

4 単元指導計画及び展開例

【9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、みんなで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、みんなで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よいこと。 ・汗をかいた後は、気分もすっきりすること。 ・運動により心や体に変化す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ないことの例

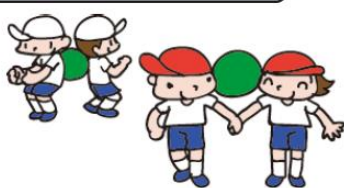
知識及び運動	
つまずきの例	手立て・配慮
○心や体の変化に気付くことが 苦手	<ul style="list-style-type: none"> 表情を表す絵や感情を表すカードなどを示し、自己の心や体の変化がイメージができるようにする
○友達と楽しく運動することが 苦手	<ul style="list-style-type: none"> 友達とハイタッチや拍手で喜びを共有するなど、共に運動遊びをする楽しい雰囲気を実感することができるようにする。
思考力、判断力、表現力等	
他者に伝える場面	手立て・配慮
○友達のよい動きを見付けたり、工夫したりした楽しい遊び方を友達に伝えること。	<ul style="list-style-type: none"> 体を動かすと気持ちが良い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

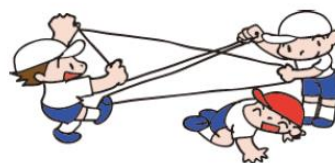
のびのびとした動作で用具などを用いた運動



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

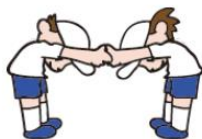


からだ全体でジャンケン

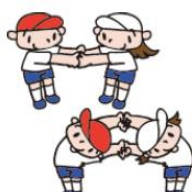


バランスくずし

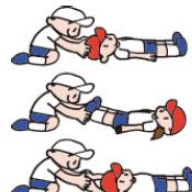
リラックスしながらペアでのストレッチング



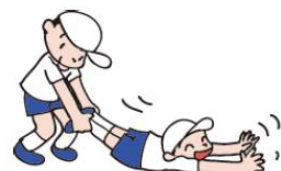
気持ちよくストレッチ



引っ張りっこ

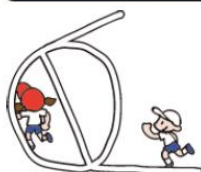


力を抜いて



足をぶらぶら

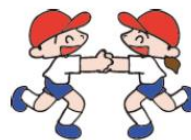
動作や人数などの条件を変えて、歩いたり走ったりする運動



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

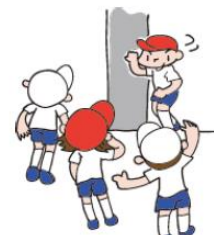
伝承遊びや集団による運動遊び



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。

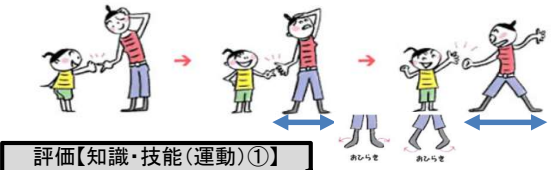
②単元の流れ

	1	2	3
学習活動	個人での体ほぐしの運動	グループでの体ほぐしの運動	集団での体ほぐしの運動
	運動の行い方を知る。	友達のよい動きを見付ける。	場の安全に気を付ける。


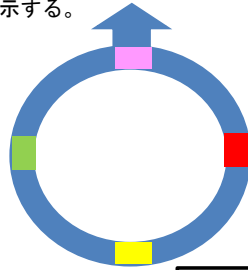
③単元計画及び指導と評価の計画

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	○いろいろな体ほぐしの運動の行い方を知る。	知・技①	知・技①
2	○友達のよい動きを見付けること。	思・判・表②	思・判・表②
3	○危険物がないか、友達とぶつからない十分な間隔があるかなど場の安全に気を付ける。	学・人④	学・人④

時間	1 時間目 (全 3 時間)	
重点的指導事項	指導【知識及び運動①】 いろいろな体ほぐしの運動の行い方を知る。	【本時:体への気づきを主とした活動】
活動内容	5 <準備運動> ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす)	
	【学習課題】 いろいろな体ほぐしの運動を知ろう。	
	【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。	
	10 <じゃんけんおひらき> (2人組) ※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、実際にやり方をしてみせる。 ※グループ内で2人組(3人組)で行う。(時間内で相手を交代しながら)	
	15 【行い方の例】 ①2人で向かいあってじゃんけんをし、負けたら「おひらき」 「おひらき」で足を広げていく。 ②開き方はちょっとずつでよい。 ③両足をそれ以上開けなくなったり倒れたりしたら終わり。	
	20 <振り返り> ※1回でも勝った子供に挙手をさせ、みんなで称賛する。 ※足をグーンと開くことができていた子供を紹介し、体の様子に気づかせる。	
活動内容	25 <じゃんけんおひらき> (チーム対抗)	
	【行い方の例】 ①足を広げてぶつからない程度の間隔を開けて、チームで整列し、2チームで向かい合う。 ②先頭の2人がじゃんけんをし、負けたチームは全員が「おひらき」「おひらき」で足を広げる。 ③開き方はちょっとずつでよい。 ④順番に向かい合った2人がじゃんけんをし、②を繰り返す。 ⑤両足をそれ以上開けなくなったり倒れたりしたら終わり。 ※2回戦以降は横開きから立て開きに変える、手はついてよい、などの工夫を投げかける。 ※相手より1人でも長く残っているチーム、または、時間を決めて、最後に残っている人数が多いチームが勝ち。 ※同じチームと2回戦、3回戦と行い、繰り返し行う。 ※やり方がわからない子供やチームがいないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。	
	30 評価【知識・技能(運動)①】	
活動内容	35 <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。 ・やり方を守って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。	
	40 <まとめ> 【まとめ】 運動の行い方がわかると遊びがもっと楽しくなるね。自分や友達の体の様子を知ることも大切だね。	
活動内容	45 <整理運動> ・手首、足首、首のストレッチ	
	<片付け> ・ラジカセなど。	
評価事項	評価【知識及び運動①】 いろいろな体ほぐしの運動の行い方がわかっている。(観察・学習カード)	



日本レクリエーション協会
子供の体力向上ホームページ 参照

時間	2 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②】 友達のよい動きを見付けること。	【本時:体への気づきを主とした活動】
活動内容	5	≪準備運動≫ ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす) 【学習課題】 体ほぐしの運動で、友達の良い動きを見つけよう。
	10	≪両足周り跳び≫ (1人で) ※教師が実際にやって見せながらもともになるやり方を知らせる。 【行い方の例】 ①リラックスした姿勢で立つ。 ②両足でぐるっと回転しながら跳ぶ。 ③反対周りも挑戦する。 ※児童や学級の実態によっては、マットの上で行うなど、安全面に配慮する。 ※無理はせず、両足で着地するよう押さえる。 
	15	【課題に迫る発問】 友達のいい動きを見つめるには、どんなところを見ていたらいいかな。 ※友達のいい動きを見つめる視点を知る。 【いい動きを見つめる視点の例】 ・腕を曲げ、体から離さずにキュッと回る。 ・両足で倒れずに着地している。 ・何度も繰り返し挑戦している。 ※前半の活動での感想を引き出しながら、良い動きの例を押さえる。 ※後半は、2人組で友達の良い動きを見つめること、チーム対抗の競争をすることを知らせる。 ※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。 指導【思考力、判断力、表現力等②】
	20	≪両足周り跳び≫ (2人で見合う) ※ケンステップを使って、できばえを得点化するやり方を示し、掲示する。 【得点の例】 ①ケンステップ等に色の違うテープを貼っておく。 ⇒1/4回転:赤、1/2回転:黄、3/4回転:緑、1回転:ピンク ⇒赤:1点、青:2点、緑色:3点、ピンク:4点、1回転以上:6点 ※2人組で見合うようにし、交代のタイミングは教師が指示をする。 ※3点以上となるように促す。 ※回転とともに、跳び方(体の使い方)の良いところを見つけ 
	25	≪両足周り跳び≫ (チーム対抗の得点競争) 【競争のやり方の例】 ①跳ぶ順番を決める。 ②順番に1対1で、同時に跳んで得点を判定する。 ③チームの合計得点で勝敗を決める。 ※ラッキーマンは、着地したテープの色の一つ先の得点を加えるなど、苦手な子供も活躍できるようにする。 ※同じチームと2回戦、3回戦と行い、繰り返し行う。 評価【思考力、判断力、表現力等②】 ※得点用のフープを用意し、各自の得点の数だけお手玉を入れるなど、得点掲示のやり方を工夫する。 ※やり方がわからない子供やチームがないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。 ※早く負けてしまった場合は、体育座りをしてチームの友達を応援するなど約束を決めておく。
	30	≪振り返り≫ ・学習カードの記入 ・友達のいい動きや感想、気づきを発表させる。 ・いい動きができていた子供や友達のいい動きをつぶやいていた子どもなどを紹介する。 ≪まとめ≫ 【まとめ】友達のいい動きを見つめるには、友達の動きをよく見てマネしたいところを探すといいね。
40	≪整理運動≫ ・手首・足首・首のストレッチ ≪片付け≫	
45	日本レクリエーション協会 子供の体力向上ホームページ 参照	
評価事項	評価【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・学習カード)	

時間	3 時間目 (全 3 時間)																
重点的指導事項	指導【学びに向かう力、人間性等④】 危険物がないか、友達とぶつからない十分な間隔があるかなど場の安全に気を付ける。	【本時：体への気づきを主とした活動】															
活 動 内 容	5	<p>《準備運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす) <p>【学習課題】 学習した運動のやり方で、安全に気を付けて、楽しくチーム対抗の競争をしよう。</p>															
	10	<p>【課題に迫る発問】 安全に競争を行うためには、どんなことに気を付ければよいか？ 指導【学びに向かう力、人間性等④】</p> <p>【考える例示】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・順番を守る ・座って応援する ・友達とぶつからない間隔をあける ・やり方を守る ・用具類は、活動する場所から離して整頓しておく(立てかけない、転がらないように) <p>※前時までの学習の様子を想起させながら子供とやり取りをしながら、例示をもとに確認をする。 ※競争をするときは、活動に集中してしまうことが多いので、競争を始める前に全員で確認をしたり、応援する人が声を掛けたりして、安全面に十分気を付けることを押さえる。</p> <p>指導【学びに向かう力、人間性等④】</p>															
	15	<p>《チーム対抗で競争して遊ぶ》</p> <ul style="list-style-type: none"> ※2グループ(例：4チームずつ)に分け、教師の合図で遊びを変え、場所を移動する。 ⇒遊びごとに総当たり戦(あらかじめ決めて掲示しておく) ※じゃんけんおひらきと両足周り跳びの各ゲームの総得点で勝敗を決める。 <p>【場所の割り当ての例】</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td>【Aグループ】</td> <td>【Bグループ】</td> </tr> <tr> <td rowspan="4">ス テ ー ジ</td> <td>_____</td> <td>_____</td> </tr> <tr> <td>_____</td> <td>_____</td> </tr> <tr> <td>_____</td> <td>_____</td> </tr> <tr> <td>_____</td> <td>_____</td> </tr> <tr> <td></td> <td>じゃんけんおひらき</td> <td>両足回転跳び</td> </tr> </table>		【Aグループ】	【Bグループ】	ス テ ー ジ	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____		じゃんけんおひらき	両足回転跳び
		【Aグループ】	【Bグループ】														
	ス テ ー ジ	_____	_____														
		_____	_____														
		_____	_____														
		_____	_____														
		じゃんけんおひらき	両足回転跳び														
	20	<p>《じゃんけんおひらき》</p> <p>【競争のやり方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①足を広げてもぶつからない程度の間隔を開けて、チームで整列し、2チームで向かい合う。 ②先頭の2人がじゃんけんをし、負けたチームは全員が「おひらき」「おひらき」で足を広げる。 ③開き方はちょっとずつでよい。 ④順番に向かい合った2人がじゃんけんをし、②を繰り返す。 ⑤両足をそれ以上開けなくなったり倒れたりしたら終わり。 ※横開きか、立て開きか、手はついてよい、などは、教師が指示を出す。(実態によっては子供の選択) ※時間を決めて、最後に残っている人数を得点とする。 ※早く負けてしまった場合は、体育座りをしてチームの友 															
25	<p>《両足周り跳び》</p> <p>【競争のやり方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①跳ぶ順番を決める。 ②順番に1対1で、同時に跳んで得点を判定する。 ③チームの合計得点で勝敗を決める。 ※ラッキーマンは、着地したテープの色の一つ先の得点を加えるなど、苦手な子供も活躍できるようにする。 ※相手チームが判定役になり、同一チームが一斉に跳び、交代するやり方もある。(各チーム2回ずつ跳んで勝敗を決める) 																
30	<p>※やり方がわからない子供やチームがいないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。 ※活動している場所を回りながら、安全面に留意しているチームを称賛し、全体にも紹介する。また、友達の動きの良さや自分との違いに気づくよう、声掛けを行う。 ※友達のいい動きを見つけ、その人に「〇〇がいいね」などの声をかけるように押さえる。 ※対戦表を掲示しておき、得点を書いた数字カードを選んで貼るなど、得点の記録の仕方を工夫する。</p>																
35	<p>評価【学びに向かう力、人間性等④】</p>																
40	<p>《振り返り》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習カードの記入 ・友達のいい動きや感想、気づきを発表させる。 ・いい動きができていた子供や友達のいい動きをつぶやいていた子ども、安全面の声かけをしていた子供などを紹介する。 <p>《まとめ》</p> <p>【学習課題】 楽しく競争をするためには、用具の置き場所や友達との間隔など安全面に気を付けることが大切だね。</p>																
45	<p>《整理運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手首・足首・首のストレッチ <p>《片付け》</p> <p>日本レクリエーション協会 子供の体力向上ホームページ 参照</p>																
評価事項	<p>評価【学びに向かう力、人間性等④】</p> <p>危険物がないか、友達とぶつからない十分な間隔があるかなど場の安全に気をつけようとしている。(観察・学習カード)</p>																

4 単元指導計画及び展開例

【9月】

単元名 固定施設を使った運動遊び (B 鉄棒運動) 全5時間

※学校の実態に即して、固定施設を選択すること

(1) 単元のねらい

知・技 : 固定施設を使った運動遊びでは、その行い方を知るとともに、その動きを身に付けること。

思・判・表 : 器械・器具を用いた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、場や器械・器具の安全に気を付けたりすること。

(2) 運動の仕方等

固定施設を使った運動遊びでは、ジャングルジムや雲梯、登り棒、肋木、平均台などで、いろいろな登り下りやぶら下がりをしたり、懸垂移行をしたり、渡り歩きや跳び下りをしたり、逆さの姿勢をとったりするなどして遊ぶこと。

(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)

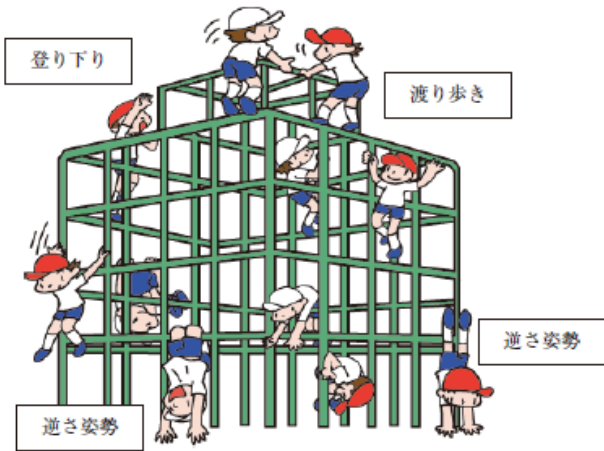
ジャングルジム	○安全について ・いそがない ・物を持って登らない ・飛び降りない	○良い動きを共有するために ・登り下り ・渡り歩き ・逆さ姿勢 (低い場所を横に移動して、高さに慣れるようにする。)
雲梯	○安全について ・ぶら下がっている子にさわらない ・上で立ち上がらない ・下をくぐり抜けない	○良い動きを共有するために ・懸垂移行 ・渡り歩き (少し斜めを向いた姿勢で片手ずつ動かして移動できるようにする。)
登り棒	○安全について (降り方の指導) ・飛び降りない ・いきよよく降りない ・1本の棒に1人だけ登る ・真下で待たない	○良い動きを共有するために ・登り下り ・逆さ姿勢 (ハチマキなどを巻いて節をつくり、足がすべらないようにする。)

(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

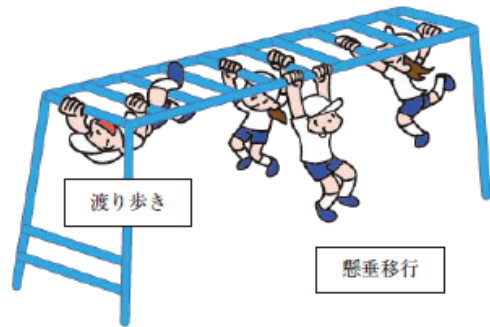
知識及び技能		思考力、判断力、表現力		学びに向かう力、人間性等	
つまずきの例	手立て・配慮	他者に伝える場面	内容例	つまずきの例	手立て・配慮
○ジャングルジムを使った運動遊びで、登ることが苦手	低い場所に音の鳴る教具を付けることで登ることへの興味を喚起したり、低い場所を横に移動したりして、高さに慣れるようにする。	○友達のよい動きを伝える例	友達のよい動きを擬態語や擬音語で表現したり、学習カードに書いたりする。	○怖くて運動遊びに取り組めない児童	器械・器具の高さを変えたり、痛くないように配慮した場を設定したりして、条件を変えた場を複数設定して選択できるようにする。
○雲梯を使った運動遊びで、体を揺らして移動することが苦手	体を支えて移動できるように補助をしたり、少し斜めを向いた姿勢で片手ずつ動かして移動できるように助言したりして、懸垂の姿勢と体の揺れを使って移動できる動きが身に付くようにする。			○自信がもてない児童	成功回数が多くなる簡単な運動遊びを取り入れたり、できたことを称賛したりして、肯定的な働きかけができるようにする。
○登り棒を使った運動遊びで、足が滑って登ることが苦手な児童	ハチマキなどを巻いて節をつくり、足が滑らないようにする。			○恥ずかしがる児童	二人組で手をつないで跳び下りたり、集団で転がったりできる運動遊びを取り入れたりして、友達と一緒に運動遊びをする楽しさに触れることができるようにする。

(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

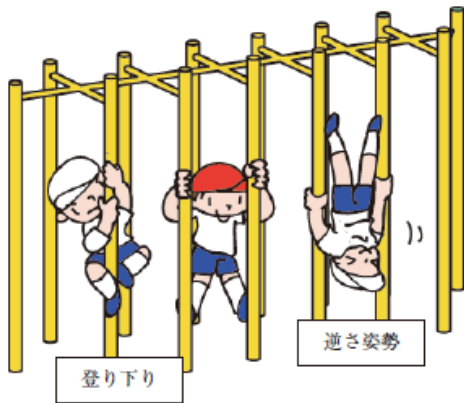
ジャングルジムを使った運動遊び



雲梯うんていを使った運動遊び



登り棒を使った運動遊び



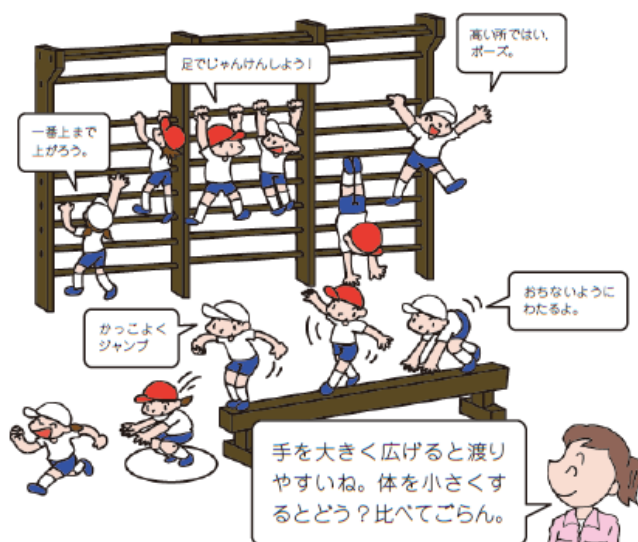
指導の充実のために → 解説 P.14・15・27

楽しく活動できるように運動の場を工夫する

児童がいろいろな登り方や下り方、渡り方などを工夫しやすいように運動の場を複数設け、巡回しながら取り組めるようにすることが有効です。

教師は全体を見渡すことができる位置にいて、助言をしたり、安全に注意させたりしていくことが大切です。

恐怖心から運動を躊躇する児童もいるため、易しい場や集団で取り組む場を設定し、運動遊びを楽しく行えるように場を工夫します。



よい動きを共有するために動きのポイントを押さえる

児童が支持やぶらさがり、振動、手足での移動、逆さ姿勢、回転などの動きを楽しく行う中で身に付けることができるように、児童の運動遊びの中から、コツとなる動きのポイントを具体的にに取り上げ、学級全体で共有するようにします。

指導のねらいに合わせて言葉がけを具体的にする

児童は運動遊びを楽しみ、いろいろな動きを工夫していきます。教師は、児童が考えた動きや気付きを生かして、指導のねらいを明確にし、学習を方向付ける具体的な言葉がけを行うようにします。



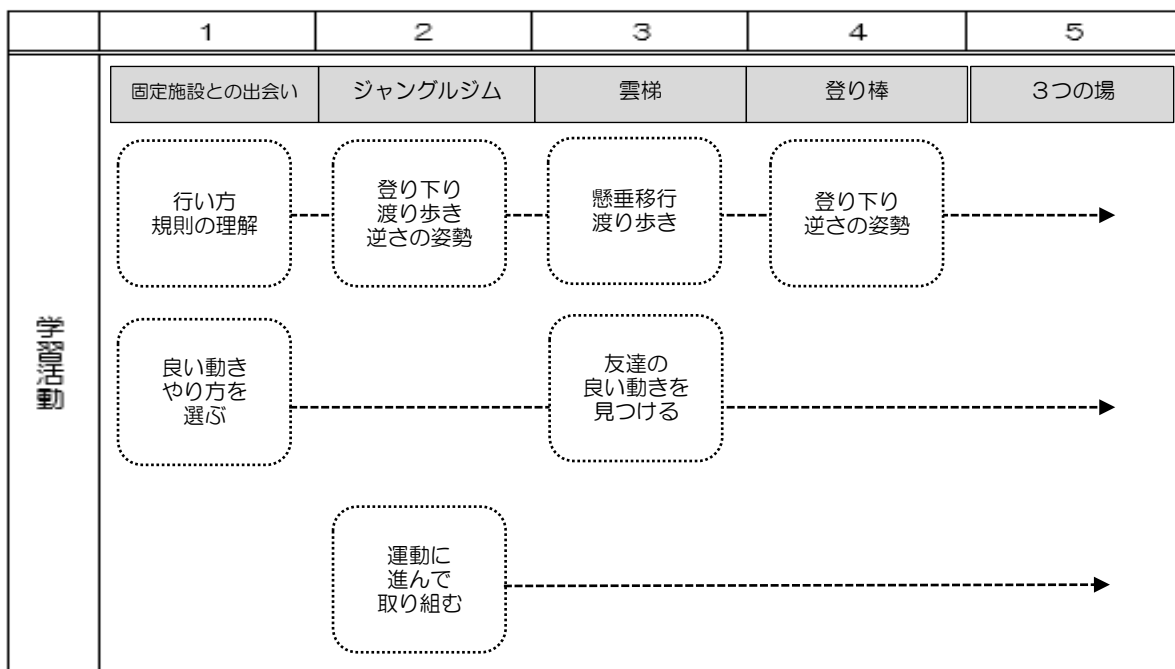
(6) 単元構想

① 目指す子供の姿

児童のこんな姿を目指します



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	○色々な固定施設の遊び方を知る。 ○安全に気を付けたそれぞれの固定施設での遊び方や姿勢の保持の仕方が分かる。	知・技① 思・判・表①	知・技① 思・判・表①
2	○ジャングルジムで登り下りや渡り歩き, 逆さの姿勢のコツをつかむ。 ○様々な固定施設の運動遊びに進んで取り組む。	知・技② 学・人①	知・技② 学・人①
3	○雲梯で懸垂移行や渡り歩きの動きのコツをつかむ。 ○友達のよい動きを見付けたり, 真似したりする。	知・技③ 思・判・表②	知・技③ 思・判・表②
4	○登り棒で登り下りや逆さの姿勢のコツをつかむ。	知・技④	知・技④
5	●多様な運動遊びを紹介しあったり, 実践したりしながら, 固定施設を使った運動遊びを楽しむ。		(知・技 ②③④)

(7) 系統図

支持系
(前方支持回転技)

鉄棒を使った運動遊び

- ふとん干し
- ツバメ
- 足抜き回り
- ふたの丸焼き
- さる
- こうもり
- ぶら下がり
- 跳び上がり・跳び下り
- 前に回って下りる

固定施設を使った運動遊び

- ジャングルジム
- 雲梯
- 登り棒
- 肋木

支持系
(後方支持回転技)

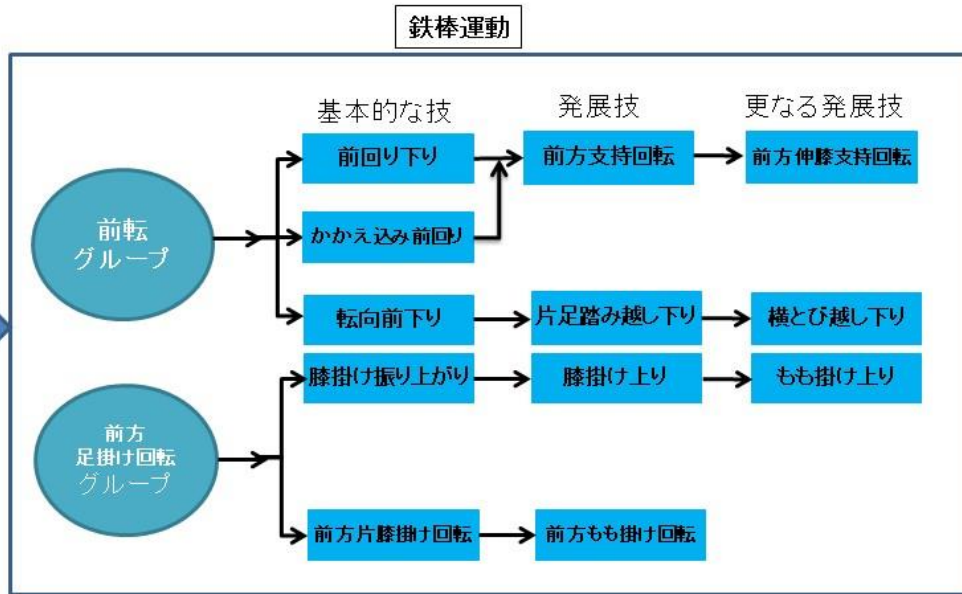
鉄棒を使った運動遊び

- ふとん干し
- ツバメ
- 足抜き回り
- ふたの丸焼き
- さる
- こうもり
- ぶら下がり
- 跳び上がり・跳び下り
- 前に回って下りる

固定施設を使った運動遊び

- ジャングルジム
- 雲梯
- 登り棒
- 肋木

鉄棒運動の系統図1 ※左に行くほど易しく、右に行くほど難しくなります



※ 器械運動領域では、技の系統図に沿って、易しい→難しいへ向かって段階的に学習を進めていきます。

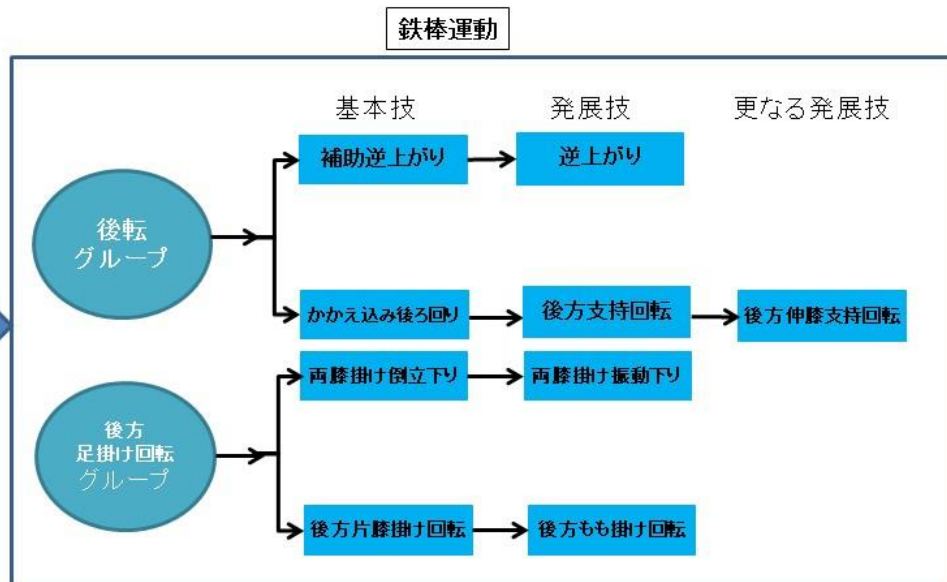
※ 例えば4学年で授業に入る際、全員の子どもが3学年時までに「前回り下り」を習得していれば、前転系の発展技「前方支持回転」から、授業を開始してよいこととなります。

