

4 単元指導計画及び展開例

【4月】

単元名 体づくり運動（ア・体ほぐしの運動） 全3時間

（1）単元のねらい

知・運 : 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、みんなに関わり合ったりすること。

思・判・表 : 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、考えたことを友達に伝えること。

学・人 : 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。

（2）運動の仕方等

体ほぐしの運動遊びでは、手軽な運動遊びを行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わうことを通して、自己の心と体の変化に気付いたり、みんなに関わり合ったりすること。

（3）指導に際して教師が持っておきたい知識（学年の発達の段階に合わせた言葉かけを）

心と体の変化に気付く	<p>○心や体の変化の気付き</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体を動かすと心も弾み、体の動きが軽快になること。 ・体の力を抜くと気持ちが良いこと。 ・汗をかいた後は、気分もすっきりすること。 ・運動により心や体が変わることに気付くこと。 	<p>○心や体の変化の気付きへの視点</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動の前後では、気分が変化すること ・脱力したときの気持ち ・拍動数の変化 ・汗の量 ・体温の変化 ・呼吸の変化 ・皮膚の色の変化
みんなと関わり合う	<p>○友達との交流</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動を通して自他の心と体に違いがあることを知ること。 ・誰とでも仲よく協力したり助け合ったりして様々な運動をすると、楽しさが増すこと。 ・友達とともに体を動かすと心のつながりを感じ、体を動かすことへの不安が解消されること。 	<p>○友達との交流の仕方</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動した後の感想を交流する ・仲よく活動するために声かけや関わり方を工夫すること ・誰とでも活動することで、楽しさがあること ・友達と協力するために、温かい声かけが必要であること

(4) 子供の実態に応じて楽しい活動にする配慮や、友達に伝える場面で押さえてほしいことの例

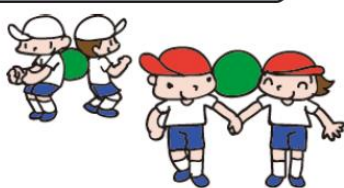
知識及び運動	
つまずきの例	手立て・配慮
○心や体の変化に気付くことが 苦手	<ul style="list-style-type: none"> • 表情を表す絵や感情を表すカードなどを示し、自己の心や体の変化がイメージができるようにする
○友達と楽しく運動することが 苦手	<ul style="list-style-type: none"> • 友達とハイタッチや拍手で喜びを共有するなど、共に運動遊びをする楽しい雰囲気を実感することができるようにする。
思考力、判断力、表現力等	
他者に伝える場面	手立て・配慮
○友達のよい動きを見付けたり、工夫したりした楽しい遊び方を友達に伝えること。	<ul style="list-style-type: none"> • 体を動かすと気持ちがいよことや汗が出ることなどの気付いたことを言葉で表したり、気持ちを表すカードなどを用いたりして友達に伝えること。
学びに向かう力、人間性等	
つまずきの例	手立て・配慮
○体を動かすことを好まない。	<ul style="list-style-type: none"> • 教室から友達と手をつないで体育館や運動場に移動するなど、授業前から友達と関わりながら自然に運動遊びに加わっていくことができるようにする。
○友達と関わり合うことに意欲的になれない。	<ul style="list-style-type: none"> • ペアやグループで調子を合わせて動くことによって、気持ちも弾んでくるのが実感できる運動遊びを準備したり、意欲が感じられる児童のつぶやきや動きを取り上げて共感したりする。

(5) 楽しい学習とするための場の設定や規則

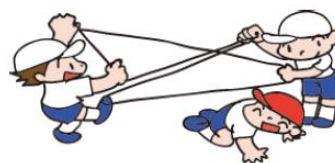
のびのびとした動作で用具などを用いた運動



みんなで風船をつく



ボールをはさんで



いろはにほへと

リズムに乗って、心が弾むような動作で運動



タイミングを合わせてジャンプ

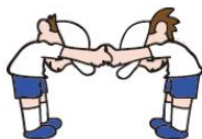


からだ全体でジャンケン



バランスくずし

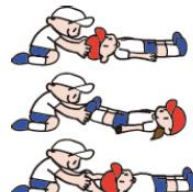
リラックスしながらペアでのストレッチング



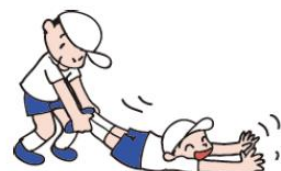
気持ちよくストレッチ



引っ張りっこ

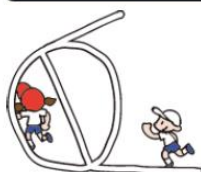


力を抜いて



足をぶらぶら

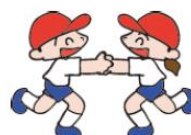
動作や人数などの条件を変えて、歩いたり走ったりする運動



いろいろなコースを



リズムに合わせてウォーキング



スキップしながら



低い姿勢で

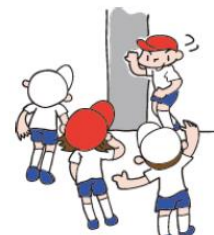
伝承遊びや集団による運動遊び



おしくらまんじゅう



体をうまく使ってフラフープ送り



だるまさんがころんだ

(6) 単元構想

①目指す子供の姿

いっぱい運動すると体があたたかくなって、汗がたくさん出てきました。

鏡みたいに友達と同じ動きをしたら、楽しかったです。またやりたいです。

もっと楽しくなるようにつながる人数を3人から5人に増やしました。

②単元の流れ




	1	2	3
学習活動	集団での体ほぐしの運動		
	進んで取り組む。	運動の行い方を知る。	よい動きややり方を知って選ぶ。

③単元計画及び指導と評価の計画

時間	(○) 重点的な指導内容、(●) 学習を深める活動	重点的指導事項	評価
1	○体ほぐしの運動に進んで取り組む。	学・人①	
2	○いろいろな体ほぐしの運動の行い方を知る。	知識・運動①	知識・運動① 学・人①
3	○よい動きややり方を知って選ぶこと。	思・判・表①	思・判・表①

(8) 展開例

時間	1 時間目 (全 3 時間)	
重点的指導事項	【学びに向かう力、人間性等①】 体ほぐしの運動に進んで取り組む。	【本時：友達との交流を主とした活動】
活 動 内 容	5	<p>《オリエンテーション》 (体育の約束事の確認や、自己紹介) ・1年生になって初めての体育の授業だと予想されるので、体育の意義や教師の思いなどを語る。 ・笛の合図(1回はその場に止まる、3回で集合など)を確認する。</p> <p>《準備運動》 ・学級で年間通してやれるようなものにするよ！</p> <p>【学習課題】体ほぐしの運動に、すすんで取り組もう。</p>
	10	<p>《伝承遊び》 ・おしくらまんじゅう</p> <p>※グループごとに外向きに立ち、「おしくらまんじゅう、押されて泣くな」と掛け声をかけながら背中を押しかう。 ※一定の時間の繰り返しで行い、最後は学級全体で行う。 ※背中を友達から離さないように声掛けをし、勢いをつけてぶつか</p> 
	15	<p>《振り返り》 ・うまくいった児童の紹介や、児童の感想や気づきを発表させる。 ・大きく動いていた子や、一生懸命やっていた子を中心に取り上げ、褒める。 「運動したら、どんな気持ちになったかな。」</p> <p>【課題に迫る発問】みんなで遊びを行うときに大切にしてほしいことは？。</p> <p>指導【学びに向かう力、人間性等①】</p> <p>※前半の活動の感想から、遊びをするにあたって、何度も繰り返し進んで遊びに取り組むことが大切であること、また、そのことが健康で元気な体づくりにつながることを押さえる。 ※運動を楽しく行うためには、友達に文句を言ったり友達が嫌なことをしたりせず、約束を守って活動することが必要なことを押さえる。</p>
	20	<p>《グループ対抗での遊び》 ・大根抜き</p> <p>①AチームとBチームに分かれる。(人数が多い場合は4チーム) ②Aチームは全員が外向きで肘で腕を組んで座る。 ③Bチームは、Aチームの友達の足を引っ張り決められた場所へ引っ張っていく。</p>  <p>その際、2人や3人で協力して引っ張ってよい。 人を引っ張るときは、ゆっくりとしたスピードで引く、引っ張られるときは腕を頭の後ろに組むことを指導する。 タオルや雑巾を用意し、Aチームはおしりに敷いておくと移動がスムーズになる。</p> <p>④決められた時間内に、Bチームが移動させた人数を得点として、競争する。</p>
	30	<p>《振り返り》 ・うまくいった児童の紹介や、児童の感想や気づきを発表させる。 ・恥ずかしがらずやっていた子や、笑顔が出ていた子などを取り上げる。</p> <p>【まとめ】みんなで遊びを行うときは、何度も繰り返し進んで遊びに取り組むことが大切だね。 また、友達と一緒にたくさん遊ぶことは、健康で元気な体づくりにつながるね。</p>
45	<p>《整理運動》 ・手首、足首、首のストレッチなど。年間を通して、やれるものにするよ！</p> <p>《片付け》</p>	
評価事項	<p>図：文科省体づくり運動パンフレット 参照</p>	

時間	2 時間目 (全 3 時間)	
重点的指導事項	【知識・技能(運動)①】 いろいろな体ほぐしの運動を知る。	【本時:友達との交流を主とした活動】
5 10 15 20 25 30 35 40 45	≪体育の時間の約束の確認≫ ・前時に確認したことを再度、振り返る。(笛の合図や、体育での約束など) ≪準備運動≫ 【学習課題】いろいろな体ほぐしの運動を知ろう。	<笛の合図の例> 1回…立ち止まる 2回…注目 3回…集合、終わり <体育の約束の例> ・先生の話や指示を聞く。 ・ルールを守る。 ・けがに注意する。
	【課題に迫る発問】どんな遊びがあるか紹介するよ。みんなでやってみよう。	指導【知識・技能(運動)①】
	≪グループで動きを合わせて≫ ・列を作った遊び ※教師主導で、いろいろな遊びを紹介していくことを知らせ、一つ一つ実際にやり方をしてみせる。 ※遊びの決まりややり方がわからないと楽しさが半減してしまうことを知らせ、子供の状況を確認しながら活動を行う。 ※目の人の肩から手を離さないように押せる。	 タイミングを合わせてジャンプ  <みんなでかかわり合う> (三角コーンを置いて折り返し) みんなで運動すると楽しいね。 転ばないかドキドキする。
	評価【学びに向かう力、人間性等①】	
	≪振り返り≫ ・うまくいった児童の紹介や、児童の感想や気づきを発表させる。 「楽しくなる動きをしていた人はいますか。」 「どんな動きをしましたか。」 ※やり方がわかると楽しさも変わることを押さえ、やり方がわからない友達がいたら教えてあげることが大切なことに触れる。	
≪グループで動きを合わせて≫ ・だるまさんが転んだ ※まずは個人で⇒前半に行ったグループで列を作って(立った姿勢)⇒前半に行ったグループで列を作って(低い姿勢)と、教師が提示しながらやり方を変えていく。	 だるまさんがころんだ 立った姿勢でだるまさんがころんだ 低い姿勢でだるまさんがころんだ	
評価【知識・技能(運動)①】		
≪振り返り≫ ・うまくいった児童の紹介や、児童の感想や気づきを発表させる。 ・上手に活動できたグループをいくつか紹介し、よかった点を言う。 ≪まとめ≫ 【まとめ】いろいろな遊びのやり方がわかると、遊びがもっと楽しくなるよね。		
≪整理運動≫ ・手首、足首、首のストレッチ ≪片付け≫ ・ラジカセなど。		
		図：文科省体づくり運動パンフレット 参照
評価事項	評価【学びに向かう力、人間性等①】 体ほぐしの運動に進んで取り組んでいる。(観察)	評価【知識・運動①】 いろいろな体ほぐしの運動をわかっている。(観察)

時間	3 時間目 (全 3 時間)	
重点的指導事項	指導【思考力、判断力、表現力等①】 よい動きを知って、選ぶこと。	【本時：体への気づきを主とした活動】
5	<<体育の時間の約束の確認>> ・前時に確認したことを再度、振り返る。(笛の合図や、体育での約束など) <<準備運動>> 【学習課題】 みんなで楽しくできそうな動きを選んで遊ぼう。	<笛の合図の例> 1回…立ち止まる 2回…注目 3回…集合、終わり
	<<体育の約束の例>> ・先生の話や指示を聞く。 ・ルールを守る。 ・けがに注意する。	
	<<リズムに合わせて跳んだりはねたり>> ※教師主導で、いろいろなリズムに合わせて跳んだりはねたりする遊びを紹介していくことを知らせ、一つ一つ実際にやり方をしてみせる。 ※実態に応じてマットの上で行わせるなど、けがの防止のための準備を行っておく。	
	評価【知識・技能(運動)①】	
10	【課題に迫る発問】 友達の良い動きや楽しくなる動きには、どんなものがあったかな？	
	【良い動きややり方の例】 ※高く飛んでいた ※手足の動きも大きかった ※太鼓の音や曲に動きがあっていた ※ピタッと止まっていた ※先頭の人の動きをよく見てそっくりに動いていた ※動物のまねも入っていた など	※子供とのやり取りをしながら、友達の良い動きをまねをしながら動きややり方を共有する。(板書して掲示する) ※後半の活動で、自分がやってみよう動きややり方を選ばせる。 ※掛け声をかけたり友達にやり方を教えたり、励ましの声を掛けたりするなど、態度面の良いところも触れる。
15	指導【思考力、判断力、表現力等①】	
	<<リズムに合わせて跳んだりはねたり>> ・全体で共有した良い動きややり方を選んで、前半との動きを再度やる。	
20	※動きが停滞する子供やグループが見られたときは、教師が横について共有した良い動きややり方を一緒に行ったり、言葉かけをしたりする。 ※「もっと〇〇してみよう」と投げかけ、動きをどんどん変化させていく。	
	評価【思考力、判断力、表現力等①】	
25	<<振り返り>> ・うまくいった児童の紹介や、児童の感想や気づきを発表させる。 ・上手に活動できたグループをいくつか紹介し、よかった点を言う。	
	<<まとめ>> 【まとめ】 友達の良い動きや楽しくなる動きを知って、まねをすると遊びがもっと楽しくなるね。	
30	<<整理運動>> ・手首、足首、首のストレッチ <<片付け>> ・ラジカセなど。	
	図：文科省体づくり運動パンフレット 参照	
35		
40		
45		
評価事項	評価【学びに向かう力、人間性等①】 体ほぐしの運動に進んで取り組んでいる。(観察)	評価【思考力、判断力、表現力等①】 よい動きを知って、選んでいる。(観察)

4 単元指導計画及び展開例

【4月～5月】

単元名 リズム遊び (F 表現運動) 全7時間

(1) 単元のねらい

技・知 : リズム遊びでは、その行い方を知るとともに、軽快なリズムに乗って踊ることができる。

思・判・表 : 軽快なリズムに乗って踊る簡単な踊り方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができる。

学・人 : 運動遊びに進んで取り組み、誰とでも仲よく踊ったり、場の安全に気を付けたりすることができる。

(2) 運動の仕方等

リズム遊びでは、軽快なリズムの音楽に乗って弾んで踊ったり、友達と調子を合わせたりして即興的に踊る。

(3) 指導に際して教師が持っておきたい知識 (学年の発達段階に合わせた言葉かけを)

動きの工夫	<ul style="list-style-type: none"> ○弾んだり回ったりねじったり等全身で弾んでリズムに乗る。→「へそを左右前後に動かして」 ○律動的に、ダイナミックに等変化をつける。→「リズムカルに」「手や肩を大きくゆらして」 ○硬い動き、柔らかい動き等変化をつける。→「膝を曲げて、伸ばして」 ○飛ぶ、這う、回るなど、いろいろな動きを経験できるようにする。→「いろんな方向に回って」
-------	---

(4) 子供の実態に応じて楽しい活動にする配慮や、友達に伝える場面で押さえてほしいことの例

知識及び技能		思考力、判断力、表現力等		学びに向かう力、人間性等	
つまずきの例	手立て・配慮	他者に伝える場面	内容例	つまずきの例	手立て・配慮
○リズムに乗って踊ることが苦手。	<ul style="list-style-type: none"> ・友達や教師の動きの真似をしながら、リズムに合わせてスキップで弾んだり、かけ声や手拍子を入れたりして踊る。 	○リズム遊びで友達のよい動きを伝える。	<ul style="list-style-type: none"> ・へそ(体幹部)を中心に全身で弾んでリズムに乗っている動き、変化のある動きなど、友達のよい動きについて発表する。 	○リズムに乗って踊ることに意欲的に取り組めない。	<ul style="list-style-type: none"> ・その児童にとって身近で関心があり、自然に体を弾ませたくなるような選曲をする。
○友達と関わって踊ることが苦手。	<ul style="list-style-type: none"> ・教師を含めた数人で手をつなぎ、簡単な動きで弾んだり、回ったり、移動したりして一緒に踊る。 				

(5) 楽しい学習とするための場の設定や規則、用具等の工夫

解説に例示として示されているリズムと動き(抜粋) → 解説 P.35 - 36

軽快なリズムの曲や児童にとって身近で関心の高い曲

① 一人(ペア)で即興的に

リズムに乗って、全身を弾ませて即興的に踊る。回る・ねじる・スキップするなどの動きを繰り返す。



手・足のそれぞれの動きを組み合わせたリ、一つの動きを大きく変化(体の向きや高さなど)させたりして、動きが多様になるようにする。
※このとき、個々の動きのよさを大切にする。

② 友達と調子を合わせて



友達と手をつないで、弾んだり回ったり、スキップしたり、体をねじったりする。


※なかなか動けない児童には、友達や教師のまねをしたり、手拍子や足拍子でリズムをとったりするようにする。また、気に入った動きを組み合わせてパターン化し、繰り返して踊ることから始める。

ペアの友達の動きを真似して踊る。
友達と並んだり向かい合ったり、ハイタッチしたりしながら踊る。「ソウさんダンス」など動物の動きを例えて踊る。

(6) 単元構想

①目指す子供の姿


〇〇のリズムに乗って踊ることができました。リズムが変わると自然に動きも変わりました。



友達とリズムに合わせて一緒に踊ったら、二人とも笑顔になりました。



友達の動きがよかったので、私の動きと組み合わせて踊ったら、かっこよくなりました。



②単元の流れ

	1	2	3	4	5	6	7
学習活動	一人・ペアでいろいろなリズム遊び				グループでいろいろなリズム遊び		全員でリズム遊び
	行い方の理解 即興的に踊る			軽快なリズムに乗って踊る			
			動きややり方を選ぶ。			友だちのよいところを見つける	
				仲間との協力	友だちとの関わり合い		

③単元計画及び指導と評価の計画

時間	(○) 重点的な指導内容、(●) 学習を深める活動	重点的指導事項	評価
1	○リズム遊びの行い方を知る。 ○軽快なリズムに乗って踊る運動遊びに進んで取り組む。	知・技④ 学・人①	知・技④
2	○へそ(体幹部)を中心に軽快なリズムの音楽に乗って即興的に踊る。	知・技⑤	学・人①
3	○よい動きややり方を知って選ぶ。	思・判・表①	思・判・表①
4	○誰とでも仲良くしてリズム遊びに取り組む。	学・人②	知・技⑤
5	○友達と関わって踊る。	知・技⑥	学・人②
6	○友達のよい動きをみつける。 ●発表会を行う。	思・判・表②	思・判・表②
7	●全員でダンスを楽しむ		知・技⑥





