

#### 4 単元指導計画及び展開例

##### 第3学年

##### 【4月】第1週

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

技・知 : 体ほぐしの運動では、その行いを知るとともに、手軽な運動を行い、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ができる。

思・判・表 : 自己の課題を見付け、その解決のための活動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、友達の考えを認めたり、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

体ほぐしの運動では、その行い方を知るとともに、手軽な運動を行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わうことを通して、自己や友達の心と体の状態に気付いたり、みんなで豊かに関わり合ったりすること。

##### （3）指導に際して教師が持っておきたい知識（学年の発達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"> <li>・体を動かすと心も弾み、体の動きが軽快になること。</li> <li>・体の力を抜くと気持ちがよいこと。</li> <li>・汗をかいた後は、気分もすっきりすること。</li> <li>・運動により心や体に変化することに気付くこと。</li> </ul>	<p>○心や体の変化の気付きへの視点</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・運動の前後では、気分が変化すること</li> <li>・脱力したときの気持ち</li> <li>・拍動数の変化</li> <li>・汗の量</li> <li>・体温の変化</li> <li>・呼吸の変化</li> <li>・皮膚の色の変化</li> </ul>
みんなと関わり合う	<p>○友達との交流</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>	<p>○友達との交流の仕方</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・運動した後の感想を交流する</li> <li>・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</li> <li>・誰とでも活動することで、楽しさがあること</li> <li>・友達と協力するために、温かい声かけが必要であること</li> </ul>

(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・技能	
つまずきの例	手立て・配慮
<p>○伸び伸びとした動作で運動することが苦手</p> <p>○心や体の変化に気付くことが苦手</p> <p>○友達と関わり合いながら運動することが苦手</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・低学年の体ほぐしの運動遊びで行った運動を繰り返し、なじみの深い簡単な運動を行ってみる。</li> <li>・気持ちや体の変化を表す言葉を示したり、問いかけたりし、自己の心や体の変化に合った言葉のイメージができるようにする。</li> <li>・ペアやグループの組み方を考慮し、安心して活動に取り組めるようにする。</li> </ul>
思考力・判断力・表現力	
他者に伝える場面	手立て・配慮
<p>○運動の楽しさや心地よさを味わい、基本的な動きを身に付けるために考えたり、見付けたりしたことを友達に伝える。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基本的な動きを身に付けるための運動のポイントや行い方について、友達と考え合う際に、自己の気付きを発表したり、大切だと感じたことを友達に教えたりすること。</li> <li>・体を動かすと心が軽くなることや体の力を抜くと気持ちがよいこと、運動の仕方によって気持ちが変わることなどの気付きや、行ってみて楽しかったことなどを学習カードに書いたり、発表したりすること。</li> </ul>
学びに向かう人間性	
つまずきの例	手立て・配慮
<p>○運動の行い方が分からないために意欲的に取り組めない。</p> <p>○友達と関わり合うことが苦手 で運動に意欲的に取り組めない</p> <p>○運動への興味や関心がもてず意欲的に取り組めない。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・友達の様子を見ながら、その真似をして体を動かし徐々に運動に加わることができるようにする。</li> <li>・意欲的に取り組む児童とペアやグループを組み、友達の動きに刺激を受けて一緒に様々な運動に挑戦できるようにする。</li> <li>・体を動かしたり、みんなで運動をしたりすることのよさを個別に語ったり、易しい運動の行い方や場の設定、BGM など環境の工夫をし、少しでも取り組もうとする行動を称賛したり、励ましたりする。</li> </ul>