※ 同じ系統である「前転系」もしくは「前方足掛け回転系」の基本的な技→発展技→更なる発展技と取り組みます。

※ 「易しい場」⇔「平坦な場」を繰り返すことにより、技のできばえを確認し、技のポイントや練習方法を見直しながら学習を進め、技の習得につなげていきます。

※ 少なくとも、中学年で基本的な技を1つ、高学年で発展技を1つはできるようにすることをめざします。

鉄棒運動の技の系統図2 ※左に行くほど易しく、右に行くほど難しくなります



※ 器械運動領域では、技の系統図に沿って、易しい→難しいへ向かって段階的に学習を進めていきます。

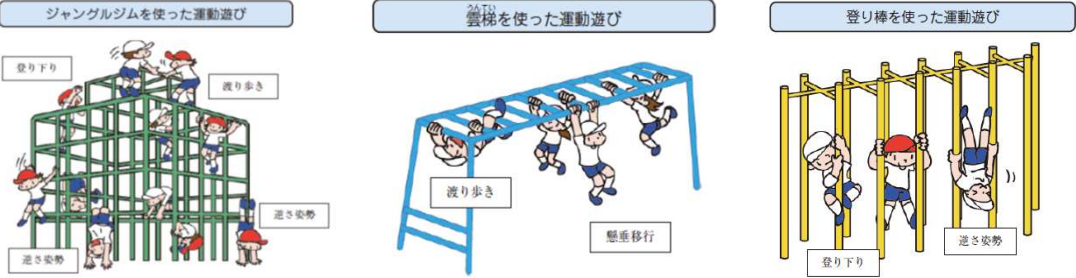
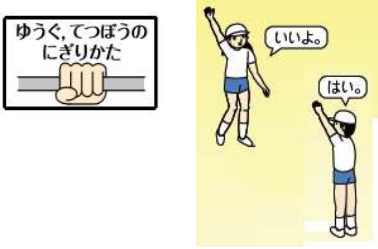
※ 例えば4学年で授業に入る際、全員の子どもが3学年時までに「補助逆上がり」を習得していれば、後転系の発展技「逆上がり」から、授業を開始してよいこととなります。

※ 同じ系統である「後転系」もしくは「後方足掛け回転系」の基本的な技→発展技→更なる発展技と取り組みます。

※ 「易しい場」⇔「平坦な場」を繰り返すことにより、技のできばえを確認し、技のポイントや練習方法を見直しながら学習を進め、技の習得につなげていきます。


※ 少なくとも、中学年で基本的な技を1つ、高学年で発展技を1つはできるようにすることをめざします。

(8)展開例

時間	1 時間目 (全 5 時間)	
重点的指導事項	指導【知識及び技能①】 色々な固定施設の遊び方を知る。	指導【思考力、判断力、表現力等①】 安全に気を付けたそれぞれの固定施設での遊び方や姿勢の保持の仕方が分かる。
5	本時の学習内容を知る。 校庭の固定施設の名称を知る。 固定施設遊び(単元)の学習の進め方を知る。	
10	準備運動 共通メニュー(首・手首・足首等) 軽いジョギング、スキップ、ジャンプ等 ※リズム太鼓を使うと意欲アップに効果的 ※声を出し合いながら元気よく行わせる。	
15	【学習課題】 わくわくランドのいろいろなステージの遊び方を知って、安全に気を付けながら正しく遊ぼう。	
20	3つの固定施設で試みに遊ぶ ①ジャングルジムステージ: 登る、下りる、くぐる、跳び下りる等 ②雲梯ステージ: ぶら下がる、ぶら下がって移動する、跳び下りる等 ③登り棒ステージ: 登る、下りる、掴まって止まる等 【知識及び技能①】 	
25	評価【知識及び技能①】	【思考を高めるための発問】 安全に遊ぶためのきまりは何だろう。
30	安全に気を付けたそれぞれの固定施設での遊び方や姿勢の保持の仕方が分かる。 遊具を使うときのきまり ①前の順番の人が着地した後、お互い向かい合って目を合わせて挙手し、「はい」と合図してからスタートするとよい ②跳び下りるときには、下に人がいないことを確かめるとよい ③棒を握るときには、親指をかけて確実に握るとよい 等	
35	指導【思考力、判断力、表現力等①】	
40	評価【思考力、判断力、表現力等①】	【まとめ】 いろいろなステージの遊び方を知って、安全のきまりを守って遊ぶと楽しいね。
45	振り返り(学習カード記入、発表) ※どんなことに気を付けたと安全にできたかを発表させる。 ※話型を例示すると、発表がスムーズにできる。 整理運動(手首・足首・首のストレッチ等) ※ゆっくりと、使った部位をしっかり伸ばしたり、曲げたりさせる。 図: 器械運動指導の手引<<文部科学省>> まるわかりハンドブック<<文部科学省>>	
評価事項	評価【知識及び技能①】 色々な固定施設の遊び方が分かっていたか。 (観察・学習カード)	評価【思考力、判断力、表現力等①】 安全に気を付けたそれぞれの固定施設での遊び方や姿勢の保持の仕方が分かっていたか。(観察・学習カード)

時間	2 時間目 (全 5 時間)		
重点的指導事項	指導【知識及び技能②】 ジャングルジムで登り下りや渡り歩き、逆さの姿勢のコツをつか	指導【学びに向かう力、人間性等①】 様々な固定施設の運動遊びに進んで取り組む。	
5 10 15 20 25 30 35 40 45	準備運動 共通メニュー(首・手首・足首等) 軽いジョギング、スキップ、ジャンプ等	※リズム太鼓を使うと意欲アップに効果的 ※声を出し合いながら元気よく行わせる。	
	【学習課題】 ジャングルジムステージでの遊び方のコツを知って、楽しく遊ぼう。		
	指導【学びに向かう力、人間性等①】	【ジャングルジムでの遊び方のポイントの例】	
	ジャングルジムステージでの動き ①登る 上に動く ②下りる 下に動く ③横に渡る 左・右に動く ④くぐる 前・後ろに動く ⑤跳び下りる 低いところでひざを曲げて着地する ⑥逆さ姿勢 ひざをしっかりとかける うでを伸ばして手をつく 等		くぐり抜けや移行のときは、移動する足で探りながら、鉄棒をしっかりと踏ませることを徹底させる 足を置く棒をしっかりと決めてから、足を動かそう！ (左に渡るとき)左に動こう！ (右に渡るとき)右に動こう！ (前に動くとき)前に動こう！ (後ろに動くとき)後ろに動こう！ (手をついて逆さ姿勢のとき)しっかりとうでを伸ばそう！
	(登るとき)上に動こう！ (下りるとき)下に動こう！ (跳び下りるとき)低いところでひざをくの字にして着地しよう！ (足をかけて逆さ姿勢のとき)ひざをしっかりと鉄棒にかけよう！	評価【学びに向かう力、人間性等①】	【ポイントを確認するための発問】 ジャングルジムステージでの遊び方のコツにはどんなものがあったかな。
	指導【知識及び技能②】 ジャングルジムステージでの動き	①登るときは、上に動く ②下りるときは、下に動く ③横に渡るときは、左や右に動く ④くぐるときは、前や後ろに動く ⑤跳び下りるときは、低いところでひざをくの字にして着地する ⑥逆さ姿勢のときは、ひざをしっかりとかけたり、うでを伸ばして手をついたりする 等	【意欲を高めるための発問】 6つの遊び方のコツを使って動いてみよう。
	児童の意欲を高める声かけ ①素早く動いているね ②着地でしっかりとひざをくの字にして着地しているね ③ひざをしっかりとかけているね ④うでをしっかりと伸ばしているね ⑤〇〇さんの動きは面白いね 真似してみよう ⑥動物さんみたいにできるといいね 等	評価【知識及び技能②】	【まとめ】 6つの遊び方のコツを使うと、上手にできるね。
	振り返り(学習カード記入、発表) ※どんな遊び方のコツを見つけたかを発表させる。 ※話型を例示すると、発表がスムーズにできる。	整理運動(手首・足首・首のストレッチ等) ※ゆっくりと、使った部位をしっかりと伸ばしたり、曲げたりさせる。	図:まるわかりハンドブック《文部科学省》
	評価【知識及び技能②】 ジャングルジムで登り下りや渡り歩き、逆さの姿勢のコツをつかんでいたか。(観察・学習カード)	評価【学びに向かう力、人間性等①】 様々な固定施設の運動遊びに進んで取り組んでいたか。(観察)	

時間	3 時間目 (全 5 時間)	
重点的指導事項	指導【知識及び技能③】 雲梯で懸垂移行や渡り歩きの動きのコツをつかむ。	指導【思考力、判断力、表現力等②】 友達のよい動きを見付けたり、真似したりする。
5	準備運動 共通メニュー(首・手首・足首等) 軽いジョギング、スキップ、ジャンプ等 ※リズム太鼓を使うと意欲アップに効果的 ※声を出し合いながら元気よく行わせる。	
10	【学習課題】雲梯ステージでの遊び方のコツを知って、上手な友達の真似をしてみよう	
15	指導【知識及び技能③】	【雲梯での遊び方のポイントの例】
20	雲梯ステージでの動き ①ぶら下がる ②ぶら下がって移動する(横渡り) ③ぶら下がって移動する(縦渡り) ④渡り歩き ⑤跳び下りる	<p>棒を握るときは親指をかけてしっかり握る</p> <p>棒を握るときは親指をかけてしっかり握って移動する</p> <p>棒を握るときは親指をかけてしっかり握って、体を前後に大きく振って移動する</p> <p>少し斜めを向いた姿勢で片手ずつ動かして移動する</p> <p>ひざをくの字に曲げて着地する 等</p> <p>順手で握り、体を前後に大きく振って、移行できるようにする</p> <p>(縦渡りするとき) しっかりと握って、体を前後に多く振って移動しよう!</p> <p>(横渡りするとき) しっかりと握って移動しよう!</p> <p>(渡り歩きするとき) 少し斜めを向いた姿勢で片手ずつ動かして移動しよう!</p> <p>渡り歩き</p> <p>懸垂移行</p>
25	【課題に迫る発問】 雲梯ステージでの遊び方のコツにはどんなものがあったかな。	
30	雲梯での動き ①親指をかけてしっかり握って移動する ②体を前後に大きく振って移動する ③少し斜めを向いた姿勢で片手ずつ動かして移動する ④ひざをくの字に曲げて着地する 等	【課題に迫る発問】 4つの遊び方のコツを使って動いている友達を見付けて、真似してみよう。
35	指導【思考力、判断力、表現力等②】 友達のよい動きを見付けたり、真似したりする ①体を前後に大きく振って移動している人を見付ける ②少し斜めを向いた姿勢で片手ずつ動かして移動する人を見付ける ③ひざをくの字に曲げて着地する人を見付ける 等	
40	評価【知識及び技能③】	評価【思考力、判断力、表現力等②】
45	【まとめ】4つの遊び方のコツを使うと、上手にできるね。	
	振り返り(学習カード記入、発表) ※友達がどんな遊び方のコツを使っていたかを発表させる。 ※話型を例示すると、発表がスムーズにできる。	整理運動(手首・足首・首のストレッチ等) ※ゆっくりと、使った部位をしっかり伸ばしたり、曲げたりさせる。
評価事項	評価【知識及び技能③】 雲梯で懸垂移行や渡り歩きの動きのコツをつかんでいたか。(観察・学習カード)	評価【思考力、判断力、表現力等②】 友達のよい動きを見付けたり、真似したりしていたか。(観察・学習カード)

時間	4 時間目 (全 5 時間)	
重点的指導事項	指導【知識及び技能④】 登り棒で登り下りや逆さの姿勢のコツをつかむ。	
5	準備運動 共通メニュー(首・手首・足首等) 軽いジョギング、スキップ、ジャンプ等 ※リズム太鼓を使うと意欲アップに効果的 ※声を出し合いながら元気よく行わせる。	
	【学習課題】 登り棒ステージでの遊び方のコツを知って、楽しく遊ぼう。	
10	指導【知識及び技能④】 【登り棒での遊び方のポイントの例】 登り棒ステージでの動き(「裸足で→靴下で→靴で」とスモールステップで挑戦させる) ① 掴まって止まる 足の裏や太腿の内側で棒をしっかりとはさんで、体を支える ② 登る (2本の棒で) 体を左右に振りながら登る ③ 登る (1本の棒で) 足で棒をしっかりとはさんでから、少し上をつかむ ④ 下りる 足で棒をしっかりとらしてはさんでから、力を入れている手を少し弱くする ⑤ 逆さ姿勢になる 腕をのばしてしっかりと握る(ハチマキなどを巻いて節をつくり、足がすべらないようにする) ⑥ 足抜き回りをする 補助者が背中合わせになって、押し上げる 等	手で体を引きあげる動きとしっかりと固定した足のひざを伸ばす動きをタイミングよく行うようにさせる 足で登り棒をしっかりとらしてはさんで！ひざを伸ばしながら、手でぐっとひきつけよう！
15		
20	(1本の棒で登るとき) 足をしっかりとらしてはさんでから、少し上をつかもう！ (下りるとき) 足をしっかりとらしてはさんでから、ゆっくりと手の力を弱めよう！	(2本の棒で登るとき) しっかりと握って、体を前後に多く振って移動しよう！ (逆さ姿勢のとき) 腕をのばしてしっかりと握ろう！
25	【ポイントを確認するための発問】 登り棒ステージでの遊び方のコツにはどんなものがあったかな。	
30	登り棒での動き ① 足の裏や太腿の内側で棒をしっかりとらしてはさんで、体を支える ② 体を左右に振りながら登る ③ 足で棒をしっかりとらしてはさんでから、少し上をつかむ ④ 足で棒をしっかりとらしてはさんでから、力を入れている手を少し弱くする ⑤ 腕をのばしてしっかりと握る 等	
	【技能を高めるための発問】 5つの遊び方のコツを使って動いてみよう。	
35	児童の技能を高める声かけ ① 足の裏や太腿の内側で棒をしっかりとらしてはさんで、体を支えてるね ② 体を左右に振りながら登ってるね ③ 足で棒をしっかりとらしてはさんでから、少し上をつかんでいるね ④ 足で棒をしっかりとらしてはさんでから、力を入れている手を少し弱くしているね ⑤ 腕をのばしてしっかりと握ってるね 等 評価【知識及び技能④】	
40	【まとめ】 5つの遊び方のコツを使うと、上手にできるね。	
45	振り返り(学習カード記入、発表) ※どんなコツがあったかを発表させる。 ※話型を例示すると、発表がスムーズにできる。 整理運動(手首・足首・首のストレッチ等) ※ゆっくりと、使った部位をしっかりと伸ばしたり、曲げたりさせる。	図:まるわかりハンドブック《文部科学省》
評価事項	評価【知識及び技能④】 登り棒で登り下りや逆さの姿勢のコツをつかんでいたか。	

4 単元指導計画及び展開例

【9月】

単元名 鉄棒を使った運動遊び (B 器械運動) 全6時間

(1) 単元のねらい

知・技 : 鉄棒を使った運動遊びでは, その行い方を知るとともに, 支持しての揺れや上がり下り, ぶら下がりや易しい回転をすること。

思・判・表 : 器械・器具を用いた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, 場や器械・器具の安全に気を付けたりすること。

(2) 運動の仕方等

鉄棒を使った運動遊びでは, 鉄棒を使って, 手や腹, 膝で支持したり, ぶら下がったり, 揺れたり, 跳び上がったり, 跳び下りたり, 易しい回転をしたりするなどして遊ぶこと。

(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)

ぶとんほし	<ul style="list-style-type: none"> 力を抜いて, おへその下で鉄棒を挟み込む。 軽く膝を曲げて手を放す。 鉄棒にマットをかける。 下にマットを置く。 	ぶたのまるやき	<ul style="list-style-type: none"> 手で鉄棒をつかみ, 勢いをつけて足を蹴り上げ, 両足を鉄棒に引っ掛ける。 膝裏に鉄棒を引っ掛ける。 鉄棒が胸に当たるように引き付ける。 苦手な子には, 台を用意する。 友達とじゃんけんをしたり, 向きを変えたりして, 楽しむことができるようにする。
じゅもり	<ul style="list-style-type: none"> 両膝を鉄棒に掛け, ゆっくりと手を離す。 力を抜き逆さになる感覚をつかむ。 足抜き回りから足を掛けると鉄棒に掛けやすい。 	跳び上がり・跳び下り	<ul style="list-style-type: none"> 鉄棒を上から押さえつけるようにして跳び上がる。 肘を伸ばして, 胸をはる。 足を振り, 体の反動をつかって跳び下りる。 跳ぶ瞬間に鉄棒を強く押す。 跳んだときは背中を反らす。 姿勢を変えて下りてみる。
さる	<ul style="list-style-type: none"> 鉄棒をしっかりと握り, 体を揺らす。 片手や両手でぶら下がる。 友達と動きを合わせてみる。 	つばめ	<ul style="list-style-type: none"> 肘を伸ばし, 腰骨辺りで体を支える。 背中を伸ばして顔を上げる。 つま先を伸ばし, 前を見て静止する。

(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		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
<p>○体を揺らすことが苦手</p> <p>○鉄棒上で支えたりバランスをとることが苦手</p>	<p>腕や頭を動かして反動をつけたり、補助を受けて体を軽く揺らしたりして、揺れるための体の動かし方が身に付くようにする</p> <p>伸ばす部位を助言したり、支持しているときの目線の先を示したりして、バランスをとる動きが身に付くようにする</p>	<p>○友達のよい動きを伝える例</p>	<p>友達のよい動きを擬態語や擬音語で表現したり、学習カードに書いたりする</p>	<p>○怖くて運動遊びに取り組めない児童</p> <p>○自信がもてない児童</p> <p>○恥ずかしがる児童</p>	<p>器械・器具の高さを変えたり、痛くないように配慮した場を設定したりして、条件を変えた場を複数設定して選択できるようにする。</p> <p>成功回数が多くなる簡単な運動遊びを取り入れたり、できたことを称賛したりして、肯定的な働きかけができるようにする。</p> <p>二人組で手をつないで跳び下りたり、集団で転がったりできる運動遊びを取り入れたりして、友達と一緒に運動遊びをする楽しさに触れることができるようにする。</p>

(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

ぶら下がり～両手でぶら下がっての振動、片膝をかけたの振動、腹をかけたのぶら下がりなどをする。～

いろいろな姿勢でぶら下がろう。

動きのポイント
・鉄棒をしっかり握り、振るときは体全体を使って行うようにします。

大きく振ってみよう。

友達と動きを合わせてみよう。

指導の充実のために → 解説 P.14・15・28

楽しく活動できるように運動の場を工夫する

児童が運動遊びに没頭したり、新しい動きを見付けたり、より楽しい遊び方を工夫できるように、体の姿勢、振動や回転の方向、行く人数などを視点として動きを工夫できるように言葉がけをしたり、運動の場を複数設けたりします。

場の工夫例

- ・「にんじゃしゅぎょう」「〇〇ゆうえんち」などのテーマを設け、複数の場を設定する。
- ・踏み板やマット、タオルやベルトなどの用具を補助具として活用し、安心して運動できるようにするなど。

いろいろな「こうもりのじゅつ」があるね。私は交互にふって遊びたいな。

ひざかけのじゅつ

こうもりのじゅつ

よい動きを共有するために動きのポイントを押さえる

児童が支持やぶら下がり、回転などの動きを楽しく行いながら身に付けることができるように、児童の運動遊びの中から、コツとなる動きのポイント*を具体的に取り上げ、学級全体で共有するようにします。

*「動きのポイント」は左のページを参照

動きのポイントがイメージできるような言葉がけの例

- ・体に力を入れよう→胸をはってみよう
- ・体を小さくしよう→足をおへそに引きつけよう
- ・大きくふろう→つま先を遠くまで運んでみよう
- ・体を丸めよう→ボールのように小さくならうなど

足を小さくたたむと、回りやすそうだね。たくさん回って楽しみましょう。

ぼくも体を小さくしてたくさん回って楽しもう。

指導のねらいに合わせて言葉がけを具体的に

児童が友達と仲よく、支持やぶら下がり、振動などの運動遊びを夢中になってしたり、いろいろな姿勢や方向に回転して工夫して楽しんだりすることができるように、指導のねらいを明確にし、学習を方向付ける具体的な言葉がけを行うようにします。

〇〇さんたちのように鉄棒をしながらじゃんけんをすると、楽しそうだよ。

友達と仲よく遊ぶことをとおして、いろいろな鉄棒遊びの仕方を広げることがを意図して言葉がけをしています。

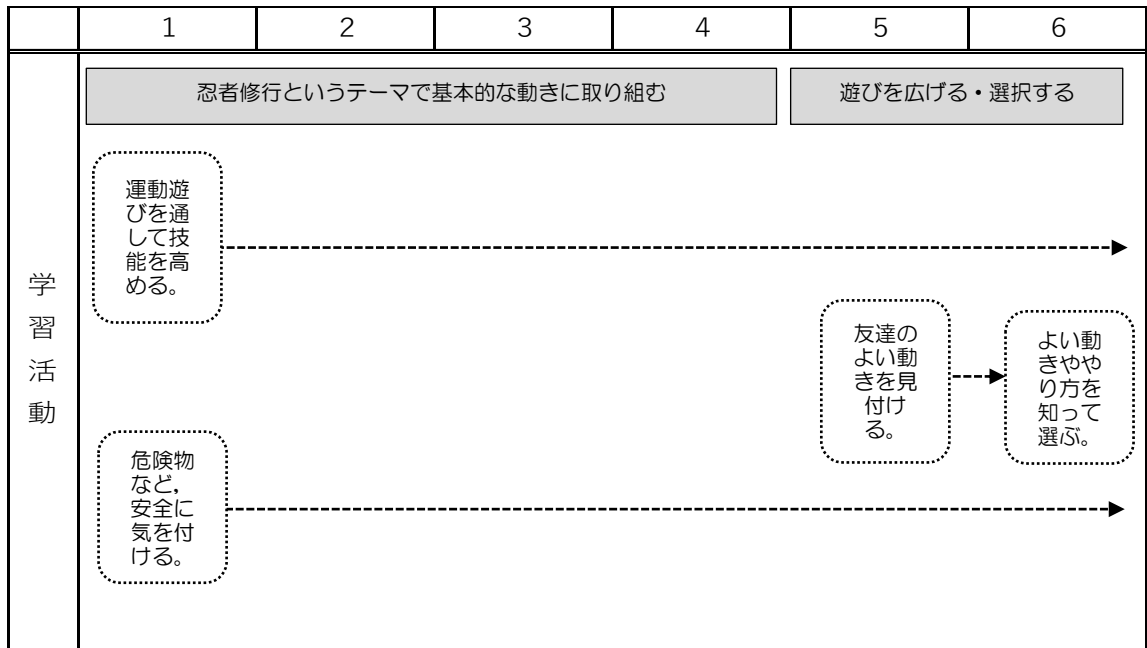
(6) 単元構想

① 目指す子供の姿

児童のこんな姿を目指します



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	○鉄棒を使った運動遊びの行い方を知る。 ○危ないものがないか, 近くに人がいないかなど安全に気を付ける。	知・技⑩ 学・人④	知・技⑩
2	○腹や膝, 手でぶら下がったり, 揺れたりする。	知・技⑪	
3	●腹や膝, 手でぶら下がったり, 揺れたりする。		学・人④
4	○体を伸ばし手で支え, バランスをとって止まる。	知・技⑫	
5	○友達の良い動きを見付ける。	思・判・表②	思・判・表② 知・技⑪
6	○よい動きややり方を知って選ぶ。	思・判・表①	思・判・表① 知・技⑫

支持系
(前方支持回転技)

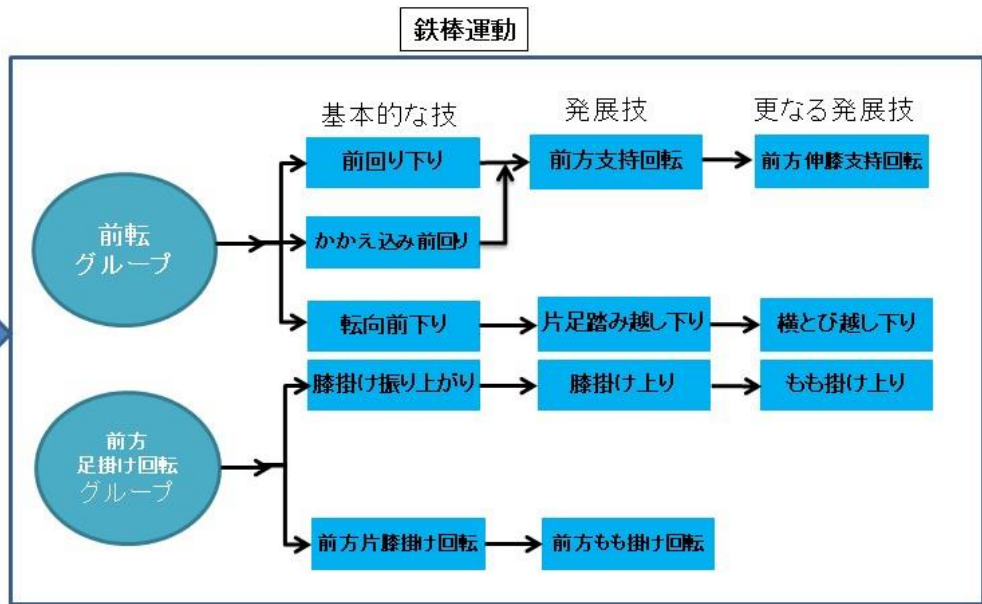
鉄棒を使った運動遊び

- ふとん干し
- ツバメ
- 足抜き回り
- ぶたの丸焼き
- さる
- こうもり
- ぶら下がり
- 跳び上がり・跳び下り
- 前に回って下りる

固定施設を使った運動遊び

- ジャングルジム
- 雲梯
- 登り棒
- 肋木

鉄棒運動の系統図1 ※左に行くほど易しく、右に行くほど難しくなります



※ 器械運動領域では、技の系統図に沿って、易しい→難しいへ向かって段階的に学習を進めていきます。

※ 例えば4学年で授業に入る際、全員の子どもが3学年時までに「前回り下り」を習得していれば、前転系の発展技「前方支持回転」から、授業を開始してよいことになります。

※ 同じ系統である「前転系」もしくは「前方足掛け回転系」の基本的な技→発展技→更なる発展技と取り組みます。

※ 「易しい場」⇔「平坦な場」を繰り返すことにより、技のできばえを確認し、技のポイントや練習方法を見直しながら学習を進め、技の習得につなげていきます。

※ 少なくとも、中学年で基本的な技を1つ、高学年で発展技を1つはできるようにすることをめざします。

支持系
(後方支持回転技)

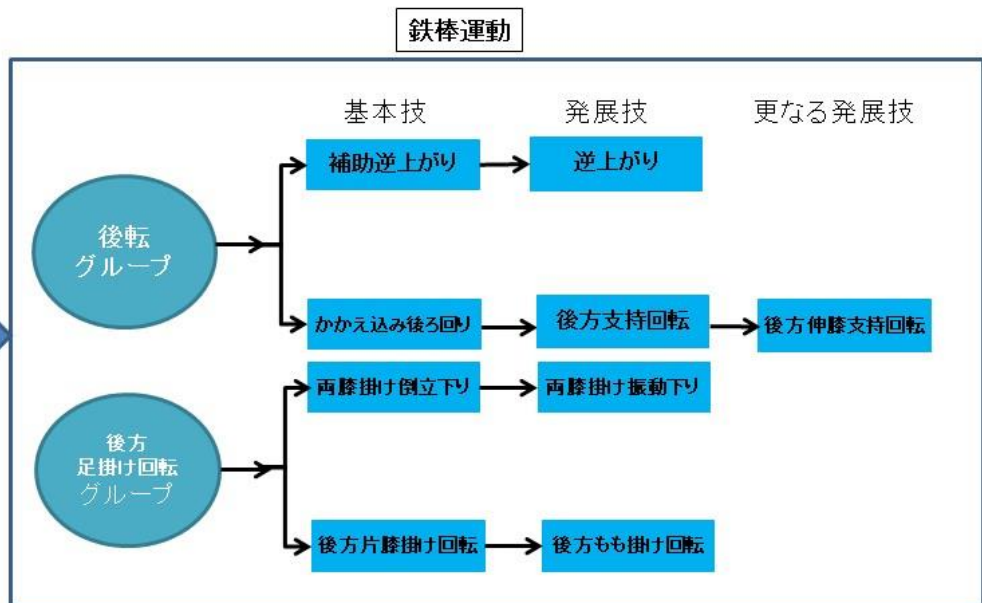
鉄棒を使った運動遊び

- ふとん干し
- ツバメ
- 足抜き回り
- ぶたの丸焼き
- さる
- こうもり
- ぶら下がり
- 跳び上がり・跳び下り
- 前に回って下りる

固定施設を使った運動遊び

- ジャングルジム
- 雲梯
- 登り棒
- 肋木

鉄棒運動の技の系統図2 ※左に行くほど易しく、右に行くほど難しくなります



※ 器械運動領域では、技の系統図に沿って、易しい→難しいへ向かって段階的に学習を進めていきます。

※ 例えば4学年で授業に入る際、全員の子どもが3学年時までに「補助逆上がり」を習得していれば、後転系の発展技「逆上がり」から、授業を開始してよいことになります。

※ 同じ系統である「後転系」もしくは「後方足掛け回転系」の基本的な技→発展技→更なる発展技と取り組みます。

※ 「易しい場」⇔「平坦な場」を繰り返すことにより、技のできばえを確認し、技のポイントや練習方法を見直しながら学習を進め、技の習得につなげていきます。

※ 少なくとも、中学年で基本的な技を1つ、高学年で発展技を1つはできるようにすることをめざします。

※参考 (中学校学習指導要領解説 保健体育編より 中学1年～中学3年で例示された技)

