体育科学習指導案

指導者　　○○　○○

１　対　象　　第１学年○組　男子　○名　　女子　△名　　計　　□名

２　日　時　　平成　○年　○月　○日（□曜日）第◎校時　　○：○○　～　○：○○

３　場　所　　体育館（西エリア）

４　指導内容

第１学年及び第２学年　Ａ　体つくりの運動遊び

体つくりの運動遊びについて，次の事項を身に付けることができるよう指導する。

①知識及び技能

次の運動遊びの楽しさに触れ,その行い方を知るとともに,体を動かす心地よさを味わったり,基本的な動きを身に付けたりすること。

ア　体ほぐしの運動遊びでは，手軽な運動遊びを行い，心の体の変化に気づいたりみんなで関わり合ったりすること。

イ　多様な動きをつくる運動遊びでは，体のバランスをとる動き，体を移動する動き，用具を操作する動き，力試しの動きをすること。

②思考力,判断力,表現力等

体をほぐしたり多様な動きをつくったりする遊び方を工夫するとともに，考えたことを友だちに伝えること。

③学びに向かう力、人間性等

運動遊びに進んで取り組み，きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり，場の安全に気を付けたりすること。

５　単元・教材名　　体つくり運動「はぐみランドで　はぐくもう！」

６　単元について

①　教材観

体つくり運動』は，運動の日常化・実践化を目指し小学校，中学校の９年間，及び高等学校まで統一して取り組まれている唯一の運動領域となっている。「体力を養うこと」「体の動きを高めること」そして「自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育てること」を目的としている。その中で，本校の初等部にあたる小学校低学年・中学年では「基本的な動きを身に付ける」役割を担っている。本単元においても，生涯にわたる心身の健康の保持増進や豊かなスポーツライフにつながるよう取り組んでおり，１年生の体つくりの運動遊びを計画して実施していきたいと考えた。

１年生の『体つくりの運動遊び』は，①体ほぐしの運動遊びと②多様な動きをつくる運動遊びからなる領域となっている。新学習指導要領において，「①体ほぐしの運動遊び」では，手軽な運動遊びを行い，心と体の変化に気付いたり,みんなで関わりあったりすることをねらいとし,「②多様な動きをつくる運動遊び」では，体のバランスをとる動き，体を移動する動き，用具を操作する動き，力試しの動きをすることをねらいとしている。そこで，まず運動嫌いをつくらないようにすること，夢中になって遊びを楽しむうちに，必要な基本的な動きを身に付けているということを前提にして本単元を進めていきたいと考えた。

さらに友だちとの関わりを広めたり，深めたりしていく中で，誰とでも仲良く運動できるといったコミュニケーション能力や，公平な態度も育まれていくと考える。こうして「友だちが応援してくれる」「一緒にできる友だちがいる」や「わからなくても，何度かやったらうまくなるんだな」「私はいろんな運動・動きが，うまくできるよ」といった自信や満足を味わわせる。こういった自信や満足感を高めることを意識することで，生涯スポーツへとつなげていきたい。

１・２年生の体育は，自分の目で動きを分析するなど視覚的教材を使用したり，学習カードから動きのポイ

ントを学んだり友達とアドバイスを交換したりするといった学習形態に適した時期ではない。体つくりの運動遊びの単元で1時間を構成するときに，その単元の設置意義を考えると目標とする動きをいくつかにしぼるのではなく，楽しい遊びを通して多様な動きを体験させ，児童ができる動きの幅を広げ，洗練させていくことが大切であると考えた。「新しい動きを知る」ことと「知っている動きを洗練する」ことをスパイラル型に実践していくことで，動きが巧みになり遊びの楽しさを深めていくことができる。授業で扱う遊びは授業の中だけにとどまらず，休み時間にも子どもたち同士でできるようなものを選び，ルールを工夫することで生活の中に溶け込んでいくと考えた。

第一次の経験を生かし，第二次では児童たち自身が「もっとこうしたい」と感じ，動きを組み合わせた遊びや簡単なゲームを取り入れていく。生活の中でも動きを洗練させてきた児童たちはさらに「うまくなった」「友だちと一緒にできる」「がんばればできた」といった自信や満足感を得ながら，確実に発達段階に合った動きを身に付けて次年度の体育学習へつなげていく。このように９年間の体育学習，また生涯スポーツを意識した体つくり運動領域のスタートとして，遊び・動きを精選しなければならない。

② 児童観

本学級の児童は，友だち同士の主張のぶつかり合いもほとんどなく，周りの様子をよく見てゆずり合う行動ができていた。前期後半になると，お互いを理解し安心して少しずつ，自分の主張を行動に出してくる児童も出てきている。

また本学級は，体育に限らず初めての学習活動をするときには，恐る恐るやってみるが失敗したり，経験したことのある子の様子を見て真似をするようにしたりする慎重な児童が多い。その後２回目の機会には個性を発揮し，劇的にアイデアが増えていたり，自信をもって大きな動きや作品をつくって表現したりすることができるという特徴を感じている。本時においても，初めての遊びには慎重に取り組み，経験のある遊びについては生き生きと活動できるであろう。