(5) 楽しい学習とするための場の設定や規則

解説に行い方の例として示されている運動(抜粋) → 解説 P.62 第7集 P.126～140 体ほくしV

のびのびとした動作で用具などを用いた運動



仲間の動きを意識して動く



リズムを合わせて



風船でサッカー

リズムに乗って、心が弾むような動作で運動



ひき離そうとフェイントをかけて跳んだり、転がったりする。

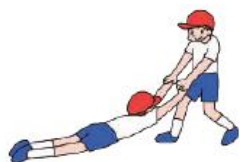


となりの人の手をたたいたり自分のひざをたたいたり変化をつけて

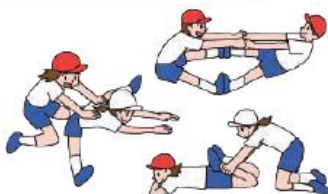


リズムによって、かけ声をかけて

互いの体に気付き合いながらペアでのストレッチング



気持ちのよいところまで押したり引っ張ったり



全身の力を抜いて

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



リーダーのまねをして走る



エンドレス鬼 つかまったら、逃げる。(つかまったら、追いかける。)

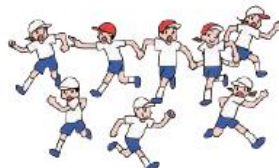


横一列でタイミングを合わせて

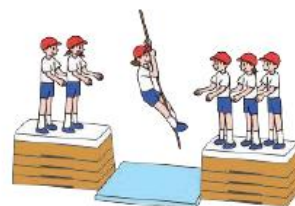
伝承遊びや集団による運動



仲間が引き抜かれないように



手つなぎ鬼




島から島へ


## (6) 単元構想

### ①目指す子供の姿


テーマを基に仲間と一緒にできる運動を選んできました。友達に合わせるように協力したら、タイミングが合うようになりました。



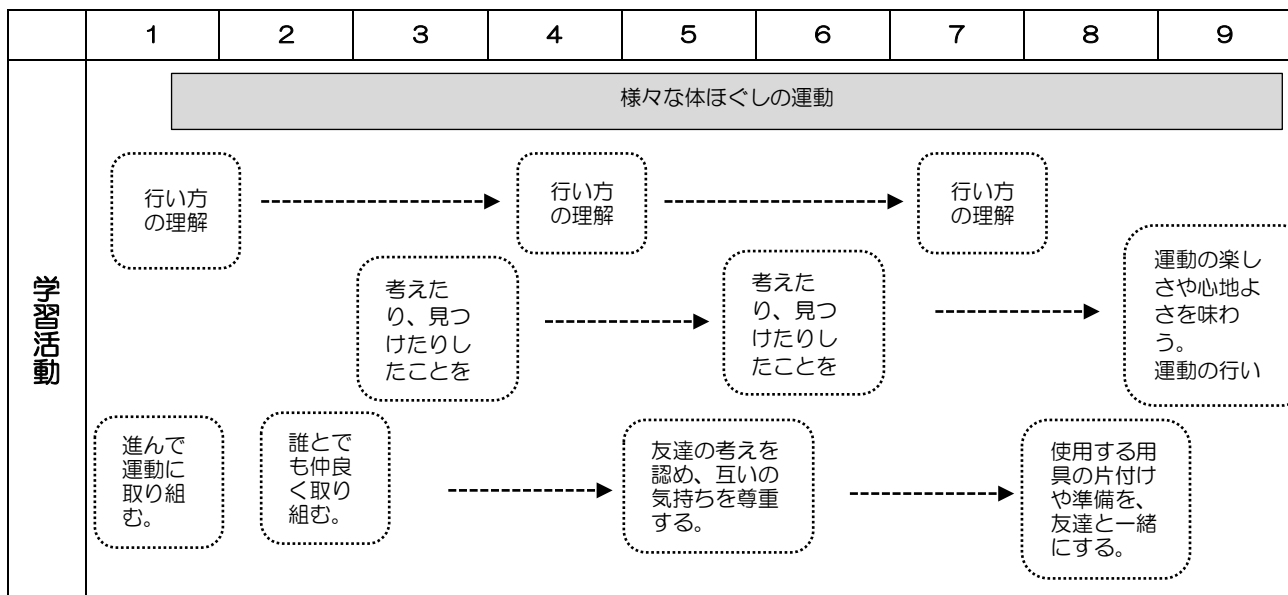
友達とぶつからないように間隔に気をつけながら楽しく運動することができました。



友達と交流することを意識して運動しました。アドバイスをしたり、アドバイスしてもらったりして工夫して運動しました。



### ②単元の流れ



### ③単元計画及び指導と評価の計画







時間	(○) 重点的な指導内容、(●) 学習を深める活動	重点的指導事項	評価
1	○いろいろな体ほぐしの運動の行い方を知る。 ○体ほぐしの運動に進んで取り組む。	知・技① 人間性等①	知・技①
2	○運動を行う際にきまりを守り、誰とでも仲よく励まし合う。	人間性等②	人間性等①
3	○体をほぐしたり、基本的な動きを身に付けたりするために考えたり、見つけたたりしたことを伝える。	思・判・表③	思・判・表③ 人間性等②

(8)展開例

時間	1 時間目 (全 9 時間)	
重点的指導事項	【知識・技能(運動)①】体ほぐしの運動の行い方を知る。	【学びに向かう力、人間性等①】体ほぐしの運動に進んで取り組む。 【本時：友達との交流を主とした活動】