中学1、2年

鉄棒運動の主な技の例示

系	技群	グループ	基本的な技 (主に中1・2で例示)	発展技
支	前方支持回転	前転	前方支持回転 →	前方伸膝支持回転
			踏み越し下り →	支持跳び越し下り
持	後方支持回転	後転	前方足かけ回転 →	前方ももかけ回転
			膝かけ上がり →	ももかけ上がり → け上がり
系	後方支持回転	後転	後方支持回転 →	後方伸膝支持回転 → 後方浮き支持回転
			後ろ振り跳びひねり下り →	棒下振り出し下り
懸垂系	懸垂	懸垂	後方足かけ回転 →	後方ももかけ回転
			懸垂振動 (順手・片逆手) →	後ろ振り跳び下り 懸垂振動ひねり 前振り跳び下り


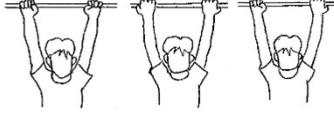

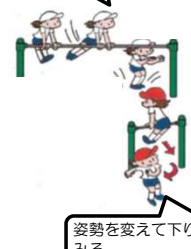






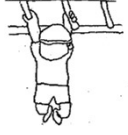
中学3年









鉄棒運動の主な技の例示








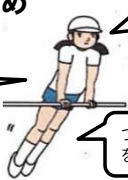
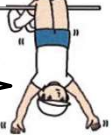





系	技群	グループ	基本的な技 (主に中1・2で例示)	発展技
支	前方支持回転	前転	前方支持回転 →	前方伸膝支持回転
			踏み越し下り →	支持跳び越し下り
持	後方支持回転	後転	前方足掛け回転 →	前方もも掛け回転
			膝掛け上がり →	もも掛け上がり → け上がり
系	後方支持回転	後転	後方支持回転 →	後方伸膝支持回転 → 後方浮き支持回転
			後ろ振り跳びひねり下り →	棒下振り出し下り
懸垂系	懸垂	懸垂	後方足掛け回転 →	後方もも掛け回転
			懸垂振動 (順手・片逆手) →	後ろ振り跳び下り 懸垂振動ひねり 前振り跳び下り





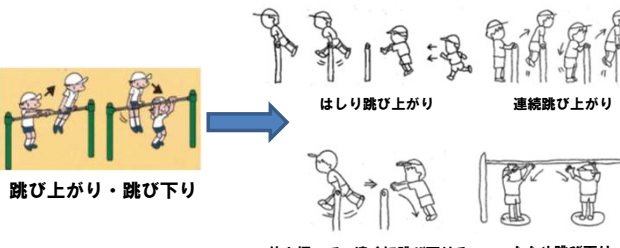
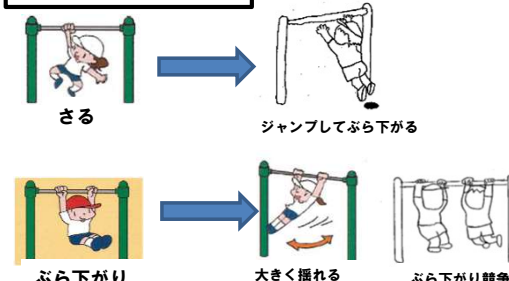
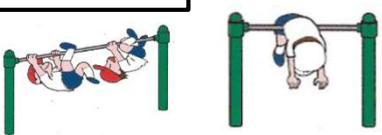
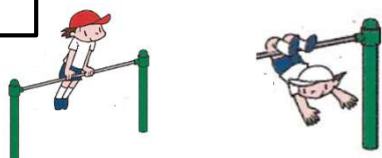
(8)展開例


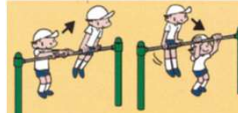





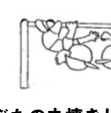










時間	1 時間目 (全 6 時間)	
重点的指導事項	指導【知識及び技能⑩】 鉄棒を使った運動遊びの行い方を知る。	指導【学びに向かう力、人間性等④】 危ないものがないか、近くに人がいないかなど安全に気を付ける。
5	○準備運動 ・動かす部位を回す、伸ばす。 ※声を出し合いながら、元氣よく行う。 ・ジャックナイフストレッチ ・鉄棒遊び <div style="border: 2px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 忍法「鉄棒の術」を身に付けるため、忍者修行に出かけよう！！ </div> 〔鉄棒遊びの例〕 ※単元を通して、「忍者修行」というテーマを設け、児童の意欲化を図る。 ぶら下がり競争	
10	〈オリエンテーション〉 ○学習の進め方 ・全6時間の流れ、準備物の確認、学習カードの書き方、グループ編成など。 <div style="border: 2px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 【課題に迫る発問】安全に学習するためには、どんなことに気を付ければよいです </div> ○安全指導 ・危険物の確認、試技前の安全確認、試技の順番、鉄棒の握り方(特に親指には注意)など。	
15	○技の系統性について知る ・これまでに学習した技(幼稚園等で)、これから学習する技の確認。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> 指導【知識及び技能⑩】 </div>	ゆうく、てつぼうのにぎりかた   順手 逆手 片逆手
20 25	○これから学習する技の紹介と試しの運動。 ・ふとん干し ・つばめ ・足抜きまわり ・ぶたの丸焼き ・さる ・こうもり ・ぶら下がり ・跳び上がり、跳び下り ・前に回って下りる 	
30 35	○跳び上がり・跳び下りに取り組む。 ・全体でポイントを確認しながら、繰り返し練習を行う。 ・ペアやグループを組み、見合い・教え合いの場を意図的につくる。 <div style="border: 2px solid black; padding: 5px;"> 指導【学びに向かう力、人間性等④】 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 跳び上がり・跳び下りの術 跳び上がり・跳び下り </div> 鉄棒を上から押さえつけるようにして跳び上がる。 ひじを伸ばして、胸をはる。 足を振り、体の反動をつかって跳び下りる。 跳ぶ瞬間に鉄棒を強く押す。 低い鉄棒から挑戦する。 姿勢を変えて下りてみる。	少しずつ速く下りてみよう。 
40 45	○跳び上がり・跳び下りの動きを使って遊びを広げる。 ・できる遊びをレベルアップさせて楽しむ。 〈遊びの例〉  はしり跳び上がり 体を振って、遠くに跳び下りる 連続跳び上がり ななめ跳び下り <div style="border: 2px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 【まとめ】けがをしったり、させたりしないためには、周りに気を付けることが大切だね。これから、忍者修行がんばっていこう。 </div> ○振り返り(学習カード記入、発表) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 評価【知識及び技能⑩】 </div> ・どんな約束に気を付けて取り組んだかを発表させる。 ・話形を用意しておくとう発表がスムーズにできる。 ○整理運動、片付け ・ゆっくりと、使った部位をしっかりと伸ばしたり曲げたりさせる。	
評価事項	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 評価【知識及び技能⑩】 鉄棒を使った運動遊びの行い方を知っている。(学習カード) </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 図：体育まるわかりハンドブック《文部科学省》 器械運動 指導の手引き 《文部科学省》 </div>	

時間	2 時間目 (全 6 時間)		
重点的指導事項	指導【知識及び技能①】 腹や膝、手でぶら下がったり、揺れたりする。		
5 10	<p>○準備運動</p> <ul style="list-style-type: none"> 動かす部位を回す、伸ばす。 ジャックナイフストレッチ 固定施設を使った運動遊び <p>※声を出し合いながら、元氣よく行う。</p> <p>〈雲梯での例〉</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>横わたり</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>1 個とばし</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>前ぶら下がり</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>横ぶら下がり</p> </div> </div> <p>※準備運動を兼ねて、毎時間固定施設での運動遊びを取り入れる。本時の動きにつながる運動遊び等を行うことで、鉄棒への苦手意識を取り除いたり、中学年以降の器械運動につながる動きを遊びながら身に付けたりすることをねらう。</p>		
15	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; display: inline-block;">【学習課題】 ゆらゆらモンキーの術を身に付けよう。</div>		
20 25 30	<p>○さる・ぶらさがりに取り組む。</p> <ul style="list-style-type: none"> 全体でポイントを確認しながら、繰り返し練習を行う。 ペアやグループを組み、見合い・教え合いの場を意図的につくる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px; text-align: center;"> ゆらゆらモンキーの術 </div>	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; display: inline-block;">【課題に迫る発問】 術を成功させるコツは何だろう？</div>	
35 40 45	<p>さる</p> <p>片手や両手でぶらさがる。</p> <p>鉄棒をしっかりと握り、体を揺らす。</p> <p>友達と動きを合わせてみる。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px; text-align: center;"> 指導【知識及び技能①】 </div>	<p>ぶら下がり</p> <p>鉄棒をしっかりと握り、体を揺らす。</p> <p>大きく揺れて、ジャンプする。より遠くに着地することを目指す。</p> <p>〈遊びを広げる視点〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ポーズを変える 繰り返す 速さを変える 複数人で一緒に リレーなどで競う など <p>大きく揺れる友達と合わせて揺れる</p> <p>ぶら下がり競争</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px; text-align: center;"> 【まとめ】 ゆらゆらモンキーの術は、体の揺れを使って、大きく揺れることがポイントだね。 </div> <p>○振り返り(学習カード記入、発表)</p> <ul style="list-style-type: none"> どんな動きができるようになったか、できるようになったコツ(秘密)を発表させる。 話形を用意しておくとな発表がスムーズにできる。 <p>○整理運動、片付け</p> <ul style="list-style-type: none"> ゆっくりと、使った部位をしっかりと伸ばしたり曲げたりさせる。 	
評価事項	図：体育まるわかりハンドブック《文部科学省》 器械運動 指導の手引き 《文部科学省》		

時間	3 時間目 (全 6 時間)
重点的指導事項	●【学習を深める活動】
5 10	<p>○準備運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・動かす部位を回す、伸ばす。 ・ジャックナイフストレッチ ・固定施設を使った運動遊び <p>※声を出し合いながら、元氣よく行う。</p> <p>〈ジャングルジムでの例〉</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>山のぼり</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>うで支え</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>サーカス</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>ジャングル逆立ち</p> </div> </div> <p>※準備運動を兼ねて、毎時間固定施設での運動遊びを取り入れる。本時の動きにつながる運動遊び等を行うことで、鉄棒への苦手意識を取り除いたり、中学年以降の器械運動につながる動きを遊びながら身に付けたりすることをねらう。</p>
15	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> 【学習課題】 ぶら下がりの術を身に付けよう。 </div>
20 25 30	<p>○ぶたの丸焼き・ふとん干しに取り組む。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・全体でポイントを確認しながら、繰り返し練習を行う。 ・ペアやグループを組み、見合い・教え合いの場を意図的につくる。 <div style="text-align: center; border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> 【課題に迫る発問】 術を成功させるコツは何だろう？ </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>ぶら下がりの術</p> <p>ぶたの丸焼き</p> <p>手で鉄棒をつかみ、勢いをつけて足を蹴り上げ、両足を鉄棒に引っ掛ける。</p> <p>鉄棒が胸に当たるように引き付ける。苦手な子には、台を用意する。</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p>ふとん干し</p> <p>力を抜いて、おへその下を掛ける。</p> <p>軽く膝を曲げて手を放す。</p> <p>つま先・うでを伸ばし、静止する。</p> </div> </div>
35 40	<p>○跳び上がり・跳び下りの動きを使って遊びを広げる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・できる遊びをレベルアップさせて楽しむ。 <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>ぶたの丸焼き</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>片手ぶたの丸焼き</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>ふとん干し</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>ふとん干しじゃんけん</p> <p>そのまま前に回って下りる。</p> </div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> 評価【学びに向かう力、人間性等④】 </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> 【まとめ】 ふとん干しは、全身の力を抜くことがポイントだね。 </div> <p>○振り返り(学習カード記入、発表)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・どんな動きができるようになったか、できるようになったコツ(秘密)を発表させる。 ・話形を用意しておくとう発表がスムーズにできる。 <p>○整理運動、片付け</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゆっくりと、使った部位をしっかりと伸ばしたり曲げたりさせる。 <div style="text-align: right; margin-top: 10px;"> <small>図：体育まるわかりハンドブック《文部科学省》 器械運動 指導の手引き 《文部科学省》</small> </div>
45	<p>評価事項</p> <p>評価【学びに向かう力、人間性等④】</p> <p>危ないものがないか、近くに人がいないかなど安全に気をつけようとする。(観察)</p>

時間	4 時間目 (全 6 時間)
重点的指導事項	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>指導【知識及び技能⑫】 体を伸ばし手で支え、バランスをとってとまる。</p> </div>
5 10 15	<p>○準備運動</p> <ul style="list-style-type: none"> 動かす部位を回す、伸ばす。 ジャックナイフストレッチ 固定施設を使った運動遊び <p style="text-align: center;">※声を出し合いながら、元気よく行う。</p> <p>〈登り棒での例〉</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">        </div> <p style="text-align: center;">さる① さる② 手のぼり あめんぼ 片手はなし わたりのぼり 逆立ちあめんぼ</p> <p>※準備運動を兼ねて、毎時間固定施設での運動遊びを取り入れる。本時の動きにつながる運動遊び等を行うことで、鉄棒への苦手意識を取り除いたり、中学年以降の器械運動につながる動きに遊びながら身に付けたりすることをねらう。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> <p>【学習課題】変身の術を身に付けよう。</p> </div>
活 動 内 容 20 25 30	<p>○つばめ・こうもりに取り組む。</p> <ul style="list-style-type: none"> 全体でポイントを確認しながら、繰り返し練習を行う。 ペアやグループを組み、見合い・教え合いの場を意図的につくる。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;"> <p>【課題に迫る発問】術を成功させるポイントは何だろう？</p> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 100px; margin: 0 auto;">変身の術</div> <p>つばめ</p>  <p>背中を伸ばして顔を上げる。</p> <p>つま先を伸ばし、前を見て静止する。</p> <p>ひじを伸ばし、腰骨辺りで体を支える。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>こうもり</p>  <p>両膝を鉄棒に掛け、ゆっくりと手を離す。</p> <p>力を抜き逆さになる感覚をつかむ。</p> <p>足抜き回りにから足を掛けると鉄棒に掛けやすい。</p> </div> </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>指導【知識及び技能⑫】</p> </div>
35 40 45	<p>○つばめ・こうもりの動きを使って遊びを広げる。</p> <ul style="list-style-type: none"> できる遊びをレベルアップさせて楽しむ。 <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>つばめ</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>足たた ツイスト</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>こうもり</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>自転車こぎ ドーンじゃんけん 足じゃんけん</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>友達と合わせて揺れる こうもり下り</p> </div> </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> <p>〈遊びを広げる視点〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ポーズを変える ・繰り返し ・速さを変える 複数人で一緒に ・リレーなどで競う など </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> <p>【まとめ】つばめ変身の術は、背中をピンと伸ばすとカッコいいね。こうもり変身の術は、力を抜くことがポイントだね。</p> </div> <p>○振り返り(学習カード記入、発表)</p> <ul style="list-style-type: none"> どんな動きができるようになったか、できるようになったコツ(秘密)を発表させる。 話形を用意しておく発表がスムーズにできる。 <p>○整理運動、片付け</p> <ul style="list-style-type: none"> ゆっくりと、使った部位をしっかりと伸ばしたり曲げたりさせる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> <p>図：体育まるわかりハンドブック《文部科学省》 器械運動 指導の手引き 《文部科学省》</p> </div>
評価事項	

時間	5 時間目 (全 6 時間)	
重点的指導事項	指導【思考力、判断力、表現力等②】	
5	<p>○準備運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・動かす部位を回す、伸ばす。 ・ジャックナイフストレッチ ・固定施設を使った運動遊び <p>※準備運動を兼ねて、毎時間固定施設での運動遊びを取り入れる。本時の動きにつながる運動遊び等を行うことで、鉄棒への苦手意識を取り除いたり、中学年以降の器械運動につながる動きを遊びながら身に付けたりすることをねらう。</p> <p>〈固定施設を使った運動遊びの例〉</p> <p>※声を出し合いながら、元気よく行う。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">     </div> <p style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> 前ぶら下がり ジャングル逆立ち 手のぼり 足抜き回り </p>	
10	【学習課題】 術をマスターするために友達のよいところを見つけよう。	
15 20 25	<p>○これまで学習してきた技(跳び上がり・跳び下りの術、ゆらゆらモンキーの術、ぶら下がり術、変身の術)を選択して、遊びを広げる。(前半の活動)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ペアやグループで場を選択し、活動する。 ・得意な技やまだできない技、楽しく遊べる場など、児童の興味関心をもとに場を選択する。 ・グループ内で、上手にできている友達を見付ける。 <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>跳び上がり・跳び下りの術</p>  <p>はしり跳び上がり 連続跳び上がり</p> <p>跳び上がり・跳び下り</p> <p>体を振って、遠くに跳び下りる ななめ跳び下り</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>ゆらゆらモンキーの術</p>  <p>さる ジャンプしてぶら下がる</p> <p>ぶら下がり 大きく揺れる 友達と合わせて揺れる ぶら下がり競争</p> </div> </div>	
30	○前半の活動を振り返る。	
30	<p>指導【思考力、判断力、表現力等②】</p> <p>【課題に迫る発問】 友達のどんなところを見たらいいかな？</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <ul style="list-style-type: none"> ・友達のよいところを見付けられていた児童に発表させる。 ・どんなところが上手にできているかに着目して後半の活動に取り組むよう伝える。 ・同じ場だけでなく、いろいろな術で楽しく遊ぶように促す。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 40%;"> <p>〈遊びを広げる視点〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ポーズを変える ・繰り返し ・速さを変える ・複数人で一緒に ・リレーなどで競う など </div> </div>	
35	○これまで学習してきた技(跳び上がり・跳び下りの術、ゆらゆらモンキーの術、ぶら下がり術、変身の術)を選択して、遊びを広げる。(後半の活動)	
35	<ul style="list-style-type: none"> ・ペアやグループで場を選択し、活動する。 ・得意な技やまだできない技、楽しく遊べる場など、児童の興味関心をもとに場を選択する。 ・グループ内で、上手にできている友達を見付ける。 	
35	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>ぶら下がり術</p>  <p>ぶたの丸焼き ふとん干し</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>変身の術</p>  <p>つばめ こうもり</p> </div> </div> <p style="text-align: center;">※遊びを広げる例は、第6時参照</p>	
40	評価【知識及び技能①】	
40	【まとめ】 友達のよいところを見付けられたかな。	
40	○振り返り(学習カード記入、発表)	
40	<p>評価【思考力、判断力、表現力等②】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・よい動きをしていた友達、どんなところがよかったかを発表させる。 ・話形を用意しておくこと発表がスムーズにできる。 	
45	○整理運動、片付け	
45	<ul style="list-style-type: none"> ・ゆっくりと、使った部位をしっかりと伸ばしたり曲げたりさせる。 	
45	<p>図：体育まるわかりハンドブック《文部科学省》 器械運動 指導の手引き 《文部科学省》</p>	
評価事項	<p>評価【思考力、判断力、表現力等②】</p> <p>友達のよい動きを見付けている。(学習カード)</p>	<p>評価【知識及び技能①】</p> <p>腹や膝、手でぶら下がったり、揺れたりすることができる。(観察・動画)</p>

時間	6 時間目 (全 6 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。	
5	○準備運動 ・動かす部位を回す、伸ばす。 ・ジャックナイフストレッチ ・固定施設を使った運動遊び ※準備運動を兼ねて、毎時間固定施設での運動遊びを取り入れる。本時の動きにつながる運動遊び等を行うことで、鉄棒への苦手意識を取り除いたり、中学年以降の器械運動につながる動きを遊びながら身に付けたりすることをねらう。	 <p>前ぶら下がり ジャングル逆立ち 手のほり 足抜き回り</p>
10	【学習課題】 いろいろな術をレベルアップさせるために、修行の場を選ぼう。 【課題に迫る発問】 これまでどんな術を修行してきたかな？	
15	○これまで学習してきた技(跳び上がり・跳び下りの術、ゆらゆらモンキーの術、ぶら下がり術、変身の術)を選択して、遊びを広げる。(前半の活動) ・ペアやグループで場を選択し、活動する。 ・得意な技やまだできない技、楽しく遊べる場など、児童の興味関心をもとに場を選択する。 ・新しい遊びを考えてもよい。	
20	跳び上がり・跳び下りの術  <p>跳び上がり・跳び下</p>	ゆらゆらモンキーの術  <p>さる</p>  <p>ぶら下がり</p>
25	※遊びを広げる例は、第5時参照 ○前半の活動を振り返る。 指導【思考力、判断力、表現力等①】	
30	ぶら下がり術  <p>ぶたの丸焼き</p>	変身の術  <p>つばめ</p>
35	 <p>片手ぶたの丸焼き</p>  <p>ぶたの丸焼きじゃんけん</p>	 <p>足たたき</p>  <p>自転車こぎ</p>  <p>どんじゃんけん</p>  <p>ツイスト</p>  <p>足じゃんけん</p>
40	ふとん干し  <p>ふとん干し</p>	 <p>ふとん干しじゃんけん</p>  <p>こうもり</p>  <p>友達と合わせて揺れる</p>  <p>こうもり下り</p>
45	評価【知識及び技能⑫】 【まとめ】 楽しく遊べる場を選べたかな。鉄棒遊び楽しかったね。休み時間も安全に気を付けて友達と遊んでみよう。	
50	評価【思考力、判断力、表現力等①】 ・どんな遊びができたか、どんな工夫をしたかを発表させる。 ・話形を用意しておくこと発表がスムーズにできる。	○振り返り(学習カード記入、発表) ○整理運動、片付け ・ゆっくりと、使った部位をしっかり伸ばしたり曲げたりさせる。
55	図：体育まるわかりハンドブック《文部科学省》 器械運動 指導の手引き 《文部科学省》	
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んでいる。(学習カード・観	評価【知識及び技能⑫】 体を伸ばし手で支え、バランスをとってとまることができる。(観察・動

4 単元指導計画及び展開例

【10月】

単元名 多様な動きをつくる運動遊び：用具を操作する運動遊び（A 体づくりの運動遊び） 全6時間

（1）単元のねらい

- 知・運 : 多様な動きをつくる運動遊びでは、その行い方を知るとともに、用具を操作する動きをすることができる。
- 思・判・表 : 多様な動きをつく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ができる。
- 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ができる。

（2）運動の仕方等

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、用具に乗るなどの動きで構成される運動遊びを通して、用具を操作する動きを身に付けることができるようにする。

（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）

用具を操作する運動遊び	<ul style="list-style-type: none">○用具をつかむ、持つ、降ろす、回す、転がすなどの動きで構成される運動遊び<ul style="list-style-type: none">・指を広げてボール等を両手でつかむ。・フープを手首や腰で回すときには、動きを止めないようにする。・転がすときは、投げたい方を見て、つま先を向けて転がす。・転がすときは、弾まないように、こしを低くして、地面にそうように腕をふる。 ○用具を運ぶなどの動きで構成される運動遊び<ul style="list-style-type: none">・背中で挟む場合は、姿勢を正す。（面で挟む）・挟む高さをそろえる。・ペアに力を加えるようにする。 ○用具を投げる、捕るなどの動きで構成される運動遊び<ul style="list-style-type: none">・あいての正面にたち、胸にむかってなげる。・肘を上げて投げる。・輪は下からか横から投げる。手首のスナップを使って投げるようにする。・膝をつかって、ボールの勢いを抑えてとる。・両手でボールを捕る。
-------------	---

(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

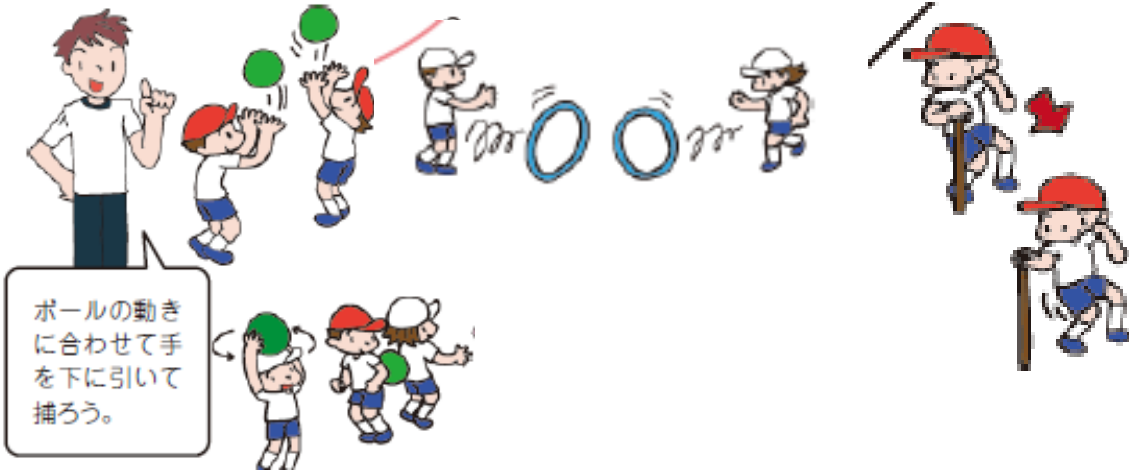
知識及び運動	
つまずきの例	手立て・配慮
○回す、転がすなど用具を操作することが苦手。	<ul style="list-style-type: none"> ボールや フープなど用具の大きさ、柔らかさ、重さを変えて操作しやすくする。
○用具を投げる、捕るなどの動きが苦手。	<ul style="list-style-type: none"> 新聞紙を丸めた球 や新聞紙で作った棒、スポンジのボールなど、恐怖心を感じにくい用具 を用いたり、紙鉄砲を用いた遊びを取り入れたりする。
○なわを跳んだり、くぐったりすることが苦手。	<ul style="list-style-type: none"> 跳び越す位 置や動き方を示したり、かけ声によってタイミングを合わせることができるようをしたりする。

思考力、判断力、表現力等	
他者に伝える場面	内容例
○多様な動きをつくる運動遊びで友達の動きを見てよい動きを見付けたり、楽しい運動遊びの行い方を選んだりしたことを友達に伝える。	<ul style="list-style-type: none"> 友達の動きを見て見付けたよい動きや、行ってみて楽しいと感じた運動 遊びの行い方を友達に伝える。 用具を運ぶ運動遊びで、ボールの大きさや種類を変えたり、様々な運び 方を試したりして選んだ行い方を、動作を交えながら友達に伝える。

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ことが実感できる 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、用具等の工夫