※ 表現系の指導内容から運動会での発表に関連させる単元計画例

1年生：リズム遊び

単元の中で学習する部分	①軽快なリズムに乗って自由に踊る ↓ ②学習した中で面白かった動きをみんなで踊る。 ↓
加えて学習する部分	③学年みんなで踊るものを決め、簡単な隊形移動の練習をする。 ↓ ④運動会での発表

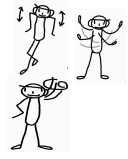



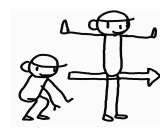



長崎県元気アップアソシエイツ「体力向上を効果的に図る小学校体育主任ハンドブック」参照

(8) 展開例



時間	1 時間目 (全 7 時間)	
重点的指導事項	【知識及び技能④】 リズムダンスの行い方を知る。	【学びに向かう力、人間性等①】 軽快なリズムに乗って踊る運動遊びに進んで取り組む。
5 10	<p>○あいさつ グループ(6~8人)で整列 4人編成も可。奇数グループをなるべく減らす ※グループ数も偶数が良い</p> <p>○準備運動 共通メニュー ※1時間目は準備運動の仕方を変えるため時間を長く取る。 ①ランニングやジャンプ、スキップなどの全身運動を音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせて行う。(通常1~1分半程度) ※教師が指示を出して中身を変えていく。 ②全身、体の各部位を使って音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせてリズムをとる。(通常3分程度) ※声かけ「()でリズムをとってみよう」 例・手(グーチョキパー)や(手拍子)・手首・ひじ・うで・肩・頭 などいろいろな部位で手拍子 ※リズムを取るのを苦手としている子には「先生のまねをしてみよう」「〇〇さんと同じようにしてみよう」など声をかける。</p>  <p>手拍子(動いて) 肩で 肘で かかとで 先生のまね 友達のまね</p>	
15	<p>○オリエンテーション (単元全体の流れと1時間単位の活動の説明) 1時間単位 ①準備運動 ②学習課題確認 ③前半の活動 ④後半の活動 ⑤片付け・整理運動 ⑥振り返り 単元全体 ①オリエンテーション ②~④ペア、グループで楽しく踊る。⑤グループで発表会用のダンスをつくる。⑥全体で発表会。 ⑦みんなで一緒に踊る。</p> <p style="text-align: center;">【学習課題】リズムにのって楽しく遊ぼう。</p>	
20 25	<p>○楽しく自由に踊っていいことをおさえ、とにかく単元を通して「楽しむ」ことを伝える。 ○軽快なリズムの音楽に乗って踊るときのポイントを教える。 ・ロックやサンバなどの軽快なリズムの曲で、おへそ(体幹部)でリズムに乗って、即興的に踊る。 ※教師が実際に踊ったりロックとサンバの動画を見せたりしてポイントを掲示する。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="231 963 614 1265"> <p style="text-align: center; color: green;">ロック</p>  <p style="text-align: center;">ロック</p> </div> <div data-bbox="869 963 1252 1265"> <p style="text-align: center; color: green;">サンバ</p>  <p style="text-align: center;">サンバ</p> </div> </div>	
30 35	<p>○前半をふり返る ・上手に踊っていた子に、前で踊ってもらい、課題に迫</p> <p style="text-align: center;">【課題に迫る発問】どのようにすると楽しいかな？</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div data-bbox="231 1366 470 1523"> <p>【考える例示】 ※恥ずかしがらずに ※大きな動きで ※全身を使って</p> </div> <div data-bbox="486 1366 933 1523"> <p>【板書例】(模造紙or画用紙) → 常時掲示ができる。</p>  </div> <div data-bbox="949 1366 1428 1523"> <p>※リズムに乗って、自由に体を動かし、恥ずかしがらずに、繰り返し踊ることが大切なことを押さえる。</p> <p style="text-align: right;">【指導【学びに向かう力、人間性等①】】</p> </div> </div>	
40	<p>○もう一度踊る。 ※繰り返し踊るように投げかける。</p> <p>○片付け ※片づけるものがあれば ○整理運動 ※スローな曲にのせて、(オルゴールの曲などが心もリラックス) ①柔軟運動(手首・足首・首などのストレッチをゆったり) ②ジャックナイフストレッチ ③大きく深呼吸</p> <p style="text-align: right;">評価【知識及び技能④】</p>	
45	<p>○振り返り(学習カード記入、発表)</p> <p style="text-align: center;">【まとめ】恥ずかしがらずに、リズムにのって繰り返し元気に体を動かすことが大切だね。</p> <p>※1年生の1学期の学習カードは、選んで○をつけるだけの簡単なものを準備すること。</p> <p>○次時の意識付け</p> <p style="text-align: right;">図:まるわかりハンドブック(文部科学省)</p>	
評価事項	<p>評価【知識及び技能④】 リズムダンスの行い方を知ることができたか。(学習カード)</p>	

時間	2 時間目 (全 7 時間)	
重点的指導事項	指導【知識及び技能⑤】 へそ(体幹部)を中心に軽快なリズムの音楽に乗って即興的に踊る。	
5 10 15 20 25	○あいさつ ○準備運動 共通メニュー ①ランニングやジャンプ、スキップなどの全身運動を音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせて行う。(通常1～1分半程度) ※教師が指示を出して中身を変えていく。	
	②全身、体の各部位を使って音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせてリズムをとる。(通常3分程度) ※声かけ「()でリズムをとってみよう」 例・手(グーチョキパー)や(手拍子)・手首・ひじ・うで・肩・頭 などいろいろな部位で手拍子 ※リズムを取るのを苦手になっている子には「先生のまねをしてみよう」「○○さんと同じようにしてみよう」など声をかける。	
	【学習課題】 上手にリズムにのって踊ろう。	
	○踊り方のポイントを確認する ポイントを掲示する。(文カードや図) ・ロックのポイント (ンタンタやウンタウンタのリズムで、おへそ上下に弾ませ、全身で跳ぶように体を弾ませながら踊る。) ・サンバのポイント (ンタッタ ンタッタのアクセントを意識して、おへそを前後左右にゆらして踊る。)	評価【学びに向かう力、人間性等①】
	○踊ってみる (ロックとサンバを交互にかけてもいいし、どちらかに絞ってもよい) ※踊るときに準備運動で行ったいろいろな部位を使って踊ってもよいことを伝える。 ①一人で即興的に踊る。 ②ペアで踊る。(交互に。向かい合って手をつないだりぐりぬけたり自由に踊る。タッチや腕組み。真似をしながら。調子を合わせて等) ③グループで踊る。(円を作って、一人ずつ交代で。ペアで交代で。まねをしながら。みんなでふりを合わせて等)	
活 動 内 容		
25	【課題に迫る発問】 上手にリズムにのって踊るためにはどうしたらいいかな？ 【考える例示】 ※動きを止めない。 ※へそを前後左右に動かす。 ※肩を動かす。	※子供とやり取りをしながら、教師が実際にやって見せながらポイントを押さえる。 ※前半でうまくリズムに乗っていた子供の様子を紹介する。 指導【知識及び技能⑤】
30	○ポイントをおへそに注目して再度おさえる。 ロック ・へそを上下に弾ませて、全身で跳ぶように体を弾ませる。 ・ビートの強いロックのリズムでは、ウンタの後打ちの強い音を感じて、へそを下に落とす感じでアクセントをつけて踊る。	
35	サンバ・体の各部分で小刻みにリズムをとったり、へそ(体幹部)を中心に前後左右のスイングなどでリズムに乗ったりして即興的に踊る。 ○おへそを意識しながら動きに変化をつけてもう1度踊ってみる。 ①一人で即興的に踊る。 ②ペアで踊る。 ③時間があればグループで	
40	○片付け ※片づけるものがあれば ○整理運動 ※スローな曲にのせて、(オルゴールの曲などが心もリラックス) ①柔軟運動(手首・足首・首などのストレッチをゆったり) ②ジャックナイフストレッチ ③大きく深呼吸	
45	【まとめ】 おへそを上下や左右に動かすと上手にリズムにのれるね。	
評価事項	○次時の意識付け 評価【学びに向かう力、人間性等①】 軽快なリズムに乗って踊る運動遊びに進んで取り組むことができたか。(観察、学習カード)	図:まるわかりハンドブック(文部科学省)

時間	3 時間目 (全 7 時間)
重点的指導事項	【思考力、判断力、表現力等①】 よい動きややり方を知って選ぶ。
5 10 15 20 25 30 35 40 45	<p>○あいさつ ○準備運動 共通メニュー ①ランニングやジャンプ、スキップなどの全身運動を音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせて行う。(通常1～1分半程度) ※教師が指示を出して中身を変えていく。</p> <p>②全身、体の各部位を使って音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせてリズムをとる。(通常3分程度) ※声かけ「()でリズムをとってみよう」 例・手(グーチョキパー)や(手拍子)・手首・ひじ・うで・肩・頭・首・顔・おへそ・腰・おしり・かかと・つまさき・いろいろな部位で手拍子 ※リズムを取るのを苦手にしていきには「先生のまねをしてリズムをとる」「○○キョーと同じようにリズムをとる」など声をかけ</p> <p>【学習課題】 お気に入りの動きを選んだり、友達のいいところをまねしたりして踊ってみよう。</p> <p>○ポイントをおへそに注目して再度おさえる。 ロック・へそを上下に弾ませて、全身で跳ぶように体を弾ませる。 ・ビートの強いロックのリズムでは、ウンタの後打ちの強い音を感じて、へそを下に落とす感じでアクセントをつけて踊る。</p> <p>サンバ・体の各部分で小刻みにリズムをとったり、へそ(体幹部)を中心に前後左右のスイングなどでリズムに乗ったりして即興的に踊る。 ・(ンタッタ ンタッタのアクセントを意識して、おへそを前後左右にゆらして踊る。)</p> <p>①一人で即興的に踊る。 ②ペアで踊る。(交互に。調子を合わせたりかけ合いをしたり。タッチや腕組み。) ③グループで踊る。(円を作って、一人ずつ交代で。ペアで交代で。まねをしながら。みんなでふりを合わせて等)</p> <p>ハイタッチ 手をつないで 腕を組んで 調子を合わせる</p> <p>【課題に迫る発問】 お気に入りの動きや友達のいい動きには、どんなものがあった？</p> <p>【動きの例】 ※動きを止めない。 ※へそを前後左右に動かす。 ※肩を動かす。</p> <p>※子供とやり取りをしながら、教師が実際にやって見せながらポイントを押さえる。 ※前半でうまくリズムに乗っていた子供の様子を紹介する。 ※自分と同じ動きでも、向きを変えたり、友達と動きを合わせたり動きを反対にしたりすることで楽しさが変わることも押さえ、後半に選んでやってみるように押さえる。</p> <p>指導【思考力、判断力、表現力等①】</p> <p>○後半もどンドン友達のいいところをまねしたり、組み合わせさせてもよいことを伝える。</p> <p>①ペアで踊る。 ②グループで一人の子の動きを全員でまねする。 ③時間があればつなげてみる。</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力等①】</p> <p>○片付け ※片づけるものがあれば ○整理運動 ※スローな曲にのせて、(オルゴールの曲などが心もリラックス) ①柔軟運動(手首・足首・首などのストレッチをゆったり) ②ジャックナイフストレッチ ③大きく深呼吸</p> <p>○振り返り(学習カード記入、発表) 【まとめ】 お気に入りの動きや友達のいいところをまねすると、いろいろなダンスができて楽しいね。</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力等①】</p> <p>○次時の意識付け</p>
評価事項	評価【思考力、判断力、表現力等①】 よい動きややり方を知って選ぶとができたか。(観察、学習カード)

時間	4 時間目 (全 7 時間)	
重点的指導事項	指導【学びに向かう力、人間性等②】 表現遊びやリズム遊びに取り組む際に、誰とでも仲よくする。	
5	○あいさつ	
	○準備運動 共通メニュー	
	①ランニングやジャンプ、スキップなどの全身運動を音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせて行う。(通常1～1分半程度) ※教師が指示を出して中身を変えていく。	
	②全身、体の各部位を使って音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせてリズムをとる。(通常3分程度) ※声かけ「()でリズムをとってみよう」 例・手(ゲーチョキパー)や(手拍子)・手首・ひじ・うで・肩・頭・首・顔・おへそ・腰・おしり・かかと・つまさき・いろいろな部位で手拍子 ※リズムを取るのを苦手としている子には「先生のまねをしてみよう」「QQさんと同じようにしてみよう」など声をかける。	
	【学習課題】友達と仲よくリズムにのって遊ぼう。	
10	○前半は、友達と仲良く協力してダンスを踊ることを確認する。 ※「動きのポイント」についても掲示(常時掲示)しておく。	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">評価【知識及び技能⑤】</div>
	①グループごとに分かれる。 ※偶数編成がベスト。その中でペアをつくる。 ②ペアで相談して踊ってみる。 ※ペアの動きの例として、いろいろな部位でタッチ・手をつなぐ・くぐる・回る・背中合わせ・ふりを合わせる ③グループ内で順番に発表する。 ※ペアの発表が終わったら拍手を必ずする。感想があれば発表する。	
15	    	いろいろな部位でタッチ 手をつなぐ 背中合わせ くぐる ふりを合わせる。
	【課題に迫る発問】「友達と仲よくリズムにのる」ってどんな姿だろうか？	
20	【考える例示】 ※タッチ、手をつなぐ、背中合わせ、くぐる。 →一緒に○○する⇒相手が変わっても ※互いに声を掛け合う。	※子供とやり取りをしながら、教師が実際にやって見せながらポイントを押さえる。 ※前半で仲良く活動していた子供の様子を紹介する。 ※1人よりも友達と一緒に運動に取り組む方が一層楽しくなるし、気持ちも良
	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> 【指導【学びに向かう力、人間性等②】】 </div>	
25	○後半は、ペアで行っていた動きをみんなであつなげていくことを伝える。	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">評価【知識及び技能⑤】</div>
	①各ペアのよかった動きを確認する。 ※拍手を忘れない ②順番にペアで踊りながら、他のペアも真似してみる。 ※その場で浮かんだものがあればそれも取り入れてよいことをおさえておく。 ③一つにつなげてみんなで踊る。 ※円になって踊るなど、まねしやすい隊形にしていもいいことおさえておく。円じゃなくペアで自由に踊りながら曲のタイミングに合わせてもよい。	
30	 	円で見やすく ペアで自由に
	○片付け ※片づけるものがあれば ○整理運動 ※スローな曲にのせて、(オルゴールの曲などが心もリラックス) ①柔軟運動(手首・足首・首などのストレッチをゆったり) ②ジャックナイフストレッチ ③大きく深呼吸	
35	○振り返り(学習カード記入、発表)	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> 【まとめ】友達と一緒に仲よく遊ぶと運動が一層楽しくなるね。 </div>
	○次時の意識付け	
40	評価【知識及び技能⑤】 へそ(体幹部)を中心に軽快なリズムの音楽に乗って即興的に踊ることができたか。(観察)	

時間	5 時間目 (全 7 時間)		
重点的指導事項	指導【知識及び技能⑥】 友達と関わって踊る。		
5	○あいさつ ○準備運動 共通メニュー ①ランニングやジャンプ、スキップなどの全身運動を音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせて行う。(通常1～1分半程度) ※教師が指示を出して中身を変えていく。 ②全身、体の各部位を使って音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせてリズムをとる。(通常3分程度) ※声かけ「()でリズムをとってみよう」 例・手(グーチョキパー)や(手拍子) ・手首 ・ひじ ・うで ・肩 ・頭 ・首 ・顔 ・おへそ ・腰 ・おしり ・かかと ・つまさき ・いろいろな部位で手拍子  		
10	【学習課題】友達とひとつ一緒にダンスをして遊ぼう。 【課題に迫る発問】友達と一緒にダンスをするときどんなことに気を付けたかな。		
15	【考える例示】<前時に学習したこと+技能のポイント> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; padding: 5px;"> <前時の学習から> ※タッチ、手をつなぐ、背中合わせ、くぐる。 ⇒一緒に〇〇する⇒相手が変わっても ※互いに声を掛け合う。 </td> <td style="width: 50%; padding: 5px;"> <技能のポイント> ※動きを止めない。 ※へそを前後左右に動かす。 ※肩を動かす。 </td> </tr> </table>	<前時の学習から> ※タッチ、手をつなぐ、背中合わせ、くぐる。 ⇒一緒に〇〇する⇒相手が変わっても ※互いに声を掛け合う。	<技能のポイント> ※動きを止めない。 ※へそを前後左右に動かす。 ※肩を動かす。
<前時の学習から> ※タッチ、手をつなぐ、背中合わせ、くぐる。 ⇒一緒に〇〇する⇒相手が変わっても ※互いに声を掛け合う。	<技能のポイント> ※動きを止めない。 ※へそを前後左右に動かす。 ※肩を動かす。		
20	※子供とやり取りをしながら、教師が実際にやって見せながらポイントを押さえる。 ※友達と一緒に技能のポイントから選んで踊るようにすると、一層楽しくなるし、気持ちも良くなることを押さえる。 ※前半は、前回グループでつなげたダンスを再度踊るとともに、新たに増やすところを考えるよう押さえる。 ※グループの動きは、円や2列縦隊などいろいろな例をあげる。 指導【知識及び技能⑥】       		
25	※前回つなげたダンスを踊ってみる、追加するものがないか考えて踊ってみる。 ※動きの例を掲示しておく(ペアを途中でいれかえるなども取り入れる) 評価【学びに向かう力、人間性等②】		
30	○前半を振り返る。 ※ペアグループで発表しあい、よかったところを伝える。 ※後半の活動の仕方について知らせる。 ○後半の活動 ①さきほど出た気をつける点に注意しながら、練習する。 ②ペアグループで交互に踊る。 ③踊ったあと、見ている方は良かったところを発表する。 良かった点の例として、 ・へその動き ・全身を使っている ・恥ずかしがらずにできている ・大きく ・笑顔で ・2人の息が合っている。 グループの息が合っている。 (列になったり集まったり離れたたり) ※④時間があれば、ペアグループの良かったところを取り入れるなら、自分たちのグルー  		
35	評価【学びに向かう力、人間性等②】		
40	○片付け ※片づけるものがあれば ○整理運動 ※スローな曲にのせて、(オルゴールの曲などが心もリラックス) ①柔軟運動(手首・足首・首などのストレッチをゆったり) ②ジャックナイフストレッチ ③大きく深呼吸 【まとめ】友達と動きを合わせて踊ると楽しいね。		
45	○振り返り(学習カード記入、発表) 評価【学びに向かう力、人間性等②】 図:まるわかりハンドブック(文部科学省)		
評価事項	評価【学びに向かう力、人間性等②】 表現遊びやリズム遊びに取り組む際に、誰とでも仲よくすることができたか。(観察、学習カード)		