活 動 内 容	5	<p>《オリエンテーション》 (体育の約束事の確認や、自己紹介) ・3年生になって初めての体育の授業だと予想されるので、体育の意義や教師の思いなどを語る。 ・笛の合図(1回はその場に止まる、3回で集合など)を確認する。</p> <p>《準備運動》 ・学級で年間通してやれるようなものにするとうい。</p> <p>【学習課題】いろいろな体ほぐしの運動の行い方を知ろう。</p>
	10	<p>《学習カードの記入》 ・今の気持ちを書かせる。 「運動する前は、どんな気持ちかな。」</p> <p>《教師の動きの真似》 ・ミラー体操(教師が手本になる) ・状況に応じて、教師役を児童の中から出してよい。 「先生の動きをまねてみよう。」</p> <p>《体じゃんけん》 ・まずは、教師と児童でやる。状況に応じて、先ほどと同じように児童に教師役をさせる。</p>
	15	
	20	<p>《振り返り》 ・うまくいった児童の紹介や、児童の感想や気づきを発表させる。 ・大きく動いていた子や、一生懸命やっていた子、教師役してくれた子を中心に取り上げ、褒める。 「運動したら、どんな気持ちになったかな。」</p>
	25	<p>《音楽に合わせて、教師の手本を真似して動く》 ・足の動き(前後左右)、手の動き(上げ下げ、回すなど)を声に出しながらする。 ・周囲の安全に気を配るように指導する。</p> <p>・静かな音楽、賑やかな音楽、テンポの速いものや遅いものなど何種類か用意しておく。</p> <p>【課題に迫る発問】友達と一緒に運動をするとどんな気持ちになるかな？</p> <p>※子供とのやり取りから、運動を通して交流する心地よさを押さえ、声を掛け合ったり友達の動きに合わせてたりして、運動を続けることが大切なことを押さえる。</p> <p>指導【知識・技能(運動)①】 【学びに向かう力、人間性等①】</p>
	30	<p>《2人で音楽に合わせて》 ・ケガに注意させる。 ・動きを合わせたり、それぞれ関連する動きをさせたりと声掛けをする。</p> <p>・気持ちよくできるように、人の動きを見て、笑わないように指導する。</p> <p>・動きとしては、手を挙げる、足を上げるなど易しいものから行い、手の動きや足の動きに運動させて、体の動きもつけさせるとよい。</p> <p>・状況に応じて、人数を増やすなどの工夫をする。</p> <p>評価【知識・技能(運動)①】</p>
	35	
	40	<p>《振り返り》(学習カードの記入) ・うまくいった児童の紹介や、児童の感想や気づきを発表させる。 ・恥ずかしがらずやっていた子や、笑顔が出ていた子などを取り上げる。</p> <p>《まとめ》 【まとめ】できればを気にせず、友達と一緒にいろいろな体ほぐしの運動をすると、気持ちがよくなるね。また人のまねをしたり、音楽に合わせてると、さらに楽しくなるね。</p>
45	<p>《整理運動》 ・手首、足首、首のストレッチなど。年間を通して、やれるものにするとうい。</p> <p>《片付け》 ・ラジカセなど。</p> <p>図：体育まるわかりハンドブック《文部科学省》</p>	
評価事項	評価【知識・技能(運動)①】から拿捕単の運動の行い方がわかっている。(観察・学習カード)	