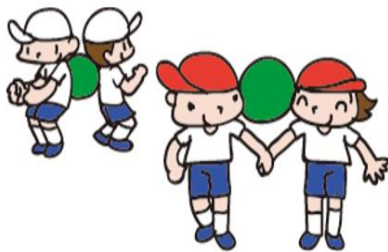
用具を操作する運動遊び



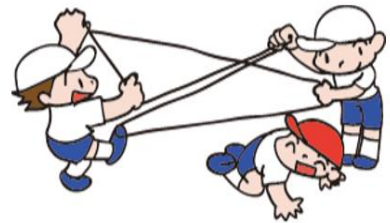
ボールの動きに合わせて手を下に引いて捕ろう。



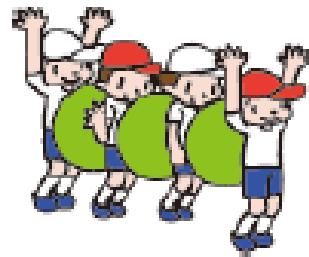
みんなで風船をつく



ボールをはさんで

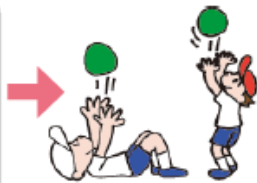


いろはにほへと



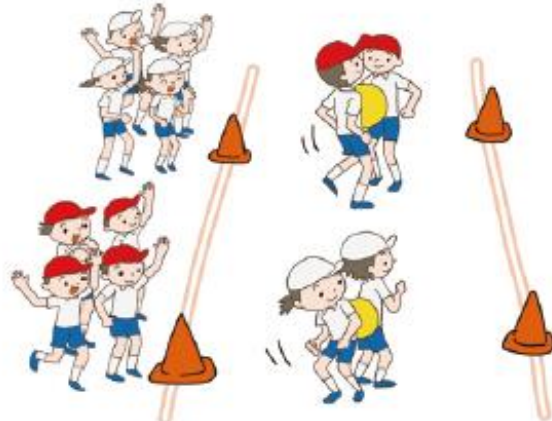
<単元前半>

<単元後半>



欲求が充足できるよう、動きが多様に工夫できる場も


<ボールはさみリレー (用具の操作)>




(6) 単元構想

①目指す子供

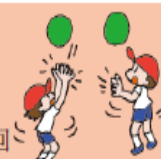
最初は、半分しか回れなかったけど、1回転しても転ばなくなりました。



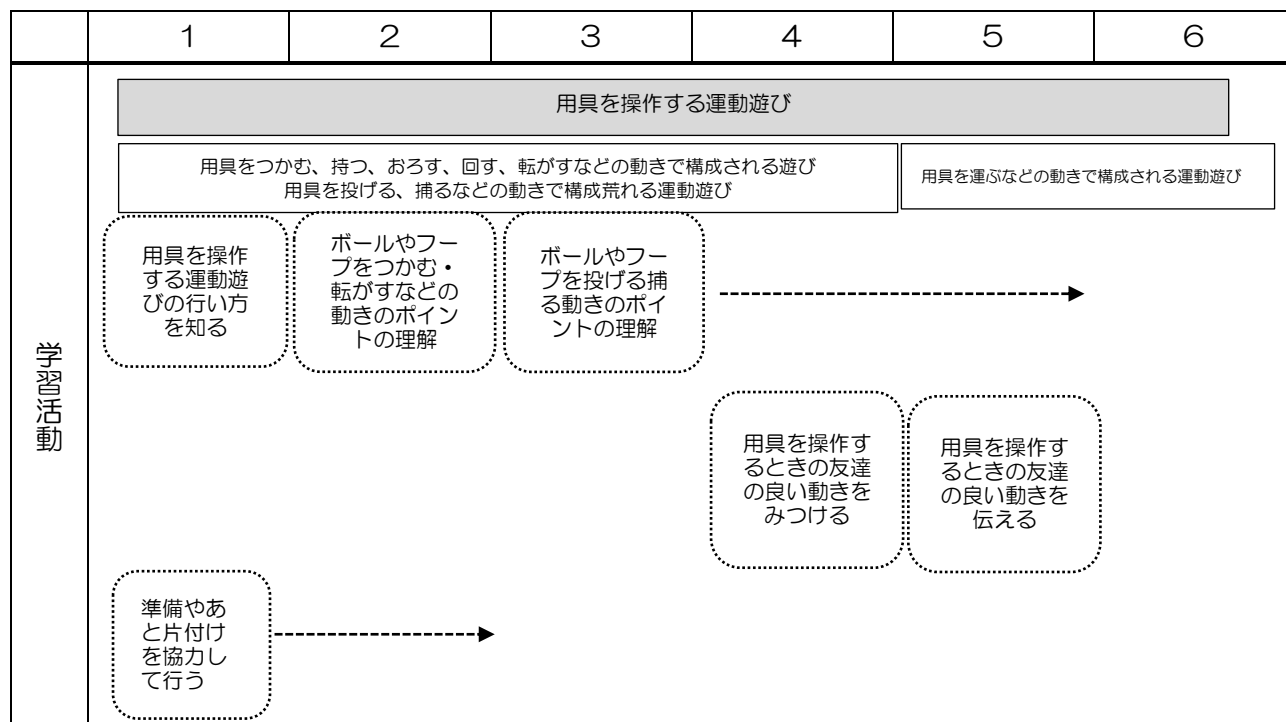
グループのみんなと約束を守って運動することができました。



〇〇くんは、ボールキャッチのとき、手をたたきながら1回転していました。ほくもやってみました。



②単元の流れ



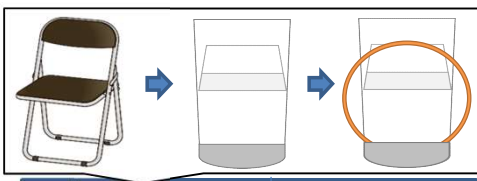
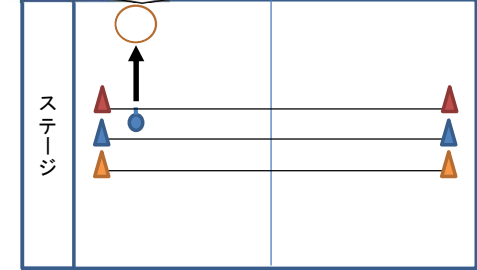
③単元計画及び指導と評価の計画

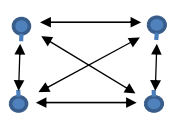
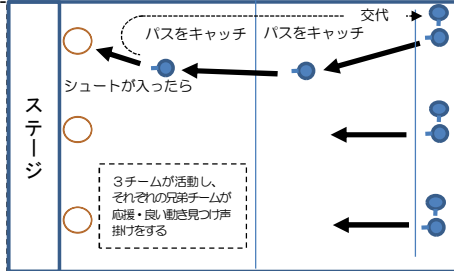
時間	(○) 重点的な指導内容、(●) 学習を深める活動	重点的指導事項	評価
1	○用具を操作する運動遊びの行い方を知る。	知・技⑥	知・技⑥
2	○運動遊びで使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にする。	学・人③	
3	○用具をつかむ、持つ、降ろす、回す、転がす、くぐる、運ぶ、投げる、捕る、跳ぶ、用具に乗るなどの動きで構成される運動遊びを通して、用具を操作する動きを身に付ける。	知・技⑦	学・人③
4	○友達の良い動きを見付ける。	思・判・表②	思・判・表②
5	○友達の良い動きを友達に伝える。	思・判・表③	思・判・表③
6	●見つけた友達の良い動きを自身の動きに生かして様々な用具を操作する動きを身に付ける		知・技⑦

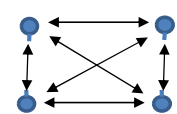
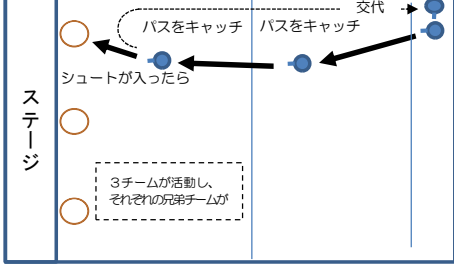
(8) 展開例

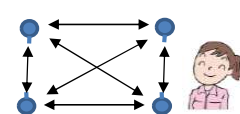
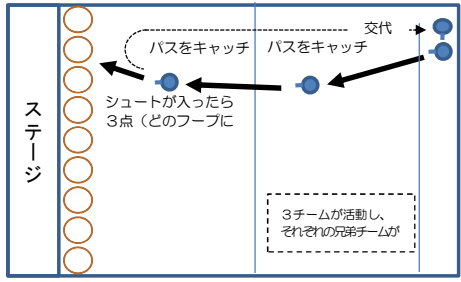
時間	1 時間目 (全 6 時間)	
重点的指導事項	指導【知識及び運動⑥】 用具を操作する運動あそびの行い方を知ること。	
5	<p style="text-align: center;">【学習課題】 フライングディスクを作って、いろいろな遊び方を知ろう。</p> <p style="text-align: center;">【発問】 新聞紙でマイフライングディスクを作ろう。</p> <p>◎教材の工夫 (市販のスポンジディスクやドッジビーディスク等を使用してもよい)</p> <p>【材料】 ○新聞紙 4 ページ分 ○ビニールテープ (布ガムテープ) ○ふたにする紙 (厚めのチラシや厚紙など堅めのもの)</p> <p>【作り方】 (可能であれば1学期末、または夏休みに作るようにしても良いでしょう。)</p>	
10	 <p>①新聞紙見開きで4ページ分を広げて半分に折る。</p>	 <p>②同じ向きに5～6回折り、細長い棒を作る。</p>
15	 <p>③棒状になったら3カ所程度テープで止め、両端を少し重ねてテープで巻き、輪を作る。</p>	 <p>④ふたにする紙の上に輪をのせ、輪の「外側」にそって</p>
20	 <p>⑤線の外側をはさみで切り、③の輪にかはせてテープで数カ所止める。</p>	 <p>⑥ふたが取れないようにテープで、ぐるりとしっかり止める。 ⑦最後にふたにテープを十字に貼って完成。</p>
25	<p>【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】</p> <p>≪ソフトディスク遊び≫ (1人で) ※教師が実際にやって見せながらもともになるやり方を知らせる。</p>	
30	<p style="text-align: center;">【行い方の例】</p> <p>①体育館の真ん中付近からステージ向きに投げるグループとステージと反対向きに投げるグループに分かれる。 ②投げる手と同じ方の足を前に出して、足を前後に開いて横向きに立つ。 ③腕を引いて、手首を体の内側に少しねじってディスクを持つ。 ④腕を前方に動かして前向きにディスクを投げる。 ※目標となるところに三角コーンを置き、「どこまで投げることができるかな?」という声かけをしながら、何度も遠くに投</p>	
35	<p>※市販のディスクを使って、時間に余裕があるときは、「いろいろな投げ方をやってみよう」「もっと投げる距離を長くしよう」といろいろなやり方をやってみる。 ※ディスクを投げて遊ぶ時間の確保が難しい場合は、本時の指導内容と評価を次時に併せて行うこととし、指導と評価の計画を修正する。</p> <div style="text-align: right; border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">評価【知識及び運動⑥】</div>	
40	<p>≪整理運動≫ ≪振り返り(学習カード記入、発表)≫ ・友達の動きを見て見つけた良い動きや、行ってみたいと感じた運動遊びの行い方などを発表させる。 ≪まとめ≫ 【まとめ】 運動遊びの行い方がわかると、楽しく遊ぶことができるね。</p> <p>≪片付け≫</p> <div style="text-align: right; border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">日本レクリエーション協会子供の体力向上ホームページ 参照 (ディスクの作り方:長崎県レクリエーション協会情報誌「レクながさき」2020/6 第59号 一部改)</div>	
45	<p>評価【知識及び運動⑥】 用具を操作する運動あそびの行い方がわかる。(学習カード)</p>	

時間	2 時間目 (全 6 時間)	
重点的指導事項	指導【学びに向かう力、人間性等③】 運動遊びで使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にする。	
5 10 15 20 25 30 35 40 45	≪準備運動≫ ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行き、心もほぐす) <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 【学習課題】友達と協力して一緒に楽しく活動しよう。 </div>	
	≪ソフトディスク遊び≫ (2人でキャッチ) ※2人組で、ディスク、記録用紙などを協力して準備するように指示を出し、場を準備する。 ※教師が実際にやって見せながらもとなるやり方を知らせる。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> 【行い方の例】 ①ステージに平行になるように2人組が分かれて立つ。 ②投げる手と同じ方の足を前に出して、足を前後に開いて横向きに立つ。 ③腕を引いて、手首を体の内側に少しねじってディスクを持つ。 ④腕を前方に動かして、相手に届くように前向きにディスクを投げる。 ※「どこまで投げることができるかな？」という声かけをしながら、教師の声かけで2人組の距離を離していく。 ※相手が投げたディスクを体の正面で両手でキャッチするようにする。 </div> <div style="float: right; border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> </div>	
	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 【課題に迫る発問】楽しく運動遊びを行う前に、友達と協力しないといけないことは何かな？ </div> ※本時は、楽しくできそうなソフトディスク遊びを紹介することを知らせ、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。 ※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。	
	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: right;"> 指導【学びに向かう力、人間性等③】 </div>	
	≪ソフトディスク遊び≫ (グループでの入れ) ※グループで、場を準備するように指示し、協力して準備するように再度押さえる。(イス、フープ、長縄、ディスク、算数セットのブロック) ※教師が実際にやって見せながらもとなるやり方を知らせる。(活動中もグループで協力することも押さえる) <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> 【行い方の例】 ①一方の壁側にパイプイスを逆さにして、背当ての部分が壁と反対側になるように床に置く。 ②背当ての部分にフープを挟み、立てかける。 ③グループ内で交代しながら、フープの中にディスクが入るように投げる。 ④教師が「終了」の合図をするまでにディスクがフープに入った回数の合計を全体で競う。 ※ロープや長縄等を床に養生テープ等で止めておき、線から前に出ないようにディスクを投げる。 ※フープにディスクが入ったら、ブロックをケースに並べるなどして得点が見えるようにする。 ※やり方が分からないグループが見られる場合は、活動を止めて、再度、確認する。 </div> <div style="float: right; border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> </div>	
≪整理運動≫ ・手首・足首・首のストレッチ ≪振り返り(学習カード記入、発表)≫ ・ブロックの数を数えてグループの得点を発表し、勝敗を確認する。 ・友達の動きを見て見つけた良い動きや、行ってみたいと感じた運動遊びの行い方などを発表させる。 ・準備を協力して行っていたグループの様子を紹介し、称賛する。		
<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 【まとめ】使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にすると、早く準備ができてたくさん遊ぶことができるし、気持ちもいいね。 </div>		
≪片付け≫ ・ゲーム的な要素を盛り込んで、楽しみながらかたづけさせる工夫も必要。		
評価事項	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: right;"> 図: 文部科学省まるわかりハンドブック参照 </div>	

時間	3 時間目 (全 6 時間)	
重点的指導事項	【知識及び運動⑦】 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、用具に乗るなどの動きで構成される運動遊びを通して、用具を操作する動きを身に付ける。	
5	【学習課題】 いろんな投げ方や捕り方に挑戦しよう。	
10	【課題に迫る発問】 どんな投げ方や捕り方があるかな？ 【動きの例】 ○投げる ・胸の前から ・横から ・後ろ向きから体をひねって ・回転して ・ジャンプして ・ディスクが戻るようにふわっと ・真っ直ぐ ○捕る ・片手で ・両手で（上下で挟むように） ・股下で ・回転して ・ジャンプして ・ポーズを決めて ・後ろ向きで	※子供とやりとりをしながら、動きを例示し、教師が実際に動きをやってみせる。 ※2人〜グループで、ディスクを投げたり捕ったりする。その際、友達のいい動きを見つけ、どンドンまねをするよう押さえる。 ※友達や壁との距離、ディスクを投げる速さなど、安全面にも気を付けるように指導する。
15	【指導【知識及び運動⑦】】 投げるときは、友達の名前を呼ぶと、もっと楽しいよ。	
20	【発問】 友達のいい動きを見てみよう。 ※グループ内での友達のいい動きを引き出し、全体で共有する。	
25	【行い方の例】 ①一方の壁側にパイプイスを逆さにして、背当ての部分が壁と反対側になるように床に置く。 ②背当ての部分にフープを挟み、立てかける。 ③グループ内で交代しながら、フープの中にディスクが入るように投げる。 ④教師が「終了」の合図をするまでにディスクがフープに入った回数の合計を全体で競う。	評価【学びに向かう力、人間性等①】
30	※同じ場所から何度も投げるやり方の場合は、ディスクを投げる場所にフープを置き、その中からディスクを投げることにする。 ※投げる場所によって得点を変える場合は、長縄を床に養生テープ等で止めておき、三角コーンの色で場所がわかるようにする。フープにディスクが入ったら、色の点数分のブロックをケースに並べるなどして得点がわかるようにする。 (例：赤1個、青2個、黄3個など) ※やり方がわからないグループが見られる場合は、活動を止めて、再度、確認する。	
35	※同じ場所から何度も投げるやり方の場合は、ディスクを投げる場所にフープを置き、その中からディスクを投げることにする。 ※投げる場所によって得点を変える場合は、長縄を床に養生テープ等で止めておき、三角コーンの色で場所がわかるようにする。フープにディスクが入ったら、色の点数分のブロックをケースに並べるなどして得点がわかるようにする。 (例：赤1個、青2個、黄3個など) ※やり方がわからないグループが見られる場合は、活動を止めて、再度、確認する。	
40	【まとめ】 いろいろな投げ方や捕り方ができると、遊びがもっと楽しくなるね。	
45	【片付け】 ・ゲーム的な要素を盛り込んで、楽しみながらかたづけさせる工夫も必要。	評価【学びに向かう力、人間性等①】
45	図：文部科学省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③】 運動遊びで使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にすることができる。(観察・学習カード)	

時間	4 時間目 (全 6 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こと。	
5 10 15 20 25 30 35 40 45	<p>《準備運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行き、心もほぐす) ・前時に行ったグループでのディスク遊びを準備運動に取り入れる。  <p>投げるときは、友達の名前を呼ぶと、もっと楽しいよ。</p>	
	<p>【学習課題】ディスク操作を上手にできるようになるために、友達の良い動きを見つけてまねをしよう。</p>	
	<p>《ディスクシュートゲームのやり方を知る》</p> <p>※これまで学習してきた動きを使ったゲームのやり方を知らせる。</p> <p>【ゲームの決まりの例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○1チーム4～5人。(兄弟チームで見合う) ○1回の出場人数3人で、ローテーションしながら交代。 ○3人がディスクをつないで、決められた時間内に何点シュートを入れることができるか、で全チームで競争する。 ※パスがつながるごとに1点ずつ加え、最後にフープへのシュートが入ったら3点。ディスクのパスが失敗または得点で、ローテーションで場所を交代する。(3回でシュート) ※ブロックをケースに並べるなどして得点がわかるようにする。 	
	<p>【課題に迫る発問】友達のいい動きを見つけるには、どんなところを見ていたらいいかな。</p> <p>※友達のいい動きを見つげる視点を知る。</p> <p>【いい動きを見つげる視点の例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○投げる <ul style="list-style-type: none"> ・力の加減 ・友達の正面に ・真っ直ぐ ○捕る <ul style="list-style-type: none"> ・両手で ・ディスクが向かってくるコースに素早く移動して ・体の正面で ○その他 <ul style="list-style-type: none"> ・回転して ・ジャンプして ・ポーズを決めて <p>※前時の学習を想起させ、良い動きの例を押さえる。 ※兄弟チームで見合うこと、その際、友達の良い動きを見つげること、協力して得点係をすることなどを押さえる。</p>	
	<p>《ディスクシュートゲームを行う》</p> <p>※1ゲームの時間を決めて、タイマー等で知らせる。</p> <p>※各チームの教え合いの様子から、友達の良い動きを見つけている子供を称賛し、全体で紹介する。</p> <p>※やり方がわからないグループが見られる場合は、活動を止めて、再度、確認する。</p>	<p>指導【思考力、判断力、表現力等②】</p>
<p>《整理運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手首・足首・首のストレッチ <p>《振り返り(学習カード記入、発表)》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ブロックの数を数えてグループの得点を発表し、勝敗を確認する。 ・友達の動きを見て見つけた良い動きを紹介し合い、全体で共有する。 <p>【まとめ】友達のいい動きを見つげるには、友達の動きをよく見てまねしたいところを探すといいね。</p>	<p>評価【思考力、判断力、表現力等②】</p>	
<p>《片付け》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゲーム的な要素を盛り込んで、楽しみながらかたづけさせる工夫も必要。 	<p>評価【思考力、判断力、表現力等②】</p> <p>図:文部科学省まるわかりハンドブック参照</p>	
評価事項	<p>評価【思考力、判断力、表現力等②】</p> <p>友達の良い動きを見付けている。(学習カード・発言)</p>	

時間	5 時間目 (全 6 時間)	
重点的指導事項	指導【思考力、判断力、表現力等③】 友達のよい動きを見つけたり、工夫したりした楽しい遊び方を友だちに伝えること。	
5	<<準備運動>> ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす) ・グループでのディスク遊びを準備運動に取り入れる。  <div data-bbox="1125 324 1436 436" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 投げるときは、友達の名前を呼ぶと、もっと楽しいよ。 </div>	
	【学習課題】運動を楽しくするために、自分の考えや発見したことを伝えよう。	
	【課題に迫る発問】 みんなが楽しく運動するためには、兄弟チームでどんなことを教え合えばいいかな？	
10	【考える例示】 ※できばえを互いに伝え合う。 ※うまくできているときは、その様子を伝える。 ・投げ方、取り方、動き方 ※うまくできないときは、うまくできるようなやり方を一緒に相談をして、繰り返しやってみる。 ※「もう少し」「がんばれ」などの励ましの声をかける。	※子供とやりとりをしながら、態度面で大切なことも含め、ペアのいいところやできばえ、うまくできるようなアドバイスをすることが大切なことを押さえる。(そのような子供の姿があった場合は、紹介する) ※ゲーム後に、兄弟チームで互いに伝え合うことを押さえる。 <div data-bbox="941 694 1420 750" style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 指導指導【思考力、判断力、表現力等③】 </div>
	<<ディスクシュートゲーム>> (前半)	
15	【ゲームの決まりの例】 ○1チーム4～5人。(兄弟チームで見合う) ○1回の出場人数3人で、ローテーションしながら交代。 ○3人がディスクをつないで、決められた時間内に何点シュートを入れることができるか、で全チームで競争する。 ※パスがつながるごとに1点ずつ加え、最後にフープへのシュートが入ったら3点。ディスクのパスが失敗または得点で、ローテーションで場所を交代する。(3回でシュート) ※「回転して」「ジャンプして」「ポーズをとって」投げる・捕る動きができた各1点加えるなど、子供の自由な動きが出てくるよう、工夫した決まりを提示する。 ※ブロックをケースに並べるなどして得点がわかるようにする。	 <div data-bbox="853 795 1308 1064" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> ステージ バスをキャッチ → バスをキャッチ → 交代 シュートが入ったら 3チームが活動し、それぞれの兄弟チームが </div>
20	【発問】 兄弟チームで、発見したことや気づきを伝え合おう。	
25	※1ゲームの時間を決めて、タイマー等で知らせる。 ※各チームの教え合いの様子から、友達の良い動きを見つけている子供を称賛し、全体に紹介する。 ※やり方がわからないグループが見られる場合は、活動を止めて、再度、確認する。	
	評価【思考力、判断力、表現力等③】	
30	<<ディスクシュートゲーム>> (後半) ※話し合いが上手く進まなかったグループや良い動きや声かけ、言動などの姿の紹介が少なかったグループを中心に声かけを行い、子供の良い動き等を押さえる。	
35	<<整理運動>> ・手首・足首・首のストレッチ <<振り返り(学習カード記入、発表)>> ・ブロックの数を数えてグループの得点を発表し、勝敗を確認する。 ・後半の活動で、友達の動きを見て見つけた良い動きや言動などを紹介し合い、全体で共有する。	
40	【まとめ】 友達といろいろな動きを考えたり、教え合ったりすると、運動がうまくなるね。また、気持ちもうれしくなるね。	
45	<<片付け>> ・ゲーム的な要素を盛り込んで、楽しみながらかたづけさせる工夫も必要。 <div data-bbox="1013 1825 1412 1870" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 評価【思考力、判断力、表現力等③】 </div> <div data-bbox="965 1904 1428 1960" 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 </div>	
評価事項	評価【思考力、判断力、表現力等③】 友達のよい動きを見つけたり、工夫したりした楽しい遊び方を友だちに伝えている。(学習カード・発言)	

時間	6 時間目 (全 6 時間)	
重点的指導事項	●見付けた友達のよい動きを自身の動きに生かして様々な用具を操作する動きを身に付ける。	
5	≪準備運動≫ ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす) ・グループでのディスク遊びを準備運動に取り入れる。	
	【学習課題】ディスクを操作する動きをいろいろ工夫して、楽しくチーム対抗の競争をしよう。	
10	≪ディスクシュートゲーム≫(前半) 【ゲームの決まりの例】 ○1チーム4～5人。(兄弟チームで見合う) ○1回の出場人数3人で、ローテーションしながら交代。 ○3人がディスクをつないで、決められた時間内に何点シュートを入れることができるか、で全チームで競争する。 ※パスがつながるごとに1点ずつ加え、最後にフープへのシュートが入ったら3点。ディスクのパスが失敗または得点で、ローテーションで場所を交代する。(3回でシュート) ※「回転して」「ジャンプして」「ポーズをとって」投げる・捕る動きができれば各1点加えるなど、子供の自由な動きが出てくるよう、工夫した決まりを提示する。 ※ブロックをケースに並べるなどして得点がわかるようにする。	
15	※1ゲームの時間を決めて、タイマー等で知らせる。 ※各チームの教え合いの様子から、友達の良い動きを見つけている子供を称賛し、全体に紹介する。 ※やり方がわからないグループが見られる場合は、活動を止めて、再度、確認する。 【発問】兄弟チームで、発見したことや気づきを伝え合おう。	
20	※兄弟チームで、技能面、態度面について、自分が見つけた友達の良い動きや声かけ、言動などを紹介する。 ※話し合いが上手く続かない兄弟チームがある場合は、教師が司会役をし、そのグループでの良い動きも紹介しながら、子供の気づきを引き出す。	
25	≪ディスクシュートゲーム≫(後半) ※紹介があった友達の良い動きや言動を行っている子供の様子を称賛し、全体に紹介する。 ※「回転して」「ジャンプして」「ポーズをとって」投げる・捕るなど、工夫した動きもどんどんやってみよう促す。	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">評価【知識及び運動⑦】</div>
30	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">評価【知識及び運動⑦】</div>	
35	≪整理運動≫ ・手首・足首・首のストレッチ ≪振り返り(学習カード記入、発表)≫ ・ブロックの数を数えてグループの得点を発表し、勝敗を確認する。 ・後半の活動で、友達の動きを見て見つけた良い動きや言動などを紹介し合い、全体で共有する。	
40	【まとめ】友達といろいろな動きを考えたり、教え合ったりしながら、運動のこつやポイントを意識して活動すると、動きが上手くできるようになるね。	
45	≪片付け≫ <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">図:文部科学省まるわかりハンドブック参照</div>	
評価事項	評価【知識及び運動⑦】 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、用具に乗るなどの動きで構成される運動遊びを通して、用具を操作する動きができる。(観察)	

4 単元指導計画及び展開例

【10月～11月】

単元名 ボールゲーム（攻めがボールを蹴って行うゲーム） 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、簡単なボール操作と簡単な攻めや守りの動きなどのボールを持たないときの動きによって、攻めと守りを交代しながら、ボールを蹴る簡単な規則で行われる易しいゲーム（ベースボール型ゲームに発展）などをする事。

思・判・表 : 簡単な規則を工夫したり、攻め方を選んだりするとともに、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、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。

(2) 運動の仕方等

ボールゲームでは、簡単なボール操作と簡単な攻めや守りの動きなどのボールを持たないときの動きによって、攻めと守りを交代しながら、ボールを蹴る簡単な規則で行われる易しいゲーム（ベースボール型ゲームに発展）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）

攻めるとき	<p>○ボールの蹴り方</p> <ul style="list-style-type: none"> ・蹴るときにボールから目を離さない。 ・守りがいないところに動いて蹴る。 ・守りがいないところを狙って蹴る。 ・ ・ 	
守るとき	<p>○守り方</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ボールがコーンなどに当たらないように守る場所を考える。 ・手や足を使って守る。 ・ボールが飛んでくるところにすばやく動く。 	

(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
○ボールを捕ったり止めたりすることがが苦手。	・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。	・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。	・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。
○ボールが飛んだり、転がったりしてくるコースに入ることがが苦手。	・柔らかいボールを用い、1対1でゴールを守る練習をしたりする。		・易しいボールゲームで、ボールが飛んだり転がったりしてくるコースに入ることについて、友達のよい動きを動作や言葉で友達に伝える。	○ゲーム中に何をすればよいのかが分からないなどで、ボールゲームに意欲的に取り組めない。	・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。
○ボールの勢いに怖さを感じる。	・柔らかいボールを用いたり、速さの出にくい軽いボールを用いたりする。			○場や規則が難しいなどで、ボールゲームに意欲的に取り組めない。	・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。
				○新しく提示した動きやゲームが分からないなどでボールゲームに意欲的に取り組めない。	・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。
				○ゲームに勝てなかったり、鬼に捕まりやすかったりするなどボールゲームに意欲的に取り組めない。	・勝敗を受け入れることが大切であることを話したり、安全地帯など場の設定を工夫したりする
				○友達とうまく	・対戦相手を変

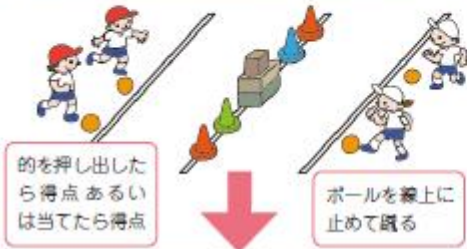
				関われないためにボールゲームやに意欲的に取り組めない。	えたり、チーム編成を工夫したりする。
--	--	--	--	-----------------------------	--------------------

(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

【ボール蹴りゲーム】指導の充実のために

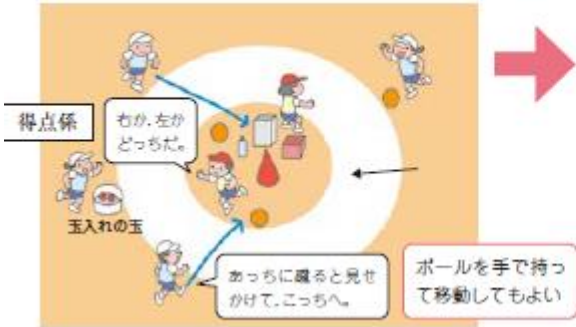
ゲームを楽しく行うために運動の規則や場を工夫する

ボール蹴りを十分に楽しむ押し出しゲーム



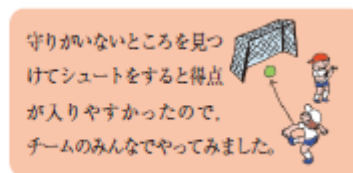
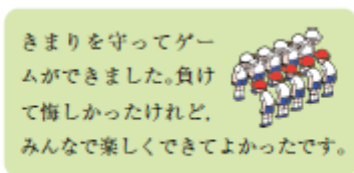
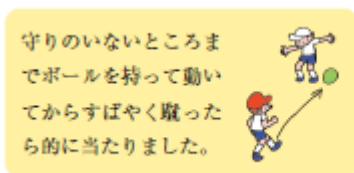
たくさんボールに触れられるような個人で競う簡単なゲームから、攻守が明確なゲームや攻守が入り交じったゲームなどグループで勝敗を競うゲームへと発展させることでゲームの楽しみ方が変化します。