時間	6 時間目 (全 7 時間)	
重点的指導事項	指導【思考力、判断力、表現力等②】 友達のよい動きを見つける。	
5 10 15 20 25 30 35 40 45	<p>○あいさつ ○準備運動 共通メニュー ①ランニングやジャンプ、スキップなどの全身運動を音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせて行う。(通常1～1分半程度) ※教師が指示を出して中身を変えていく。</p> <p>②練習タイム ※曲に合わせて個人で好きに踊ってみる。 ※前時で最後に練習した動きをグループごとに練習する。</p> <p>【学習課題】発表会をして、友達の上手なところをたくさん見付けよう。</p> <p>【課題に迫る発問】友達のどんな動きを見つけるとよいか？</p> <p>【見つけたい動きの例示】 ※へその動き ※全身を使っている ※恥ずかしがらずにできている ※大きく ※笑顔で ※2人の息が合っている、グループの息が合っている。</p> <p>○前半の活動 (踊り始めの準備を素早く行う) ①片方が踊る。 ②良かったところタイム。(1分ぐらいで) ③もう片方が踊る。(準備を素早く) ④良かったところタイム。(1分ぐらいで)</p> <p>○前半の振り返り ※全体で確認した「見つけたい動きの例示」をもとに子供とやり取りをし、見つけた動きを引き出していく。 ※後半は発表会を行うこと、その際、ワークシートに各グループごとの良かったところに○をつけることを知らせる。</p> <p>○発表会を行う。 ①グループごとに順番に発表する。 ※クラスの人数やグループ数によって発表時間を考える。4グループから6グループが理想。 ②発表会終了後、良かった人を上げさせて、その子供のダンスと一緒にみんなで踊ってみる。</p>	<p>※子供とやり取りをしながら、これまでの学習の内容を押さえる。 ※後半に全体で発表会を行うので、前半は前時と違うグループでペアを組んで良かったところを発表しあうことを知らせる。</p> <p>指導【思考力、判断力、表現力等②】</p> <p>※活動が滞っているグループには、活動のやり方を再度確認する。 ※良かったところタイムで活発に考えを述べるができるように、見つけたい動きの例示から選んで友達の動きを見ることが大切なことをその都度投げかける。</p>   <p>※子供たちの笑顔がたくさん引き出せるようなダンスとなるよう、教師自身も楽しく踊ることがポイント。</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力等②】</p> <p>○片付け ※片づけるものがあれば ○整理運動 ※スローな曲にのせて、(オルゴールの曲などが心もリラックス) ①柔軟運動(手首・足首・首などのストレッチをゆったり) ②ジャックナイフストレッチ ③大きく深呼吸</p> <p>○振り返り(学習カード記入、発表)</p> <p>【まとめ】友達の上手なところを見付けて、自分のダンスに取り入れるとより上手になるね。</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力等②】</p> <p>○次時の意識付け</p> <p>図:まるわかりハンドブック(文部科学省)</p>
評価事項	評価【思考力、判断力、表現力等②】	

時間	7 時間目 (全 7 時間)	
重点的指導事項	●全員でダンスを楽しむ。	
5 10 15 20 25 30 35 40 45	活 動 内 容	<p>○あいさつ</p> <p>○準備運動 共通メニュー</p> <p>①ランニングやジャンプ、スキップなどの全身運動を音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせて行う。(通常1～1分半程度) ※教師が指示を出して中身を変えていく。</p> <p>②練習タイム ※曲に合わせて個人で好きに踊ってみる。 ※前時で最後に発表した動きをグループで踊る。</p> <p>【学習課題】 全員でダンスを楽しもう。</p> <p>○各グループで作ったダンスをつなげながら、みんなで1つの作品を作り出すことを確認する。</p> <p>○流れを説明する。 ①グループごとに分かれて大きく広がる。 ※イントロのところ移動でもいいし、別の曲で最初の隊形に別れてもいい ②各グループで自分たちが作ったダンスを順番に踊る。 ③全体で同じダンス ※ソロペアグループなど、みんな同じ振り付けを入れる。 ※教師が考えてもいいし子どもたちからアイデアをもらってもいい。</p> <p>○各グループの場所を決める。(移動するときにも踊りながら移動することを伝える。)</p> <p>○みんなで踊るダンスの振り付けを決める。(簡単なものにする。) ※※ソロペアグループなど全部入れてもいいし、全体だけでもいい。 ○全体で踊るところを練習する。(時間があまり取れないので、簡単なもの(32小節分)ぐらいでつくりそれを繰り返す。</p>
		<p>評価【知識及び技能⑥】</p>
		
		<p>【発問】 全員でダンスを楽しむためにどんなことに気を付けましたか？</p> <p>○発問に対する児童の反応 ・同じふりを入れるところは簡単なものがよい。・みんなで息をあわせるといいと思う。・もう少しこんな動きも入れたい。</p> <p>○児童のアイデアを取り入れながら、ふりをつけていく。 ※隊形移動のアイデアは、教師がいくつか例をあげて掲示しておくとうい。</p> 
		<p>○通して踊ってみる。 ※タブレットで録画し、給食の時などにみんなで見ると盛り上がる。</p>
<p>○本単元全体の確認事項 ☆全体の練習を少し補足すると運動会でのダンスとして充分発表できる。とにかく教師が例示を多くあげることで、児童の動きは大きく変わる。</p>		
<p>※単元の終わりに子どもたちが、「リズムダンスって楽しい」と思えるような授業を目指す。</p> 		
<p>○片付け ※片づけるものがあれば</p> <p>○整理運動 ※スローな曲にのせて、(オルゴールの曲などが心もリラックス)</p> <p>①柔軟運動(手首・足首・首などのストレッチをゆったり) ②ジャックナイフストレッチ ③大きく深呼吸</p> <p>【まとめ】 みんなでリズムにのって踊ると楽しいね。</p> <p>○振り返り(学習カード記入、発表)</p> <p>評価【知識及び技能⑥】</p>		
<p>○単元を通しての教師の気づきなど</p>		
評価事項	<p>評価【知識及び技能⑥】 友達と関わって踊ることができたか。(観察, 学習カード)</p>	

4 単元指導計画及び展開例

【5月】

単元名 かけっこ (C 走の運動遊び) 全7時間

(1) 単元のねらい

- 知・技 : 走の運動遊びでは、いろいろな方向に走ったり、低い障害物を走り越えたりすることができる。
- 思・判・表 : 走の運動遊びや跳の運動遊びの簡単な遊び方を選ぶことができるとともに、友達のよい動きを見付けたり、考えたりしたことを友達に伝えることができる。
- 学・人 : かけっこやリレー遊びなどを行う際に、順番やきまりを守り、誰とでも仲よくするとともに、勝敗を受け入れることができる。

(2) 運動の仕方等

走の運動遊びでは、距離や方向などを決めて 走ったり、手でのタッチやバトンの受渡しをする折り返しリレー遊びをしたり、段ボールや輪などの低い障害物を用いてのリレー遊びをしたりする。

(3) 指導に際して教師が持っておきたい知識（学年の発達の段階に合わせた言葉かけを）


走の 方	<p>○姿勢について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・下を向かず前を向いて走る。 ・腕を大きく振る。（後ろまで振る） ・正面から見て、腕が体の中心線を越えない。（左右でなく、前後に振る） ・手はグーよりパーがいい。（強く握らない） ・つま先から着地する。 <p>○指導について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「ピュンピュン走る。ピッピと走る。」というように想像できるような言葉を使う。 ・真っ直ぐ走る時、カーブ、変則コースでの走り方の違いに気付かせ、楽しませる。 ・コースを複雑な形にすることでカーブなどの指導をする。
場 の 設 定 や 規 則	<p>○いろいろな場</p> <ul style="list-style-type: none"> ・30m～40mのかけっこを行う。 ・直線コースでは、ゴールに目印のコーンを置くなど、真っ直ぐ走れるよう工夫する。 ・低い障害物を走り越える。 ・いろいろな方向に向かって走る。（ジグザグ、うずまき、ぐにゃぐにゃ） ・コースは、白線・水ライン・ロープなどを使って設定する。ロープでは、児童が自由にコースを考えることができる。 ・衝突しないように場を工夫し、ビーチフラッグスをする。フラッグは、小さなペットボトルなどを利用する。 <p>○スタート</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ねことねずみ ・変則スタート（座って、後ろ向きで、うつぶせで、あおむけで） <p>○走り方</p> <ul style="list-style-type: none"> ・動物まねっこ走 ・新聞紙をおなかに当て、落とさないように走る。

(4) 子供の実態に応じて楽しい活動にする配慮や、友達に伝える場面で押さえてほしいことの例


知識及び技能		思考力、判断力、表現力等		学びに向かう力、人間性等	
つまずきの例	手立て・配慮	他者に伝える場面	内容例	つまずきの例	手立て・配慮
○かけっこで、リズムよく走ることが苦手。	<ul style="list-style-type: none"> 一定のリズム、速いリズムなど、いろいろなリズムで走ったり、レーン上に目印を置いて、分かりやすいレーンを設定したりする。 	○活動後に学び合ったことを友達に伝える	<ul style="list-style-type: none"> 感想や動きのポイント、友達のよい動きを書いたり、発表したりする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○かけっこでの競走など、競走(争)を好まない。 ○最後までうまく走れないなど、達成感を味わうことが難しい。 ○友達同士でうまく関わり合うことができない。 ○対人関係をうまく保つことができない。 	<ul style="list-style-type: none"> いろいろな走り方や跳び方で勝敗を競わずに楽しめる場ややり方を工夫したりする。 易しい場や課題を複数準備する。 見合いや教え合いなど、互いに関わり合いながら学習をするようにしたり、友達同士で学習の成果を認め合ったりする機会を設定する。 児童の伸びや友達との関わり方を教師が積極的に称賛する。

(5) 楽しい学習とするための場の設定や規則、用具等の工夫

【走の運動遊びの例】




<くるくるコース>



<ジグザクコース>

いろいろライン競走

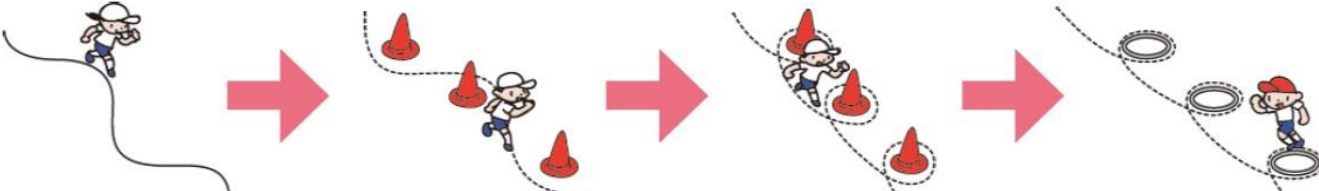


スタート

ゴール

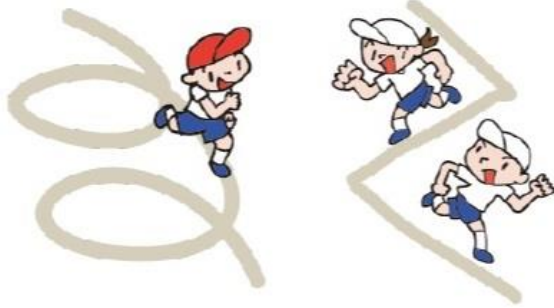
同じ長さのロープでコースを作ります。それぞれのコースを選んで、競走を楽しみます。

くねくね走
 →
 くねくね走+コーン
 →
 コーン+くるくる走
 →
 くるくる走+フープ



30m～50m程度のかけっこ

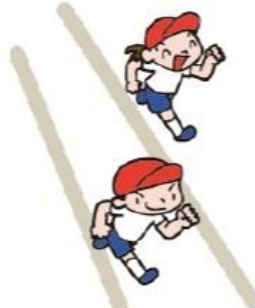
○蛇行して走る。



<くねくねコース>

<ジグザグコース>

○まっすぐ走る。



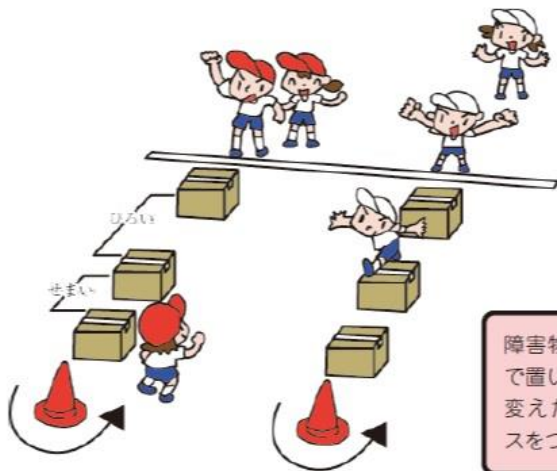
<ストレートコース>

コースに応じて巧みに体を操作して、走る心地よさを味わいます。

同じコースや違うコースで友だちと楽しく競争します。



○障害物を用いたかけっこ



障害物は、同じ間隔で置いたり、間隔を変えたりしてコースをつくれます。



工夫次第で、いろいろなモノが障害物になります。



指導のねらいに合わせて言葉かけを具体的ににする



【動きを高める言葉かけ】

ジグザグコースで、ピュンピュン走ってたね。じゃあ、今度はピツ・ピツとカミナリみたいに走れるかな？

【協力を意識する言葉かけ】

段ボールの置き方を友達と相談して、いっしょに動かそう。



動きを広げるためにいろいろな楽しみ方を提示する



楽しく遊ぶことができるコースや遊び方を見つけて楽しもう！

楽しそうな跳び方をしている友達を見つけて、真似をしながら楽しもう！



ぼくは、ジグザグコースで友達と競走して楽しもう。



並べた段ボールを跳んでから、わたしも真似してみよう。

(6) 単元構想

① 目指す子供の姿

ジグザグでも、まっすぐでも気持ちよく走れるようになりました。



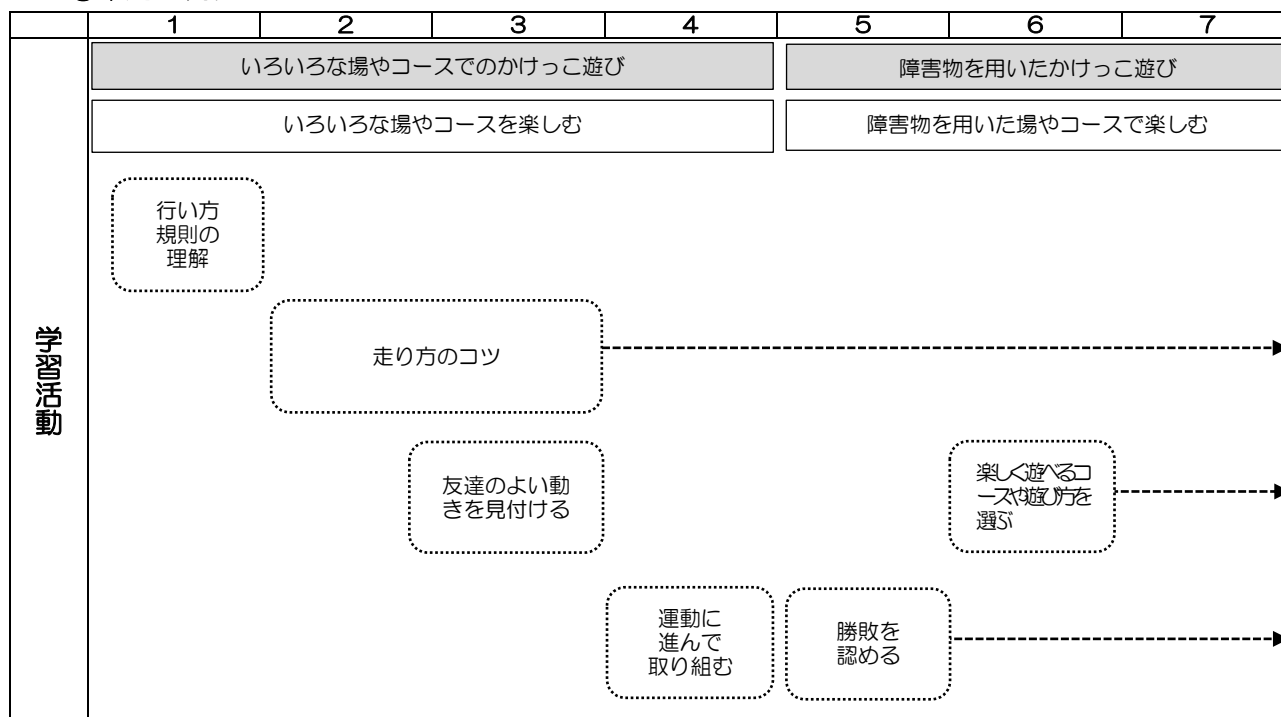
リレーでは負けたけど、次はみんなで力を合わせてがんばります。



楽しいコースを選んだり、楽しくなるような走り方を工夫したりしました。



②単元の流れ




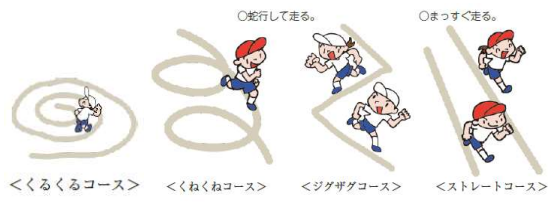
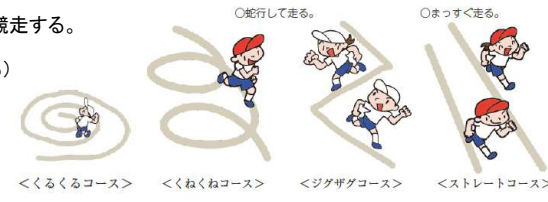
③単元計画及び指導と評価の計画

時間	(○) 重点的な指導内容、(●) 学習を深める活動	重点的指導事項	評価
1	○いろいろなかけっこの行い方を知る。	知・技①	知・技①
2	○いろいろな場やコースで、真っ直ぐ走ったり、蛇行して走ったりすることができる。	知・技②	
3	○友達のよい動きを見付ける。	思・判・表②	思・判・表②
4	○いろいろなかけっこ遊びに進んで取り組む。	学・人①	知・技②
5	○かけっこの勝敗を受け入れる。	学・人③	学・人①
6	○楽しくかけっこをするための場やコースを選んだり、楽しい走り方を選んだりする。	思・判・表①	思・判・表①
7	●いろいろなやり方で競争してかけっこ遊びを楽しむ。		学・人③