時間	2 時間目 (全 9 時間)	
重点的指導事項	【学びに向かう力、人間性等②】 運動を行う際にきまりを守り、誰とでも仲よく励まし合う。	【本時：友達との交流を主とした活動】
5	<<体育の時間の約束の確認>> ・前時に確認したことを再度、振り返る。(笛の合図や、体育での約束など) <<準備運動>> <b>【学習課題】ルールや順番を守って、誰とでも仲良く運動しよう。</b>	
10 15	<<学習カード記入>> ・今の気持ちなどを、記入させる。 <<教師の模範のもと、いろいろな体ほぐしの運動をやってみる>> ・ミラー体操や、体じゃんけんなど。 ・状況に応じて、教師役を子どもにやらせる。 <<前時と同じようよう、音楽に合わせて動く。>> ・歩いたり、スキップしたりするとよいことを伝える。 ・足の動き(前後左右)、手の動き(上げ下げ、回すなど)を声に出しながらする。 ・サイドステップやクロスステップなども紹介する。 ・回転やジャンプなども紹介する。	<b>指導【学びに向かう力、人間性等②】</b>  <b>ミラーストレッチ</b> 向かい合って立ち、鏡に映っているように、相手と同じ動きをする 鏡役 人間役 友達の動きをまねて、ゆっくりに大きく動こう どこが伸びたり曲がったりしているかな
20	<<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。	
25 30 35	<b>【課題に迫る発問】決まりを守ったり、励ましの声を掛け合ったりするとどんな気持ちになったかな？</b> <<リーダーのまねっこ>> ・小グループを作り、リーダー役を交代でさせる。そのリーダーの動きをまねる。リーダー役の子は、帽子の色を変えさせる。 ・活動が停滞してきたら、うまくいっているグループを前に出し、手本をさせる。 ・途中で音楽をかけ、動きに変化をつける。	 <b>リーダーのまねっこ</b>
40	※決まりを守り、励ましの声を掛け合って活動していたグループを紹介し、リーダーになった人とまねをした人の互いの感想を引き出す。 ※決まりをすることで気持ちよく活動ができることを押さえる。 <b>【まとめ】決まりを守り、だれとでも仲良く運動をすると、とても楽しいね。</b>	
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	<b>評価【学びに向かう力、人間性等①】</b> 体ほぐしの運動に進んで取り組もうとしている。(観察・動画)	