攻守が分かれたボール蹴りゲーム

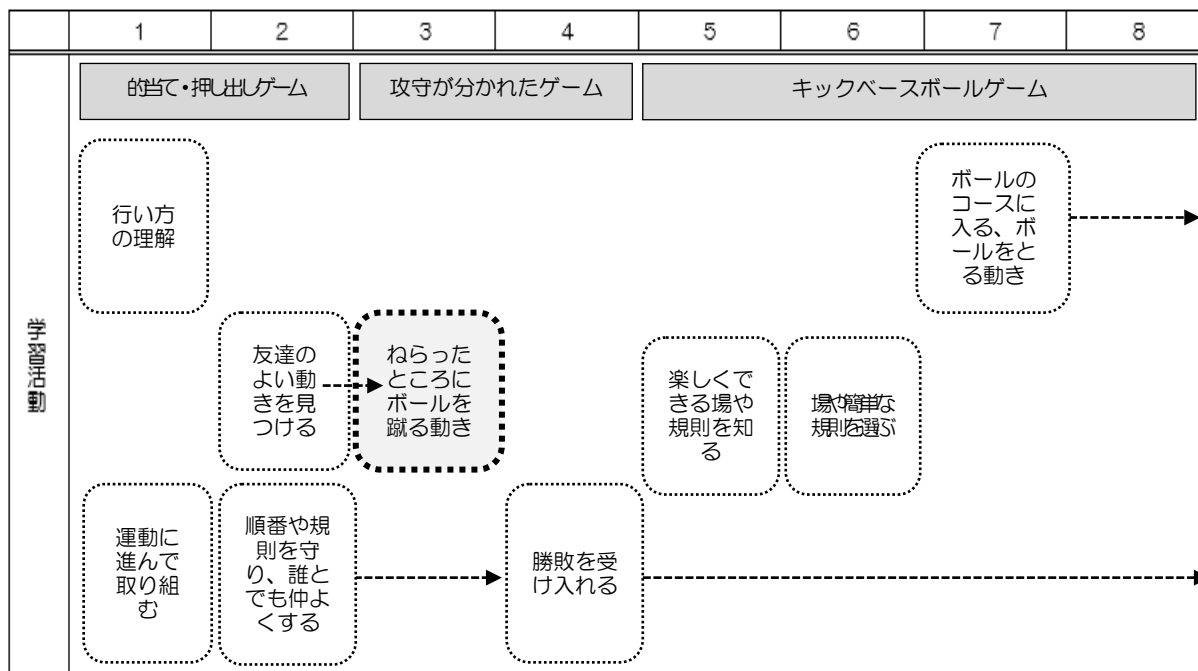


(6) 単元構想

①目指す子供の姿



②単元の流れ



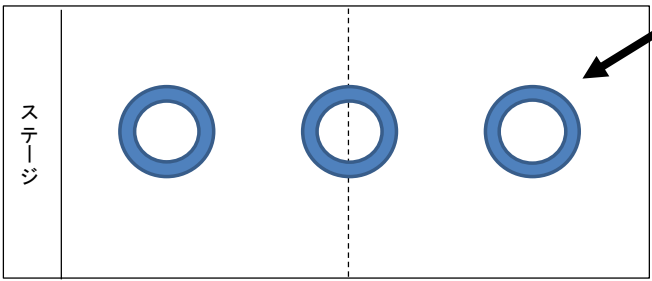



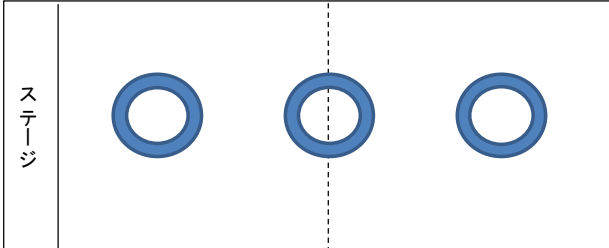
③単元計画及び指導と評価の計画


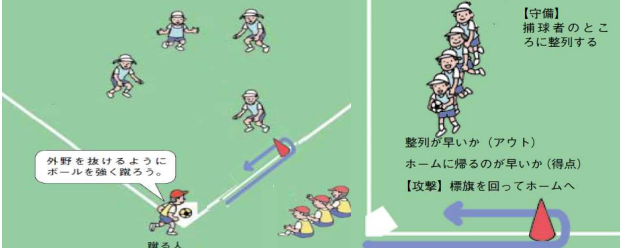

時間	(○) 重点的な指導内容、(●) 学習を深める活動	重点的指導事項	評価
1	○ボールゲームの行い方を知る。 ○ボールゲームに進んで取り組む。	知・技① 学・人①	知・技①
2	○順番や規則を守り、誰とでも仲よくする。 ○友達のよい動きを見付けることができる。	学・人② 思・判・表②	学・人① 思・判・表②
3	●友達のよい動きをまねして動きを高める。		学・人②
4	○ボールゲームの勝敗を受け入れる。	学・人③	
5	○楽しくできる場や簡単な規則を知る。	思・判・表①	思・判・表①
6	○楽しくできる場や簡単な規則を選ぶ。	思・判・表①	思・判・表①
7	○ボールが飛んだり、転がったりしてくるコースに入る。 ○ボールを捕ったり止めたりする。	知・技④ 知・技⑤	学・人③
8	●前時までに学習したことを使って、キックベースボールゲーム大会をする。		知・技④ 知・技⑤

(8)展開例

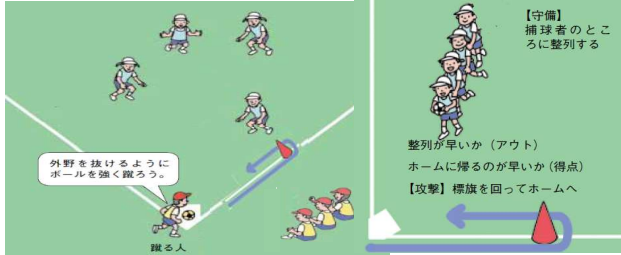
時間	1 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	指導【知識及び技能①】 ボールゲームの行い方を知る。	指導【学びに向かう力、人間性等①】 ボールゲームに進んで取り組む。
5	<p>共通メニュー(用具準備、準備運動、学習課題提示)※ジャックナイフストレッチや股割り相撲等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす) ・ボールを使った運動の紹介   <p>ボールタッチ ドリブルゲーム (ペアにとられないように)</p>	
10	<p>【学習課題】ボール蹴りゲームのやり方を知って、進んでゲームを楽しもう。</p> <p>【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？</p> <p>【考える例】</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活動する。 ・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>※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。</p> <p>※その他の態度面の内容についても触れる。</p> <p>【楽しいボールゲームにするための約束例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・進んで運動に取り組む ・友達のいいプレーをほめる(ナイス、上手など) ・友達の失敗を責めない。(ドンマイ、次がんばろう) ・相手チームの悪口を言わない。(当然、下手など) ・味方同士で声を出し合って、いい雰囲気をつくる。 ・上手になるようにみんなで協力して練習する。など <p>指導【学びに向かう力、人間性等①】</p>	
15	<p>【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。</p> <p>指導【知識及び技能①】</p>	
20	<p>《<的当てゲーム> (1人で)</p> <p>【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①段ボールを的にして、蹴る位置の距離を変える。 ②自分ができそうな距離の場を選んで、何度も挑戦する。 <p>※ボールを蹴る位置にラインを引き、ボールを置く位置と蹴る足と反対の足を置く目安とする。</p>  <p>ボールの横に反対の足を置こう</p>	<p>《<ボールをとる係> (グループ対グループで)</p> <p>【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①1グループ4名出場。(兄弟チームで8名程度で交代する) ②2チーム対抗でバドミントンコートなどを使い、段ボールや三角コーンなど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置いて蹴って段ボールを相手の陣地に動かす。 ③1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等の数が得点となる。(得点係を決めて的に当たったら得点なども可)  <p>ボールをとる係は、体の正面でとるように動かこう</p>
25	<p>※教師が実際にやって見せながらもとなるやり方を知らせる。その際、ボールをとる係を決め、交代で行う。</p> <p>※活動の待ち時間が長ならないように、蹴る者、とる者の人数、場の数を調整する。</p> <p>※友達と声を掛け合いながら何度も運動に取り組むよう押さえ、そのような子供を称賛し、全体に紹介する。</p> <p>※やり方がわからない子供がいなければ確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。</p> <p>評価【知識及び技能①】</p>	
30	<p>《<押し出しゲーム> (グループ対グループで)</p> <p>【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①1グループ4名出場。(兄弟チームで8名程度で交代する) ②2チーム対抗でバドミントンコートなどを使い、段ボールや三角コーンなど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置いて蹴って段ボールを相手の陣地に動かす。 ③1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等の数が得点となる。(得点係を決めて的に当たったら得点なども可)  <p>的を押し出したら得点あるいは当てたら得点</p> <p>ボールを線上に止めて蹴る</p>	<p>評価【知識及び技能①】</p>
35	<p>※教師が実際にやって見せながらもとなるやり方を知らせる。その際、ボールをとる係、得点係を決め、交代で行う。</p> <p>※活動の待ち時間が長ならないように、場やボールの数を調整する。</p> <p>※友達と声を掛け合いながら何度も運動に取り組むよう押さえ、そのような子供を称賛し、全体に紹介する。</p> <p>※やり方がわからない子供がいなければ確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。</p>	
40	<p>《<整理運動></p> <ul style="list-style-type: none"> ・手首・足首・首のストレッチ <p>《<振り返り(学習カード記入、発表)></p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループの得点を発表し、勝敗を確認する。 ・友達の動きを見て見つけた良い動きや、行ってみたい運動遊びの行い方などを発表させる。 ・友達と声を掛け合いながら何度も運動に取り組んでいた子供の様子を紹介し、称賛する。 <p>【まとめ】ボール蹴りゲームのやり方をわかって、進んでゲームに取り組むと楽しくなるね。</p>	
45	<p>《<片付け></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゲーム的な要素を盛り込んで、楽しみながらかたづけさせる工夫も必要。 <p>図:文部科学省 小学校低学年体育DVD 12ボール蹴りゲーム</p>	
評価事項	<p>評価【知識及び技能①】 ボールゲームの行い方がわかる。(観察・学習カード)</p>	


時間	3 時間目 (全 8 時間)
重点的指導事項	●友達のよい動きをまねして動きを高める。
活動内容	<p>共通メニュー(用具準備、準備運動、学習課題提示)※ジャックナイフストレッチや股割り相撲等</p> <p>・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす)</p> <p>・ボール操作を高めるもの</p> 
	<p>【学習課題】 友達のボールを蹴るいい動きをまねして、楽しくゲームを行おう。</p>
	<p>【発問】 友達のボールを蹴るいい動きとはどんな動きだったかな？</p>
	<p>【友達のよい動きの例】</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>【蹴り方のコツ①】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・蹴る方をよく見て ・蹴る足と反対の足をボールの横に </div>  <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>【蹴り方のコツ②】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・蹴る位置が的の正面となるようにボールを持って動き、ボールを置 </div> </div> <p>※前時の学習で見つけた友達のよい姿やよい動きを全体で確認する。 ※新しいボール蹴りゲームである「段ボール落とし」のやり方を知らせ、よい動きをどんどん取り入れて行うよう押さえる。</p>
	<p>グループ対抗で段ボール落としを行う。</p>  <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <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> </div> <p>ラインタープで円を引いて(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ペットボトル</p>
	<p>前半の振り返りを行う。</p> <p>【発問】 いい動きをまねすることができているかな？</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>
	<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。</p> <p>※よ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> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>評価【学びに向かう力、人間性等②】</p> </div>
	<p>＜整理運動＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手首・足首・首のストレッチ <p>＜振り返り(学習カード記入、発表)＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループの得点を発表し、勝敗を確認する。 ・友達のよい姿やよい動きや、友達から声をかけられたときの気持ちなどを発表させる。 ・友達と声を掛け合っていた子供やよい動きが見られた子供を紹介し、称賛する。
	<p>【まとめ】 ボール蹴りゲームで友達のよい動きをまねしてゲームを行うと、動きがよくなって楽しくなるね。</p> <p>＜片付け＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゲーム的な要素を盛り込んで、楽しみながらかたづけさせる工夫も必要。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>図: 文部科学省 小学校低学年体育DVD 12ボール蹴りゲーム</p> </div>
	評価事項

時間	4 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】 ボールゲームの勝敗を受け入れる。			
5	共通メニュー(用具準備、準備運動、学習課題提示)※ジャックナイフストレッチや股割り相撲等 ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす) ・ボール操作を高めるもの  <div style="text-align: center;">的当て</div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> 【学習課題】 やり方を選んでゲームを行うことをとおして、遊びで勝っても負けても大切なことを考えよう。 </div>			
10	楽しくできる場や決まりの工夫の仕方を知る。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 【場や決まりの工夫例】 </div> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%; padding: 5px;"> 1 外円を引いて、ボールを蹴る距離を変える。 ①順番にボールを蹴っ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、お手玉の個数を得点とする。 </td> <td style="width: 33%; padding: 5px;"> 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。 </td> <td style="width: 33%; padding: 5px;"> 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、お手玉の個数を得点とする。 </td> </tr> </table>	1 外円を引いて、ボールを蹴る距離を変える。 ①順番にボールを蹴っ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、お手玉の個数を得点とする。	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、お手玉の個数を得点とする。
1 外円を引いて、ボールを蹴る距離を変える。 ①順番にボールを蹴っ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、お手玉の個数を得点とする。	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、お手玉の個数を得点とする。		
15	※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。 教師が紹介したやり方を試してみる。			
20	※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。 <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;">  </div>			
25	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> 【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？ </div> ※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。 ※ゲームを楽しく行うには、勝手も負けてもゲームの勝敗を認め、やり方を工夫して再度ゲームを行うことが大切なことを指導する。 ※後半にやってみてみた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みた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。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 指導【思考力、判断力、表現力等②】 </div> 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。			
40	35 40 45 ※楽し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。 40 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 【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。 </div> 45 ※楽し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。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 図:文部科学省 小学校低学年体育DVD 12ボール蹴りゲーム </div>			
評価事項				

<p>時間</p> <p>重点的指導事項</p>	<p>5 時間目 (全 8 時間)</p> <p>指導【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。</p>
<p>5</p>	<p>共通メニュー(用具準備、準備運動、学習課題提示)※ジャックナイフストレッチや股割り相撲等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす) ・ボール操作を高めるもの  <p>的当て</p> <p>【学習課題】 学習したい動きを使って、キックベースボールゲームを楽しく行おう。</p>
<p>10</p> <p>15</p>	<p>【発問】 どんなやり方のゲームか紹介するよ。</p> <p>《もとになるキックベースボールゲーム》 ※コート図や決まりを掲示して知らせる。</p> <p>【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 1チーム4人。攻撃側が全員2回蹴ったら攻守を交代する。 ② 攻撃は、ボールをおいて、人がいないところをねらって蹴る。 ③ 攻撃は、コーンを回って戻ってくれば1点。守備は、ボールを捕球した者のところに整列にする。 ④ 整列が早いのか、蹴った者がホームに戻るのが早いのかで、得点の有無が決まる。  <p>蹴る人</p> <p>【守備】 捕球者のところに整列する</p> <p>整列が早いのか(アウト) ホームに戻るの早いのか(得点) 【攻撃】 標旗を回ってホームへ</p> <p>《試しのゲームでやり方を確かめる》 ※攻撃側が全員1回蹴ったら攻守を交代することとし、やり方をチーム同士で教え合いながらゲームを試す。 ※よい姿やよい動きが見られる子供を称賛し、全体に紹介する。 ※やり方がわからない子供がいなければ確認をし、必要場合は、活動を止めて再度説明をする。</p>
<p>20</p> <p>25</p> <p>30</p> <p>35</p> <p>40</p> <p>45</p>	<p>【課題に迫る発問】 ゲームをもっと楽しくする決まりを加えてみよう。 指導【思考力、判断力、表現力等①】</p> <p>【楽しくできる行い方の工夫例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 蹴る人は、ボールを選択できる。 ② 攻撃は、コーンを置く数と距離を変え、それによって得点を変える。 ③ ラッキーマンがホームに戻ったら得点を倍にする。 ④ 全員がホームに戻ることができたらボーナス5点加算。 ⑤ 守りの整列する人数を減らす。  <p>ボールを蹴って行うベースボールゲーム 規則の工夫</p> <p>1点 2点</p> <p>(②のコーンを置く数と距離により得点を変える場の工夫例)</p> <p>※本時は、場や決まりを工夫する楽しさを知る時間であることを押さえ、ゲームを進めながら、教師の指示で、工夫例を加えていく。※前時に学習した勝敗を認める大切さに触れる。</p> <p>《楽しくできる場や決まりのゲーム》 ※攻撃側が全員1回蹴ったら攻守を交代することとし、教師の指示で工夫例を加えてやり方を変えていく。その際、チーム同士で教え合いよう押さえる。(学級の実態によって選択して提示) ※よい姿やよい動きが見られる子供を称賛し、全体に紹介する。 ※やり方がわからない子供がいなければ確認をし、必要場合は、活動を止めて再度説明をする。</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力等①】</p> <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>《片付け》 ・ゲーム的な要素を盛り込んで、楽しみながらかたづけさせる工夫も必要。</p> <p>図: 文部科学省 小学校低学年体育DVD 12ボール蹴りゲーム</p>
<p>評価事項</p>	<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知っている。(観察・学習カード)</p>

<p>時間</p> <p>重点的指導事項</p> <p>5</p> <p>10</p> <p>15</p> <p>20</p> <p>25</p> <p>30</p> <p>35</p> <p>40</p> <p>45</p> <p>評価事項</p>	<p style="text-align: center;">6 時間目 (全 8 時間)</p> <p>指導【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選ぶ。</p> <p>共通メニュー(用具準備、準備運動、学習課題提示)※ジャックナイフストレッチや股割り相撲等 ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす) ・ボール操作を高めるもの</p> <p>【学習課題】キックベースボール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。</p> <p>「前時に試した楽しくできる場や決まりを確認する」 【楽しくできる行い方の工夫例】 ①蹴る人は、ボールを選択できる。 ②攻撃は、コーンを置く数と距離を変え、それによって得点を変える。 ③ラッキーマンがホームに戻ったら得点を倍にする。 ④全員がホームに戻ることができたらボーナス5点加算。 ⑤守りの整列する人数を減らす。</p> <p>【課題に迫る発問】相手チームと相談して、場や決まりを選んで決めよう。 指導【思考力、判断力、表現力等①】</p> <p>【選ぶ内容例】 ①ボールの選択 ・みんなが同じorチーム内は同じor個人で選ぶ ②コーンを置く数と距離 ・コーン1つor2つor3つ、戻るorコーンにタッチ ③ラッキーマンの有無、ボーナス点加算の有無。 ⑤守りの整列する人数。</p> <p>※場や決まりの選択を全て子供に任せるのではなく、子供の技能の状況やチーム間の力等を踏まえて、提示する内容をあらかじめ教師が絞り込んでおいたり、教師が決めるものと子供に選択させるものを明確にしたりして選択させる。その際、本時の全体の場や決まりとするのか、対戦するチーム間での選択にするのか、子供の実態に応じてあらかじめ決めておく。</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力等①】</p> <p>「キックベースボールゲームを行う」 ※選択した場や決まりを明示し、得点板を設置する。 【行い方の例】 ①1チーム4人。攻撃側が全員2回蹴ったら攻守を交代する。 ②攻撃は、ボールをおいて、人がいないところをねらって蹴る。 ③攻撃は、コーンを回って戻れば1点。守備は、ボールを捕球した者のところに整列にする。 ④整列が早い、蹴った者がホームに戻るの早い、得点の有無が決まる。</p> <p>※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。必要な場合は、全体のゲームを止めて集合させ、場や決まりの見直しを全体で行う。 ※やり方がわからない子供がいらないか確認をし、必要な場合は、教師と一緒に活動する。 (ボールを蹴るコツ、守りの整列の声、コーンの選択、戻るorタッチなど)</p> <p>【整理運動】 ・手首・足首・首のストレッチ 「振り返り(学習カード記入、発表)」 ・グループの得点を発表し、勝敗を確認する。 ・友達のよい姿やよい動きや、場や決まりを選んだ楽しさなどを発表させる。 ・友達と声を掛け合っていた子供やよい動きが見られた子供を紹介し、称賛する。</p> <p>【まとめ】キックベースボールゲームを楽しくするために、場や決まりを選んで工夫することが大切だね。</p> <p>「片付け」</p> <p>図：文部科学省 小学校低学年体育DVD 12ボール蹴りゲーム 指導資料集第8集 ゲーム・ボール運動 参照</p> <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選んでいる。(観察・学習カード)</p>
---	---

時間 重点的指導事項	7 時間目 (全 8 時間) 指導【知識及び技能④】 ボールが飛んだり、転がったりしてくるコースに入る。 指導【知識及び技能⑤】 ボールを捕ったり止めたりする。
5	<p>共通メニュー(用具準備、準備運動、学習課題提示)※ジャックナイフストレッチや股割り相撲等</p> <p>・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行き、心もほぐす)</p> <p>・ボール操作を高めるもの</p> <p>【学習課題】キックベースボールゲームで、ボールを蹴ったり捕ったりするコツを身につけ、たくさん得点を入れよう。</p>
10	<p>【課題に迫る発問】ボールを蹴るときと捕るときで、分けて考えてみよう。</p> <p>【蹴るときのコツの例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・守りの様子をよく見て人がいない場所を探す。 ・人がいない場所の方を向いて体が正面となるように立つ。 ・蹴る方と反対の足をボールの横に置くようにし、利き足を真っ直ぐ振って蹴る。 ※できるときは、蹴るときに向きを変えてフェイントをするなども有効。 <p>【捕るときのコツの例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ボールが飛んだ方にいる友達に声を掛ける。 ・ボールが飛んだり、転がったりしてくるコースに素早く移動する。 ・体の正面で両手で捕る。(胸に抱えるようにすると落としにくい) ※ボールが飛んだ方向に守りのチーム全員が一斉に走ると速く整列ができる。
15	<p>※高学年のように技能の高まりに対する課題解決を直接目指すのではなく、子供の実態に応じていい動きの例とし、チーム内で互いに声を掛け合い、教え合うよう押さえる。</p> <p>※本時は、ボールを捕る動きのコツを意識的に声かけを行い、子供のドキドキ度を高めたゲームにつなげたい。</p> <p>※前時の引き続きで、楽しくできる場や決まりを選択してゲームを行うことから、既習内容である勝敗にこだわらず仲良くゲームを行うことについて再度押さえる。</p> <p>指導【知識及び技能④・⑤】</p> <p>【発問】楽しくできる場や決まりを選択して、ゲームを始めよう。</p>
20 活 動 内 容	<p>※場や決まりの選択についての留意事項は、前時を参照。</p> <p>《キックベースボールゲーム①を行う》 ※選択した場や決まりを明示し、得点板を設置する。</p> <p>【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 1チーム4人。攻撃側が全員2回蹴ったら攻守を交代する。 ② 攻撃は、ボールをおいて、人がいないところをねらって蹴る。 ③ 攻撃は、コーンを回って戻ってくれば1点。守備は、ボールを捕球した者のところに整列にする。 ④ 整列が早いか、蹴った者がホームに戻るのが早いかで、得点の有無が決まる。  <p>【守備】捕球者のところに整列する</p> <p>整列が早いか(アウト) ホームに戻るのが早いか(得点) 【攻撃】標旗を回ってホームへ</p>
30	<p>※いい動きをしている子供(守りの動きを意図的に)をみつけて称賛し、全体にも声掛けを行う。</p> <p>※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。必要な場合は、全体のゲームを止めて集合させ、場や決まりの見直しを全体で行う。</p> <p>※やり方がわからない子供がいないか確認をし、必要な場合は、教師と一緒に活動する。(ボールを蹴るコツ、守りの整列の声、コーンの選択、戻るorタッチなど)</p> <p>《キックベースボールゲーム②を行う》 ※①と対戦チームを変えてゲームを行う。</p> <p>評価【学びに向かう力、人間性等③】</p>
35	<p>評価【学びに向かう力、人間性等③】</p>
40	<p>《整理運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手首・足首・首のストレッチ <p>《振り返り(学習カード記入、発表)》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループの得点を発表し、勝敗を確認する。 ・友達のよい姿やよい動きや、守りのよい動きを発表させる。 ・友達と声を掛け合っていた子供を紹介し、称賛する。 <p>評価【学びに向かう力、人間性等③】</p> <p>【まとめ】キックベースボールゲームで、守りをうまく行うためには、ボールが飛んだり、転がったりしてくるコースに素早く動いて、体の正面でボールを捕ったり止めたりすることができるようになることが大切だね。</p>
45	<p>《片付け》 図：文部科学省 小学校低学年体育DVD 12ボール蹴りゲーム、指導資料集第8集 ゲーム・ボール運動 参照</p>
評価事項	<p>評価【学びに向かう力、人間性等③】 ボールゲームの勝敗を受け入れようとする。(観察・学習カード)</p>

時間	8 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	●前時までに学習したことを使って、キックベースボールゲーム大会をする。	
活 動 内 容	5	<p>共通メニュー(用具準備、準備運動、学習課題提示)※ジャックナイフストレッチや股割り相撲等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす) ・ボール操作を高めるもの <p style="text-align: right;"></p> <p style="text-align: center;">的当</p> <p style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;">【学習課題】 これまで学習したことを使って、キックベースボールゲーム大会をしよう。</p>
	10	<p>※これまでのゲームの様相や学級の実態から、教師がゲームの決まりを決め、掲示して知らせる。 ※対戦相手と場のローテーションをあらかじめ決めておき、掲示して知らせる。 ※良い動きだけでなく、態度面で大切にしたいことを確認する。 ※対戦相手を変えて、3回行う。(何度もボールを蹴ることができるよう、攻守の交代の仕方や時間確保に留意する) ※3回戦の合計得点で順位を決める。(例) ※技能の観察評価が2回あるので、ゲームを始めたらまず全体をゆっくりと見回しながら評価を行い、その後、ボールを蹴る動きが苦手な子供を中心に個別に指導を行うように計画する。</p>
	15	<p>キックベースボールゲーム1回戦</p> <p>※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。 ※守りがいないところに移動できない子供や例示の動きがうまくできない子供が見られたときは、一緒に動きのポイントを確認したり守りがいないところを教師が声をかけてねらって蹴るように誘導したりする。 ※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。</p>
	20	<p style="text-align: center;">【いい動きの例】</p> <p style="text-align: center;">【蹴る】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・守りの様子をよく見て人がいない場所を探す。 ・人がいない場所の方を向いて体が正面となるように立つ。 ・蹴る方と反対の足をボールの横に置くようにし、利き足を真っ直ぐ振って蹴る。 <p>※できるときは、蹴るときに向きを変えてフェイントをするなども有効。</p>
	25	<p style="text-align: center;">【捕る】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ボールが飛んだ方にいる友達に声を掛ける。 ・ボールが飛んだり、転がったりしてくるコースに素早く移動する。 ・体の正面で両手で捕る。(胸に抱えるようにすると落としにくい) <p>※ボールが飛んだ方向に守りのチーム全員が一斉に走ると速く整列ができる。</p>
	30	<p style="text-align: center;">【大切にしたい良い態度の例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・順番や決まりを守る。 ⇒ボールを蹴る打順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れば教えてあげる) ・誰とでも仲良くする。 ⇒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。 ・負けていても最後まであきらめずにゲームを続ける。(守りでも加点)
	35	<p style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">評価【知識及び技能④】</p> <p>キックベースボールゲーム3回戦</p>
	40	<p>○振り返り(発表)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・振り返りを発表する。 <p style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;">【まとめ】 キックベースボールゲームでは、みんなで場や規則を選んだり、よい動きをしたりして楽しめたね。また、勝敗にこだわらず楽しく活動したり、友だちのいい動きを見つたりすることもできるようになったね。</p>
	45	<p>○整理運動</p> <p>○片付け</p> <p style="text-align: right; border: 1px solid black; padding: 5px;">図:文部科学省</p>
	評価事項	<p style="border: 1px solid black; padding: 5px;">評価【知識及び技能④】 ボールが飛んだり、転がったりしてくるコースに入ることができる。</p>

4 単元指導計画及び展開例

【11月】

単元名 マットを使った運動遊び (B 器械・器具を使つての運動遊び) 全8時間

(1) 単元のねらい

知・技 : マットを使った運動遊びでは、その行い方を知るとともに、いろいろな方向への転がり、手で支えての体の保持や回転をすることができる。

思・判・表 : 坂道やジグザグなどの複数のコースでいろいろな方向に転がることのできるような場を選んだり、動物に変身して腕で支えながら移動したり、逆さまになったりする運動遊びの中から、動物の動きを選んだりすることができる。

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、場や器械・器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

マットを使った運動遊びでは、その行い方を知るとともに、マットに背中や腹などをつけていろいろな方向に転がったり、手や背中で支えて逆立ちをしたり、体を反らせたりするなどして遊ぶ。

(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)

ゆりかこ	<ul style="list-style-type: none"> • あごを引いて、背中を丸くする。 	
前転がり	<ul style="list-style-type: none"> • 頭の後ろをマットに付ける。 • しゃがんだ姿勢から手で支えながら腰を上げ、体を丸める。 • 後頭部－背中－尻－足裏の順にマットに接して前方に回転して立ち上がる。 	
後ろ転がり	<ul style="list-style-type: none"> • あごを引いて背中を丸める。 • 両手で頭を浮かす感じでマットを突き放して回る。 • 尻－背中－後頭部－足裏の順にマットに接して後方に回転して立ち上がる。 	
背支持倒立	<ul style="list-style-type: none"> • 足をしっかり伸ばし、手で腰を支える。 	首倒立 (発展)
転がり だるま	<ul style="list-style-type: none"> • 足裏を合わせて座り、両手で足先をつかむ。 • 体を左右に揺らしながら勢いを付けて転がり起き上がる。 	
転がり 丸太	<ul style="list-style-type: none"> • 指先・つま先を伸ばして体を真っ直ぐにして転がる。 	