(8) 展開例

時間	1 時間目 (全 7 時間)	
重点的指導事項	【知識及び技能①】 いろいろなかけこの行い方を知る。	
5	準備運動(リズムに乗って) ①動かす部位を回す、伸ばす。 ②ジャックナイフストレッチ。 ③いろいろな動き。(ケンケン、スキップ、犬走り、クモ走り)	犬走り くも走り 
10	【学習課題】 いろいろなかけこのやり方を知ろう。 【課題に迫る発問】 楽しいかけこのやり方をやってみよう。	
15	いろいろな場を使って走る。(直線、固定施設を使って、ジグザグに、カーブを使って など) ○教師と一緒に走る。 ※初めてなので、教師が先頭に立って走る。 ※スピードや方向・向きなどを変えながら走る。 ※意図的にスピードなどを変えることで、走ることの楽しさを味わわせる。	 指導【知識及び技能①】
20	【発問】 かけこのやり方がわかったかな？次は、ペアやグループでやってみよう。 ※前半に教師と一緒にやったかけこをもとに、やり方の紹介⇒やってみるの順で活動させる。 ※単純な決まりに留め、「最後まで走ること」を押さえる。	
25	ペアやグループでまねっこ走をしたり、競走をしたりする。(距離は15m~30m) ○まっすぐ走る。 ※ペアで競争。 ※ペアで追いかけてこの形で競争。	 ○まっすぐ走る。 <ストレートコース>
30	○ペアやグループでまねっこ走をする。 ※先頭の子供の動きを後ろの子供たちがまねする。 ※時間で区切って、先頭を変わりながら行う。(時間を見ながら教師の合図で交代する) ※固定施設の間をジグザグに走ったり、くると回ったりするなどいろいろな動きを取り入れる。	※ゴールに三角コーンやマーカールンをおいてそれを目指して走るように押さえる。 ※本時は、速く走ることよりも、「ゴールを目指して最後まで走りきること」を知らせる。 ※走ることが苦手な子供は、ペアやグループの先頭の子供のまねをするように言葉をかけ、教師と一緒に活動させる。 ※前走者と次走者が近づきすぎないようにスタートの間隔を開けることや固定施設にぶつかってけがをしないように注意することなど、安全面に留意するように指導する。
35	評価【知識及び技能	
40	整理運動を行う。	
45	学習のまとめを行う。 【まとめ】 やり方がわかって、友達と一緒に走ったり競争したりすると、かけこがより楽しくなるね。	
45	図：文部科学省「まるわかりハンドブック」参照 岩手県教育委員会「『走運動』指導資料」参照	
評価事項	評価【知識及び技能①】 いろいろなかけこの行い方がわかっている。(観察)	




時間	2 時間目 (全 7 時間)	
重点的指導事項	【知識及び技能②】 いろいろな場やコースで、真っ直ぐ走ったり、蛇行して走ったりすることができる。	
5	<p>準備運動(リズムに乗って) ①動かす部位を回す、伸ばす。 ②ジャックナイフストレッチ。 ③いろいろな動き。(ケンケン、スキップ、犬走り、クモ走り)</p> <p style="text-align: center;">犬走り くも走り</p>  <p>【学習課題】 コースが変わってもうまく走ることができるようになろう。</p> <p>【課題に迫る発問】 ジグザグや真っ直ぐに走るには、どうすればよいか？</p> <p>【考える視点の例示】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・キュッと曲がる時はどうしてる？ ・くると回る時はどうしてる？ ・真っ直ぐ走るときは？ <p>※例示をもとに子供とやりとりをしながら、良い動きを教師が示し、すばやく走るためのポイントを押しさえる。 ※向きを変えるとき足の使い方や、回転するときの体の使い方に注目させる。 ※真っ直ぐ走るときに、腕を振っているかゴールを見ているかなども</p>  <p>指導【知識及び技能②】</p>	
10 15 20 25 30 35 40 45	活 動 内 容	<p>ポイントを試しながら競走する。 ○教師の動きに合わせて。 ※走っている時に旗を上げ、子どもたちはその旗の方向に向きを変えて走る。 ※向きを変えるとき足の使い方や、回転するときの体の使い方のポイントの声かけを行う。 ※笛を鳴らしたら、その場で円を描くように1回転してすぐに走り出す。</p> <p>【発問】 できればはどうか？</p> <p>※良い動きをしていた子供の様子を知らせ、再度、走り方のポイントを押しさえる。 ※後半は、コースが変わってもうまくできるかな?と投げかけ、意欲を高める。 ※設定した場において特に安全面について押しさえるべきことがあるときは指導する。</p> <p>○いろいろライン競走。(ジグザクコース・くねくねコース・くるくるコースで) ※10m×3本のロープを使って場を作る。 ※場は直線のみコースや、ジグザグのもの、織り交ざったものなどいくつか設定する。 ※グループ内でかけっこをしながら、どのコースが楽しいかを考えさせる。</p> <p>※ゴールに三角コーンやマーカーコーンをおいてそれを目指して走るように押しさえる。 ※走ることが苦手な子供は、ペアやグループの先頭の子供のまねをするように言葉をかけ、教師と一緒に活動させる。 ※前走者と次走者が近づきすぎないようにスタートの間隔を開けることなど、安全面に留意するように指導する。(前走者がどこまで走ったら次走者がスタートするかがわかるようにマーカーコーンを</p> <p>○まっすぐ走る。</p>  <p><くねくねコース> <ジグザグコース> <くるくるコース> <ストレートコース></p>
評価事項	<p>整理運動を行う。</p> <p>学習のまとめを行う。</p> <p>【まとめ】 足でけて向きを変えたり、体から先に回転したりすると、上手に走ることができるね。 真っ直ぐ走るときは、腕を振ってゴールをしっかりと見て走ることが大切だね。</p> <p>図：文部科学省「まるわかりハンドブック」参照 岩手県教育委員会「『走運動』指導資料」参照</p>	


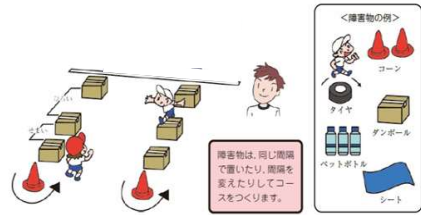
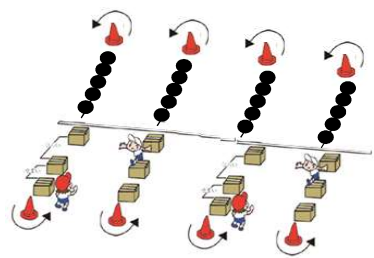
時間	4 時間目 (全 7 時間)	
重点的指導事項	指導【思考力、判断力、表現力等②】 友達のよい動きを見付ける。	
活動内容	5	準備運動(リズムに乗って) ①動かす部位を回す、伸ばす。 ②ジャックナイフストレッチ。 ③いろいろな動き。(ケンケン、スキップ、犬走り、クモ走り) 
	10	【学習課題】 友達のよい動きを見つけて、まねをしよう。 教師が設定した場のコースで遊ぶ。 ※前時の後半に行ったコースをローテーションで回るように知らせる。(ローテーションのタイミングは教師が知らせる) ※前時に考えたポイントを振り返らせながら、前半の活動では、友達のよい動きを見付けることを押さえる。
	15	【前時に考えたポイントの例】 <ul style="list-style-type: none"> ・足でけて向きを変える。 ・体から先に回転する。 ・真っ直ぐ走るときは、腕を振ってゴールをしっかりと見て走る。 指導【思考力、判断力、表現力等②】 
	20	【課題に迫る発問】 うまく走っている友達は、どんな走り方をしているかな。 ※良い動きをしていた子供の様子を知らせ、その子供の走り方を見せたり教師がやって見せたりして、再度、走り方のポイントを押さえる。 ※後半は、友達のよい動きをどんどんまねして活動するように押さえる。
	25	評価【思考力、判断力、表現力等②】 教師が設定した場のコースで、ポイントを試しながらグループ対抗で競走する。 ※距離は同じ、違うコースなどでも競走してみる。 (同じ長さのロープを準備して、コースを作ることで距離が同じになる) 
30	【グループ対抗】 <ul style="list-style-type: none"> ・1対1の勝ち数で勝敗を決める。 ・走る順番はグループで決める。 ・走るコースはグループで必ず一つずつ取り入れさせる。 	
35	待っている人は、友達を大きな声で応援しよう！ 良い動きを知らせるともっといいね。	
40	【まとめ】 友達のよい動きを見つけてまねをして走ると、うまく走ることができるようになるね。 評価【思考力、判断力、表現力等②】	
45	【思考力、判断力、表現力等②】 友達のよい動きを見付けている。(観察・発言)	

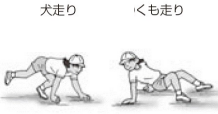

例

	Aチーム		Bチーム	
	コース	勝敗	コース	勝敗
1	ストレート	○	ジグザグ	
2	ジグザグ	○	くねくね	
3	くるくる		ストレート	○
4	くねくね	○	くるくる	
合計		3勝		1勝

図：文部科学省「まるわかりハンドブック」参照
 岩手県教育委員会「『走運動』指導資料」参照

時間	3 時間目 (全 7 時間)																																			
重点的指導事項	【学びに向かう力、人間性等①】 いろいろなかけっこ遊びに進んで取り組む。																																			
5 10 15 20 25 30 35 40 45	準備運動(リズムに乗って) ①動かす部位を回す、伸ばす。 ②ジャックナイフストレッチ。 ③いろいろな動き。(ケンケン、スキップ、犬走り、クモ走り)	犬走り  くも走り 																																		
	【学習課題】 グループ同士でかけっこ競争をしよう。																																			
	【課題に迫る発問】 楽しく競争するために大切なことは何かな？																																			
	【考える例】	※前時に学習したポイントの他に、子供とのやり取りをしながら態度面に重点を置いた考えを引き出し、特に本時は勝敗に関係なく進んで何度も運動に取り組むことを押さえる。 ※その他の態度面の内容についても触れる。																																		
	・決まりを守る。 ・負けていても最後まであきらめずに走る。 ・コースを作り替えて、時間いっぱい活動する。 ・友達を応援する。	指導【学びに向かう力、人間性等①】																																		
活動内容	自分たちでコースを作って遊ぶ。 ※3本のロープを使って、自分たちでコースづくりを行う。 ※やってみながら適宜コースは変えてよいこととする。 ※自分たちのコースだけでなく、他グループのコースでも競争して遊ぶよう声かけを行う。 ※なかなかコースづくりができないグループには、教師がついて設定する。 ※いい動きをしている子供や、話し合った態度面の良い姿をみつけて称賛し、全体にも声掛けを行う。 ※教師の合図があるまで、何度も競争して楽しむよう促す。	 <p>いろいろなライン競走 スタート</p> <p>同じ長さのロープでコースを作ります。それぞれのコースを選んで、競走を楽しみます。</p> <p>ゴール</p> <p>評価【知識及び技能②】</p>																																		
	前半の活動の振り返りを行う。	【発問】 勝敗に関係なく進んで何度も運動に取り組むことができたかな？																																		
	※いい動きをしている子供や、話し合った態度面の良い姿紹介し、後半の活動でそのような姿が多くみられるよう押さえる。																																			
	自分たちでコースを作り直してグループ対抗で競争して遊ぶ。 〈グループ対抗〉 ・1対1の勝ち数で勝敗を決める。 ・走る順番はグループで決める。 ・走るコースはグループで必ず一つずつ取り入れさせる。	※いい動きをしている子供や、話し合った態度面の良い姿をみつけて称賛し、全体にも声掛けを行う。 ※教師の合図があるまで、何度も競争して楽しむよう促す。																																		
	待っている人は、友達を大きな声で応援しよう！ 良い動きを知らせるともったいいね。	<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2"></th> <th colspan="2">Aチーム</th> <th colspan="2">Bチーム</th> </tr> <tr> <th>コース</th> <th>勝敗</th> <th>コース</th> <th>勝敗</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>ストレート</td> <td>○</td> <td>ジグザグ</td> <td></td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>ジグザグ</td> <td>○</td> <td>くねくね</td> <td></td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>くるくる</td> <td></td> <td>ストレート</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>くねくね</td> <td>○</td> <td>くるくる</td> <td></td> </tr> <tr> <td>合計</td> <td></td> <td>3勝</td> <td></td> <td>1勝</td> </tr> </tbody> </table> <p>評価【知識及び技能②】</p>		Aチーム		Bチーム		コース	勝敗	コース	勝敗	1	ストレート	○	ジグザグ		2	ジグザグ	○	くねくね		3	くるくる		ストレート	○	4	くねくね	○	くるくる		合計		3勝		1勝
	Aチーム			Bチーム																																
	コース	勝敗	コース	勝敗																																
1	ストレート	○	ジグザグ																																	
2	ジグザグ	○	くねくね																																	
3	くるくる		ストレート	○																																
4	くねくね	○	くるくる																																	
合計		3勝		1勝																																
	整理運動を行う。																																			
	学習のまとめを行う。	【まとめ】 勝敗に関係なく進んで何度も運動に取り組むと、楽しくなるね。																																		
		図：文部科学省「まるわかりハンドブック」参照 岩手県教育委員会「『走運動』指導資料」参照																																		
評価事項	【知識及び技能②】 いろいろな場やコースで、真っ直ぐ走ったり、蛇行して走ったりすることができる。(観察)																																			

時間	5 時間目 (全 7 時間)	
重点的指導事項	【学びに向かう力、人間性等③】 かけっこの勝敗を受け入れる。	
5	準備運動(リズムに乗って) ①動かす部位を回す、伸ばす。 ②ジャックナイフストレッチ。 ③いろいろな動き。(ケンケン、スキップ、犬走り、クモ走り)	
10	【学習課題】 かけっこをして、勝っても負けても大切なことを考えよう。 障害物を置いたコースで、競走しながら遊ぶ。 ※教師の提示した場で、動きを試す。 ※やり方を実際に教師がやって見せて知らせる。 ※後半に、グループ対抗のリレー競争をすることを知らせる。 ・行きは障害物をジグザグによけながら走り、三角コーンを回って帰りはまっすぐ戻る。 ・順番に交代して走る。	
15	【課題に迫る発問】 かけっこをするときに大切なことは何かな？ 【考える例】 ・決まりを守る。 ・負けていても最後まであきらめずに走る。 ・勝敗に関係なく進んで何度も運動に取り組む。 ・友達を応援する。	※前時に学習したことを想起させながら、特に本時は、後半のリレー競争で勝敗を認め、こだわらずに互いに励まし合いながら何度も競争して楽しむことを押さえる。 ※負け続けるグループがあったら、折り返しのコーンの位置を調整して、どちらが勝つかわからない決まりで再度競争することを押さえる。 評価【学びに向かう力、人間性等①】
20	グループ対抗で競争して遊ぶ。 【リレーの決まりの例】 ①行きは障害物をジグザグによけながら走り、三角コーンを回って帰りはまっすぐ戻る。 ②次走者は、スタートラインにかまえて立ち、その他の者はその後ろに座って応援をする。 ③まっすぐに走って帰ってきた走者は、グループの者が座っている後の三角コーンを回って次走者の背中にタッチする。 ④次走者は、背中にタッチされたらスタートする。 ※グループの人数が違うときは、2回走る者を決めて調整する。繰り返しリレーを行うときは、2回走	指導【学びに向かう力、人間性等③】 
25	※障害物の置き方やその他の決まりについては、教師が設定し、実際にやって見せながらやり方を知らせる。 ※いい動きをしている子供や、話し合った態度面の良い姿をみつけて称賛し、全体にも声掛けを行う。	評価【学びに向かう力、人間性等①】
30	整理運動を行う。	
35	学習のまとめを行う。	
40	【まとめ】 競争をするときは、勝敗を認め、こだわらず、楽しく運動に取り組むことが大切だね。	図：文部科学省「まるわかりハンドブック」参照 茨城県教育庁「学校体育指導資料」参照
45	評価【学びに向かう力、人間性等①】 いろいろなかけっこ遊びに進んで取り組もうとする。(観察)	

時間	6 時間目 (全 7 時間)	
重点的指導事項	指導【思考力、判断力、表現力等①】 楽しくかけこをするための場やコースを選んだり、楽しい走り方を選んだりする。	
活動内容	5	準備運動(リズムに乗って) ①動かす部位を回す、伸ばす。 ②ジャックナイフストレッチ。 ③いろいろな動き。(ケンケン、スキップ、犬走り、クモ走り) 
	10	【学習課題】 楽しくかけこをするために、場やコースを選んで工夫しよう。 場やコースの工夫の仕方を知る。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> 【場やコースの工夫例】 <ul style="list-style-type: none"> ・ 障害物の数。(増やすor減らす) ・ 障害物を置く場所を変える。 ・ 折り返す三角コーンの位置を変える。 ・ 三角コーンに手を置いて回転して折り返す。 </div> ※前時のやり方を基本として、教師がやって見せながら工夫例を知らせる。 ※学級の実態を考慮して、子供とやり取りをしながら全体共通の決まりとグループで変えてよいことを決める。 (全体：障害物の数は同じ⇒障害物を置く場所は各グループで) ※きめた決まりで場やコースを作り、グループで試してみる。その後、教師が指示を出し、違う工夫例でも試させる。
	15	
	20	【課題に迫る発問】 どんな場やコースを選ぶとかけこが楽しくなるかな？ 指導【思考力、判断力、表現力等①】 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> 【選ぶときの視点の例】 <ul style="list-style-type: none"> ・ ジグザグに走りにくい。 ・ 折り返しに回転する数が多い。 ・ グループ間で差が大きい。 </div> ※試しに走った感想を出し合いながら、楽しさが半減しないかを確認し、全体で話し合っリレーの決まり選んで決める。 ※グループ間で差が大きいときは、どのチームが勝つかわからないドキドキするような競争となるように決まりを選んだり変えたりすることが大切なことを押さえ、グループ間で違った決まりで競争して楽しむことも必要であることを押さえる。 (障害物の個数を変える、三角コーンの場所を変える、スタートの姿勢を変える など)
	25	全体で選んできめた決まりで、グループ対抗で競争して遊ぶ。 ※いい動きをしている子供や、話し合った態度面の良い姿をみつけて称賛し、全体にも声掛けを行う。 ※グループ間で大きな差がないか、走りにくいコースとなっていないか、安全面は大丈夫か、などについて、様子を把握する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; text-align: center;">評価【思考力、判断力、表現力等①】</div>
	30	場やコースを再度選んで、グループ対抗で競争して遊ぶ。 ※全体で集まり、先に行った競争の決まりを見直す必要がないか投げかけ、必要に応じて、再度、場やコースを選んでもう一度、競争を行う。 ※前時に学習した「勝敗を認め、こだわらず、楽しく運動に取り組むこと」大切なことを押さえる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; text-align: center;">評価【思考力、判断力、表現力等①】</div>
	35	
	40	整理運動を行う。 学習のまとめを行う。
	45	【まとめ】 いろんな走り方やコースを選んでかけこをすると、楽しくなるね。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 図：文部科学省「まるわかりハンドブック」参照 茨城県教育庁「学校体育指導資料」参照 </div>
	評価事項	評価【思考力、判断力、表現力等①】 楽しくかけこをするための場やコースを選んだり、楽しい走り方を選んでいる。(観察・発言)