図：体育まるわかりハンドブック<<文部科学省>>

時間	3 時間目 (全 9 時間)	
重点的指導事項	<b>【思考・判断・表現③】</b> 体をほぐしたり、基本的な動きを身に付けたりするために考えたり、見つけたりしたことを伝える。	【本時：体への気づきを主とした活動】
5 10 15	<<準備運動>> <<学習課題の確認と、学習カードの記入>> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <b>【学習課題】</b>体をほぐしたり、基本的な動きを身に付けたりするために考えたり、見つけたりしたことを伝えよう。           </div> <<いろいろな体ほぐしの運動を行う>> ・1人で→教師の模範のもと。 ・ミラー体操、体じゃんけんなど。 <<グループで、リーダーのまねっこをする。>> ・必要に応じて、音楽をかける。 <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: flex-start;"> <div style="text-align: center;"> <p><b>ミラーストレッチ</b></p> <p>向かい合って立ち、鏡に映っているように、相手と同じ動きをする</p>  <p>鏡役 人間役</p> <p>友達の動きをまねて、ゆっくり大きく動かそう</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>どこが伸びたり曲がりたりしているかな</p>  <p>リーダーのまねっこ</p> </div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> <b>評価【学びに向かう力、人間性等②】</b> </div>	
20 25	<<振り返り>> ・うまくいった児童の紹介や、児童の感想や気づきを発表させる。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <b>【課題に迫る発問】</b>友達の体のいい動きや自分の体の様子について教えてほしいな。           </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; width: 45%;"> <p><b>【考えるための例示】</b></p> <p>※○○さんは、リズムに乗って、手足が動いていたよ。</p> <p>※○○さんは、動きと声があっていたね。</p> <p>※○○さんの速い動きをまねしたいな。</p> <p>※○○さんは、ミラーストレッチでとても体が柔らかかったよ。</p> <p>※ミラーストレッチで、自分の体がなかなか伸びないの</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p>※友達のいい動きや自分の動きとの違いなど、体の動きについての気づきを伝えることを押さえる。</p> <p>※自分はうまくできなかった、といった内容の気づきが出たときは、無理をせず自分がができる動きを続けるように促す。</p> </div> </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> <b>指導【思考・判断・表現③】</b> </div>	
30 35	<<みんなで輪になって動く>> ・絵のような声掛けをしながら、活動する。 ・活動の中で、友達のいい動きを見つけるよう投げかけをしておく。 ・「○○さんいい動き！すごい！、ナイス！」など、動きに関する気づきの伝え合いをするように促す。 ・必要に応じて、音楽をかける。 <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">    </div> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;"> <b>みんなで輪になって</b> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> <b>評価【思考・判断・表現③】</b> </div>	
40	<<振り返り>> ・学習カードの記入。 ・うまくいった児童の紹介や、児童の感想や気づきを発表させる。 ・上手に活動できたグループをいくつか紹介し、よかった点を言う。 <<まとめ>> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <b>【まとめ】</b>体の動きの気づきを互いに伝え合うと、気持ちがいいね。また、動きが高まっていくね。           </div>	
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 <div style="text-align: right; margin-top: 10px;">  図：体育まるわかりハンドブック&lt;&lt;文部科学省&gt;&gt;         </div>	
評価事項	<b>評価【思考・判断・表現③】</b> 体をほぐしたり、基本的な動きを身に付けたりするために考えたり、見つけたりしたことを伝える。(学習カード・発表・観察)	<b>評価【学びに向かう力、人間性等②】</b> 運動を行う際にきまりを守り、誰とも仲よく励まし合う。(観察・動画)

#### 4 単元指導計画及び展開例

第3学年

【4月】

#### リズムダンス (F 表現運動) 全7時間

##### (1) 単元のねらい

技・知 : リズムダンスでは、その行い方を知るとともに、軽快なリズムに乗って全身で踊ることができる。

思・判・表 : 自己の能力に適した課題を見付け、題材やリズムの特徴を捉えた踊り方や交流の仕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 : 運動に進んで取り組み、誰とでも仲よく踊ったり、友達の動きや考えを認めたり、場の安全に気を付けたりすることができる。

##### (2) 運動の仕方等

リズムダンスでは、軽快なロックやサンバなどのリズムの特徴を捉え、リズムに乗って弾んで踊ったり、友達と関わり合ったりして即興的に踊る。

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

動きの工夫	<ul style="list-style-type: none"> <li>○全身で緩急、誇張等変化をつける。</li> <li>○特徴的な動きを全身で大げさに表す。→「手を振ったり、足を上げたりしてみよう。」</li> <li>○繰り返しやリズムの変化でユーモラスに。</li> <li>○友達と同じ、順々、対称的に。</li> <li>○多様な場面で静と動のメリハリのある動きをする。→「素早い動きやストップなどでリズムに変化をつけよう。」</li> <li>○対極のある動きを繰り返して印象的に。</li> <li>○友達と手をつないで踊ったり、即興的な動きをまねし合いながら踊ったりする。</li> </ul>
-------	--