かえりの 逆立ち	<ul style="list-style-type: none"> ・マットを見ながら手を着き、肘に膝を乗せる。 ・肩と腕に重心を寄せ、体を支える。 	
かえりの 足打ち	<ul style="list-style-type: none"> ・マットを見ながら両腕で体を支える。 ・足裏と足裏をタッチする。 	
うつけ 跳び	<ul style="list-style-type: none"> ・腰を落とし、着手するところを見る。 ・前方に体を投げ出し、着手する。 ・腕で体を支え、膝を胸に引き付けるように曲げて着手する。 	
壁上の 逆立ち	<ul style="list-style-type: none"> ・両手をマットに着き、壁に足を着ける。 ・マットを見て、腕で押しながら壁の方に近づく。 ・必要に応じて肋木を活用する。 	

(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
<p>○前や後ろへ転がるのが苦手。</p> <p>○手で体を支えて移動することが苦手。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・体を丸めて揺れるゆりかごに取り組みんだり、傾斜のある場で勢いよく転がるように組み組みして、転がるための体の動かし方が身に付くように練習の仕方や場を設定する。 ・手や足を移動する場所や目線の先にマークを置くなどして、支持で移動できる体の動かし方が身に付くように教具や場を設定する。 	<p>○友達のよい動きを伝える。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・友達のよい動きを擬態語や擬音語で表現したり、学習カードに書いたりする。 	<p>○怖くて運動遊びに取り組みめない。</p> <p>○自信がもてない。</p> <p>○恥ずかしがる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・器械・器具の高さを変えたり、痛くないように配慮した場を設定したりして、条件を変えた場を複数設定して選択できるようにする。 ・成功回数が多くなる簡単な運動遊びを取り入れたり、できたことを称賛したりして、肯定的な働きかけができるようにする。 ・二人組で手をつないで跳び下りたり、集団で転がったりできる運動遊びを取り入れたりして、友達と一緒に運動遊びをする楽しさに触れることができるようにする。

(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 → 解説 P.28

ゆりかご



前転がり



後ろ転がり



丸太転がり



背支持倒立



かえるの足打ち



壁登り逆立ち



支持での川跳び

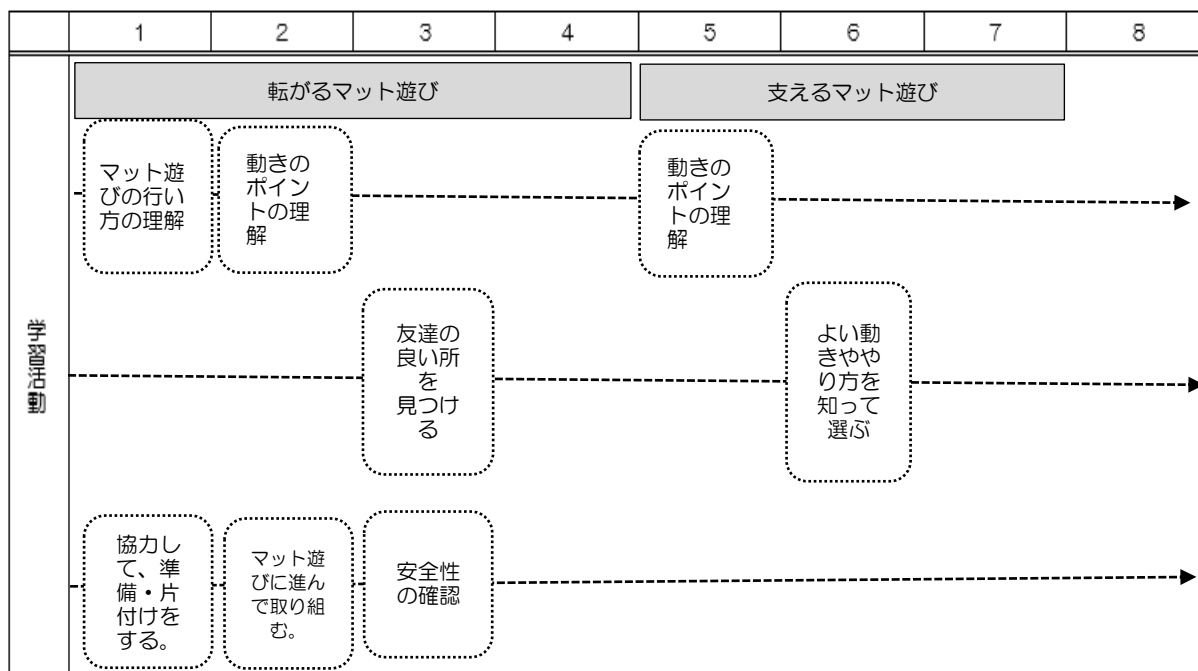


(6) 単元構想

① 目指す子どもの姿



②単元の流れ



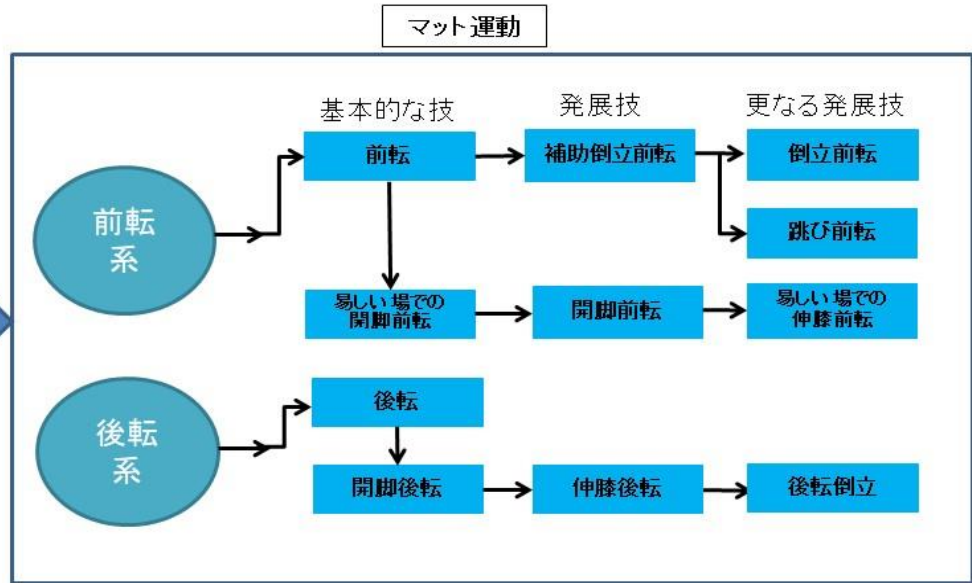
③単元計画及び指導と評価の計画

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	○マット遊びの行い方を知る。(転がるマット遊び) ○器械・器具の準備や片付けを友達と一緒にする。	知・技⑦ 学・人③	知・技⑦
2	○基本的な動きのポイントが分かる。(転がるマット遊び) ○紹介された遊びに、進んで取り組む。	知・技⑧ 学・人①	学・人③
3	○器械・器具の安全を確かめる。 ○友達のよい動きを見つける。	学・人④ 思・判・表②	思・判・表②
4	●技の出来栄を確かめる。(転がるマット遊び)		知・技⑧
5	○基本的な動きのポイントが分かる。(ささえるマット遊び)	知・技⑧	学・人①
6	○友達の動きを参考に、よい動きやり方を知って選ぶ。	思・判・表①	思・判・表①
7	●技の出来栄を確かめる。(ささえるマット遊び)		知・技⑧
8	●技の出来栄を確かめる。(転がるマット遊び・ささえるマット遊び)		学・人④

(7) 系統図



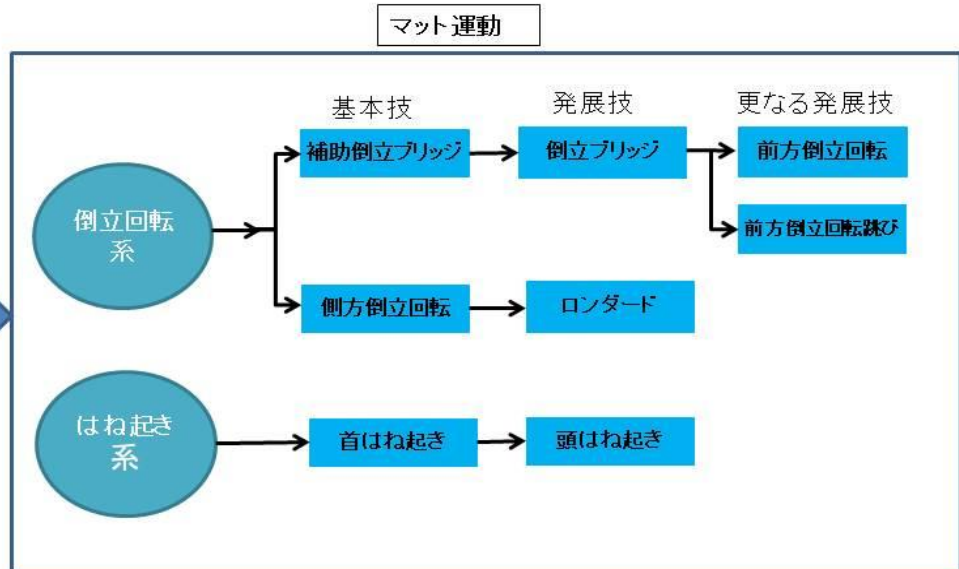
マット運動の技の系統図1 ※左に行くほど易しく、右に行くほど難しくなります



- ※ 器械運動領域では、技の系統図に沿って、易しい→難しいへ向かって段階的に学習を進めていきます。
- ※ 例えば4学年で授業に入る際、全員の子どもが3学年時までに「前転」を習得していれば、前転系の発展技「補助倒立前転」から、授業を開始してよいことになります。
- ※ 同じ系統である「前転系」もしくは「後転系」の基本的な技→発展技→更なる発展技と取り組みます。
- ※ 「易しい場」↔「平坦な場」を繰り返すことにより、技のできばえを確認し、技のポイントや練習方法を見直しながら学習を進め、技の習得につなげていきます。
- ※ 少なくとも、中学年で基本的な技を1つ、高学年で発展技を1つはできるようにすることをめざします。



マット運動の系統図2 ※左に行くほど易しく、右に行くほど難しくなります



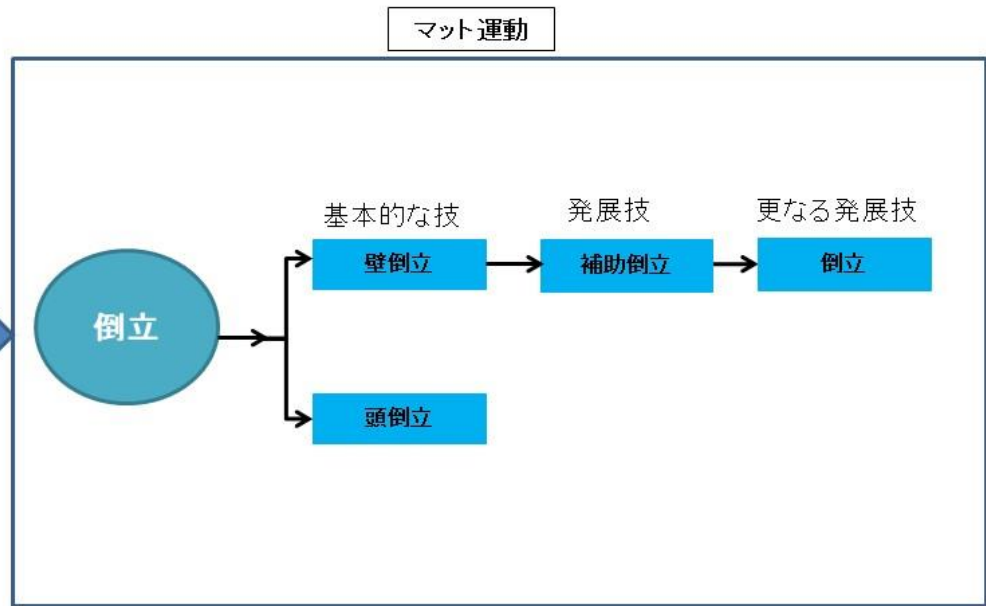
- ※ 器械運動領域では、技の系統図に沿って、易しい→難しいへ向かって学習を進めていきます。
- ※ 例えば4学年で授業に入る際、全員の子どもが3学年時までに「側方倒立回転」を習得していれば、倒立回転系の発展技「ロンダード」から、授業を開始してよいことになります。
- ※ 同じ系統である「倒立回転系」もしくは「はね起き系」の基本技→発展技→更なる発展技と取り組みます。
- ※ 学習の進め方として、「易しい場」↔「平坦な場」を繰り返すことにより、技の上達を狙います。

巧技系
(平均立ち技)

マットを使った運動遊び

- 背支持倒立 (首倒立)
- 壁上り逆立ち
- ブリッジ
- かえるの逆立ち
- かえるの足うち
- うさぎ跳び
- 支持での川跳び
- 腕立て横跳び越し
- 肋木

マット運動の技の系統図3 ※左に行くほど易しく、右に行くほど難しくなります



※ 器械運動領域では、技の系統図に沿って、易しい→難しいへ向かって段階的に学習を進めていきます。

※ 例えば4学年で授業に入る際、全員の子どもが3学年時までに「壁倒立」を習得していれば、発展技「補助倒立」から、授業を開始してよいことになります。






※ 同じ系統である基本的な技→発展技→更なる発展技と取り組みます。



※ 「易しい場」↔「平坦な場」を繰り返すことにより、技のできばえを確認し、技のポイントや練習方法を見直しながら学習を進め、技の習得につなげていきます。


※ 少なくとも、中学年で基本的な技を1つ、高学年で発展技を1つはできるようになることをめざします。

(8)展開例

時間	1 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	指導【知識及び技能⑦】 マットの遊び方の行い方を知る。	指導【学びに向かう力、人間性等③】 器械・器具の準備や片付けを友達と一緒にする。
活 動 内 容	5	準備運動 共通メニュー(首・手首・足首等) 軽いジョギング、スキップ、ジャンプ等 複数の場を用意し、ローテーションする ※音楽を使用すると意欲アップに効果的 学習のねらいを知る 本時のねらいを知る 【学習課題】忍者になって、安全に気を付けながら、マット遊びの行い方を知ろう。 安全な運動の行い方を知る。 学習の約束を知る。 ①マットの上に乗って遊ばない ②マットを運ぶときはマットを頭の上で持たず、腰のあたりで持つ ③マットは横切らない ④マットを運ぶときは一人ではなく友達と協力して運ぶ 等 ※児童が常に意識できるように、掲示すると効果的
	10	指導【学びに向かう力、人間性等③】 マットの場の準備の仕方を確認しながら行う ①マットは4人で「みみ」を持って、前方の安全を確認しながら運ぶ。(1グループを見本にして確認する) ②体育館のラインに沿ってまっすぐ並べる。(どのグループがどこに並べるかマーカ―やテープ等で示す。) ③マットの表と裏を知る。 並べたら、マットの「みみ」をマットの下に入れる。(子供全員を集合させ、教師が手本を見せる。各グループに戻り、全員で「みみ」を入れる。) 等 【意欲を高める発問】 どんなことに気を付けたら、安全に怪我をしないで、楽しくマット遊びができるかな。 マットは4人で「みみ」を持って運ぼう！ マットは腰のところで持って運ぼう！
	15	「回転の術」(回転系)をする 技が終わったらお互い向かい合って目を合わせて拳し、「はい」と合図してからスタートする ※5つの技を紹介しながら、良い動きをしている子どもに示範させ、動きのイメージをもたせる。 指導【知識及び技能⑦】 ①ゆりかごの術 ゆりかご おへそを見て体を丸めよう！
	20	指導【知識及び技能⑦】 ②前転がりの術 ③後ろ転がりの術 ※着手、頭の着き方については適宜指導を行う。 前転がり 後ろ転がり 頭の後ろ、背中、お尻、足の裏の順番にマットに着けよう！ 足の裏、お尻、背中、頭の後ろの順番にマットに着けよう！
	25	指導【知識及び技能⑦】 ④だるま転がりの術 ⑤丸太転がりの術 丸太転がり だるま転がり 体を伸ばしてマットから落ちないようにまっすぐ回ろう！ 太もも、背中、反対側の太ももの順番にマットにつけて回ってみよう！
	30	評価【知識及び技能⑦】
	35	指導【学びに向かう力、人間性等③】 マットの片付けの仕方を確認する ①マットは4人で「みみ」を持って、前方の安全を確認しながら運ぶ。 ②体育館のマットが置かれている場所に重ねる。 (どのグループから重ねるのか決めておく) 等 マットは4人で「みみ」を持って運ぼう！ マットは腰のところで持って運ぼう！ マットを運ぶときは、前に注意しよう！ ※一方方向になるように運ばせるとよい <場の設定の例> ステージ ゆりかご・前転がり・後ろ転がりの場 ゆりかご・前転がり・後ろ転がりの場 ゆりかご・前転がり・後ろ転がりの場 丸太転がり・だるま転がりの場 丸太転がり・だるま転がりの場
	40	【まとめ】正しくマットの準備と片付けができると、マット遊びの術が安全にできるね。 振り返り(学習カード記入、発表) ※安全に活動するのにどんなことに気を付けたか発表させる。 ※話型を例示すると、発表がスムーズにできる。
	45	整理運動(手首・足首・首のストレッチ) ※ゆっくりと、使った部位をしっかりと伸ばしたり、曲げたりする。 図・感覚づくりの運動の手引 <茨城県教育庁学校教育部保健体育課 > 器械運動指導の手引 <文部科学省 > まるわかりハンドブック <文部科学省 >
	評価事項	評価【知識及び技能⑦】 マットの遊び方の行い方がわかる。(観察・学習カード)

時間	2 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	指導【知識及び技能⑧】 基本的な動きのポイントが分かる。(転がるマット遊び)	指導【学びに向かう力、人間性等①】 紹介された遊びに、進んで取り組む。
活 動 内 容	5	マットの準備 評価【学びに向かう力、人間性等③】 準備運動 共通メニュー(首・手首・足首等) 動物歩き、スキップ、ジャンプ等 複数の場を用意し、ローテーションする 学習のねらいを知る 本時のねらいを知る マットは4人で「みみ」を持って運ぼう！ マットは腰のところで持って運ぼう！ マットを運ぶときは、前に注意しよう！ 並べたら、マットの「みみ」をマットの下に入れてあるか確認しよう！  動物歩き
	10	指導【知識及び技能⑧】 【学習課題】回転の術のコツを知って、安全に遊ぼう。 技が終わったらお互い向かい合って目を合わせて拳手し、「はい」と合図してからスタートする (回転系の動き) ①ゆりかごの術 耳の横に両手を構え、へそを見て前後に転がり、起きる (敵忍者の攻撃を避けるように)  ゆりかご おへそを見て体を丸めよう！
	15	指導【知識及び技能⑧】 前転がり ②前転がりの術 頭の後ろ、背中、お尻、足の裏の順番にマットにつけて転がる  頭の後ろ、背中、お尻、足の裏の順番にマットに着けよう！
	20	指導【知識及び技能⑧】 後ろ転がり(坂道) ③後ろ転がりの術(坂道マット) お尻、背中、後頭部、足の裏の順番にマットにつけて転がる ※まずは、坂を使つての後ろ転がりに取り組ませる  肩の上に腰が上がるように転がろう！
	25	指導【知識及び技能⑧】 後ろ転がり ③後ろ転がりの術(平らなマット) お尻、背中、後頭部、足の裏の順番にマットにつけて転がる (マットの真ん中で回ってがけに落ちないように)  足の裏、お尻、背中、頭の後ろの順番にマットに着けよう！
	30	【ポイントを確認するための発問】 回転の術のコツにはどんなものがあったか ①ゆりかごの術は、おへそを見る ②前転がりの術は、頭の後ろ、背中、お尻、足の裏の順番 ③後ろ転がりの術は、肩の上に腰を上げる ④後ろ転がりの術は、足の裏、お尻、背中、頭の後ろの順番 【意欲を高めるための発問】 4つの動き方のコツを使って、どんどん修業をしてみよう。
	35	指導【学びに向かう力、人間性等①】 1. ゆりかごの術→①同じ時間で何回できるか【回数修行の場】 ②友達と一緒に揃えてできるか【シンクロ修行の場】 ③最後にピタッと立ち上がれるか【立ち上がり修行の場】 2. 前・後ろ転がりの術→①早く回れるか【スピード修業の場】 ②まっすぐ回れるか【まっすぐ修行の場】 ③友達と合わせて回れるか【シンクロ修行の場】 ④1枚のマットで何回回れるか【回数修行の場】 ⑤坂道を回れるか【坂道修行の場】 ⑥ジグザグ道を回れるか【ジグザグ修行の場】 ※場の例から学級の実態に応じて選択して提示する 児童の意欲を高める声かけの例 ①あわてずにゆっくりといいよ。 ②お互い向かい合って目を合わせて拳手し、「はい」と合図してからスタートしているね。 ③前転がり(後ろ転がり)の術のコツをひとつひとつ確かめながら、修業をしてみよう。 ④前転がり(後ろ転がり)の術のコツが上手にできている人をまねしてみよう。 ⑤うまくいかなかったら、前転がり(後ろ転がり)の術のコツをたしかめよう。
	40	【まとめ】 4つの動き方のコツを使って、どんどん修業すると、上手にできるね。 振り返り(学習カード記入、発表) ※どんなコツがあったかを発表させる。 ※話型を例示すると、発表がスムーズにできる。
	45	整理運動(手首・足首・首のストレッチ等) ※ゆっくりと、使った部位をしっかり伸ばしたり、曲げたりする。 マットの片付け 評価【学びに向かう力、人間性等③】 マットは4人で「みみ」を持って運ぼう！ マットは腰のところで持って運ぼう！ 図・感覚づくりの運動の手引 ≪茨城県教育庁学校教育部保健体育課≫ 器械運動指導の手引≪文部科学省≫ まるわかりハンドブック≪文部科学省≫
	評価事項	評価指導【学びに向かう力、人間性等③】 器械・器具の準備や片付けを友達と一緒にしようとする。(観察)

時間	3 時間目 (全 8 時間)									
重点的指導事項	指導【学びに向かう力、人間性等④】 器械、器具の安全を確かめる。	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。								
活 動 内 容	5	<p>マットの準備、準備運動 共通メニュー(首・手首・足首等) 動物歩き、スキップ、ジャンプ等 ※声を出し合いながら元気よく行わせる。 複数の場を用意し、ローテーションする ※音楽を使用すると意欲アップに効果的 学習のねらいを知る 本時のねらいを知る</p> <p>【学習課題】安全に気を付けて、回転の術が上手な友達を見つけよう。</p> 								
	10	<p>指導【学びに向かう力、人間性等④】</p> <p>マットの場の準備の仕方を確認しながら行う ①マットは4人で「みみ」を持って、前方の安全を確認しながら運ぶ。(1グループを見本にして確認する) ②体育館のラインに沿ってまっすぐ並べる。(どのグループがどこに並べるのかマーカーやテープ等で示す。) ③マットの表と裏を知る。 並べたら、マットの「みみ」をマットの下に入れる。(子供全員を集合させ、教師が手本を見せた後、全員で「みみ」を入れる。)</p> <p>マットは4人で「みみ」を持って運ぼう！ マットは腰のところで持って運ぼう！ マットを運ぶときは、前に注意しよう！</p> <p>並べたら、マットの「みみ」をマットの下に入れてあるか確認しよう！</p>								
	15	<p>技が終わったらお互い向かい合って目を合わせて拳手し、「はい」と合図してからスタートする</p> <p>④丸太転がりの術 両腕、両足を伸ばして、一本の丸太になるように転がる (敵忍者の攻撃を避けるように)</p>  <p>丸太転がり</p> <p>両腕、両足を伸ばしてマットから落ちないようにまっすぐ回ろう！</p>								
	20	<p>⑤だるま転がりの術 太もも、背中、反対側の太ももの順番にマットにつけて回って、起きる (敵忍者の攻撃を避けるように)</p> <p>だるま転がり</p> <p>太もも、背中、反対側の太ももの順番にマットにつけて回ってみよう！</p>								
	25	<p>【思考を高めるための発問】 よい回転の術の動きはどんな動きだったかな。</p> <p>指導【思考力、判断力、表現力等②】</p> <p>④丸太転がりの術は、両腕、両足をどのようにしたら、一本の丸太になるかな→両腕、両脚を伸ばす ⑤だるま転がりの術は、どういう順番にマットにつけて回って、起きればいいのか→太もも、背中、反対側の太ももの順番</p>								
	30	<p>ローテーションで行う</p> <p>【思考を高めるための発問】 回転の術が上手な友達を見つけて真似してみよう。</p> <p>(回転系の動き) 4. 丸太転がりの術→①まっすぐ回れるか【まっすぐ修業の場】 ②速く回れるか【スピード修業の場】 ③友達と手をつないで【シンクロ修業の場】 ④坂道で回れるか【坂道修業の場】(上り・下り) ⑤【ジグザグコースにチャレンジ】 5. だるま転がりの術→①友達と一緒に揃えて回れるか【シンクロ修業の場】 ②元通りの位置に戻れるか【元通り修業の場】 ③決まった時間で何回回れるか【たくさん回転修業の場】</p> <p>※場の例から学級の実態に応じて選択して提示する</p> <table border="1" data-bbox="1125 1321 1420 1624"> <tr> <td colspan="2">＜場の設定の例＞</td> </tr> <tr> <td colspan="2">ステージ</td> </tr> <tr> <td>【スピード・回数・元通り修業】の場</td> <td>【シンクロ修業】の場</td> </tr> <tr> <td>丸太転がりまっすぐ修業】の場</td> <td>丸太転がり【坂道修業】の場</td> </tr> </table>	＜場の設定の例＞		ステージ		【スピード・回数・元通り修業】の場	【シンクロ修業】の場	丸太転がりまっすぐ修業】の場	丸太転がり【坂道修業】の場
	＜場の設定の例＞									
	ステージ									
	【スピード・回数・元通り修業】の場	【シンクロ修業】の場								
	丸太転がりまっすぐ修業】の場	丸太転がり【坂道修業】の場								
35	<p>児童の思考を高める声かけの例 ・丸太転がりの術のとき、両腕、両足を伸ばして、一本の丸太になるように転がっているね。 ・だるま転がりの術のとき、太もも、背中、反対側の太ももの順番にマットにつけて回って、起きているね。</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力等②】</p>									
40	<p>【まとめ】 回転の術が上手な友達を見つけて真似すると、上手にできるね。</p> <p>振り返り(学習カード記入、発表) ※友達のどんな動きを見つけて真似したか発表させる。 ※話型を例示すると、発表がスムーズにできる。</p>									
45	<p>整理運動(手首・足首・首のストレッチ) ※ゆっくりと、使った部位をしっかり伸ばしたり、曲げたりする。 マットの片付け</p> <p>マットは4人で「みみ」を持って運ぼう！ マットは腰のところで持って運ぼう！ マットを運ぶときは、前に注意しよう！</p> <p>図：感覚づくりの運動の手引 ≪茨城県教育庁学校教育部保健体育課≫ 器械運動指導の手引≪文部科学省≫</p>									
評価事項	評価【思考、判断力、表現力等②】 友達のよい動きを見つけている。(観察・学習カード)									

