科学習指導案

授業者 田中 和幸
体育館

1 単元名 忍 (体づくり運動)

2 授業構成

(1) 教材の価値と魅力

体育科の目標は「心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるとともに健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる。」である。

本単元は、小学校学習指導要領解説体育編第 1・2 学年の目標及び内容に次のように位置づけられている。

A 体づくり運動

(1) 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。

イ 多様な動きをつくる運動遊びでは、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。

(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、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。

(3) 体づくりのための簡単な運動の行い方を工夫できるようにする。

体づくり運動は、心と体の関係に気付くこと、体の調子を整えること、仲間と交流することなどの体ほぐしをしたり、体力を高めたりするために行われる運動である。低学年においては、発達段階を考えると直接体力を高めることを学習の目的とするのは難しいが、将来の体力向上につなげていくためには、この時期に様々な体の基本的な動きを培っておくことが重要である。「多様な動きをつくる運動遊び」は、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遊びを通して、体の基本的な動きを総合的に身につけることをねらいとして行う運動であり、体づくり運動以外の各領域において扱いにくい様々な体の基本的な動きを培う運動を示している。具体的には「体のバランスをとる運動遊び」「体を移動する運動遊び」「用具を操作する運動遊び」「力試しの運動遊び」である。

文教大学教育学部『教育学部紀要』第 41 集に、子どもの調整力に関する研究がなされている。それによると、発達段階における動作発達の特徴は大きく 2 つあり、1 つは加齢につれて動作のレパートリーやバリエーションが拡大すること、すなわち「動作の多様化」である。平衡系、移動系、操作系など多くの系と相互に関連し、ある順序性をもって習得されていく。体の熟成と学習につれて動作は徐々に分化していくと同時に、5 歳以降では、2 つ以上の動作の組み合わせが成立し始める。もう一つの特徴は、「動作の洗練化」である。低年齢では運動の仕方に力みやぎこちなさがあり、無駄な動きが多く見られるが、加齢につれて随伴動作や過剰運動が減少し、合目的な動きによる滑らかな運動経過が成立するようになる。こうした動作の習熟は、原型の獲得→修正→定着→適応という一連の過程をたどり、低学年の頃には基本形態としての習熟段階に達する。しかし、最近の児童は、「時間」

「空間」「仲間」のいわゆる三間がないと言われており、必要な動作を習得していなかったり、洗練されていなかったりする。そのため、動作が未熟なままで中・高学年に進んでしまい、結果的に体育を苦手とする児童が増える要因の一つとなっている。今回の体づくり運動では、基本的な技能をしっかりと身につけることで、将来、運動に親しむ資質を身につけることができると考える。

(2) 子どもの協同的な学びの姿と学びを実現するための具体的な提案

本学級の児童の多くは、休憩時間に遊具遊びやおにごっこ等で体を動かしている。体育科学習についても、得手不得手にかかわらず一生懸命に取り組んでおり、体育の時間をいつも楽しみにしている児童が多い。どの子もきまりを守ってがんばろうとする姿が見られるが、経験や体験の違いが技能の差に現れているように思われる。例えば、本学級には体育館のステージに向かって走って行って乗り越えることができない児童がいる。これは、幼児期に経験しているはずの(跳び箱状の物の)乗り越えの技能やもっと前の時期に経験しているはずの腕ではい上がる技能が欠如していると予想される。そのため、十分助走を生かせずに、上記のような理由でステージを乗り越えることができないと考えられる。

そこで本単元では、個々の力に合わせて、自分の力で挑戦していくような課題の設定や場の工夫、スモールステップの指導の工夫(がんばりカードを導入することで、自分や友達が現在習得している技能を把握できるようにする。必要に応じて、その前段階の技能を練習し習得できるようにする。)をすることで、主体的に学習に取り組んでいけるようにしたい。また、本時の力試しの運動遊びのように、誰にでも達成できる簡単な障害だけでなく、個々の力だけでは到底困難な障害等も用意することで、子ども達の協同的な学びを促していきたい。友達と協力しながらする運動や自分の現在の力ではできないが友達と協力すればできそうな運動を入れることにより、友達と一緒に教え合ったり認め合ったりしながら、協力して活動することの楽しさや喜びを感じさせていきたい。

体育科学習の場合、話し合いの時間を十分に取ると、逆に運動時間の確保が難しくなることが多い。それよりも運動の合間に短いアドバイスを受けて試行錯誤したり、できている友達のよいところを見て真似をしたりするような学びの積み重ねにより、協同的な学びを実現させていきたい。

3 単元の目標

- ・体のバランスをとったり移動をしたりすることができるようにする。(運動)
- ・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)
- ・体づくりのための簡単な運動の行い方を工夫できるようにする。(思考・判断)