##### (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・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
○リズムの特徴を捉えて踊ることが苦手。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・リズムに合わせて手拍子をしたり、リズムを表す言葉かけをしながら踊ったりする。</li> <li>・曲のリズムに同調するだけでなく、動きやリズムに変化を付けた動きで踊っている友達の動きを見て、真似をするよ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○友達が工夫したよいところを伝える。</li> <li>○リズムダンスで工夫した動きを伝える。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・表したい感じや様子にふさわしい動きで踊っていたかどうかを見合い、特徴を捉えた動きや変化のある動きなどよかったところを友達に伝える。</li> <li>・その時間に見付けた動きや気に入った動きを、みんな</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○踊ることに意欲的に取り組めない。</li> <li>○友達と関わりながら踊ることに意欲的に取り組めない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業の導入で、みんなで円形などになり、顔を見合わせながら軽快なリズムに乗って弾んだり手拍子をしたりして、心と体をほぐす。</li> <li>・友達と組んでできる簡単な動きを示した中から選べ</li> </ul>



<p>○友達と関わって踊ることが苦手。</p>	<p>うにする。 ・二人組で向かい合って手をつなぎ、スキップで弾んだり、回ったり、動きの真似をし合うようにしたりする。</p>		<p>なで円形などになって一緒に踊りながら伝える。</p>	<p>い。</p>	<p>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