時間	7 時間目 (全 7 時間)																														
重点的指導事項	●いろいろなやり方で競争してかけっこ遊びを楽しむ。																														
活動内容	5	<p>準備運動(リズムに乗って)</p> <p>①動かす部位を回す、伸ばす。</p> <p>②ジャックナイフストレッチ。</p> <p>③いろいろな動き。(ケンケン、スキップ、犬走り、クモ走り)</p> <p style="text-align: center;">犬走り くも走り</p>  <p>【学習課題】いろいろなやり方で競争してかけっこ遊びを楽しもう。</p> <p>【課題に迫る発問】これまで学習してきたかけっこをするときに大切なことはなんだったかな。</p>																													
	10	<p>これまで学習してきたポイントについて確認する。</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 33%;"> <p>【走り方のポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スピードを調整する。 ・体の向きを変える。 ・できるだけ小さく回る。 </td> <td style="width: 33%;"> <p>【学び方のポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・何度もチャレンジする。 ・勝負にこだわりすぎない。 ・決まりを選んで楽しく。 </td> <td style="width: 33%;"> <p>※これまで学習したこと内容を掲示し、ポイントを確認する。</p> <p>※グループ対抗かけっこ大会をすることを知らせる。</p> <p>①いろいろなコースでのかけっこ</p> <p>②決まりを選択して、障害物を置いたコースのかけっこ</p> <p>③決まりを再度選んで、障害物を置いたコースのかけっこ</p> </td> </tr> </table>	<p>【走り方のポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スピードを調整する。 ・体の向きを変える。 ・できるだけ小さく回る。 	<p>【学び方のポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・何度もチャレンジする。 ・勝負にこだわりすぎない。 ・決まりを選んで楽しく。 	<p>※これまで学習したこと内容を掲示し、ポイントを確認する。</p> <p>※グループ対抗かけっこ大会をすることを知らせる。</p> <p>①いろいろなコースでのかけっこ</p> <p>②決まりを選択して、障害物を置いたコースのかけっこ</p> <p>③決まりを再度選んで、障害物を置いたコースのかけっこ</p>																										
	<p>【走り方のポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スピードを調整する。 ・体の向きを変える。 ・できるだけ小さく回る。 	<p>【学び方のポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・何度もチャレンジする。 ・勝負にこだわりすぎない。 ・決まりを選んで楽しく。 	<p>※これまで学習したこと内容を掲示し、ポイントを確認する。</p> <p>※グループ対抗かけっこ大会をすることを知らせる。</p> <p>①いろいろなコースでのかけっこ</p> <p>②決まりを選択して、障害物を置いたコースのかけっこ</p> <p>③決まりを再度選んで、障害物を置いたコースのかけっこ</p>																												
	15	<p>教師が設定した場のコースで遊ぶ。</p> <p>※10m×3本のロープを使って場を作る。</p> <p>※場は直線のみコースや、ジグザグのもの、織り交ざったものなどいくつか設定する。</p> <p>※場は子どものアイデアで設定してもよい。</p> <p>※勝敗を分からないようにするため、スタート姿勢を変えて行ってもよい</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <thead> <tr> <th></th> <th colspan="2">Aチーム</th> <th colspan="2">Bチーム</th> </tr> <tr> <th>コース</th> <th>勝敗</th> <th>コース</th> <th>勝敗</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1 ストレート</td> <td>○</td> <td>ジグザグ</td> <td></td> </tr> <tr> <td>2 ジグザグ</td> <td>○</td> <td>くねくね</td> <td></td> </tr> <tr> <td>3 くるくる</td> <td></td> <td>ストレート</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>4 くねくね</td> <td>○</td> <td>くるくる</td> <td></td> </tr> <tr> <td>合計</td> <td>3勝</td> <td></td> <td>1勝</td> </tr> </tbody> </table> 		Aチーム		Bチーム		コース	勝敗	コース	勝敗	1 ストレート	○	ジグザグ		2 ジグザグ	○	くねくね		3 くるくる		ストレート	○	4 くねくね	○	くるくる		合計	3勝		1勝
		Aチーム		Bチーム																											
	コース	勝敗	コース	勝敗																											
1 ストレート	○	ジグザグ																													
2 ジグザグ	○	くねくね																													
3 くるくる		ストレート	○																												
4 くねくね	○	くるくる																													
合計	3勝		1勝																												
20	<p>障害物を置いたコースのかけっこの決まりを選ぶ。</p> <p>※全体で話し合いながら、学級の実態を考慮して教師が決まりをきめる。</p>																														
25	<p>決まりを選択して、障害物を置いたコースでのグループ対抗の競争をして遊ぶ。</p> 																														
30	<p>決まりの見直しをする。</p> <p>※全体で話し合いながら、グループ間の差が大きくなるよう教師が決まりをきめる。</p>																														
35	<p>見直して選んだ決まりで、障害物を置いたコースでのグループ対抗の競争をして遊ぶ。</p> <p style="text-align: right;">評価【学びに向かう力、人間性等③】</p>																														
40	<p>整理運動を行う。</p> <p>学習のまとめを行う。</p> <p>【まとめ】いろんな走り方やコースを選んで競走をしたり、勝敗を認めて友達と教え合ったり、励まし合ったりすると楽しく活動ができるね。</p>																														
45	<p>図：文部科学省「まるわかりハンドブック」参照 茨城県教育庁「学校体育指導資料」参照</p>																														
評価事項	<p>評価【学びに向かう力、人間性等③】 かけっこの勝敗を受け入れようとする。(観察・発言)</p>																														

4 単元指導計画及び展開例

【6月】

単元名 ボールゲーム 的当てゲーム（Eゲーム） 全8時間

（1）単元のねらい

- 知・技 : ボールゲームでは、その行い方を知るとともに、簡単なボール操作によって、易しいゲームをすることができる。
- 思・判・表 : 簡単な規則を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができる。
- 学・人 : 運動遊びに進んで取り組み、規則を守り誰とでも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができる。

（2）運動の仕方等

ボールゲームでは、簡単なボール操作の「ボール遊び」や、簡単な規則で行われる「ボール投げゲーム」などをする。「ボール遊び」では、大小、弾む・弾まないなどのいろいろなボールで、つく、転がす、投げる、当てる、捕る、止めるなどの簡単なボール操作を用いた運動遊びをする。「ボール投げゲーム」では、規則を工夫したり簡単な作戦を立てたりしながら、ボールを転がしたり投げたりする「的当てゲーム」などをする。

（3）指導に際して教師が持っておきたい知識（学年の発達の段階に合わせた言葉かけを）

ボール操作	<p>○基本的な投げ方</p> <ul style="list-style-type: none"> どこをねらうかをしっかり決める。 基本的な投げ方を知る。 →片手で投げるときは正面を向き、投げる腕と逆の足を前に踏み出し、腕をしっかり振って投げる。 適切なボールの速さを考えて投げる。 	<p>○投げ方のポイント</p> <ul style="list-style-type: none"> 片手で投げるができない →手のひらをスプーンのようにして、指を開いて投げる。 ボールを的に向かわせるポイントがわからない。 →投げ終わったとき、的のほうを向く。
動き方	<p>○いろいろな投げ方・蹴り方に気づくこと</p> <ul style="list-style-type: none"> 決まった投げ方だけでなく、いろいろな投げ方・蹴り方を自分で見付ける。 →強くボールを投げたり、ねらったところにボールを投げたり(蹴ったり)、しっかり捕ったりすることができるようになることで、運動がいっそう楽しくなる。 	<p>○動き方に気付くための具体的な言葉かけ</p> <ul style="list-style-type: none"> 実態に応じて具体的な言葉かけをする。 →「おたすけマンをうまく使おう!おたすけマンはどこにいたらいいかな?味方の前かな?後かな?腕も広げるといいね。」 「上から、下から、いろいろな投げ方ができるね。もっとほかの投げ方でも投げられるかな。」

ゲームを楽しく行うために運動の規則や場を工夫する

児童が、ボールを投げたり、転がしたり、捕ったりする運動遊びを十分に楽しめるように、簡単なボール操作で何度も続けて取り組めるようなゲームを工夫する必要があります。失敗しても何度でもチャレンジできるようなゲームの工夫も大切です。

簡単なボール操作

何本倒すことができるかな？

ベットボールボウリング

転がしたボールに当たらないように。時間は20秒だよ。

転がし当て(真中の人にボールをあてる)

1分間に、何回かべに当てることができるかな。

的当て遊び

かべあて

時間内にいくつ運ぶことができるかな。

キャッチボールでボール遊び

よい動きを共有するために動きのポイントを押さえる

児童が見つけたいろいろなよい動きを紹介しながら、投げたり蹴ったりする動きのポイントに触れることで、より楽しいゲームにつながります。

足を踏み出して投げたり、いろいろな蹴り方ができたりしていいね。

右手

左足

本当だ！投げやすいな！

動き方に気付くよう言葉がけを具体的ににする

ボール遊びでは、決まった投げ方だけでなく、いろいろな投げ方・蹴り方を自分で見付けて、運動をたっぷり楽しむことが大切です。いっそう楽しくなるように、強くボールを投げたり、ねらったところにボールを投げたり(蹴ったり)、しっかり捕ったりすることができるよう、実態に応じて具体的に言葉がけをすることが大切です。

おたすけマンをうまく使おう！おたすけマンはどこにいたらいいかな？味方の前かな？後かな？腕も広げるといいね。



上から、下から、いろいろな投げ方ができるね。もっとほかの投げ方でも投げられるかな。

大きく腕を振って投げてごらん。

大きく腕を振ったら強いボールを投げられたよ。

ボールを後ろにそらさないようにすることが大切だね。

ボールを落とさないように、両手で捕らないといけないな。

(4) 子供の実態に応じて楽しい活動にする配慮や、友達に伝える場面で押さえてほしいことの例

知識及び技能		思考力、判断力、表現力等		学びに向かう力、人間性等	
つまずきの例	手立て・配慮	他者に伝える場面	内容例	つまずきの例	手立て・配慮
○ボールを捕ったり止めたりすることが苦手。	○柔らかいボールを用いたり、空気を少し抜いたボールを用いたりする。	○友達のよい動きを見付けたり、考えたりしたことを友達に伝えること。	○易しいボールゲームで、ボールを捕ったり止めたりするときに行った工夫を、動作や言葉で友達に伝える。	○ボールを捕ることや用具を用いて打つことに対する恐怖心などでボールゲームに意欲的に取り組めない。 ○ゲーム中に何をすればよいのかが分からず意欲的に取り組めない。 ○場や規則が難しいなどで意欲的に取り組めない。 ○新しく提示した動きやゲームが分からないなどで意欲的に取り組めない。 ○ゲームに勝てないことで意欲的に取り組めない。 ○友達とうまく関われないために意欲的に取り組めない。	○柔らかいボールを用意したり、大きなボールやゆっくりとした速さになるボールを用意したりする。 ○行い方や課題を絵図で説明したり、活動内容を掲示したりする。 ○場の設定や規則を易しくして児童が取り組みやすくする。 ○動きをゆっくりと示したり、一緒にそのチームに入ってゲームをしたりする。 ○勝敗を受け入れることが大切であることを話す。 ○対戦相手を変えたり、チーム編成を工夫したりする。

(5) 楽しい学習とするための場の設定や規則、用具等の工夫

ゲームを楽しく行うために運動の規則や場を工夫する

的の大きさや、距離を変えたりすることや、簡単な的当てゲームから攻防が分かれたゲームに発展させることでゲームの楽しみ方が変化します。

的当てゲーム



規則を工夫すると
(防御を加える)

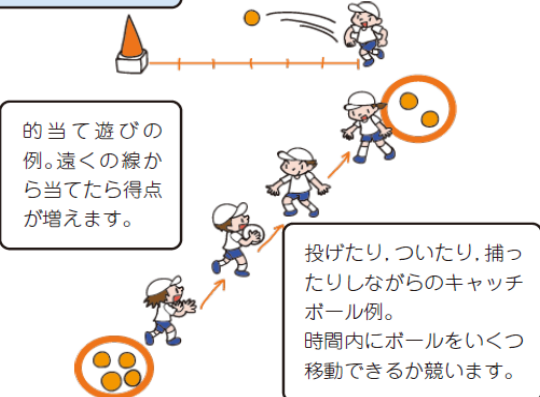
得点係



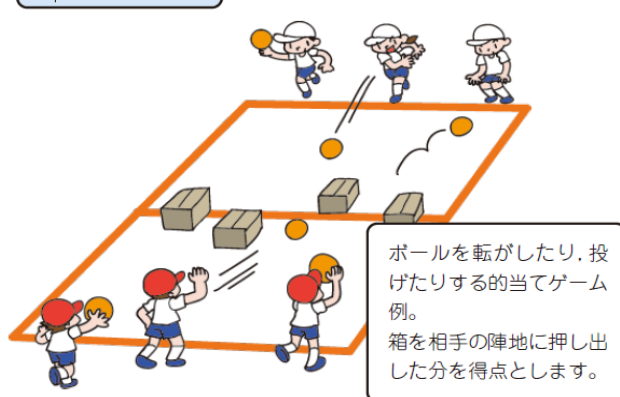
ゲーム全体でボール = 1個

得点が入りやすいように、攻撃側を1人多くする。

ボール遊び




ボール投げゲーム




(6) 単元構想

①目指す子供の姿


いろいろな投げ方で投げられました。片手で投げたら速いボールを投げられました。



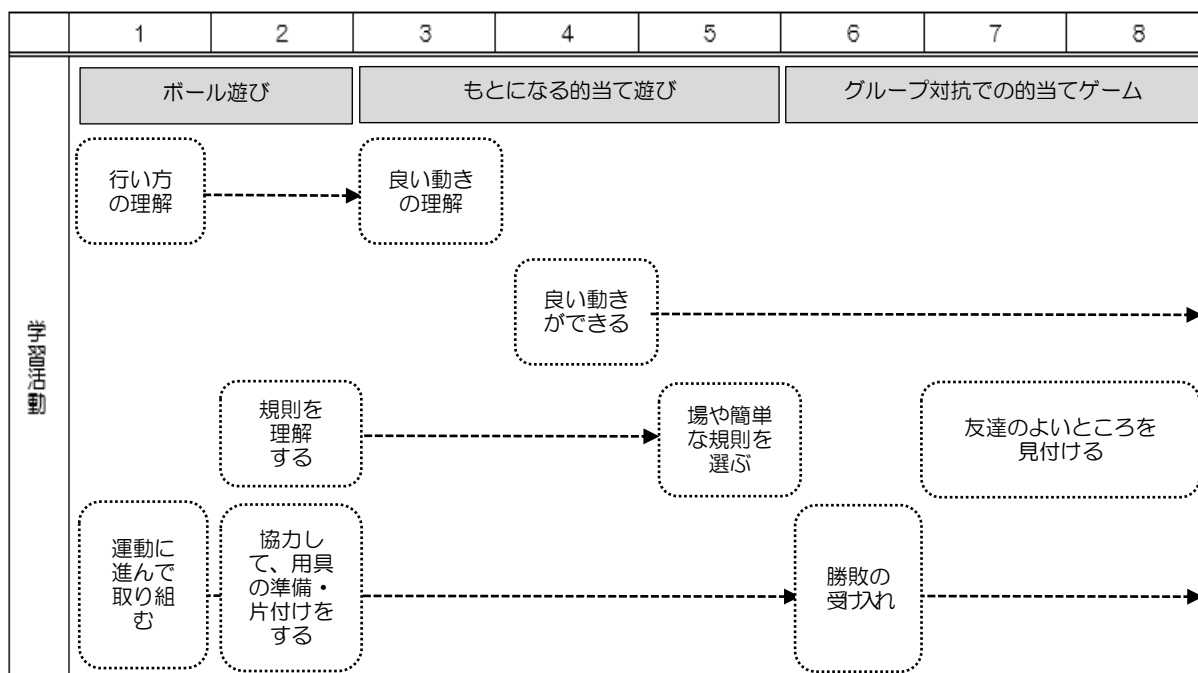
安全に気を付けて、友達ときまりを守って仲良くボール遊びができました。



友達と的当て競争の規則を変えてやってみました。またやりたいです。






②単元の流れ



③単元計画及び指導と評価の計画

時間	(○) 重点的な指導内容、(●) 学習を深める活動	重点的指導事項	評価
1	○ボールゲームの行い方を知る。 ○ボールゲームに進んで取り組む。	知識・技能① 学・人①	知識・技能①
2	○楽しくできる場や簡単な規則を知る。 ○ボールゲームで使用する用具等の準備や片付けを、友達と一緒にする。	思・判・表① 学・人④	思・判・表①
3	○ねらったところに緩やかにボールを転がしたり、投げたりして、的に当てたり得点したりする。	知識・技能②	学・人①
4	○ボールゲームをする際に、順番や規則を守り、誰とでも仲よくする。	学・人②	
5	○楽しくできる場や簡単な規則を選ぶ。	思・判・表②	思・判・表② 学・人②
6	○ボールゲームの勝敗を受け入れる。	学・人③	学・人④
7	●これまでに学習した良い動きをまねして、ボールゲームをする。		知識・技能②
8	○友達のよい動きを見付ける。	思・判・表③	思・判・表③ 学・人③

(8) 展開例

時間	1 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	【知識及び技能①】 ボールゲームの行い方を知る。 Ⅱ【学びに向かう力、人間性等①】 Ⅱ ボールゲームに進んで取り組む。	
5	○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など ・ボールを投げたり、捕ったり 	
10	○オリエンテーション ・学習のねらいや進め方を知り、学習の見通しをもつ。 【学習課題】 ボールゲームのやりかたをしよう。 ・単元を通して身に付ける内容を確認する。  <ul style="list-style-type: none"> 1時間目…オリエンテーション、ボール遊び 2時間目…ボール遊び、的当て遊び 3時間目…的当て遊び 4時間目…的当て遊び 5時間目…的当て遊び 6時間目…的当てゲーム 7時間目…的当てゲーム 8時間目…的当てゲーム 	
15	○ボール遊びの進め方を知り、ボール遊びを行う。 【課題に迫る発問】 楽しくゲームを行うために大切なことは何かな？ 【考える例】 <ul style="list-style-type: none"> ・決まりを守る。 ・負けていても最後まであきらめずに走る。 ・勝敗に関係なく進んで何度も運動に取り組む。 ・友達を応援する。 ※子供とやりとりをしながら、特に本時は、何度も運動に取り組んで楽しむことを押さえる。 ※その他の態度面の内容についても触れる。 指導【学びに向かう力、人間性等①】	
20	活 動	
25	内 容 ・基本となる投げ方、道具の準備や片付けの仕方などを確認する。 ※ボールは柔らかいボールを使う。 ※教師が一つずつやって見せながら説明して遊びを試させる。 指導【知識及び技能①】	
30	・ボールキャッチ ①ボールを上に向けてキャッチする。 ②ボールを上に向けた後に手をたたいてキャッチする。(できたら回数を増やす) ④ボールを上に向けて回転してジャンプしてキャッチする。 ・バウンドキャッチ ①両手でボールをバウンドさせてキャッチする。 ②片手でボールをバウンドさせてキャッチする。 ③ボールを足の下でバウンドさせキャッチする。 ・ボールつき ①両手でボールをつく。 ②片手でボールをつく。 	
35	・二人組でボールキャッチ ①ボールを転がしてもう一人がキャッチする。 ※次時から、準備運動で設定していく。  評価【知識及び技能①】	
40	○振り返り(発表) ・振り返りを発表する。 【まとめ】 ボールゲームのやりかたがわかったかな。 自分から進んでたくさんボールにふれて遊ぶと、楽しくなるね。	
45	○整理運動 ○片付け 図：文部科学省小学校低学年体育～11ボール投げゲーム動画参照	
評価事項	評価【知識及び技能①】 ボールゲームの行い方が分かっているか。(観察・発言)	


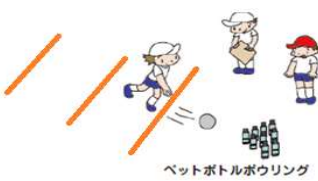

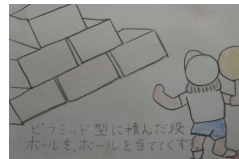
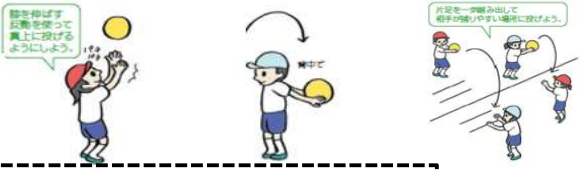