4 学習計画（全9時間）

		1	2	3	4	5	6	7 (本時)	8	9
主なねらい		・学習のねらいと進め方を知る。	・体のバランスをとる，体を移動する，全身の力をつかう，用具を操作する遊びに慣れる。				・二人組やグループで動きを合わせた工夫したり，新しい遊びに挑戦したりして，動きを身につける。			
核となる学習内容		・学習の進め方 ・約束 ・準備や片付けの仕方	<ul style="list-style-type: none"> ・立つ ・転がる ・歩く ・跳ぶ ・這う ・押す ・引く ・運ぶ ・用具をつかむ ・持つ ・降ろす ・回す ・転がす ・くぐる ・運ぶ ・投げる ・捕る ・跳ぶ ・用具に乗る 				・二人組やグループで，バランス遊びや体を移動する遊び，全身の力をつかう遊びや用具を操作する遊びをする。			
学習活動（わかる・できる・ためす）		<ul style="list-style-type: none"> ・学習の見通しをもつ。 ・様々な動き（基本の動作）の確認。 	<ul style="list-style-type: none"> ・様々な動き（基本の動作）の確認。 ・めあての確認。 							
			活動① ・それぞれの動きの特徴に応じた様々な運動遊びを通して，上手な身のこなしができるように動きを練習する。				活動① ・第2～5時で習得した動きを活用し，友達と一緒にいろいろな運動遊びを行う。			
			活動② ・いろいろな動きをつくる遊びを友達と見せ合う。				活動② ・工夫した動きをつくる遊びを友達と見せ合う。			
評価の計画	関	③	①		③		①		③	
	思			①		②		①		②
	技		①	②	③	④	①	②	③	④

具体的な評価基準	関心・意欲・態度	思考・判断	技能
	①多様な動きをつくる運動遊びに進んで取り組もうとしている。 ②用具の準備や片付けを，友達と一緒にしようとしている。 ③場の安全や用具の使い方に気をつけようとしている。	①動きのポイントや自分の課題について考え，自分のめあてをもっている。 ②多様な動きをつくる運動遊びの行い方を知り，友達のよい動きを見つけようとしている。	①体のバランスをとる動きができています。 ②体を移動する動きができています。 ③力試しの動きができています。 ④用具を操作する動きができています。

5 本時の学習について

(1) 本時目標

- ・体づくり運動の行い方を工夫し、友達と協力して楽しく多様な動きを身につけることができる。
(運動)
- ・きまりを守って仲良く運動することができる。(態度)
- ・友達のよい動きを見つけて、運動することができる。(思考・判断)

(2) 準備

別紙参照

(3) 本時の展開 (○教師の意図 ◆個の探求への支援 ◇協同的な学びへの支援)

学習活動	教師の意図・支援
1 整息をする。	○呼吸を整えることで、気持ちを落ち着かせてから、学習に取り組めるようにする。
2 色別 (赤・黄・緑) で背中渡りをする。	◇色別で取り組ませることにより、自分達のチームを意識させる。
3 学習の進め方を確認する。	◇◆本時のめあてを確認し、これまでの学習で気づいたことをもとに動きを確認するように声かけをする。
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> 友だちとなかよくうごきをつくるあそびをしよう。 </div>	
3 色別 (赤・黄・緑) で多様な動きをつくる運動遊びをする。	<div style="border: 1px dashed black; padding: 10px; margin-bottom: 10px;"> <p>「体のバランスをとる運動遊び」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・狭い足場の上から、敵 (的) に球を投げる。 <p>「体を移動する運動遊び」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平均台や肋木を素早く渡る。 <p>「用具を操作する運動遊び」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・刀で素早く何度も敵 (的) を切りつける。 <p>「力試しの運動遊び」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・跳び箱の上にセーフティーマットを乗せた壁を乗り越える。 </div> <p>◇◆狭い足場の上から敵 (的) に玉を投げつける遊びでは、投げ急ぐあまりけがをしないように、狭い足場から落ちた場合は無効としやり直すことを事前に伝えておく。また、頭上からの両手投げにならないようにコンパクトな投動作も身につけさせたい。的までの距離は様々にしておき、得手不得意な児童のどちらでも、自分の技能に合わせて、挑戦できるようにする。</p> <p>◇◆平均台や肋木を素早く渡る遊びでは、自分の技能以上に急いだり、友達を押ししたりしないように、平均台や肋木から落ちた場合は最初からやり直すことを事前に伝えておく。平均台では安全な場所を用意した</p>

<p>4 整息をする。</p>	<p>り、肋木では登る高さを変えたりできるようにし、自分の技能に合わせて、挑戦できるようにする。</p> <p>◇◆刀で素早く何度も敵(的)を切りつける遊びでは、動きが小さくならないように的と的の間を十分あけて、しっかりと叩いたり、突いたりできるようにする。しっかりと足で踏ん張りながら叩けるように裸足で行う。一番最後は力いっぱい叩くため、しっかりと用具を握っておくことも事前に伝えておく。回数制にし、自分の技能に合わせて、挑戦できるようにする。</p> <p>◇◆跳び箱の上にセーフティーマットを乗せた壁を乗り越える遊びでは、乗り越えられない児童の手伝いをしてもよいことを伝え、下から支えたり、上から引っ張り上げたりしてもよいことにする。みんなができる限り、早く乗り越えられるように何度も練習させるが、本時での技能習得が難しい児童にも伸び(この前より一人で上がれるようになった等)を感じさせ、自分の技能に合わせて、挑戦できるようにする。</p> <p>○時間の見通しをもたせ、ムードを高めるために音楽を活用する。</p> <p>◆意欲的に取り組んだり、動きを工夫したりしている児童やチームを賞賛し、意欲を高める。また、チームでお互いのよかったところを発表し合うことで、友だちと認め合えるようにする。</p> <p>◆うまくいかないチームには、うまくいった児童の気づきを紹介させたり、動き方のポイントについてアドバイスしたりする。</p> <p>◇友達のがんばりや動きの工夫について発表し合い、本時に見つけた友達の取り組みの様子について全体の場で紹介し、認め合う。</p>
-----------------	--

6 場の設定