今日まで，体育学習や放課後遊びで様々な運動・遊びを行ってきたが，ルールを守れない子がいて運動・遊びがうまくいかないこともあった。運動・遊びに夢中になるあまり，周りに物があり，危ない状態で運動を始めてしまうこともあった。しかし，知っていてルールを守らなかったり，危ないことが十分に理解できて放っておいたりしているわけではない。１年生のこの時期においては，思考と活動が未分化であり，知っていることが感覚としてつながっておらず，「こういうときに，こうしないことはルール違反なんだ」ということは，その瞬間に指摘されないと理解しにくい。集団遊びや運動の経験が多い児童はルールや安全についても理解の度合いは深い。また，経験が少ない児童も，ルールや安全について正しい行動ができる力を少しずつ身に付けてきている。

運動について本校は，都市部に住む家庭が比較的多いため自宅周辺の空き地や公園でしか走りまわるところがないというといった運動環境の児童が多い。体操教室に通った経験がある児童が多いことから考えても，子どもたちが運動感覚や能力を育む環境がなくなり，一層運動能力の二極化が進んでいることを感じている。本学級の児童は，学校の広い敷地内で放課後に友達と思い切り体を動かして遊べるという入学前との環境の違いに感激しているようである。

また，１年生のこの時期においてすでに，外遊びを好んでする児童と，できれば避けようとする様子の児童がいる。しかし，教師や友だちが進んで声をかけ一緒に体を動かしたり，発表会の実施や宿題で保護者の方にも頑張りと成長を見てもらったりすることで，体を様々に動かすことに意識を向けられるようになってきている。

次に新体力テストの結果から，今年度の１年生をみると，全国平均と比べて，２０ｍシャトルラン，ソフトボール投げにおいて男女とも低い結果であった。立ち幅跳びと５０ｍ走においては，全国平均よりも高い結果

で，他の種目においては，ほぼ全国平均並みであった。本校の特徴としても，ソフト・ハンドボール投げの結果が低いという結果がどの学年でも近年常態化している。

③　指導観

１・２時間目までは，様々な遊びや運動を紹介し，広い場所で体を思いきり動かして遊ぶ楽しさや，仲間と遊ぶ楽しさを感じたり，用具の安全な使い方を学んだりしてきた。３時間目からは，「はぐみランド」として５つの駅を通り，移動するときは，それぞれのグループで電車になり駅から駅へ進むことになっている。１時間の学習の流れを覚え，仲間と学習を進めたり深めたりする経験もしてきている。

本時は，まず体慣らしとして，グループの友達と学習を進める。内容は前時と同じであるので，心地よい音楽の中で何をすればよいかがわかり自主的に運動ができる。しっかりと体を伸ばすことを意識させ，自分たちで上手く進められることに対して肯定する言葉かけを行っていく。そうすることで運動有能感を刺激できると考えている。「６人でのボール運びや馬跳び，ブリッジ，あんたがたどこさ」は毎時のはじめに継続して行うことで，より効果がある運動であると考えた。次の展開Ⅱで行う動きや遊びは，年に数回など時々でも経験しているのと経験したことがないのとでは生涯スポーツを考えた時に，大きな差が出てくるものであり，１度経験すると学校や家庭で自然に行われるなど，生活化しやすい動き・遊びであると考え，設定した。

それぞれの駅での動き・遊びは一度経験したり，前時に紹介が終わったりしているものである。しかし，十分な時間経験しているとは言えないので，安全やルールについて全体の場や，活動の際に声をかけていく。友達と夢中になって体を動かす中で，友達の動きを見てまねしたり，自分の動き方を工夫して勝負に勝ったり記録を伸ばしたりできるよう技能に関する声かけも行っていく。前時に，手で風船バレーをしたが，上に向かって打つと続くことが児童の発表から分かり，全体で共有しているので，ヘディングバレーでも上に向かって打つと続くことに気付いているかなど，様子を見て指導する。どの駅でも安全面についてと力いっぱい体を動かせているかどうかについて見ていく。グループ内で声かけができている児童やコツをつかんでいる児童がいればその場で褒めるなど，肯定的な声かけを積極的に行う。

授業のまとめは，感想やその感想を持った理由，自分が上手になったことや友達の上手なところを交流する。動きのポイントや楽しかった理由を次の自分たちの活動に生かせるように話し合う。そして，次回のは組ランドにはどんな楽しい遊びが待っているかを少し紹介し，次時への意欲を持てるようにする。

７　単元目標（表で示してもよい）

（１）　体の動きを高める運動の行い方を理解するとともに、ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、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ようにする。（知識及び運動）

（２）　自己の体力に応じて、運動の行い方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。（思考力，判断力，表現力等）

（３）　体の動きを高める運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。（学びに向かう力，人間性等）