①一人で



跳んで 回って 手足を上げて

②2人組みで



同じ動きで 反対の動きで

③全体で円になって



友達のまねをして 集まったり離れたりして

○リズムの特徴をとらえて踊ろう

ロック



おへソを上下に弾ませ、全身で跳ぶように体を弾ませながら踊る。



ウンタの後備の強い音を感じて、おへソを下に落とす感じでアクセントをつけて踊る。



サンバ



タタータのアクセント(シンコペーション)を意識して、おへソを前後にゆらして踊る。



手をひらひらさせたり腰を左右に揺らしたりして踊る。

## (6) 単元構想

### ① 目指す子供の姿

リズムに乗って、のりのりで踊りました。体をひねったり、回ったりして踊りました。



友達とまねっこしたり、交代で踊ったりして楽しく踊りました。



リズムに乗りやすいロックを選んで踊りました。手拍子をしたり、回転したりいろいろな動きを考えました。



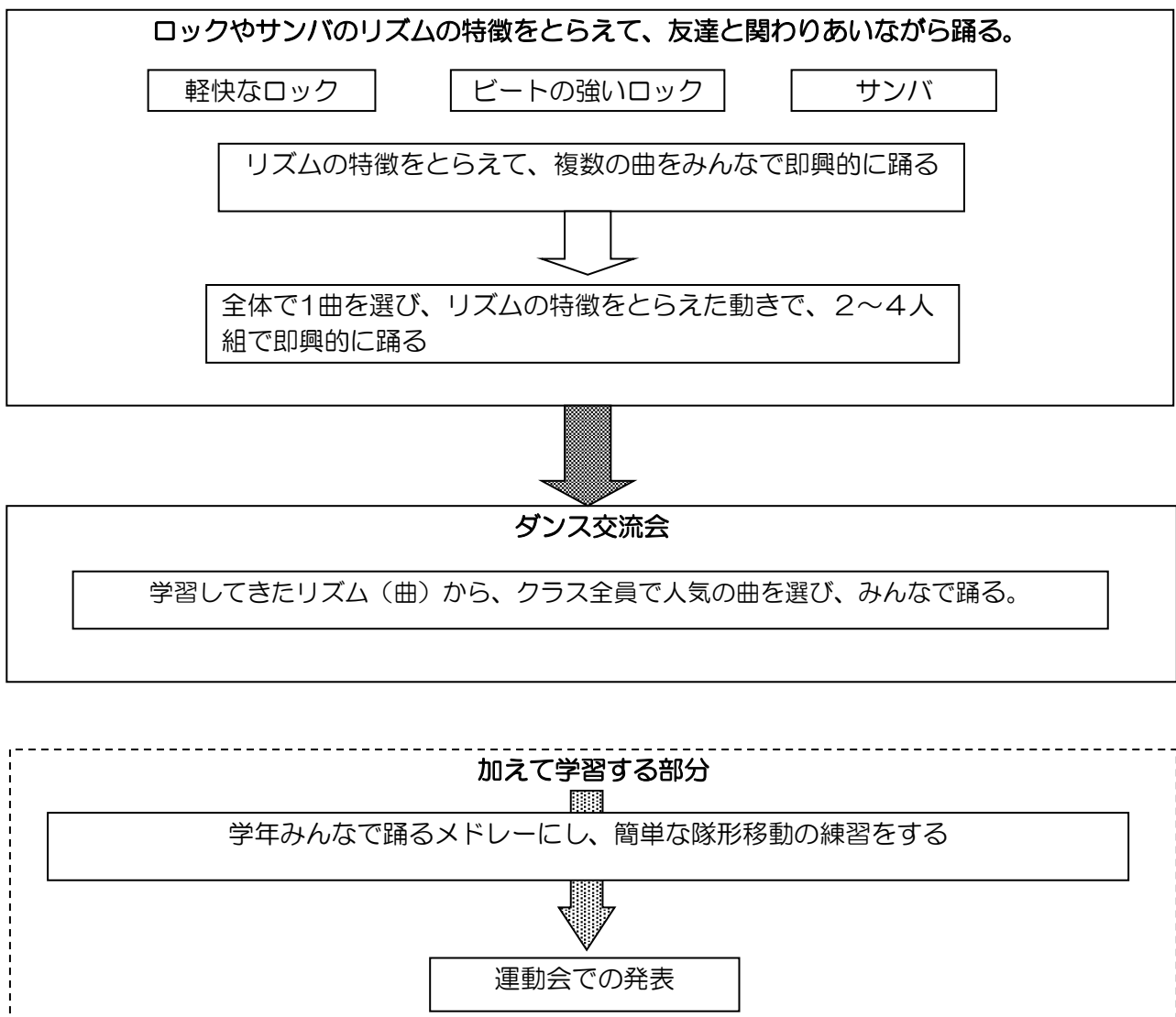
### ② 単元の流れ

	1	2	3	4	5	6	7
学習活動	一人でいろいろなリズムダンス			グループでいろいろなリズムダンス			
	行い方の理解	リズムの特徴の理解					
			自己の課題を見つける	課題解決の仕方を選ぶ			
	運動に進んで取り組む			仲間との協力		友だちの考えを認める	

### ③ 単元計画及び指導と評価の計画



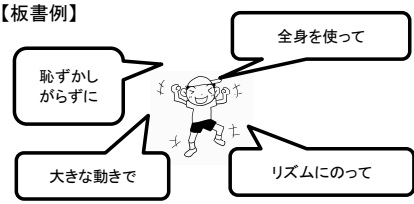
時間	(○) 重点的な指導内容、(●) 学習を深める活動	重点的指導事項	評価
1	○いろいろなリズムダンスの行い方を知る。 ○軽快なリズムに乗って踊り、進んで運動に取り組む。	知・技③ 人間性等①	知・技③
2	○軽快なロックのリズムの特徴を捉え、リズムに乗って弾んで踊ったり、スキップしたりして即興的に踊る。	知・技④	人間性①
3	○軽快なサンバのリズムの特徴を捉え、リズムに乗って弾んで踊ったり、スキップしたりして即興的に踊る。	知・技④	
4	○友達と関わりあって踊り、誰とでも仲よくする。 ○動きのポイントと照らし合わせて自己の課題を見付ける。	人間性等② 思・判・表①	思・判・表①
5	○友達のよい動きを自己の動きに取り入れるための交流の仕方を選ぶ。	思・判・表②	思・判・表② 人間性等②
6	○リズムダンスでの友達の動きや楽しく踊るための友達の考えを認める。	人間性等④	知・技④
7	●これまでの学習を生かして、一つのダンスを作り上げる。		人間性等④