時間	4 時間目 (全 8 時間)											
重点的指導事項	○技の出来栄を確かめる。(転がるマット遊び)											
5	<p>マットの準備 準備運動共通メニュー(首・手首・足首等) 動物歩き、スキップ、ジャンプ等 複数の場を用意し、ローテーションする ※音楽を使用すると意欲アップに効果的 学習のねらいを知る 本時のねらいを知る</p> <p>マットは4人で「みみ」を持って運ぼう！ マットは腰のところで持って運ぼう！ マットを運ぶときは、前に注意しよう！ 並べたら、マットの「みみ」をマットの下に入れてあるか確認しよう！</p> <p>動物歩き</p>											
	<p>【学習課題】回転の術の動きの修行をして、術に磨きをかけよう。</p>											
	<p>ひと通り全ての術に取り組む。(ローテーション) 技が終わったらお互い向かい合って目を合わせて拳手し、「はい」と合図してからスタートする (意識させる回転系の動き)</p> <p>①ゆりかごの術のとき、おへそを見ているか ②前転がりの術のとき、頭の後ろ、背中、お尻、足の裏の順番にマットにつけて転がっているか ③後ろ転がりの術のとき、お尻、背中、後頭部、足の裏の順番にマットにつけて転がっているか ④丸太転がりの術のとき、両腕、両足を伸ばして、一本の丸太になるように転がっているか ⑤だるま転がりの術のとき、太もも、背中、反対側の太ももの順番にマットにつけて回って、起きているか</p> <p>＜場の設定の例＞</p> <p>ステージ</p> <table border="1"> <tr> <td colspan="2">ゆりかご・前転がり・後ろ転がりの場</td> </tr> <tr> <td colspan="2">ゆりかご・前転がり・後ろ転がりの場</td> </tr> <tr> <td colspan="2">ゆりかご・前転がり・後ろ転がりの場</td> </tr> <tr> <td>丸太転がり・だるま転がりの場</td> <td>丸太転がり・だるま転がりの場</td> </tr> <tr> <td>丸太転がり・だるま転がりの場</td> <td>丸太転がり・だるま転がりの場</td> </tr> </table>	ゆりかご・前転がり・後ろ転がりの場		ゆりかご・前転がり・後ろ転がりの場		ゆりかご・前転がり・後ろ転がりの場		丸太転がり・だるま転がりの場	丸太転がり・だるま転がりの場	丸太転がり・だるま転がりの場	丸太転がり・だるま転がりの場	
	ゆりかご・前転がり・後ろ転がりの場											
	ゆりかご・前転がり・後ろ転がりの場											
ゆりかご・前転がり・後ろ転がりの場												
丸太転がり・だるま転がりの場	丸太転がり・だるま転がりの場											
丸太転がり・だるま転がりの場	丸太転がり・だるま転がりの場											
<p>発表する技の練習を行う 得意になった術や遊びを練習させる(1人または複数で自由選択) ※以下のことができているか、場をまわりながら指導を行う。</p> <p>①ゆりかごの術で、起き上がれるように (※着手したときにしっかり突き放して反動をつける) ②前転がりの術で、まっすぐ回れるように (※脇を締めて着手、頭の後ろをついて回転させる) ③後ろ転がりの術で、後ろに回れるように (※脇を締めて耳の後ろ辺りで着手、しっかり手で突き放させる) ④丸太転がりの術で、まっすぐ回れるように (※体をまっすぐに伸ばし、全身を使って反動をつけさせる) ⑤だるま転がりの術で、起き上がれるように (※太もも、背中、反対側の太ももの順番にマットにつけて回って、反動を使って起きさせる)</p>												
<p>20</p> <p>活 動 内 容</p> <p>25</p> <p>30</p> <p>35</p> <p>40</p> <p>45</p>	<p>修行の成果を見せる(発表) ※後ろ転がりが苦手な子は坂マットを使ってもよい</p> <p>【行う仕方の例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・①～⑤の順に行く。 ・グループを分けて、ほかのグループを見に行き、時間で交代する。 ・名前順で発表する。 <p>評価【知識及び技能⑧】</p> <p>【まとめ】回転の術を修行したので、みんな上手にできたね。</p> <p>振り返り(学習カード記入、発表) ※得意な術は何か発表させる。 ※話型を例示すると、発表がスムーズにできる。</p> <p>整理運動(手首・足首・首のストレッチ) ※ゆっくりと、使った部位をしっかり伸ばしたり、曲げたりする。 マットの片付け</p> <p>マットは4人で「みみ」を持って運ぼう！ マットは腰のところで持って運ぼう！ マットを運ぶときは、前に注意しよう！</p> <p>図：感覚づくりの運動の手引 《茨城県教育庁学校教育部保健体育課》 器械運動指導の手引《文部科学省》</p>											
評価事項	評価【知識及び技能⑧】 基本的な動きのポイントがわかる。(観察・学習カード)											

時間	5 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	指導【知識及び技能⑧】 基本的な動きのポイントが分かる。(ささえのマット遊び)	
活 動 内 容	5	マットの準備 準備運動 共通メニュー(首・手首・足首等) 動物歩き、スキップ、ジャンプ等 複数の場を用意し、ローテーションする ※音楽を使用すると意欲アップに効果的 学習のねらいを知る 本時のねらいを知る
	10	【学習課題】ささえの術のコツを知って、修行しよう。 指導【知識及び技能⑧】 技が終わったらお互い向かい合って目を合わせて拳手し、「はい」と合図してからスタートする (支持系の動き) ①背支持倒立(変身)の術 ひじを締めて、腰を上げて脚をまっすぐに伸ばして、できるだけ体が動かないようにする。
	15	指導【知識及び技能⑧】 ②かえる逆立ち(変身)の術 膝を曲げて、曲げた肘に内ももをのせ、足を地面からゆっくり離し、バランスを取りながら、できるだけ体が動かないようにする。
	20	指導【知識及び技能⑧】 ③壁上り逆立ち(透明)の術 手のひらを開いて着手し、目は手と手の間を見て、両腕を伸ばし少しずつ足を上げていき、体をまっすぐにする。
	25	【ポイントを確認するための発問】 ささえの術のコツにはどんなものがあったかな。 ①背支持倒立(変身)の術は、脚をまっすぐにして動かないように、脇を締めて、手で腰をしっかり支えて ②かえる逆立ち(変身)の術は、脚を腕に乗せて動かないように、ゆっくり足を地面から離してバランスを取りながら ③壁上り逆立ち(透明)の術は、ひじを伸ばして体をまっすぐに、目は手と手の間を見て、
	30	【意欲を高めるための発問】 3つの動き方のコツを使って、どんどん修業をしてみよう。 ※それぞれの場をローテーションで行う。 1. 背支持倒立→①友達と時間比べをしてみよう【時間修業の場】 ②友達と動きを揃えてやってみよう【シンクロ修業の庭】。 2. かえる逆立ちの術→①友達と時間比べをしてみよう【時間修業の場】 ②友達と動きを揃えてやってみよう【シンクロ修業の庭】。 3. 壁上り逆立ちの術→①友達と時間比べをしてみよう【時間修業の場】 ②友達と動きを揃えてやってみよう【シンクロ修業の庭】。 ※場の例から学級の実態に応じて選択して提示する。
35	評価【学びに向かう力、人間性等①】 【まとめ】術のコツが分かったら、ささえの術が上手になるね。	
40	振り返り(学習カード記入、発表) ※どんなコツがあったかを発表させる。 ※話型を例示すると、発表がスムーズにできる。	
45	整理運動(手首・足首・首のストレッチ) ※ゆっくりと、使った部位をしっかり伸ばしたり、曲げたりする。 マットの片付け	
評価事項	評価【学びに向かう力、人間性等①】 紹介された遊びに、進んで取り組もうとする。(観察)	

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】 友達の動きを参考に、よい動きややり方を知って選ぶ。	
活動内容	5	<p>マットの準備 準備運動 共通メニュー(首・手首・足首等) 動物歩き、スキップ、ジャンプ等 複数の場を用意し、ローテーションする ※音楽を使用すると意欲アップに効果的 学習のねらいを知る 本時のねらいを知る</p> <p>マットは4人で「みみ」を持って運ぼう！ マットは腰のところで持って運ぼう！ マットを運ぶときは、前に注意しよう！</p> <p>動物歩き</p>
	10	<p>指導【思考力、判断力、表現力等①】 【学習課題】ささえの術が上手な友達のよい動きややり方を選んでやってみよう。</p> <p>技が終わったらお互い向かい合って目を合わせて拳手し、「はい」と合図してからスタートする</p> <p>(支持系の動き) ④かえるの足打ちの術 ・腰を上げて素早く足の裏をたたく ・視線は手と手の間を見る</p> <p>かえるの足打ち</p> <p>腰を上げて足の裏をたたこう！</p>
	15	<p>⑤うさぎ跳びの術 ・手を突き放して、足を手よりも前に着くイメージで ・視線は着手する目標地点を見る</p> <p>うさぎ跳び</p> <p>手を着いたところよりも前に足を着こう！</p> <p><場の設定の例></p> <p>ステージ</p> <p>かえるの足打ちの場</p> <p>うさぎ跳びの場</p>
	20	<p>【思考を高めるための発問】 よいささえの術の動きはどんな動きだったかな。</p>
	25	<p>指導【思考力、判断力、表現力等②】</p> <p>④かえるの足打ちの術は、腰をどのようにしたら、足の裏をたたけるかな→腰を上げる ⑤うさぎ跳びの術は、足をどうしたら遠くまで跳べるいかな→手を突き放して、足は手より前に着くイメージで</p> <p>【思考を高めるための発問】 ささえの術が上手な友達のよい動きを選んでやってみよう。</p>
30	<p>ローテーションで行う (支持系の動き) 4. かえるの足打ちの術→①友達と回数比べをしよう【回数修業の場】 ②友達と動きを揃えてみよう【シンクロ修業の場】 5. うさぎ跳びの術→①同じ回数でどれだけ進めるか、友達と距離比べをしよう【距離修業の場】 ※場の例から学級の実態に応じて選択して提示する ②友達と動きを揃えてみよう【シンクロ修業の場】</p>	
35	<p>児童の思考を高める声かけの例 ・かえるの足打ちの術のとき、腰を上げて、足の裏をたたいているね。 ・うさぎ跳びの術のとき、手を突き放して、足を手より前に着くようにして跳んでいるね。</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力等①】</p> <p>【まとめ】 ささえの術が上手な友達のよい動きをやってみると、上手にできるね。</p>	
40	<p>振り返り(学習カード記入、発表) ※友達のどんな動きを真似したか発表させる。 ※話型を例示すると、発表がスムーズにできる。</p>	
45	<p>整理運動(手首・足首・首のストレッチ) ※ゆっくりと、使った部位をしっかりと伸ばしたり、曲げたりする。 マットの片付け</p> <p>マットは4人で「みみ」を持って運ぼう！ マットは腰のところで持って運ぼう！ マットを運ぶときは、前に注意しよう！</p> <p>図: 感覚づくりの運動の手引 ◀茨城県教育庁学校教育部保健体育課▶ 器械運動指導の手引◀文部科学省▶</p>	
評価事項	<p>評価【思考力、判断力、表現力等①】 友達の動きを参考に、よい動きややり方を知って選んでいる。(観察・学習カード)</p>	

時間	7 時間目 (全 8 時間)										
重点的指導事項	●技の出来栄を確かめる。(ささえるマット遊び)										
5	<p>マットの準備 準備運動 共通メニュー(首・手首・足首等) 動物歩き、スキップ、ジャンプ等 複数の場を用意し、ローテーションする ※音楽を使用すると意欲アップに効果的 学習のねらいを知る 本時のねらいを知る</p> <p>マットは4人で「みみ」を持って運ぼう！ マットは腰のところで持って運ぼう！ マットを運ぶときは、前に注意しよう！ 並べたら、マットの「みみ」をマットの下に入れてあるか確認しよう！</p> <p>動物歩き</p> 										
	<p>【学習課題】 ささえる術の動きの修行をして、術に磨きをかけよう。</p> <p>一通り全ての術に取り組む。(ローテーション) 技が終わったらお互い向かい合って目を合わせて拳手し、「はい」と合図してからスタートする (意識させる支持系の動き)</p> <p>①背支持倒立(変身)の術のとき、脚をまっすぐになっているか ②かえる逆立ち(変身)の術のとき、脚を腕に乗せているか ③壁上り逆立ち(透明)の術のとき、両手を伸ばし、体をまっすぐになっているか ④かえる足打ち(変身)の術のとき、腰を上げて素早く足の裏をたたいているか ⑤うさぎ跳び(変身)の術のとき、足を手より前にして跳んでいるか</p> <p>※「修行の成果を見せるとき」参照</p> 	<p><場の設定の例></p> <p>ステージ</p>									
	<p>10</p> <p>マトの準備(真ん中に場を増やす)</p>										
	<p>15</p> <p>練習を行う 得意になった術や遊びを練習させる(1人または複数で自由選択)</p> <p>○以下のことができているか、場をまわりながら指導する</p> <p>①背支持倒立の術で、腰を手でしっかり支えられるように ②かえる逆立ちの術で、脚を腕でしっかり支えられるように ③壁上り逆立ちの術で、体を両腕でしっかり支えられるように ④かえる足打ちの術で、体を両腕でしっかり支えられるように ⑤うさぎ跳びの術で、足が手より前にくるように</p>	<p><場の設定の例></p> <p>ステージ</p> <table border="1"> <tr> <td>背支持倒立の場</td> <td>背支持倒立の場</td> <td>かえる逆立ちの場</td> </tr> <tr> <td>かえる足打ちの場</td> <td>かえる逆立ちの場</td> <td>うさぎ跳びの場</td> </tr> <tr> <td>うさぎ跳びの場</td> <td>かえる足打ちの場</td> <td>壁上り逆立ちの場</td> </tr> </table> <p>肋木</p>	背支持倒立の場	背支持倒立の場	かえる逆立ちの場	かえる足打ちの場	かえる逆立ちの場	うさぎ跳びの場	うさぎ跳びの場	かえる足打ちの場	壁上り逆立ちの場
	背支持倒立の場	背支持倒立の場	かえる逆立ちの場								
かえる足打ちの場	かえる逆立ちの場	うさぎ跳びの場									
うさぎ跳びの場	かえる足打ちの場	壁上り逆立ちの場									
<p>20</p> <p>修行の成果を見せる(発表)</p> <p>【行う仕方の例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ①～⑤の順に行う。 グループを分けて、ほかのグループを見に行き、時間で交代する。 名前順で発表する。 	<p><場の設定の例></p> <p>ステージ</p> <table border="1"> <tr> <td>背支持倒立の場</td> <td>かえる逆立ちの場</td> </tr> <tr> <td>かえる足打ちの場</td> <td>うさぎ跳びの場</td> </tr> <tr> <td>うさぎ跳びの場</td> <td>壁上り逆立ちの場</td> </tr> </table> <p>肋木</p>	背支持倒立の場	かえる逆立ちの場	かえる足打ちの場	うさぎ跳びの場	うさぎ跳びの場	壁上り逆立ちの場				
背支持倒立の場	かえる逆立ちの場										
かえる足打ちの場	うさぎ跳びの場										
うさぎ跳びの場	壁上り逆立ちの場										
<p>25</p> <p>評価【知識及び技能⑧】</p> <p>【まとめ】 回転の術を修行したので、みんな上手にできたね。</p>											
<p>30</p> <p>振り返り(学習カード記入、発表)</p> <p>※得意な術は何か発表させる。 ※話型を例示すると、発表がスムーズにできる。</p>											
<p>35</p> <p>整理運動(手首・足首・首のストレッチ)</p> <p>※ゆっくりと、使った部位をしっかり伸ばしたり、曲げたりする。 マットの片付け</p> <p>マットは4人で「みみ」を持って運ぼう！ マットは腰のところで持って運ぼう！ マットを運ぶときは、前に注意しよう！</p> <p>図：感覚つくりの運動の手引 《茨城県教育庁学校教育部保健体育課》 器械運動指導の手引《文部科学省》</p>											
45	<p>評価【知識及び技能⑧】</p> <p>基本的な動きのポイントが分かる。(観察・学習カード)</p>										

時間	8 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	●技の出来栄を確かめる。(転がるマット遊び・ささえるマット遊び)	
活動内容	5	<p>マットの準備</p> <p>評価【学びに向かう力、人間性等④】</p> <p>準備運動 共通メニュー(首・手首・足首等) 動物歩き、スキップ、ジャンプ等 複数の場を用意し、ローテーションする 学習のねらいを知る 本時のねらいを知る</p> <p>【学習課題】できるようになった術で修業の場を選んで友達と遊ぼう。</p> <p>5 マットは4人で「みみ」を持って運ぼう！ マットは腰のところで持って運ぼう！ マットを運ぶときは、前に注意しよう！ 並べたら、マットの「みみ」をマットの下に入れてあるか確認しよう！</p>  <p>動物歩き</p>
	9	<p>回転系の術の説明・場の説明</p> <p>1. ゆりかごの術→①友達と一緒に揃えてできるように ②決められた時間で何回できるか ③ピタッと立ち上がれるか 2. 前転がりの術→①スピード競争 ②まっすぐ修業 ③シンクロ修業 ④ジグザグ修業 ⑤坂道修業 3. 後ろ転がりの術→①スピード競争 ②まっすぐ修業 ③シンクロ修業 ④ジグザグ修業 ⑤坂道修業</p> <p>※場の例から学級の実態に応じて選択して提示する</p> <p>4. 丸太転がりの術→①スピード競争 ②シンクロ修業 ③回数修業 ④元通り修業 9 5. だるま転がりの術→①友達と一緒に揃えて回れるか【シンクロ修業の場】 ②元通りの位置に戻れるか【元通り修業の場】</p> <p>※場の例から学級の実態に応じて選択して提示する</p>
	20	<p>得意になった術・やりたい術で遊ぶ(1人または複数で自由選択) ※以下のことができているか、場をまわりながら指導を行う。</p> <p>①ゆりかごの術で、起き上がれるように (※着手したときにしっかり突き放して反動をつける) ②前転がりの術で、まっすぐ回れるように (※脇を締めて着手、頭の後ろをついて回転させる) ③後ろ転がりの術で、後ろに回れるように (※脇を締めて耳の後ろ辺りで着手、しっかり手で突き放させる) ④丸太転がりの術で、まっすぐ回れるように (※体をまっすぐに伸ばし、全身を使って反動をつけさせる) ⑤だるま転がりの術で、起き上がれるように (※太もも、背中、反対側の太ももの順番にマットにつけて回って、反動を使って起きさせる)</p> <p>※友達がやっていた術でまねしたい術はコツを聞いてとんとん取り組ませる。</p> <div data-bbox="1109 683 1428 1041" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><場の設定の例></p> <p>ステージ</p> <p>ゆりかご修業の場</p> <p>前・後ろ転がり【スピード・まっすぐ修業】</p> <p>前り・後ろ転がり【坂道修業】の場</p> <p>前・後ろ転がり【ジグザグ修業】の場 【シンクロ修業】の場</p> <p>丸太転がり【まっすぐ修業・元通り・スピード・回転】の場 丸太転がり【坂道修業】の場</p> </div>
	23	<p>場の変更</p> <p>※場の安全に気を付けさせながら行う。</p>
	27	<p>支持系の術の説明・場の説明</p> <p>支持系の術の練習</p> <p>1. 背支持倒立→①友達と時間比べをしてみよう【時間修業の場】 ②友達と動きを揃えてやってみよう【シンクロ修業の場】。 2. かえる逆立ちの術→①友達と時間比べをしてみよう【時間修業の場】 ②友達と動きを揃えてやってみよう【シンクロ修業の場】 3. 壁上り逆立ちの術→①友達と時間比べをしてみよう【時間修業の場】 ②友達と動きを揃えてやってみよう【シンクロ修業の場】 4. かえる足打ちの術→①友達と回数比べをしよう【回数修業の場】 ②友達と動きを揃えてやってみよう【シンクロ修業の場】 ※場の例から学級の実態に応じて選択して提示する 27 5. うさぎ跳びの術→①同じ回数でどれだけ進めるか、友達と距離比べをしよう【距離修業の場】 ②友達と動きを揃えてやってみよう【シンクロ修業の場】</p> <p>得意になった術・やりたい術で遊ぶ(1人または複数で自由選択)</p> <p>○以下のことができているか、場をまわりながら指導する</p> <p>①背支持倒立の術で、腰を手でしっかり支えられるように ②かえる逆立ちの術で、脚を腕でしっかり支えられるように ③壁上り逆立ちの術で、体を両腕でしっかり支えられるように ④かえる足打ちの術で、体を両腕でしっかり支えられるように ⑤うさぎ跳びの術で、足が手より前になるように</p> <p>※友達がやっていた術でまねしたい術はコツを聞いてとんとん取り組ませる。</p> <div data-bbox="1021 1355 1420 1702" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><場の設定の例></p> <p>ステージ</p> <p>背支持倒立の場 かえる逆立ちの場</p> <p>かえる足打ちの場 うさぎ跳びの場</p> <p>うさぎ跳びの場 壁上り逆立ちの場</p> <p>肋木</p> </div>
35	<p>【まとめ】術を修行したので、みんな上手にできたね。</p>	
40	<p>振り返り(学習カード記入、発表)</p> <p>※どんな術ができるようになったかを発表させる。 ※話型を例示すると、発表がスムーズにできる。</p>	
45	<p>整理運動(手首・足首・首のストレッチ) ※ゆっくりと、使った部位をしっかり伸ばしたり、曲げたりする。 マットの片付け</p> <p>評価【学びに向かう力、人間性等④】</p> <p>図: 感覚づくりの運動の手引 <<茨城県教育庁学校教育部保健体育課 >></p>	
評価事項	<p>評価【学びに向かう力、人間性等④】 器械、器具の安全を確かめようとする。(観察)</p>	

4 単元指導計画及び展開例

【12月】

単元名 多様な動きをつくる運動遊び：体のバランスをとる運動遊び・力試しの運動遊び

(A 体づくり運動遊び) 全6時間

(1) 単元のねらい

知・運 : 多様な動きをつくる運動遊びでは、その行い方を知るとともに、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ができる。

思・判・表 : 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ができる。

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ができる。

(2) 運動の仕方等

姿勢や方向、人数を変えて、回る、寝転ぶ、起きる、座る、立つなどの動きやバランスを保つ動きで構成される運動遊びを通して、体のバランスをとる動きを身に付けることができるようにする。

人を押す、引く、運ぶ、支えるなどしたり、力比べをしたりするなどの動きで構成される運動遊びを通して、力を出しきったり、力を入れたり緩めたりする力試しの動きを身に付けることができるようにする。

(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）

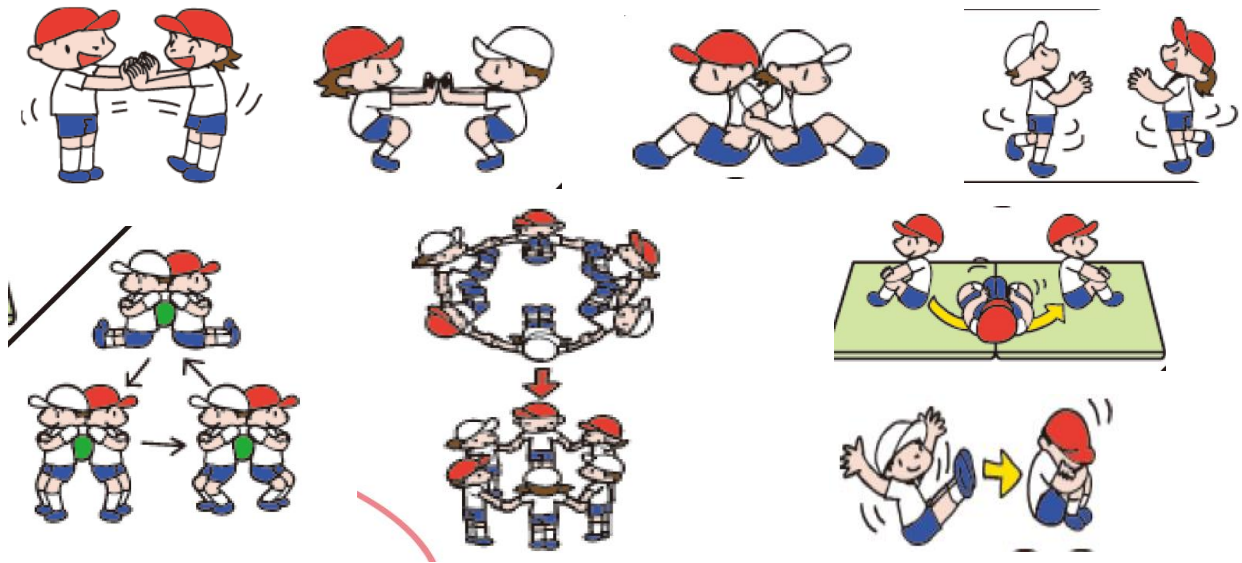
バ ラ ン ス	<p>○回るなどの動きで構成される運動遊び</p> <ul style="list-style-type: none"> ・右回り、左回りをバランスよく行う。 ・つま先に力を入れる。 ・勢いよく体をひねる。 ・目線を決めて回る。 ・回る方向に腕を振って体をひねる。 <p>○寝転ぶ、起きるなどの動きで構成される運動遊び</p> <ul style="list-style-type: none"> ・重心を徐々に回る方に移動させる。 ・寝ころぶ反動を使って起きる。 ・自分のおへそを見よう。 ・手を上にあげて反動をつける。 ・グループで行うときには、手を引き合いながらかけ声をかける。 	<p>○座る、立つなどの動きで構成される運動遊び</p> <ul style="list-style-type: none"> ・足がずれないように踏ん張る。 ・ひざを曲げ、相手の背中を自分の背中で押す。 <p>○バランスを保つ動きで構成される運動遊び</p> <ul style="list-style-type: none"> ・動きに応じて、足裏で踏ん張ったり、つま先に体重をかけたりするなど力の入れ加減を工夫し、重心を移動してバランスをとる。
力 試 し	<p>○人を押す、引く動きや力比べをするなどの動きで構成される運動遊び</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手や背中に体重を伝えるように、脚に力を入れたり、こしを落としたりする。 ・押すときや引くときは、膝をまげて、こしを低くする。 	<p>○人を運ぶ、支えるなどの動きで構成される運動遊び</p> <ul style="list-style-type: none"> ・引かれる人は肘をのばして額を上げる。おなかに力を入れる。 ・引く人はこしを落とす。

(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

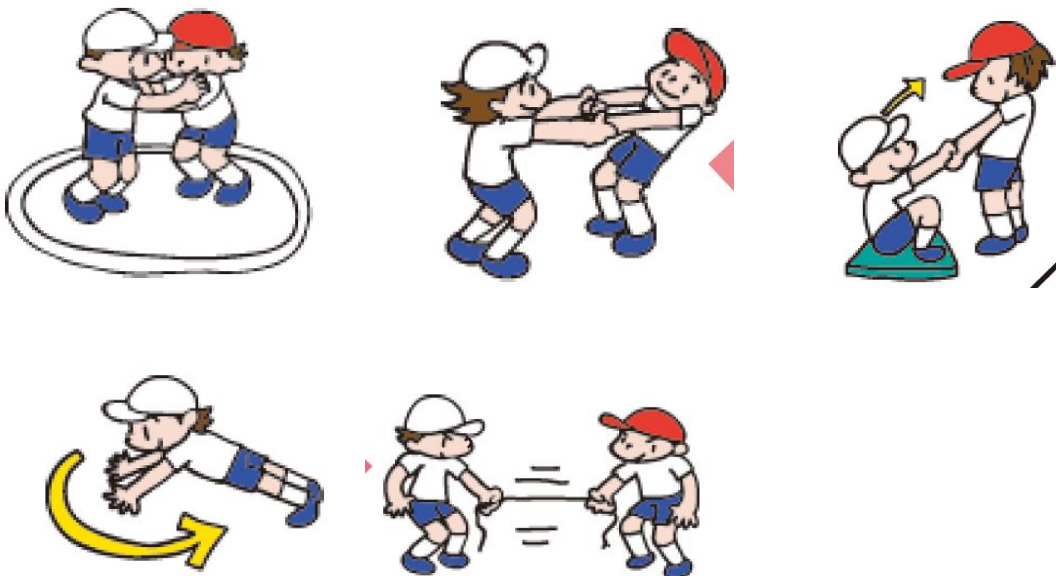
知識及び運動	
つまずきの例	手立て・配慮
○回るなどの動きでバランスをとることが苦手	・できそうなところに目印を置いて回ったり、軸になる足の位置に輪を置いたりするなど、回りやすくする場を設定する。
○足の裏を合わせて座った姿勢のまま転がって起きることが苦手	・補助を受けながら、体の重心をゆっくりと移動する動きを身に付けるようにする。
○二人組になって同時に座る、立つなどの動きが苦手	・補助を受けながら単独での動きを試みる。
○体のバランスを保つ動きが苦手	・個別に行い方を説明したり、友達の行い方を見ながら真似をしたりする。
○すもう遊びや力比べが苦手	・力を入れたり緩めたりする行い方について助言したり、力を加減するタイミングをつかめるように声をかけたりする。
○友達を引きずったり、おんぶをしたりする動きが苦手	・補助を受けながらおこなったり、動く距離を短くしたりする。
○体を支える動きが苦手	・肘を曲げずに手の平で地面や床を押ししたり、目線を地面や床と平行にしたりすることができるよう助言する。
思考力、判断力、表現力等	
他者に伝える場面	内容例
○多様な動きをつくる運動遊びで友達の動きを見てよい動きを見付けたり、楽しい運動遊びの行い方を選んだりしたことを友達に伝える	<ul style="list-style-type: none"> ・友達の動きを見て見付けたよい動きや、おこなってみて楽しいと感じた運動遊びの行い方を友達に伝える。 ・用具を運ぶ運動遊びで、ボールの大きさや種類を変えたり、様々な運び方を試したりして選んだ行い方を、動作を交えながら友達に伝える。
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	・教室から友達と手をつないで体育館や運動場に移するなど、授業前から友達と関わりながら自然に運

<p>○友達と関わり合うことに意欲的になれない</p>	<p>動遊びに加わっていくことができるようにする。</p> <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、用具等の工夫
 体のバランスをとる運動遊び