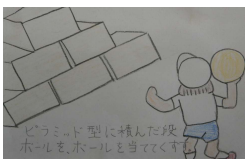


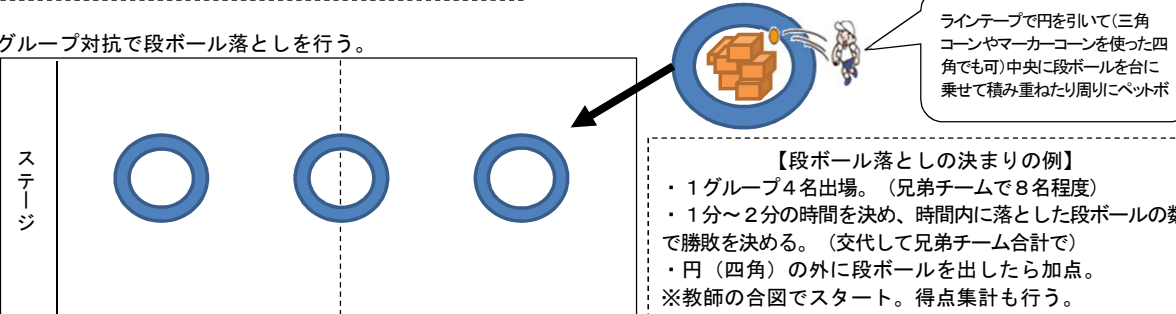
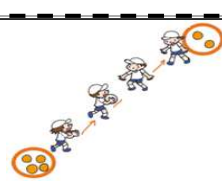
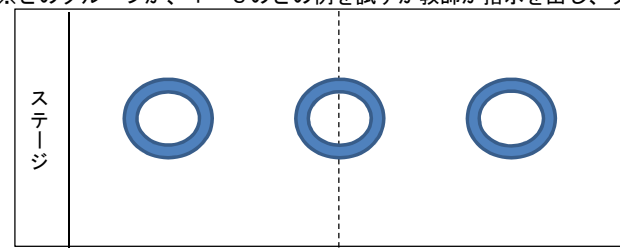
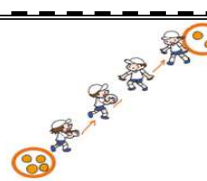

時間	2 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	【思考力、判断力、表現力等①】 楽しくできる場や簡単な規則を知る。	【学びに向かう力、人間性等④】 ボールゲームで使用する用具等の準備や片付けを、友達と一緒にする。
5	<p>○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など ・ボールキャッチ、バウンドキャッチ、ボールつき、2人組で</p> 	
10	<p>【学習課題】楽しくできそうな当てる遊びのやり方をしよう。</p> <p>【課題に迫る発問】楽しくゲームを行う前に、友達と協力しないといけないことは何か？</p> <p>※本時は、楽しくできそうな当てる遊びを3つ紹介することを知らせ、それぞれの遊びの決まりがわかることが主としたねらいであることを押さえる。(やりながらわかるように) また、その他の態度面の内容についても触れる。</p> <p>※楽しくゲームを行うためには、友達と協力して準備や後片付けを行うよう指導する。</p>	
15	<p>【ペットボトルボーリング】</p> <p>【ペットボトルボーリング】 ・1カ所にペットボトルを5～10本程度用意。 ⇒ラインテープなどで待機線を引き、自分ができそうな距離の線からボールを転がしてペットボトルを倒す。</p>	<p>指導【思考力、判断力、表現力等①】</p> <p>指導【学びに向かう力、人間性等④】</p> <p>※段ボールにペットボトルが入る程度の穴を開けてビニルテープを貼ったものを用意しておく、ペットボトルを立てる準備を簡単に行うことができる。 ※ペットボトルには、少し水を入れておく。(量が多いと倒れにくくなるので注意)</p> 
20 25	<p>【壁当て】</p> <p>【壁当て】 ・壁に張った的に向かってボールを投げる。 ⇒的までの距離で得点を変える ⇒的の大きさで得点を変える</p>	<p>※的までの距離の目安がわかるように、ラインテープで線を引いておく。 ※実態に応じて、ボールの重さや大きさに留意し、子供が選択できるような準備もしておく。 ※壁に、鬼の絵やアニメのキャラクターの絵などを貼っておくと意欲が高まる。</p> 
30 35	<p>【段ボール落とし】</p> <p>【壁当て】 ・壁の前に段ボールを積んで、ボールを当てて落とす。 ⇒ラインテープなどで待機線を引き、自分ができそうな距離の線からボール</p>	<p>※一度に5～6人のグループで行うと、繰り返し活動する時間の確保につながる。</p> 
40 45	<p>○振り返り(発表) ・振り返りを発表する。</p> <p>【まとめ】 ボールゲームのやり方がわかると、楽しく遊ぶことができるね。 準備や後片付けを友達と協力して一緒にすることも大切だね。</p> <p>○整理運動 ○片付け</p>	
評価事項	<p>評価【思考力、判断力、表現力等①】 楽しくできる場や簡単な規則をわかっている。(観察・発言)</p>	

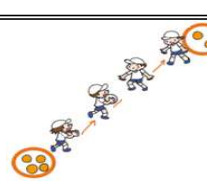


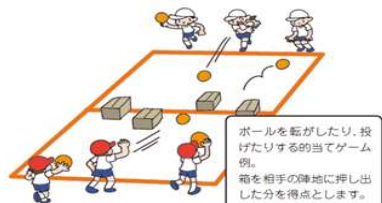
図: 文部科学省小学校低学年体育～11ボール投げゲーム動画参照
文部科学省小学校体育まるわかりハンドブック参照

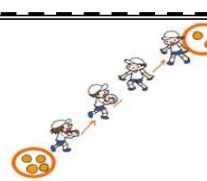


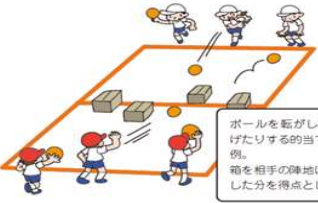
時間	3 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	【知識及び技能②】 ねらったところに緩やかにボールを転がしたり、投げたりして、的に当てたり得点したりする。	
5	○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など ・ボールキャッチ、バウンドキャッチ、ボールつき、2人組で	
		
	【学習課題】 的にたくさんボールを当てることができるようになろう。	
	【課題に迫る発問】 上手的に当てるには、どうすればよいかな？ 指導【知識及び技能②】	
	【投げ方のコツ①】 ・投げる方をよく見て ・下から転がして ・腕を下から上へ	
10		【投げ方のコツ②】 ・投げる方をよく見て ・上から両手で ・足を一歩前に出して
		【投げ方のコツ③】 ・投げる方をよく見て ・上から片手で ・こしをまわして ・投げる手と反対の足を前に出して
※子供とやりとりをしながら、前時に良い動きができていた子供の姿を紹介したり、教師がやって見せたりして、ボールの転がし方や投げ方を押さえる。 ※「投げる方を見ること」「投げる（転がす）手と反対の足を前に出すことを押さえ、活動の場のテープを目安とするように知らせる。（足を置く位置にテープ貼っておく（右利き用と左利き用は色を変える）） 15 ※前時に学習した3つの遊びを教師の合図でローテーションしながら遊ぶことを知らせる。（3つのグループに分ける）		
20	ボールの転がし方や投げ方の良い動き(コツ)を試して遊ぶ。	
	ステージ 	段ボール箱落とし 
	※タイマーや音楽を準備して、一定時間で時計回りにローテーションして運動を行わせる。 ※ボール操作のコツを試そうとしている子供を見つけ、褒めながら全体にも言葉かけを行う。 ※ボール操作が上手くできない子供には、ボール操作のコツを確認し、教師と一緒に活動する。	
25	【足を置く目安のテープの例】  右手で投げる人は緑のテープ、左手で投げる人は赤のテープに足を置くだよ。	
	評価【学びに向かう力、人間性等①】	
30		
35		
40	○振り返り(発表) ・振り返りを発表する。	
	【まとめ】 良い動きを試してみると、上手的に当てることができるようになるね。	
45	○整理運動 ○片付け	
	図：文部科学省小学校低学年体育～11ボール投げゲーム動画参照 文部科学省小学校体育まるわかりハンドブック参照	
評価事項	評価【学びに向かう力、人間性等①】 ボールゲームに進んで取り組もうとする。(観察)	

時間	4 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	【学びに向かう力、人間性等②】 ボールゲームをする際に、順番や規則を守り、誰とも仲よくする。	
活動内容	5	<p>○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など ・ボールを投げたり、捕ったり</p>  <p>投げたり、ついたり、捕ったりしながらのキャッチボール例。 時間内にボールをいくつ移動できるか競います。</p>
	10	<p>【学習課題】 段ボール落としゲームをグループ対グループで楽しく行おう。</p> <p>【課題に迫る発問】 グループ対グループで楽しくゲームを行うにはどんなことが大切かな？</p> <p>【考える例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・順番や約束を守る。 ・負けていても最後まであきらめずに走る。 ・勝敗に関係なく進んで何度も運動に取り組む。 ・友達を応援する。 <p>※子供とやりとりをしながら、特に本時は、グループ対グループで対戦して遊ぶことから、順番や約束を守り、仲良く活動することを指導する。 ※その他、文句を言わない、友達を応援するなどの態度面の内容についても押さえる。</p> <p>指導【学びに向かう力、人間性等②】</p>
	15	<p>グループ対抗で段ボール落としを行う。</p>  <p>ラインテープで円を引いて(三角コーンやマーカーコーンを使った四角でも可)中央に段ボールを台に乗せて積み重ねたり周りにベットボ</p> <p>【段ボール落としの決まりの例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・1グループ4名出場。(兄弟チームで8名程度) ・1分～2分の時間を決め、時間内に落とした段ボールの数で勝敗を決める。(交代して兄弟チーム合計で) ・円(四角)の外に段ボールを出したら加点。 <p>※教師の合図でスタート。得点集計も行う。</p>
	20	
	25	<p>前半の振り返りを行う。</p> <p>【発問】 順番や約束を守り、仲良く活動できているかな？</p> <p>※子供とやりとりをしながら、前半の活動での良い姿を紹介し、後半の活動への意欲付けを行う。</p>
	30	<p>もう一度、グループ対抗で段ボール落としを行う。</p> <p>※対戦相手を変えて、もう一度段ボール落としを行う。 ※※いい動きをしている子供や、振り返った態度面の良い姿をみつけて称賛し、全体にも声掛けを行う。</p>
	35	
	40	<p>○振り返り(発表) ・振り返りを発表する。</p> <p>【まとめ】 みんなが楽しく的当てをするためには、順番や約束を守ることが大切だね。</p>
	45	<p>○整理運動 ○片付け</p> <p>図：文部科学省小学校体育まるわかりハンドブック参照</p>
	評価事項	

時間	5 時間目 (全 8 時間)		
重点的指導事項	指導【思考力、判断力、表現力等②】 楽しくできる場や簡単な規則を選ぶ。		
5 10 15 20 25 30 35 40 45	○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など ・ボールを投げたり、捕ったり	 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> 投げたり、ついたり、捕ったりしながらのキャッチボール例。 時間内にボールをいくつ移動できるか競います。 </div>	
	【学習課題】 的当てゲームを楽しくするために、場や決まりを選んで工夫しよう。		
	楽しくできる場や決まりの工夫の仕方を知る。		
	【場や決まりの工夫例】		
	1 外円を引いて、ボールを投げる距離を変える。 ①順番にボールを投げて段ボールを落とす。 ②落とすことができたら、近い円:お手玉1個、遠い円:お手玉3個を箱に入れ、お手玉の	2 段ボールを床において、段ボールを円の外に押し出す。 ○押し出した段ボールの数だけお手玉を箱に入れ、お手玉の個数を得点とする。	3 円上に対角線に立ち、中央の段ボールを倒さずにパスを成功させる。 ①相手チームが台の上に段ボールを積む。 ②パスが成功したらお手玉を1個箱に入れ、
	※前時の段ボール落としのやり方を基本として、教師がやって見せながら工夫例を知らせる。 ※学級の実態に応じて、獲得するお手玉の個数(得点)を変えたり、使うボールを選ばせたり工夫する。		
	指導【思考力、判断力、表現力等①】		
	教師が紹介したやり方を試してみる。 ※どのグループが、1～3のどの例を試すか教師が指示を出し、グループ内で順番に試させる。		
	ステージ		評価【学びに向かう力、人間性等②】
	【課題に迫る発問】 グループ対グループで楽しくゲームを行うにはどんなことが大切かな？		
※試した遊びが楽しかったか感想を紹介し合い、楽しさが半減していないか確認する。 ※後半にやってみてほしい遊びのやり方をグループで選ぶ。(前半と同じでも変えてもよい) ※楽しそうにやってみてほしいやり方を互いに出し合うことが大切なことを指導する。		評価【思考力、判断力、表現力等②】	
選んだやり方の遊び方で遊ぶ。 ※いい動きをしている子供や、態度面の良い姿をみつけて称賛し、全体にも声掛けを行う。 ※楽しさが半減している様子が見られたら、他のやり方に変えさせたり、教師が決まりを変更したりする。			
○振り返り(発表) ・振り返りを発表する。 ※次に遊ぶとしたら、どの遊び方をやってみてほしいか挙手させるなどして、評価につなげる。		評価【思考力、判断力、表現力等②】	
【まとめ】 自分たちに合った場所や決まりを選んで遊ぶと、楽しい的当てになるね。			
○整理運動 ○片付け		図: 文部科学省小学校体育まるわかりハンドブック参照	
評価事項	【思考力、判断力、表現力等②】 楽しくできる場や簡単な規則を選んでいる。(観察・発言)	【学びに向かう力、人間性等②】 ボールゲームをする際に、順番や規則を守り、誰とでも仲よくしようとする。(観察・発言)	

時間	6 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	【学びに向かう力、人間性③】 ボールゲームの勝敗を受け入れる。	
活動内容	5	<p>○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など ・ボールを投げたり、捕ったり</p>  <p>投げたり、ついたり、捕ったりしながらのキャッチボール例。 時間内にボールをいくつ移動できるか競います。</p> <p>学級の実態により、時間を短く設定し、活動への意欲を高める。</p>
	10	<p>【学習課題】 的当てゲームで、勝っても負けても大切なことを考えよう。</p> <p>段ボール陣取りの行い方を知る。(教師がやって見せながら知らせる)</p> <p>【段ボール陣取りの決まりの例】</p> <p>① 1グループ4名出場。(兄弟チームで8名程度で交代する) ② 2チーム対抗でバドミントンコートなどを使い、段ボールを中央に並べて置いて、互いにエンドラインからボールを投げて段ボールを相手の陣地に動かす。 ③ 1分～2分の時間を決めて、相手の陣地に押し出した段ボールの数が得点となる。 ※サイドラインに三角コーンを立て、それよりも相手側に動かしたら加点数</p>  <p>ボールを転がしたり、投げたりする当てるゲーム例。 箱を相手の陣地に押し出した分を得点とします。</p>
	15	<p>【課題に迫る発問】 ゲームを行うときに、大切なことは何かな？</p> <p>【これまで学習した態度面で大切なこと】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・決まりを守る。 ・負けていても最後まであきらめずに走る。 ・勝敗に関係なく進んで何度も運動に取り組む。 ・友達を応援する ・文句を言わない <p>※既習の内容を想起させながら、みんなが活躍して、どちらが勝かわからないときどきするようなゲームとするために、決まりやコースを工夫しているので、勝敗に文句を言ったり友達を責めたりする姿が見られると、楽しさが半減してしまうことを指導し、勝ち負けにこだわらず何度も繰り返しゲームに取り組むことが大切なことを押さえる。 ※負け続けるグループがあったり、ボールを上手く投げるができない子供が見られたりする</p>
	20	<p>指導【学びに向かう力、人間性等③】</p>
	25	<p>段ボール陣取りを行う。 ※いい動きをしている子供や、話し合った態度面の良い姿をみつけて称賛し、全体にも声掛けを行う。 ※ゲームの様相から、必要な場合は、ゲームを一旦止めて、全体で決まりを見直して、ゲームを再開する。</p> <p>評価【学びに向かう力、人間性等④】</p>
	30	
35		
40	<p>○振り返り(発表) ・振り返りを発表する。</p>	
45	<p>【まとめ】 勝敗にこだわらず仲良くゲームを行うと、楽しくなるし、いい気持ちになるね。</p> <p>○整理運動</p> <p>○片付け</p> <p>評価【学びに向かう力、人間性等④】</p> <p>図：文部科学省小学校体育まるわかりハンドブック参照</p>	
評価事項	【学びに向かう力、人間性等④】 ボールゲームで使用する用具等の準備や片付けを、友達と一緒にしようとする。(観察・発言)	

時間	7 時間目 (全 8 時間)
重点的指導事項	●これまでに学習した良い動きをまねして、ボールゲームをする。
5 10 15 20 25 30 35 40 45	<p>○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など ・ボールを投げたり、捕ったり</p>  <p>投げたり、ついたり、捕ったりしながらのキャッチボール例。 時間内にボールをいくつ移動できるか競います。</p> <p>学級の実態により、時間を短く設定し、かつ距離を長くするなどし、活動へ</p>
	<p>【学習課題】 これまで学習したボールを投げる良い動きをまねしてたくさん段ボールを動かそう。</p> <p>【発問】 上手的に当てるには、どうすればよかったかな？</p>
	<p>【投げ方のコツ①】 ・投げる方をよく見て ・上から両手で ・足を一歩前に出して</p>  <p>【投げ方のコツ②】 ・投げる方をよく見て ・上から片手で ・こしをまわして ・投げる手と反対の足を前に出して</p>  <p>※前時まで、良い動きでボールを投げた子供を紹介し、実際に動きを見せながらこれまで学習したことを再確認する。</p>
	<p>段ボール陣取りを行う。 ※いい動きをしている子供の良い姿をみつけて称賛し、全体にも声掛けを行う。 ※ボールを上手く投げることができない子供が見られるときは、ゲーム後に良い動きと一緒に確認し、次のゲームで試すように促す。 ※勝敗の判定は、教師が数を数えて行う。</p>  <p>評価【知識及び技能②】</p>
	<p>【発問】 ゲームをやってみて、できばえはどうか？</p> <p>※できばえを出し合いながら、良い動きでボールを投げた子供の姿を紹介し、全体で共有する。 ※特に「投げる手と反対の足を前に出すこと」は、テープを貼ってゲームを行ったことを想起させ、再度押さえる。 ※勝敗の判定は、教師が数を数えて行う。 ※負け続けるグループが見られるときは、ボールを投げる位置を前にするなど、教師が決まりを変更する。</p> <p>もう一度段ボール陣取りを行う。 ※対戦相手を変えて行う。 ※いい動きをしている子供の良い姿をみつけて称賛し、全体にも声掛けを行う。 ※ボールを上手く投げることができない子供が見られるときは、ゲーム後に良い動きと一緒に確認し、次のゲームで試すように促す。 ※勝敗の判定は、教師が数を数えて行う。</p> <p>評価【知識及び技能②】</p>
<p>○振り返り(発表) ・振り返りを発表する。</p> <p>【まとめ】 自分たちに合った場所や決まりを選んで遊ぶと、楽しい的当てになるね。</p> <p>○整理運動 ○片付け</p> <p>図：文部科学省小学校体育まわりハンドブック参照</p>	
評価事項	評価【知識及び技能②】 ねらったところに緩やかにボールを転がしたり、投げたりして、的に当てたり得点したりすることができる。(観察・動画)