8　単元の評価規準

知識 ・ 技能	思考 ・ 判断 ・ 表現	主体的に学習に取り組む態度
・体の動きを高める運動の行い方について、言ったり書いたりしている。 ・巧みな動きを高めるための運動をすることができる。	・自己の体力に応じて運動の課題や行い方を選んでいる ・体の動きを高めるために自己やグループで考えた運動の行い方を他者に伝えている。	・体の動きを高める運動に積極的に取り組もうとしている。 ・約束を守り，仲間と助け合おうとしている。

9　単元指導計画（全１０時間）

第一次　動きを知る・慣れる（５時間）本時は４／５時間目

・用具の安全な使い方を知る。
・体を動かして楽しむ。
・仲間と遊ぶ楽しさを感じる。
・安全に，仲間と用具を使って遊ぶ。
・様々な用具や遊びを知り，多くの動きの経験をする。

第二次　経験した動きを洗練させる・組み合わせて遊びやゲームに活かす（５時間）

・知っている動きを自分なりに工夫して，記録を伸ばしたり充実感を味わったりする。
・友達と協力することで楽しさが増す経験をする。
・記録に挑戦したり，ゲームで作戦が上手くいったりする経験をする。

10　本時の学習

①本時の目標

遊びの特性に触れ，バランス，移動，用具の操作，力試しの動きを多様化したり洗練したりできるように工夫して運動に取り組むことができる。（思考・判断・表現等）

②本時の展開

区分	学習活動と内容 （○教師の発問と・予想される児童の反応）	指導上の留意点・支援と評価 （・留意点◇教師の支援■評価の観点と方法）	準備物・ 資料等
導入 ５分	１．音楽に合わせて体慣らしをする。 （馬跳び・ボール運び・ブリッジくぐり・あんたがたどこさ）	・前時と同じ運動や動きをはじめに行うことで継続的に柔軟性や筋持久力，律動性の力を育むようにする。	【体慣らし】 ・コーン５こ ・ビブス５色 ・小ボール

展開 35分	はぐみランドでたのしもう ２．５つの場に分かれて，５分ごとに様々な遊びをペアやチームで楽しむ。 【みんなで駅】 ●人間ゲートボール ●手をつないでたちすわり 【力試し駅】 ●タオルひきずもう ●ケンケンずもう 【ジャンケン駅】 ●平均台 ●ケンパ 【ボール駅】 ●ﾍﾃﾞｨﾝｸﾞで風船ﾊﾞﾚｰ ●バウンドキャッチ 【ペアで駅】 ●ペアでシーソー20回 ●ぞうきんでボール運び競争	・前時までにやったことのある遊びや動きに親しみ，動きが巧みになったり，回数が増えたりすることで運動のおもしろさを感じられるようにする。 ・設定された場を見て回り，安全を確認する。 ・６人ずつのグループ内で楽しみながら行える遊びを設定する。 ◇安全を確認することについてや，仲間で楽しむことを意識して取り組むように声かけする。 ・安全面において，ボールが転がる方向を考えて人間ゲートボールをする方向を決めておく。 ・タオル引きは動いたら負けで，ケンケン相撲は両足が着いたら負けというルールを明確にしておく。 ・安全を考え，平均台の下にはマットを敷く。 ・勝負を競うのではなく，遊びを楽しめるように声をかける。 ・風船バレーができるだけ続くようにするにはどうすればよいか等問いかける。 ・ボールが他の場へ転がっていかないように指導者が見たり，自分たちで注意したりできるよう声をかける。 ■【思考・判断】経験したり友達の動きを見たりして，体をよりよく動かそうとできたか。（観察）	【みんなで駅】 ・小ボール３個 【力試し駅】 ・タオル６枚 【ｼﾞｬﾝｹﾝ駅】 ・ケンステップ ・平均台 【ボール駅】 ・風船３つ ・ドッジボール３個 【ペアで駅】 ・ぞうきん２枚 ・小コーン１個

まとめ　5分	3. 自分や友だちのよかったところを発表する。 ・〇〇くんは，風船バレーが上手でした。理由は風船のところに行くのがはやいからだと思います。 4. 新しい遊びや動きを見て次時への意欲をもつ。 ●フープでステップ ●風船ｼｬﾄﾙﾗﾝ	・上手くいったポイントを共有することで，遊びや動きの本来の感覚やそのおもしろさを感じられるきっかけになるようにする。 ◇は組ランドでまた様々な遊びができることを楽しみに感じられるよう声かけをする。 ■【思考・判断】友達の発表を聞いたり友達の動きを見たりして，次に活かせる動きのポイントを確かめられたか。（発表・学習カード）	【まとめ】 ・フープステップ用フープ１個 ・風船シャトルラン用風船

③本時の評価の観点と方法

・様々な運動につながる動きの経験をし，友達の動きを見たり発表を聞いたりして，体をよりよく動かそうとできたか。（観察・発表・カード）

11　準備物

・小ボール３個・タオル６枚・ケンステップ・平均台・風船３つ・ドッジボール３個・ぞうきん２枚・小コーン１個・フープステップ用フープ１個・風船シャトルラン用風船１個

12　場の設定・学習カード（別紙）