力試しの運動遊び



単元構想

①目指す子供の姿

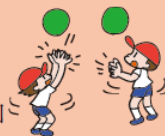
最初は、半分しか回れなかったけど、1回転しても転ばなくなりました。



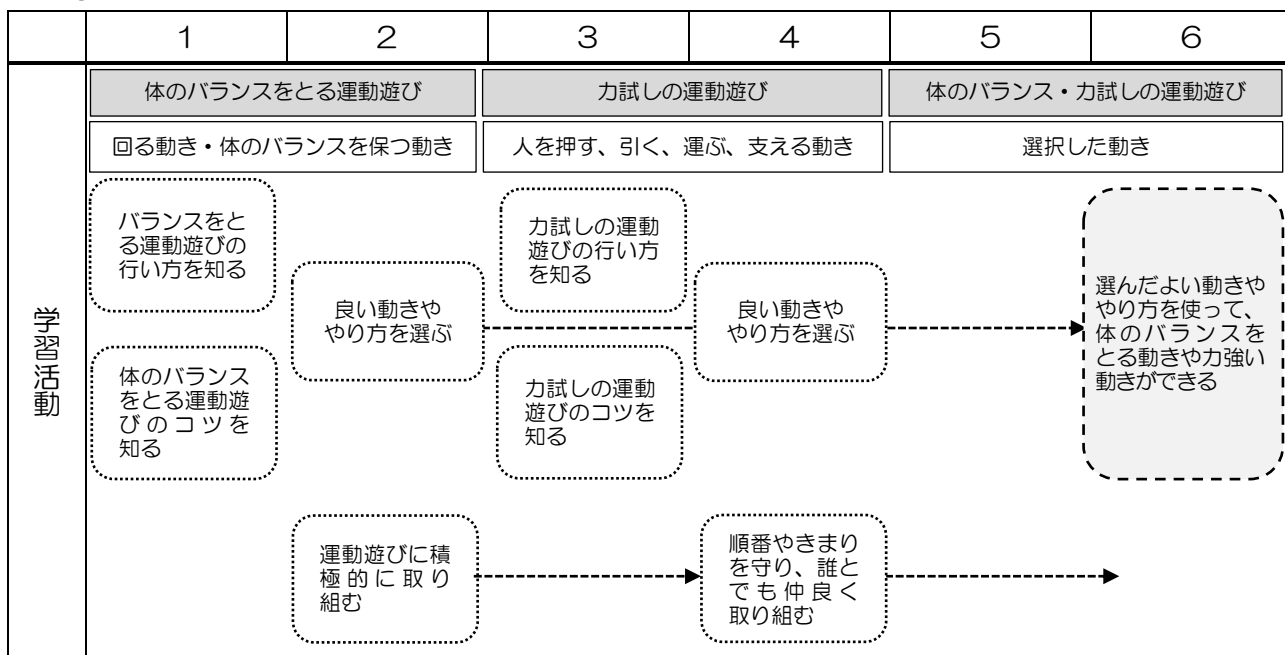
グループのみんなと約束を守って運動することができました。



〇〇くんは、ボールキャッチのとき、手をたたきながら1回転していました。ほくもやってみました。





②単元の流れ



③単元計画及び指導と評価の計画



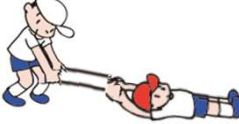

時間	(○) 重点的な指導内容、(●) 学習を深める活動	重点的指導事項	評価
1	○体のバランスをとる運動遊びの行い方を知ること。 ○姿勢や方向、人数を変えて、回る、寝転ぶ、起きる、座る、立つなどの動きやバランスを保つ動きで構成される運動遊びを通して、体のバランスをとる動きを身に付けること。	知・技② 知・技③	知・技②
2	○体のバランスをとる運動遊びのよい動きややり方を知って選ぶこと。 ○多様な動きをつくる運動遊びに進んで取り組むこと。	思・判・表① 学・人①	思・判・表①
3	○力試しの運動遊びの行い方を知ること。 ○人を押す、引く、運ぶ、支えるなどしたり、力比べをしたりするなどの動きで構成される運動遊びを通して、力を出しきったり、力を入れたり緩めたりする力試しの動きを身に付けること。	知・技⑧ 知・技⑨	知・技⑧
4	○力試しの運動遊びのよい動きややり方を知って選ぶこと。 ○運動遊びをする際、順番やきまりを守り、誰とも仲よくすること。	思・判・表① 学・人②	思・判・表①
5	●選んだよい動きややり方を使って、体のバランスをとる動きや力強い動きができること。		学・人① 知・技③
6			学・人② 知・技⑨





(8)展開例

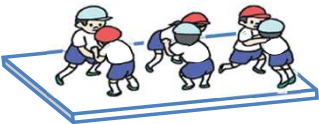
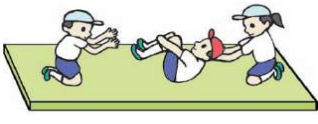
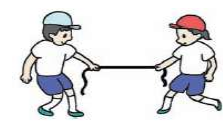

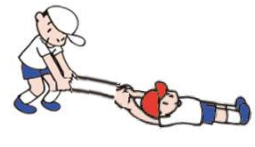

時間	1 時間目 (全 6 時間)	
重点的指導事項	指導【知識及び技能②】 体のバランスをとる運動遊びの行い方を知ること。	【知識及び技能③】 姿勢や方向、人数を変えて、回る、寝転ぶ、起きる、座る、立つなどの動きやバランスを
5	<p>《準備運動》 ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行き、心もほぐす)</p> <p>【学習課題】体のバランスをとる運動遊びの行い方を知って、うまくできるようになろう。</p>	
10	<p>【課題に迫る発問】どんな遊びがあるか紹介するよ。みんなでやってみよう。</p> <p>《回る遊び》(1人で)</p> <p>【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①片足で立って、1回転して元の位置でピタッと止まる。 ②軸になる足を反対に変えて再度行う。 ③1回転ずつ足を変えて、2回転行う。 <p>※教師が実際にやって見せながらもどになるやり方を知らせる。 ※回数が増えたと倒れたり具合が悪くなったりすることもあるので、</p>	<p>指導【知識及び技能②】</p>  <p>足を替えても 足を変えながら2回転してみよう</p>
15	<p>【課題に迫る発問】うまく回って止まるための秘密は何か？</p> <p>【考える視点の例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・足の裏の一点(つま先、かかと)に力を入れる。 ・腕を曲げて、胸の前で組んで。 ・つま先から頭の先まで棒のようにして。 	<p>※子供とやり取りをしながら、コツを押さえる。 (技能にこだわりすぎず、ポイントを押さえる) ※いい動きが見られた子供を紹介し、全体で共有する。 ※後半は、話し合ったコツを使って、いろいろな回りに挑戦することを知らせる。</p> <p>指導【知識及び技能③】</p>
20	<p>【発問】回ってバランスをとる動きができるようになるよ。</p> <p>《回ってじゃんけん》(2人組でペアを変えながら)</p> <p>【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①回転して止まり、じゃんけんをする。(勝負がつかないときは再度回転してじゃんけん) ②じゃんけんの勝負が着いたら、負けた者は「参りました」と頭を下げ、勝った者は腰に手を当て「エヘン、エヘン」と胸を張る。 ③グループ内で相手を変えながら、繰り返し行う。 	
25	<p>※やり方がわからない子供やチームがいらないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。 ※視点を押さえたよい動きの子供を称賛しながら全体で紹介する。</p> <p>《グループ全員で回ってじゃんけん》</p> <p>【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①グループ全員で、回ってじゃんけんをする。(勝負がつかないときは再度回転してじゃんけん) ②勝った者は抜けて応援。負けた者は、最後の1人になるまでじゃんけん。 ③最後まで負けた者は「参りました」と頭を下げ、他の者は負けた者の肩に手を当て、「ごころさま」と声をかける。 	 <p>ジャンケンボン! 「勝ったー。」 「エヘン、エヘン」</p> <p>評価【知識及び運動②】</p>
30	<p>※「足を開いて回る」「おしりで回る」など、教師が声をかけてやり方を変化させていく。</p> <p>評価【知識及び運動②】</p>	
40	<p>《整理運動》 ・手首・足首・首のストレッチ 《振り返り(学習カード記入、発表)》 ・動きがうまくできていた友達を紹介し合い、動きややり方を全体で共有する。</p> <p>評価【知識及び運動②】</p> <p>【まとめ】やり方がわかると、遊びがもっと楽しくなるね。 また、動きのコツがうまくできるようになると、バランスよく回ることができるね。</p> <p>《片付け》 ・ゲーム的な要素を盛り込んで、楽しみながらかたづけさせる工夫も必要。 ※片付けを、友達と一緒にしよう押さえる。</p>	
45	<p>図：文部科学省まるわかりハンドブック</p> <p>評価事項 評価【知識及び運動②】 体のバランスをとる運動遊びの行い方がわかる。(学習カード・観察)</p>	

時間	2 時間目 (全 6 時間)					
重点的指導事項	指導【思考力、判断力、表現力等①】 体のバランスをとる運動遊びのよい動きややり方を知って選ぶ	指導【学びに向かう力、人間性等①】 多様な動きをつくる運動遊びに進んで取り組むこと。				
活 動 内 容	5	<p>《準備運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす) ・前時に学習した回る遊び(1人で、ペアでじゃんけんして)も行う。  <p>【学習課題】いい動きややり方を選んで、体のバランスをとる運動遊びに進んで取り組もう。</p>				
	10	<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？。 指導【学びに向かう力、人間性等①】</p> <p>※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。</p> <p>※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> <p>【発問】いろいろなバランスをとる相撲のやり方を紹介するよ。</p>				
	15	<p>《バランス相撲1》(2人組：両足で立って)</p> <p>【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①両足で向かい合って(土俵は床のラインや短マットを使う) ②手のひらを合わせ、押したり引いたりしながら相手のバランスを崩す。 ③バランスを崩して足が動いたら負け。 ④グループ内で相手を変えながら、繰り返し行う。 <p>※教師が実際にやって見せながらもとなるやり方を知らせる。 ※顔に腕が当たらないよう胸の前で行うよう安全面に配慮する。</p> 				
	20	<p>《バランス相撲2》(2人組：両足で座って)</p> <p>⇒活動の様子を見ながら、1～3のやり方を教師のリードでテンポよく知らせて変えていく</p> <p>※足の裏に力を入れて踏ん張ることがコツの一つであることを知らせる。</p> <p>《バランス相撲3》(2人組：片足ケンケンで)</p> <p>※手で押す⇒腕を組んで肩で押す⇒グループ全員で一斉に行う、など教師がやり方を変えていく。</p> 				
	25	<p>【課題に迫る発問】まねしたい友達のいい動きを紹介してほしいなあ？</p> <p>【いい動きの例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・足の裏に力を入れて踏ん張って倒れない ・手で押すときの力が強い ・押すと見せかけて手を引く ・ケンケンが長く続く ・ケンケンでうまく逃げる <p>※いい動きが見られた子供を紹介し、全体で共有する。 ※後半は、自分がやりたいバランス相撲を選んで行うこと、友達のいい動きを選んでまねすることを知らせ、やりたいバランス相撲を挙手させ、グループを再編成して活動する。</p> <p>指導【思考力、判断力、表現力等①】</p>				
30	<p>《選んだバランス相撲を行って遊ぶ》(選んだやり方の新しいグループで)</p> <p>※決まりを守って楽しく行うよう押さえる。</p> <p>※勝っても負けても紹介したいいい動きをどんどん取り入れて、繰り返し遊ぶよう指導する。</p> <p>※負け続ける子供が見られる場合は、教師と一緒に活動してやり方やコツを指導するとともに、必要な場合は、決まりを変更したり加えたりするなど、勝敗の未確定性を図られるよう工夫する。</p> <p>※選んだ遊びを途中で変更してもよいこととし、変更する子供は教師に必ず伝え、どのグループに入ればよいか教師に聞くよう指導する。</p> <p>評価【思考力、表現力、判断力等①】</p> <table border="1" data-bbox="1061 1377 1412 1579"> <caption>【場の割当例】</caption> <tr> <td rowspan="2">ステージ</td> <td>【両手で】</td> <td>【ケンケン①】</td> </tr> <tr> <td>【片手で】</td> <td>【ケンケン②】</td> </tr> </table>	ステージ	【両手で】	【ケンケン①】	【片手で】	【ケンケン②】
ステージ	【両手で】		【ケンケン①】			
	【片手で】	【ケンケン②】				
35	<p>《整理運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手首・足首・首のストレッチ <p>《振り返り(学習カード記入、発表)》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・選んだ遊びをやった感想や次にやってみたい遊びなどについて発表し合う。 <p>評価【思考力、表現力、判断力等①】</p>					
40	<p>【まとめ】やり方がわかると遊びが楽しいね。やりたい遊びを選んで友達と遊ぶともっともっと楽しくなるね。また、勝ったり負けたりするけど、繰り返し友達と遊ぶことが大切だね。</p>					
45	<p>《片付け》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゲーム的な要素を盛り込んで、楽しみながらかたづけさせる工夫も必要。 <p>※片付けを、友達と一緒にやるよう押さえる。</p> <p>図：文部科学省まるわかりハンドブック 日本レクリエーション協会 子供の体力向上ホームページ 参照</p>					
評価事項	<p>評価【思考力、表現力、判断力等①】 体のバランスをとる運動遊びのよい動きややり方を知って選んでいる。(観察・学習カード)</p>					

時間	3 時間目 (全 6 時間)	
重点的指導事項	指導【知識及び運動②】 力試しの運動遊びの行い方を知ること。	指導【知識及び運動⑨】 人を押す、引く、運ぶ、支えるなどしたり、力比べをしたりするなどの動きで構成される運動遊び
5	<p>《準備運動》 ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす) ・ペアで両手でのバランス相撲(立って⇒座って)遊びも行う。</p>  <p>【学習課題】力試しの運動遊びの行い方を知って、うまくできるようになろう。</p>	
10	<p>【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。</p> <p>《押し合い相撲》(グループ内で2人組を作って)</p> <p>【行い方の例】</p> <p>①短マットの上に2人組で向かい合って立つ。 ②教師の「スタート」の声で、互いに体を押し合い、マットから出たら負け。(時間を決めて行う) ③ローテーションをして相手を変えて、行う。 ※倒すのではなく、押し出すこと、首に腕を掛けないことなど、安全なやり方を指導する。</p>	指導【知識及び技能②】
15	<p>《だるま押し》(グループ内で3人組を作って)</p> <p>【行い方の例】</p> <p>①短マットの上に図のように位置し、だるま役は膝を抱えて座る。 ②ゆりかごの要領で、両端の者がだるま役の体を支え、動きを続ける。 ③ローテーションをして相手を変えて、行う。 ※首や顔を支えないなど、安全なやり方を指導する。</p>	
20	<p>《なわ引き》(グループ内で2人組を作って)</p> <p>【行い方の例】</p> <p>①2人組で向かい合って、なわやタオルの端を持つ。 ②なわやタオルを引いたり力を緩めたりして、足が動いたら負け。 ③ローテーションをして相手を変えて、行う。</p>	
25	<p>【課題に迫る発問】うまく押したり引いたり、支えたりするための秘密は何か？</p> <p>【考える視点の例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・足に力を入れる ・腰を落とす ・膝、腰を曲げて腰の位置を低くする ・手のひらを広げて腕を伸ばし支える ・足の裏を床につけて踏ん張る 	<p>※子供とやり取りをしながら、コツを押さえる。 (技能にこだわりすぎず、ポイントを押さえる) ※いい動きが見られた子供を紹介し、全体で共有する。 ※後半は、話し合ったコツを使って、前半と同じ遊びをすることを知らせる。</p> <p>指導【知識及び技能⑨】</p>
30	<p>【発問】押したり引いたり、支えたりするなどの動きができるようになるう。</p> <p>教師のリードで前半行った「押し合い相撲」「だるま押し」「なわ引き」をテンポよく知らせて変えていく ※やり方がわからない子供やチームがないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。 ※視点を押さえたよい動きの子供を称賛しながら全体に紹介する。</p> <p>評価【知識及び運動②】</p>	
35	<p>《整理運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手首・足首・首のストレッチ ・振り返り(学習カード記入、発表)》 <p>・動きがうまくできていた友達を紹介し合い、動きややり方を全体で共有する。</p> <p>評価【知識及び運動②】</p>	
40	<p>【まとめ】やり方がわかると、遊びがもっと楽しくなるね。 また、動きのコツがうまくできるようになると、力強い動きが高まるね。</p> <p>《片付け》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゲーム的な要素を盛り込んで、楽しみながらかたづけさせる工夫も必要。 <p>※片付けを、友達と一緒にいうよう押さえる。</p> <p>図：文部科学省 多様な動きをつくる運動(遊び)パンフレット</p>	
45	<p>評価【知識及び運動⑨】 力試しの運動遊びの行い方がわかる。(発言・学習カード)</p>	

時間	4 時間目 (全 6 時間)	
重点的指導事項	指導【思考力、判断力、表現力等①】 力試しの運動遊びのよい動きややり方を知って選ぶこと。	指導【学びに向かう力、人間性等②】 運動遊びをする際に、順番やきまりを守り、誰とも仲よくすること。
5	<p>《準備運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす) ・前時に学習した押し合い相撲も行う。 <p>※マットを用いない場合は、「足が動いたら負け」という決まりで行う。</p> 	
5	<p>【学習課題】 順番や決まりを守って、誰とも仲良く、人を運んだり体を支えたりして遊ぼう。</p>	
10	<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>※子供とやり取りをしながら、第2時に学習した運動に進んで取り組むことに加えて、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クローズアップして押さえる。</p> <p>【発問】 いろいろな人を引く遊びのやり方を紹介するよ。</p>	
10	<p>《いとまき》(グループで、♪「いとまき」の歌に合わせて)</p>	
15	<p>【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①「いとまきまき いとまきまき♪」と歌いながら手をつないで回る。 ②「ひいて ひいて♪」で、互いに手で引っ張り合う。 ③「トントント♪」で、3回ジャンプ。その場で止まり、引っ張り合いをスタートし、バランスを崩した人の負け ④勝負が着いたら、負けた者は「参りました」と頭を下げ、勝った者は腰に手を当て「エヘン、エヘン」と胸を張る。⇒①から始める。 	<p>※代表グループにお手本をさせながらもとになるやり方を知らせる。</p> <p>※力の加減をし、安全面に配慮するよう指導する。</p>  <p>最後の「トン♪」で足を開くと力が入るよ。</p>
15	<p>《レスキュー隊》(グループ内で2人組を作って)</p>	
20	<p>【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①1人は仰向けに寝転び、タオルの端を持つ。もう一人は、立って逆のタオルの端を持つ。 ②スタートとゴール位置を決め、スタートから友達を引っ張ってゴールしたら救助成功。 	<p>※引かれる者は、頭を打たないようにへそを見る感じで、引く者は、肘を伸ばす。</p> 
20	<p>《やじろべ》(グループ内で3人組を作って)</p>	
25	<p>【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①ロープを一本ずつ両手に持つ中央の人と、そのロープの反対を左と右で持つ3人に分かれる。(ロープは短なわやタオルでも可) ②軽くロープが緩むぐらいに持って、左右からひっぱったり、ゆるめたりしながらお互いに「バランス崩し」をする。 ③中央の人は、決められた時間足が動かなかったら合格。 	<p>※けがの防止のために、急に強く引っ張らないようにする。左右の人は、片手で引っ張るようにするとよ</p>  <p>片足立ちやしゃがんだ姿勢でも挑戦してみよう</p>
25	<p>【課題に迫る発問】 まねしたい友達のいい動きを紹介してほしいなあ？</p>	
30	<p>【いい動きの例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・足に力を入れる ・腰を落とす ・膝、腰を曲げて腰の位置を低くする ・肘を伸ばして引く、引かれる ・足の裏を床につけて踏ん張る 	<p>※いい動きが見られた子供を紹介し、全体で共有する。</p> <p>※後半は、自分がやりたい遊びを選んで行うこと、友達のいい動きを選んでまねすることを知らせ、やりたい力試しの遊びを挙手させ、グループを再編成して活動する。</p>
30	<p>《選んだ力試しの運動遊びを行って遊ぶ》(選んだやり方の新しいグループで)</p> <p>※選んだ遊びを途中で変更してもよいこととし、変更する子供は教師に必ず伝え、どのグループに入れればよいのか教師に聞くよう指導する。※勝っても負けても紹介したいいい動きをどんどん取り入れて、繰り返し遊ぶよう指導する。</p> <p>※上手く動くことができない子供には、コツを押さえながら教師と一緒に活動する。</p>	
35	<p>【指導【思考力、判断力、表現力等①】】</p> <p>評価【思考力、表現力、判断力等①】</p>	
35	<p>《整理運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手首・足首・首のストレッチ <p>《振り返り(学習カード記入、発表)》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・選んだ遊びをやった感想や次にやってみようと思う遊びなどについて発表し合う。 	
35	<p>【評価【思考力、表現力、判断力等①】】</p>	
40	<p>【まとめ】 やり方がわかると遊びが楽しいね。やりたい遊びを選んで友達と遊ぶのもっともっと楽しくなるね。</p> <p>また、運動遊びをするときは、順番やきまりを守るなど誰とも仲よくすることが大切だね。</p>	
45	<p>《片付け》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゲーム的な要素を盛り込んで、楽しみながらかたづけさせる工夫も必要。 <p>※片付けを、友達と一緒にやるよう押さえる。</p>	
45	<p>【評価【思考力、表現力、判断力等①】】</p> <p>力試しの運動遊びのよい動きややり方を知って選んでいる。(観察・学習カード)</p> <p>図：文部科学省まるわかりハンドブック 日本レクリエーション協会 子供の体力向上ホームページ 参照</p>	

時間	5 時間目 (全 6 時間)									
重点的指導事項	●選んだよい動きややり方を使って、体のバランスをとる動きや力強い動きができること。									
5 10 15 20 25 30 35 40 45	<p>《準備運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行き、心もほぐす) ・前時に学習した押し合い相撲も行う。 <p>※マットを用いない場合は、「足が動いたら負け」という決まりで行う。</p> <hr/> <p>【学習課題】学習した体のバランスをとる運動遊びやバランス相撲を選んで、みんなで楽しく遊ぼう。</p> <hr/> <p>【発問】回る遊びからもっとやってみたい遊びを選んで遊ぼう。</p> <p>【回る遊び】  【回ってじゃんけん】  ジャンケンポン! 「勝ったー。」 「エヘン、エヘン」 【グループ全員で回ってじゃんけん】 </p> <p>※2つの遊びを選ばせ、途中教師の合図で場所を移動して次の遊びをするよう知らせしてから始める。 ※動きが上手くできるためのコツを押さえ、動きが上手くできない子供を中心に支援を行う。 ※失敗しても、友達と励まし合いながら進んで運動に取り組むよう指導する、 ※活動の始めは、全体をゆっくり見渡し、子供の状況を確認してから、個別の支援を行うようにする。</p> <table border="1" data-bbox="1085 750 1388 907"> <tr> <td rowspan="2">ステージ</td> <td>【1人で】</td> <td rowspan="2">【グループで】</td> </tr> <tr> <td>【2人で】</td> </tr> </table> <p>評価【学びに向かう力、人間性等①】</p> <hr/> <p>【発問】友達のいいところを紹介するよ。</p> <p>※いい動きが見られた子供や進んで運動遊びに取り組んでいた子供を紹介し、全体で共有する。 ※後半は、自分がやりたいバランス相撲を選んで行うこと、友達のいい動きを選んでまねすることを知らせ、やりたい遊び遊びを挙手させ、グループを再編成して活動する。</p> <hr/> <p>【発問】もっとやってみたいバランス相撲を選び、友達のいい動きや態度をまねしながら楽しく遊ぼう。</p> <p>【バランス相撲】  【バランス相撲】  【バランス相撲】 </p> <p>※2つの遊びを選ばせ、途中教師の合図で場所を移動して次の遊びをするよう知らせしてから始める。 ※動きが上手くできるためのコツを押さえ、動きが上手くできない子供を中心に支援を行う。 ※失敗しても、友達と励まし合いながら進んで運動に取り組むよう指導する、 ※活動の始めは、全体をゆっくり見渡し、子供の状況を確認してから、個別の支援を行うようにする。</p> <table border="1" data-bbox="1085 1366 1388 1523"> <tr> <td rowspan="2">ステージ</td> <td>【立って】</td> <td rowspan="2">【片足ケンケン】</td> </tr> <tr> <td>【座って】</td> </tr> </table> <p>評価【知識及び運動③】</p> <hr/> <p>《整理運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手首・足首・首のストレッチ <p>《振り返り(学習カード記入、発表)》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・選んだ遊びをやった感想や次にやってみたい遊びなどについて発表し合う。 <hr/> <p>【まとめ】足の裏の一点(つま先、かかと)に力を入れる、腕を曲げて、胸の前で組む、つま先から頭の先まで棒のようにする、などのコツができると動きが高まり、もっと楽しくなるね。</p> <hr/> <p>《片付け》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゲーム的な要素を盛り込んで、楽しみながらかたづけさせる工夫も必要。 <p>※片付けを、友達と一緒にやるよう押さえる。</p>	ステージ	【1人で】	【グループで】	【2人で】	ステージ	【立って】	【片足ケンケン】	【座って】	 <p>【場の割当例】</p>
ステージ	【1人で】		【グループで】							
	【2人で】									
ステージ	【立って】	【片足ケンケン】								
	【座って】									
評価事項	評価【学びに向かう力、人間性等①】 多様な動きをつくる運動遊びに進んで取り組んでいる。	評価【知識及び運動③】 姿勢や方向、人数を変えて、回る、寝転ぶ、起きる、座る、立つなどの動きやバランスを保つ動きで構成される運動遊びを通して、体のバランスをとる動きができる。(観察)								

時間	6 時間目 (全 6 時間)							
重点的指導事項	●選んだよい動きややり方を使って、体のバランスをとる動きや力強い動きができること。							
5	<p>《準備運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす) ・前時に学習した押し合い相撲も行う。 <p>※マットを用いない場合は、「足が動いたら負け」という決まりで行う。</p> <p style="text-align: center;">【学習課題】学習した力試しの運動遊びを選んで、みんなで楽しく遊ぼう。</p>							
10	<p style="text-align: center;">【発問】押し合い相撲、だるま押し遊び、なわ引き遊びからもっとやってみたい遊びを選んで遊ぼう。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>【押し合い相撲】</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>【だるま押し】</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>【なわ引き】</p>  </div> </div>							
15	<p>※2つの遊びを選ばせ、途中教師の合図で場所を移動して次の遊びをするよう知らせてから始める。 ※動きが上手くできるためのコツを押さえ、動きが上手くできない子供を中心に支援を行う。 ※失敗しても、友達と励まし合いながら進んで運動に取り組むよう指導する。 ※活動の始めは、全体をゆっくり見渡し、子供の状況を評価してから、個別の支援を行うようにする。</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <caption>【場の割当例】</caption> <tr> <td style="width: 20px;">ステージ</td> <td style="width: 100px;">【相撲】</td> <td style="width: 100px;">【なわ引き】</td> </tr> <tr> <td></td> <td>【だるま】</td> <td></td> </tr> </table> <p style="text-align: center;">評価【学びに向かう力、人間性等②】</p>		ステージ	【相撲】	【なわ引き】		【だるま】	
ステージ	【相撲】	【なわ引き】						
	【だるま】							
20	<p style="text-align: center;">【発問】友達のいいところを紹介するよ。</p> <p>※いい動きが見られた子供や進んで運動遊びに取り組んでいた子供を紹介し、全体で共有する。 ※後半は、自分がやりたいバランス相撲を選んで行うこと、友達のいい動きを選んでまねすることを知らせ、やりたい遊び遊びを挙手させ、グループを再編成して活動する。</p>							
25	<p style="text-align: center;">【発問】もっとやってみたい力試しの運動遊びを選び、友達のいい動きや態度をまねしながら楽しく遊ぼう。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>【いとまき】 グループで♪</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>【レスキュー隊】 グループ内で</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>【やじろべ】 グループ内で</p>  </div> </div>							
30	<p>※2つの遊びを選ばせ、途中教師の合図で場所を移動して次の遊びをするよう知らせてから始める。 ※動きが上手くできるためのコツを押さえ、動きが上手くできない子供を中心に支援を行う。 ※失敗しても、友達と励まし合いながら進んで運動に取り組むよう指導する。 ※活動の始めは、全体をゆっくり見渡し、子供の状況を評価してから、個別の支援を行うようにする。</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <caption>【場の割当例】</caption> <tr> <td style="width: 20px;">ステージ</td> <td style="width: 100px;">【いとまき】</td> <td style="width: 100px;">【レスキュー】</td> </tr> <tr> <td></td> <td>【やじろべ】</td> <td></td> </tr> </table> <p style="text-align: center;">評価【知識及び運動③】</p>		ステージ	【いとまき】	【レスキュー】		【やじろべ】	
ステージ	【いとまき】	【レスキュー】						
	【やじろべ】							
35	<p>《整理運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手首・足首・首のストレッチ ・振り返り(学習カード記入、発表)》 ・選んだ遊びをやった感想や次にやってみたい遊びなどについて発表し合う。 							
40	<p style="text-align: center;">【まとめ】足に力を入れる、腰を落とす、膝・腰を曲げて腰の位置を低くする、腕を伸ばして支える、足の裏を床につけて踏ん張る、などのコツができると動きが高まり、もっと楽しくなるね。</p>							
45	<p>《片付け》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゲーム的な要素を盛り込んで、楽しみながらかたづけさせる工夫も必要。 <p>※片付けを、友達と一緒にやるよう押さえる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-left: auto; margin-right: auto;"> <p>図：文部科学省まるわかりハンドブック 日本レクリエーション協会 子供の体力向上ホームページ 参照</p> </div>							
評価事項	<p>評価【学びに向かう力、人間性等②】 運動遊びをする際に、順番やきまりを守り、誰とでも仲よくしようとする。(観察・発言)</p>	<p>評価【知識及び運動⑨】 人を押す、引く、運ぶ、支えるなどしたり、力比べをしたりするなどの動きで構成される運動遊びを通して、力を出きつたり、力を入れたり緩</p>						