時間	8 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	【思考力、判断力、表現力等③】 友達のよい動きを見付ける。	
活 動 内 容	5	<p>○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など ・ボールを投げたり、捕ったり</p>  <p>投げたり、ついたり、捕ったりしながらのキャッチボール例。 時間内にボールをいくつ移動できるか競います。</p> <p>学級の実態により、時間を短く設定し、かつ距離を長くするなどし、活動へ</p>
	10	<p>【学習課題】 的当てゲームで、友達の良い動きをたくさん見つけよう。</p> <p>【課題に迫る発問】 友達のどんなところを見れば良いかな？</p> <p>【友達の動きを見る視点例】 ※前時で確認したボールを投げる良い動き。 ※ボールが速い、強い。 ※箱があるところ（ねらったところ）に投げている。 ※動いてボールを捕っている。 など</p>  <p>〇〇さんは、箱を遠くまで動かしているよ。手と足が反対に</p>  <p>〇〇さんは、箱をよく見て、ねらったところにボールを投げていますよ。</p> <p>※交代で応援をするときに、友達を見る視点の例から選んで、友達の良い動きを見付けることを押さえる。</p> <p>指導【思考力、判断力、表現力等②】</p>
	15	<p>段ボール陣取りを行う。</p> <p>※いい動きをしている子供の良い姿をみつけて具体的紹介し、全体にも声掛けを行う。 ※ボールを上手く投げることができない子供が見られるときは、ゲーム後に良い動きと一緒に確認し、次のゲームで試すように促す。 ※勝敗の判定は、教師が数を数えて行う。</p>  <p>ボールを転がしたり、投げたりする当てゲーム例。 箱を相手の陣地に押し出した分を得点とします。</p> <p>評価【学びに向かう力、人間性等③】</p>
	20	<p>【課題に迫る発問】 友達のどんな良い動きを見つけたかな？</p> <p>※「〇〇さんの、●●が■■になっていた」というように、具体的に良い動きを紹介し合う。 ※みんなで見つけた良い動きを、後半のゲームでまねをするように押さえる。 ※負け続けるグループが見られるときは、ボールを投げる位置を前にするなど、教師が決まりを変更する。</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力等③】</p>
	25	<p>もう一度段ボール陣取りを行う。</p> <p>※対戦相手を変えて行う。 ※いい動きをしている子供の良い姿をみつけて称賛し、全体にも声掛けを行う。 ※ボールを上手く投げることができない子供が見られるときは、ゲーム後に良い動きと一緒に確認し、次のゲームで試すように促す。 ※勝敗の判定は、教師が数を数えて行う。</p>
	30	<p>○振り返り(発表) ・振り返りを発表する。 ※友達の良い動きを見付けることができたか挙手させるなどして、評価につなげる。</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力等③】</p>
	35	<p>【まとめ】 友達の良いところをみ見つけてまねをすると、上手に的当てゲームができるね。</p> <p>○整理運動</p>
	40	<p>○片付け</p> <p>図：文部科学省小学校体育まるわかりハンドブック参照</p>
	45	<p>評価【思考力、判断力、表現力等③】 友達のよい動きを見つけている。(観察・発言、学習カード)</p> <p>評価【学びに向かう力、人間性等③】 勝敗を受け入れようとする。(観察・発言)</p>

4 単元指導計画及び展開例

【6月】

単元名 水の中を移動する運動遊び (D 水遊び) 全8時間

(1) 単元のねらい

- 知・技 : 水の中を移動する運動遊びでは、その行い方を知るとともに、水につかって歩いたり走ったりすること。
- 思・判・表 : 水の中を移動する簡単な遊び方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えること。
- 学・人 : 運動遊びに進んで取り組み、順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、水遊びの心得を守って安全に気を付けたりすること。

(2) 運動の仕方等

水の中を移動する運動遊びでは、まねっこ遊びやリレー遊びなどで、いろいろな姿勢で歩いたり、自由に方向や速さを変えて走ったりする。

(3) 指導に際して教師が持っておきたい知識 (学年の発達段階に合わせた言葉かけを)

移動する運動遊び	<p>○水に慣れる</p> <ul style="list-style-type: none"> ・シャワーのときに頭から浴びる。上を向いて、顔にも水をかける。 ・水のかげ合いでは、脚・胸・腕・頭・顔など、体のいろんなところにかける。 ・水をかけられる時は、顔をふかない。 ・水中で目を開ける。 ・足→腰→胸→肩とゆっくりと順番に入水する。 ・恐怖心のある児童については、ゴーグルを着用する。 	<p>○移動する</p> <ul style="list-style-type: none"> ・肩を水の中に入れる。 ・口は、しっかりと結ぶ。 ・手で水をかいて水の抵抗を感じながら歩く。 ・(アヒルで移動) 口でぶくぶくと息を吐きながら移動する。 ・(カエルで移動) プールの底を力強く蹴り、頭のとっぺんを水の中まで入れて移動する。 ・(カニで移動) 口を結んだまま、鼻からぶくぶくと息を出しながら移動する。 ・(じゃんけん列車で移動) 前の人の両肩をもって、前の人について行く。
----------	--	--

(4) 子供の実態に応じて楽しい活動にする配慮や、友達に伝える場面で押さえてほしいことの例

知識及び技能		思考力、判断力、表現力等		学びに向かう力、人間性等	
つまずきの例	手立て・配慮	他者に伝える場面	内容例	つまずきの例	手立て・配慮
○水かけっこで、顔に水がかかると苦手。	・背中合わせになったり、友達との距離を広げたりするなど、遊び方を工夫する。		<ul style="list-style-type: none"> ・試した動物の動きや、友達が行った動物のよい動きを伝える。 ・スムーズに歩いたり走ったり 	○水に対する恐怖心がある。	・安全面からもペアでの学習(ボディシステム)を取り入れ、友達と一緒にいる水遊びの楽しさ

<p>○まねっこ遊び（ワニ）で水面に対して体を水平にした姿勢になり手だけで歩くことが苦手。</p> <p>○電車ごっこ、リレー遊び、鬼遊びで水の抵抗や浮力の影響で歩いたり走ったりすることが苦手。</p>	<ul style="list-style-type: none"> • より浅い場所で歩いたり、しゃがんだ姿勢でゆっくりと指導したりするなど、段階的な遊び方を工夫する。 • 友達の後ろに続いて移動したり、手で水を強くかいたりすることを助言する。 		<p>りするため、方向や速さを変えるときの手や足の使い方を見付け、友達に伝える。</p>	<p>○友達と一緒に水遊びをすることを好まない。</p> <p>○既に初歩的な泳ぎを身に付けている。</p>	<p>に触れることができるようにしたり、水慣れの時間を十分に確保したり、少しでもできたことを称賛する。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 友達と協力して一緒に取り組む水遊びを紹介したり、友達同士で互いの動きのよさを認め合う機会を設定したりする。 • ワニ歩きで頭までつかりながら行うよう助言し、その動きのよさを全体に伝えたり、石拾いで石の数や色を指定して（連続して行うポピングの回数を指定して）児童にとってより適した課題を提示したりする。
---	---	--	--	--	---

(5) 楽しい学習とするための場の設定や規則, 用具等の工夫

解説に例示として示されている運動(抜粋) → 解説P.31

水かけっこ

お互いに水をかけ合って、顔をふかないで、たくさん水をかけられた方が勝ちです。

まねっこ遊び

アヒル カニ カエル

顔つけワニ歩き

電車ごっこ

ジャンケンして負けたら、勝った人の後ろにつきましよう。

リレー遊び

タッチリレー

がんばって

走ったり、歩いてりしながら、チームで競争します。

タッチだ

鬼遊び

手つなぎ鬼

ジャンケンして負けたら手をつなぎます。4人になったら2人ずつに分かれましよう。

↓ 条件を変えて工夫してみよう

ワニの散歩

ワニさんのお話
「ワニさんの たのしい おはなしをつくらう。 おはなしに あわせて およいで およう」

ワニさん おさんぽ のんびり やすんで ザーン パツ

いい気持ち

これができるようになったら、「ザーン、パツ、ポチャーン」の後に、両足をそろえてキックを2回、「ポーン、ポーン」とゆっくり打って、進んでいきます。

鬼ごっこ発展

つかまえちゃうぞ

わー、にげろー

ヘディングリレー

おでこでボールを押すんだよ。

おでこでボールを運んでいきます。手を後ろにします。顔をあげるときはパツと息つようにしましよう。

手をうしろで 進むよ。

楽しく活動できるように運動の場を工夫する

児童が水の中で水遊びを楽しみながら、いろいろな感覚を身に付けるためには、児童の経験や欲求に合った楽しい場を工夫することが大切です。



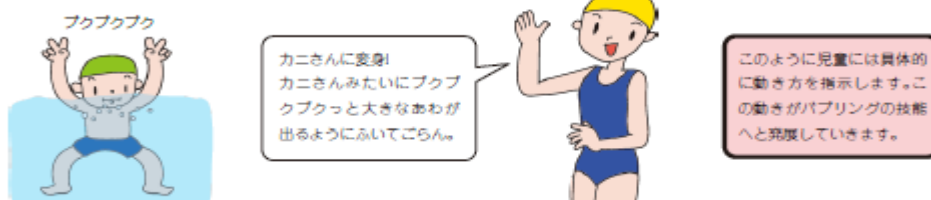
誰でも楽しむことができるように行い方を工夫する

児童によって水に対する抵抗感や経験に個人差があります。みんなが無理なく楽しんで水に慣れる遊びをするためには易しい水遊びの行い方を工夫することが大切です。






よい動きに気付けるように言葉がけを工夫する

多くの児童は小学校に入り、初めて水遊びをします。また、季節が限られ、時間も制限があることから、本時では何を指導するかを明確にしておくとともに、児童がいろいろな行い方に挑戦し進んで活動する中で、基本的な動きが身に付く言葉がけを工夫していくことが大切です。

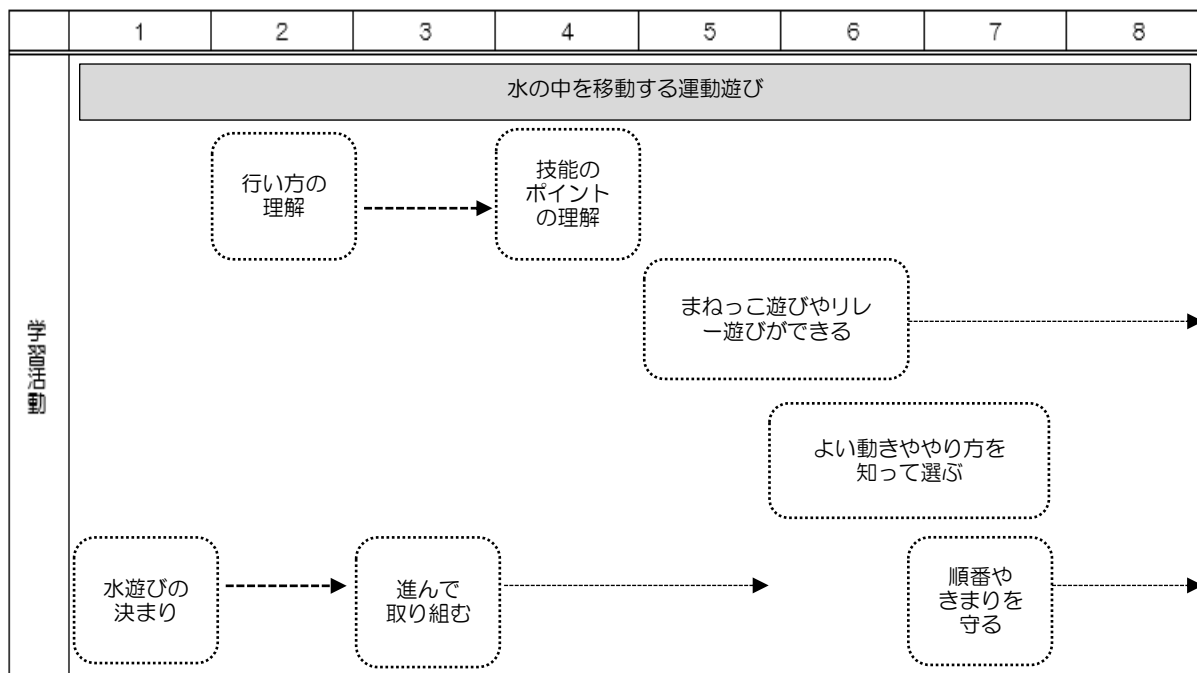


(6) 単元構想

①目指す子供の姿

<p>電車ごっこやリレーをすることができました。またやってみたくたいです。</p> 	<p>水に浮くと友達を簡単に引っ張ることができました。交代でやって楽しかったです。</p> 	<p>友達は、け伸びの時に、壁を強く蹴っていたので、まねしたら、ビューンと進みました。</p> 
---	---	---




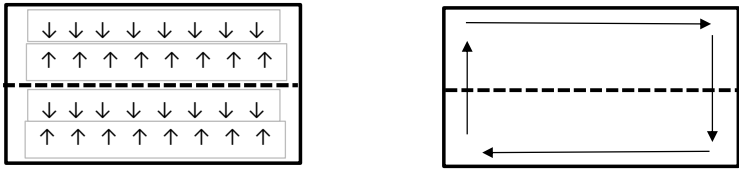
②単元の流れ







③単元計画及び指導と評価の計画


時間	(○) 重点的な指導内容, (●) 学習を深める活動	重点的指導事項	評価
1	○水遊びの心得を守る。	学・人④	
2	○水の中を移動する運動遊びの行い方を知る。	知識・技能①	知識・技能①
3	○水遊びに進んで取り組む。	学・人①	学・人④
4	○いろいろな姿勢で歩いたり、自由に方向や速さを変えて走ったりするやり方がわかる。(できる)	知識・技能②	知識・技能② (わかること)
5	●前時に学習した技能のポイントを使って、いろいろな水中を移動する運動遊びをする。		学・人①
6	○よい動きややり方を知って選ぶ。	思・判・表①	思・判・表①
7	○順番やきまりを守り、誰とでも仲よくする。	学・人②	知識・技能② (できること)
8	●これまで学習したまねっこ遊びやリレー遊びなどをして楽しむ。		学・人②

(8)展開例

		1 時間目 (全 8 時間)	
重点的 指導 事項		【学びに向かう力、人間性等④】 水遊びの心得を守る。	
		【学習課題】 水遊びのきまりを守って、みんなで楽しく水遊びをしよう。	
		全体説明 (1時間の授業の流れについて) プールの使い方の説明 (タオルの置き方、くつの並べ方など)	
5		【課題に迫る発問】 安全に、みんなで楽しく水遊びをするには、どんなことが大切だろう。	
10		<p>〈 水遊びのきまり(心得) 〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・準備運動や整理運動をしっかり行う。 ・丁寧にシャワーをあびる。 ・プールサイドを走らない。・プールに飛び込まない。 ・友達とぶつからないように動く。・先生の話をよく聞く。 	<p>パディシステム</p> <p>2人1組で学習を進める方法</p> <ul style="list-style-type: none"> ・安全を確かめ合う ・進歩の様子を確認し合う ・助け合い、励まし合う <p>などの効果が期待できる。</p>  <p>※楽しく水遊びを行うためには、約束を必ず守って安全に活動することが大切なことを指導する。 ※パディシステムは、友達と協力することの大切さを押さえる。</p>
		指導【学びに向かう力、人間性等④】	
15		<p>準備運動 (例) 屈伸、伸脚、アキレス腱、腕回し、首回し、ジャンプ、手首足首など)</p> <p>シャワー (手で頭や首をこする。顔にも水をかける。顔・胸・背中・腰・足を洗う。⇒10秒程度洗うようにする。)</p> <p>パディの確認⇒入水 (足から腰、お腹、頭へと少しずつ上のほうへ水をかけてから)</p>	
20	活 動	<p>水遊びを行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・顔洗い (手ですくって顔を洗う。苦手な児童は、少しずつ顔に水をつける。) ・水かけ遊び (2人組で水をかけ合う。) ⇒前向き、背中合わせ (苦手な児童の実態に応じて)、距離を取りながら ・水中歩き (プールの壁をさわりながらプールを壁伝いに歩く。) 	<p>※教師が指示を出しながら、順番に遊びを紹介して行う。その際、「合図があったら遊びをやめて先生の方を見て話を聞くこと」「パディ!」の声で友達と手をつないで上にあげることを押さえる。 ※水を怖がってうまく活動ができない子供がいらないか確認し、必要に応じて教師と一緒に活動させる。(極端に水を怖がる子供がいる場合は、プールサイドに家庭用のビニルプール等を準備して活動させるなどの配慮も考えられる。)</p>
25	内 容	 <p>【活動の場の例】</p> 	
35		整理運動(屈伸、伸脚、首回しなど) シャワー 片付け	
40		振り返り	
		【まとめ】 水遊びのきまりを守って、友達と仲良く水遊びをすると、楽しく安全に遊べるね。	
45		図: 体育まるわかりハンドブック(文部科学省)	
評価事項			

時間	2 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	【知識及び技能①】 水の中を移動する運動遊びの行い方を知る。	
活動内容	5	準備運動(例) 屈伸、伸脚、アキレス腱、腕回し、首回し、ジャンプ、手首足首など 水遊びの決まりの確認。 〈水遊びのきまり(心得)〉 ・準備運動や整理運動をしっかり行う。・丁寧にシャワーをあびる。・プールサイドを走らない。 シャワー(手で頭や首をこする。顔にも水をかける。顔・胸・背中・腰・足を洗う。⇒10秒程度洗うようにする。) パディの確認⇒入水(足から腰、お腹、頭へと少しずつ上のほうへ水をかけてから)
	10	【学習課題】 水の中を移動する運動遊びの行い方を知ろう。 水の中を移動する遊びを行う。 ・電車ごっこ(4~6人) ※前の人の肩に手を置いて、先頭は水をかきながら進む。 ※笛が鳴ったら2番目の人が先頭になり、先頭の子は最後尾へ。 ⇒列の先頭を体験するようにする。 ※鬼ごっこ
	15	※水を怖がってうまく活動ができない子供がいなければ確認し、必要に応じて教師と一緒に活動させる。 ※都度、水遊びのきまりについて声掛けを行う。
	20	【課題に迫る発問】 楽しかったかな?他にどんな遊びがあるかな? ※動物ものまねっこ遊びを行うことを知らせ、子供とやり取りをしながら、カニ、アヒル、カエル、ワニなどを行うことを知らせる。 ※教師が指示を出しながら、順番に遊びを紹介して行う。
	25	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>〈カニ〉 ・膝を曲げて横に歩く。 ・口から息を吐きながら移動する。</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>〈アヒル〉 ・口から息を吐きながら移動する。 ・手で水をかく。</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>〈カエル〉 ・プールの底を強く蹴って、ジャンプしながら移動する。</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>〈ワニ〉 ・底に両手をついて、手を使って歩く。 ・顔が水面についたら、息をブクブク吐く。</p> </div> </div>
	30	※活動に夢中になり、知らぬ間に水が顔にかかるなどすることによって、自然と水を怖がらないようにすることがねらいの活動。 ※水を怖がってうまく活動ができない子供には、顔を高くあげたりゴーグルをつけるよう声掛けを行い、教師と一緒に活動させる。
	35	整理運動(屈伸、伸脚、首回しなど) シャワー 片付け
	40	振り返り 【まとめ】 いろいろな水の中を移動する遊びの行い方がわかったね。 水を怖がらずに、動物のまねをしたり、友達と電車のように列を作ったりして遊ぶと楽しいね。
	45	図: 体育まるわかりハンドブック(文部科学省)
	評価事項	【知識及び技能①】 水の中を移動する運動遊びの行い方を理解している。(観察・動画)





時間	3 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	【学びに向かう力、人間性等①】 水遊びに進んで取り組む。	
活 動 内 容	<p>準備運動(例) 屈伸、伸脚、アキレス腱、腕回し、首回し、ジャンプ、手首足首など) 水遊びの決まりの確認。</p> <p>〈水遊びのきまり(心得)〉 ・準備運動や整理運動をしっかり行う。・丁寧にシャワーをあびる。・プールサイドを走らない。</p>	
	<p>5 シャワー(手で頭や首をこする。顔にも水をかける。顔・胸・背中・腰・足を洗う。⇒10秒程度洗うようにする。) ボディの確認⇒入水(足から腰、お腹、頭へと少しずつ上のほうへ水をかけてから)</p> <p>【学習課題】 水の中を移動するいろいろな運動遊びを楽しもう。</p> <p>【課題に迫る発問】 水ともっと仲良くなるためには、どうしたらいいかな。</p>	
	<p>10 ※遊びのできばえにこだわらず、まずは自分から進んで水遊びに取り組むことが大切なことを指導する。 ※本時は、じゃんけん列車、新しい動物のまねっこを行うことを知らせる。</p>	<p>指導【学びに向かう力、人間性等①】</p>
	<p>15 水の中を移動する遊びを行う。</p> <p>・じゃんけん列車 ⇒音楽をかけたたり、笛を吹いたりしながら、最後1列になるまで。</p> <p>20 じゃんけん列車 ⇒5、6人になるまで→先頭の児童がじゃんけん→勝った列がもう一方の列に5秒間水をかける。</p> <p>25 動物まねっこ ⇒新たな動物を示したり、子供たちのアイデアを取り入れて行う。 (顔に水がかかる、息をはくなど意図して選ぶ。)</p>	<p>※教師が指示を出しながら、順番に遊びを紹介して行う。 ※活動に夢中になり、知らぬ間に水が顔にかかるなどすることによって、自然と水を怖がらないようにすることがねらいの活動。 ※顔に水がかかっても、何度も繰り返し遊びに取り組んでいる子供の姿を称賛し、全体にも紹介する。 ※水を怖がってうまく活動ができない子供には、顔を高くあげたりゴーグルをつけるよう声掛けを行い、教師と一緒に活動させる。</p>
	<p>30 (例) 〈イカ〉 ・頭の上で△のポーズをしながら歩く。 水が顔にかかっても手でふかない。 ・膝を曲げて移動する。</p> <p>〈タコ〉 ・肘や膝を柔らかく、ゆらゆらしながら歩く。 ・口から息を吐く。</p> <p>プール(例) ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↑ ↑ ↑ ↑ ↑ ↑ ↑ ↑</p> <p>評価【学びに向かう力、人間性等④】</p>	
<p>35 整理運動(屈伸、伸脚、首回しなど) シャワー 片付け</p> <p>40 振り返り</p> <p>45 【まとめ】 水ともっと仲良くなるためには、繰り返し何度も水の中で遊ぶことが大切だね。</p> <p>図: 体育まるわかりハンドブック(文部科学省)</p>		
評価事項	<p>評価【学びに向かう力、人間性等④】 水遊びの心得を守って、安全に水遊びをしている。(観察・動画)</p>	

時間	4 時間目 (全 8 時間)				
重点的指導事項	【知識及び技能②】 いろいろな姿勢で歩いたり、自由に方向や速さを変えて走ったりする行い方がわかる。				
5 10 15 20 25 30 35 40 45	準備運動(例) 屈伸、伸脚、アキレス腱、腕回し、首回し、ジャンプ、手首足首など 水遊びの決まりの確認。				
	〈水遊びのきまり(心得)〉 ・準備運動や整理運動をしっかり行う。・丁寧にシャワーをあびる。・プールサイドを走らない。				
	シャワー(手で頭や首をこする。顔にも水をかける。顔・胸・背中・腰・足を洗う。⇒10秒程度洗うようにする。) ボディの確認⇒入水(足から腰、お腹、頭へと少しずつ上のほうへ水をかけてから)				
	【学習課題】 水の中を移動する運動遊びで、良い動きができるようになろう。				
	【課題に迫る発問】 良い動きって、どんな動きかな?				
	※これまで行った遊びで、良い動きが見られていた子供の姿を紹介し、子供とやり取りをしながら、教師が良い動きをやって見せて、動きのポイントを押さえる。 ※ブルーサイドに子供を座らせ、教師が水の中に入って指導する。		指導【知識及び技能②】		
	【電車ごっこや鬼ごっこ】 ・一度止まって、進みたい方向に体ごと向きを変える。 ・力強く、プールの底を蹴る。 ・手でしっかり水をかいて進む。	【アヒル・カニ】 ・膝を曲げて横に歩く。 ・口から息を吐きながら移動する。	【カエル・イカ】 ・プールの底を蹴って、ジャンプをしながら移動する。 ・手が頭の上から離れないように。 ・口から息を吐きながら移動する。	【ワニ】 ・底に両手をつけて、手を使って歩く。 ・顔が水面についたら息を吐く。	【タコ】 ・体の力を抜いて、肘や膝を柔らかかく、ゆらゆらと。 ・顔が水面についたら息を吐く。
	水中を移動する遊びを行う。 ・電車ごっこ⇒鬼ごっこ		※教師が指示を出しながら、順番に遊びを紹介して行う。 ※活動に夢中になり、知らぬ間に水が顔にかかるなどすることによって、自然と水を怖がらないようにすることがねらいの活動。 ※自由に「方向」を変える、自由に「速さ」を変える、「いろいろな姿勢で歩く」について声掛けを行いながら、良い動きが見られる子供の姿を称賛しながら、全体にも紹介する。 ※水を怖がってうまく活動ができない子供が見られるときは、教師と一緒に活動させる。		
	動物まねっこ カニ アヒル カエル ワニ				
	整理運動(屈伸、伸脚、首回しなど) シャワー 片付け		評価【知識及び技能②】		
振り返り	【まとめ】 水の中を移動する運動遊びの良い動きができると、遊びもがもっと楽しくなるね。	図: 体育まるわかりハンドブック(文部科学省)			
評価事項	【知識及び技能②】 いろいろな姿勢で歩いたり、自由に方向や速さを変えて走ったりする行い方を理解している。(観察・学習カード)				

時間	5 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	●前時に学習した技能のポイントを使って、いろいろな水中を移動する運動遊びをする。	
活 動 内 容	<p>準備運動(例) 屈伸、伸脚、アキレス腱、腕回し、首回し、ジャンプ、手首足首など) 水遊びの決まりの確認。</p> <p>〈水遊びのきまり(心得)〉 ・準備運動や整理運動をしっかり行う。・丁寧にシャワーをあびる。・プールサイドを走らない。</p> <p>5 シャワー(手で頭や首をこする。顔にも水をかける。顔・胸・背中・腰・足を洗う。⇒10秒程度洗うようにする。) ボディの確認⇒入水(足から腰、お腹、頭へと少しずつ上のほうへ水をかけてから)</p> <p>【学習課題】 水の中を移動する運動遊びで、良い動きができるようになろう。</p> <p>※水の中を移動するときの良い動きを振り返る。</p> <p>10 【自由に「方向」を変える】 ・一度止まって、進みたい方向に体ごと向きを変える。</p> <p>【自由に「速さ」を変える】 ・足でプールの底を強く蹴る。 ・手で水を強くかく。 ・ジャンプをしながら歩く。</p> <p>【いろいろな姿勢で歩く】 ・膝を曲げ、口から息を吐く。(カニ) ・腰や膝を伸ばして、一直線の姿勢で手で歩く。(ワニ) ・ジャンプをしながら歩く。(カエル) ・手で水をかき、口から息を吐いて移動する。(アヒル) ・体の力を抜いて、肘や膝を柔らかく、ゆらゆらと。(タコ)</p> <p>※これまで行った遊びで学習した良い動きのポイントについて、全体で確認する。</p> <p>15</p> <p>いろいろな水中を移動する遊びを行う。 ・リレー遊び〈自由に「方向」を変える〉〈自由に「速さ」を変える〉 ※プールのラインを使って。 ⇒タッチリレー……人にタッチして走る人が交代する。 ⇒壁タッチリレー……壁にタッチして折り返す。</p> <p>20</p> <p>プール(例)</p> <p>↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↑ ↑ ↑ ↑ ↑</p> <p>25</p> <p>・いろいろな動物歩き〈「いろいろな姿勢で歩く」〉 ⇒いろいろな動物を選んで歩く→笛1回の合図→動物を変えて歩く→笛2回の合図→じゃんけん→水のかけ合い</p> <p>アヒル (ピー) カニ (ピピー)</p> <p>勝った者が負けた者へ</p> <p>30</p> <p>※約束や順番を守って遊ぶように押さえる。 ※水が顔にかかることが苦手な子供が見られるときは、水の掛け合いの仕方を配慮する。(後ろ向きでかけるなど)</p> <p>評価【遊びに向かう力、人間性等①】</p> <p>35</p> <p>整理運動(屈伸、伸脚、首回しなど) シャワー 片付け</p> <p>40</p> <p>振り返り</p> <p>【まとめ】良い動きができると、水の中を移動する遊びがもっと楽しくなるね。</p> <p>45</p> <p>図: 体育まるわかりハンドブック(文部科学省)</p>	
	評価事項	<p>評価【遊びに向かう力、人間性等①】 水遊びに進んで取り組んでいる。(観察・動画)</p>

時間	6 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	指導【思考力・判断力・表現力等①】 よい動きややり方を知って選ぶ。	
活 動 内 容	5	準備運動(例) 屈伸、伸脚、アキレス腱、腕回し、首回し、ジャンプ、手首足首など 水遊びの決まりの確認。 〈水遊びのきまり(心得)〉 ・準備運動や整理運動をしっかり行う。・丁寧にシャワーをあびる。・プールサイドを走らない。 シャワー(手で頭や首をこする。顔にも水をかける。顔・胸・背中・腰・足を洗う。⇒10秒程度洗うようにする。) パディの確認⇒入水(足から腰、お腹、頭へと少しずつ上のほうへ水をかけてから) 【学習課題】自分や友達のなりたい動物になって、水遊びを楽しもう。 【学習課題】自分や友達のなりたい動物のやり方はどんなものがあるかな?
	10	動物のたのしみ 【選ぶ動物の例】 ・カニ ・ワニ ・アヒル ・カエル ・イカ ・タコ ・新しく加える動物 ⇒ラッコ……腕を胸の前で組み、後ろ向きに歩く。 ⇒トビウオ……両手を広げて、はねる感じで前に歩く。 【動きの工夫例】 ・膝を曲げ、口から息を吐く。・腰や膝を伸ばして、一直線の姿勢で手で歩く。・ジャンプをしながら歩く。・手で水をかき、口から息を吐いて移動する。・体の力を抜いて、肘や膝を柔らかく、ゆらゆらと。・顔が水面についたら息を吐く。
	15	※2人組(パディ)で、これまで取り組んだ動物の中から、それぞれ自分のなりたい動物を選ぶ。(3つ)2人とも同じ動物の際は、話し合ってもう一つ動物を決める。 ※動物を決めたら、これまでに学習した良い動きの例から選んだり組み合わせたりして水中を動くことを押さえる。 ※2人組(パディ)で、友達のまね(シンクロ)を交代で行って遊ぶことを知らせる。 指導【思考力・判断力・表現力等①】
	20	なりたい動物の動きを選んで、水中を移動する遊びを行う。(3回それぞれなりたい動物を変えて行う) ・自分がなりたい動物の動き→笛1回の合図→友達がなりたい動き→笛2回の合図→じゃんけん→水のかけ合い アヒル (ピー) カニ (ピピー) プール(例) 勝った者が負けた者へ
	25	評価【思考力・判断力・表現力等①】
	30	全員で教師のまねをして遊ぶ。 ※プールサイドで、教師が動物になって動き、全員が一斉にまねをして遊ぶ。 ※「顔を水につけて」「水の中でブクブク」などの指示を出し、大げさの動きや違った動きのお手本をする。 ※子供がプールのどこに動くのか指示を出す。(安全面、子供の様子の把握に留意する)
	35	整理運動(屈伸、伸脚、首回しなど) シャワー 片付け
	40	振り返り 評価【思考力・判断力・表現力等①】 【まとめ】自分や友達のなりたい動物になって水遊びをすると、楽しくできるね。 図: 体育まるわかりハンドブック(文部科学省)
	45	評価事項 【思考力・判断力・表現力等①】 よい動きややり方を知って選んでいる。(観察・学習カード)

時間	7 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	【学びに向かう力、人間性等②】 順番やきまりを守り、誰とも仲よくする。	
活 動 内 容	5	準備運動(例) 屈伸、伸脚、アキレス腱、腕回し、首回し、ジャンプ、手首足首など 水遊びの決まりの確認。 〈水遊びのきまり(心得)〉 ・準備運動や整理運動をしっかり行う。・丁寧にシャワーをあびる。・プールサイドを走らない。
	10	シャワー(手で頭や首をこする。顔にも水をかける。顔・胸・背中・腰・足を洗う。⇒10秒程度洗うようにする。) パディの確認⇒入水(足から腰、お腹、頭へと少しずつ上のほうへ水をかけてから) 【学習課題】いろいろなリレーをして、水遊びを楽しもう。 【学習課題】楽しいリレーとするためには、何が大切かな? 【考える例】 ・順番や決まりを守る。 ⇒リレーに出る順番をグループで確認する。 ⇒決まりがわからなくなったら、グループの人に聞く。 (困った様子が見られたら教えてあげる) ・誰とも仲よくする。 ・グループの関係なく、声を掛け合う。 ⇒ナイス、ドンマイ、やったね、すごいぞ など。 ⇒友達を応援する、文句を言わない。 ※子供とやりとりをしながら、リレーをして一層楽しく遊ぶために、順番や約束を守り、仲良く活動することを指導する。 ※その他、文句を言わない、友達を応援するなどの態度面の内容についても押さえる。
	15	これまでの運動遊びをもとにしたリレー遊びを行う。 ・動物まねっこリレー(4人組) ①カニ ②ワニ ③カエル ④人間 ※まねをする動物と動きは、教師が決めて提示する。 ※児童の様子を見ながら、動物を変えて2レース目を行うなど工夫する。 (①アヒル②イカ③タコ④人間など) ※次走者は、水の中に入り、壁に背中をつけて待つ。(タッチは、水の上に手を出して行う)
	20	カニ ⇒ ワニ ⇒ カエル ⇒ 人間 評価【知識・技能②】 プール例 〈第①③走者〉 ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↑ ↑ ↑ ↑ ↑ ↑ ↑ ↑ 〈第②④走者〉
	25	・全カリレー(4人組) ※かけっこと同じやり方で、水中を走る。 ※児童の様子を見ながら、2レース目を行うなど工夫する。 ※次走者は、水の中に入り、壁に背中をつけて待つ。(タッチは、水の上に手を出して行う) リレー遊び タッチリレー がんばって タッチだ
30	評価【知識及び技能②】	
35	整理運動(屈伸、伸脚、首回しなど) シャワー 片付け	
40	振り返り 【まとめ】順番やきまりを守ったり、応援したりして水遊びを行うと楽しいし、気持ちがよくなるね。	
45	図: 体育まるわかりハンドブック(文部科学省)	
評価事項	【知識及び技能②】 いろいろな姿勢で走ったり、自由に方向や速さを変えて走ったりすることができる。(観察・動画)	

時間	8 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	●よい動きを真似して、まねっこ遊びやリレー遊びなどをする。	
活 動 内 容	<p>準備運動(例) 屈伸、伸脚、アキレス腱、腕回し、首回し、ジャンプ、手首足首など) 水遊びの決まりの確認。</p> <p>〈水遊びのきまり(心得)〉 ・準備運動や整理運動をしっかり行う。・丁寧にシャワーをあびる。・プールサイドを走らない。</p>	
	<p>5 シャワー(手で頭や首をこする。顔にも水をかける。顔・胸・背中・腰・足を洗う。⇒10秒程度洗うようにする。) パディの確認⇒入水(足から腰、お腹、頭へと少しずつ上のほうへ水をかけてから)</p> <p>【学習課題】これまで学習したまねっこ遊びやリレー遊びなどをして楽しもう。</p>	
	<p>10 これまでの運動遊びをもとにグループ対抗で競争して遊びを行う。 ①動物まねっこリレー(4人組) ①カニ ②ワニ ③カエル ④人間 ※まねをする動物と動きは、教師が決めて提示する。 ※次走者は、水の中に入り、壁に背中をつけて待つ。(タッチは、水の上に手を出して行う) ※人数が揃わないときは、2回走者となる者を決めて調整する。 ※順位で得点をつける。(例 1位:6点、2位:5点、3位:4点、他:3点)</p> <p>15 </p>	<p>プール例</p> <p>〈第①③走者〉</p> <p>↓↓↓↓↓↓↓↓</p> <p>↑↑↑↑↑↑↑↑</p> <p>〈第②④走者〉</p>
	<p>20 ②じゃんけん列車 ※音楽をかけたり、笛を吹いたりしながら、最後1列になるまで。 ※順位で得点をつける。(例 最後の1列:6点、他:3点)</p> <p>25 </p> <p>30 ③鬼ごっこ(時間に応じて) ※各グループ(2グループを1つにしても可)が交代で鬼になり、鬼にタッチされたら壁につく。 ※鬼は、短い時間で交代する。(グループの員数が揃わないときは、他グループから調整する。 ⇒進んで運動し、勝敗を認めて気持ちの良い競争とすることを指導する。 ※鬼がタッチした人数(壁に立っている人数)を得点とする。(全員にタッチしたらボーナス点5点加算)</p> <p>35 </p> <p>40 【学びに向かう力、人間性等②】</p>	
	<p>35 整理運動(屈伸、伸脚、首回しなど) シャワー 片付け</p> <p>40 振り返り(単元を通した感想も出し合う)</p> <p>45 【まとめ】学習したことを使って、楽しく水遊びができたね。運動するときは、約束や決まりを守って、</p> <p>図: 体育まるわかりハンドブック(文部科学省)</p>	
評価事項	<p>【学びに向かう力、人間性等②】 順番やきまりを守り、誰とも仲よくする。(観察・学習カード)</p>	