※表現系の指導内容から運動会での発表に関連させる単元計画例（中学年）










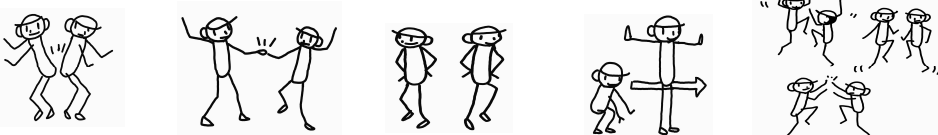
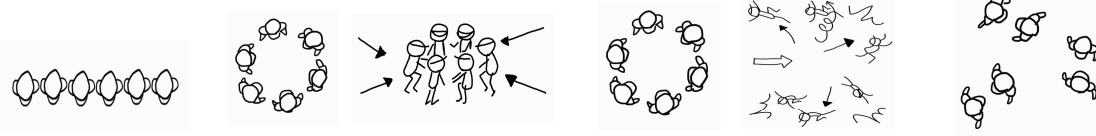
長崎県元気アップアソシエイツ  
「体力向上を効果的に図る小学校体育主任ハンドブック」参照

(8) 展開例

時間	1 時間目 (全 7 時間)	
重点的指導事項	【知識及び技能③】 いろいろなリズムダンスの行い方を知る。	【学びに向かう力、人間性等①】 軽快なリズムに乗って踊り、進んで運動に取り組もうとしている。
5	<p>○あいさつ グループ(6~8人)で整列 ※グループ数も偶数が良い、準備運動 共通メニュー ※1時間目は準備運動の仕方をお教えるため時間を長く取る。</p> <p>①ランニングやジャンプ、スキップなどの全身運動を音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせて行う。(通常1~1分半程度) ※教師が指示を出して中身を変えていく。</p> <p>②全身、体の各部位を使って音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせてリズムをとる。(通常3分程度) ※声かけ「( )でリズムをとってみよう」 例:手(グーチョキパー)や(手拍子)・手首・ひじ・うで・肩・頭・首・顔・おへそ・腰・おしり・かかと・つまさき・いろいろな部位で手拍子 ※リズムを取るのを苦手になっている子には「先生のまねをしてみよう」「○○さんと同じようにしてみよう」など声をかける。</p>	
10	 <p>手拍子(動いて)      肩で      肘で      かかとで      先生のまね      友達のまね</p>	
15	<p>○オリエンテーション(単元全体の流れと1時間単位の活動の説明) 1時間単位 ①準備運動 ②学習課題確認 ③前半の活動 ④後半の活動 ⑤片付け・整理運動 ⑥振り返り 単元全体 ①オリエンテーション ②ロックを個人やペア、グループで楽しく踊る。③サンバを個人やペア、グループで楽しく踊る。 ④個人の課題を見つけ、グループごとに動きをつなげる。⑤ペアグループで発表会。⑥全体で発表会。 ⑦みんなのダンスをつなげる。</p> <p>【学習課題】 楽しいリズムダンスの行い方を知ろう。</p>	
20	<p>○ロックとサンバの踊り方を教える ※ロックとサンバの動画(まるわかりハンドブックDVD(文部科学省)に収録)を見せてポイントを掲示する。 ・ロック(ンタンタやウンタウンタのリズムで、おへそ上下に弾ませ、全身で跳ぶように体を弾ませながら踊る。) ・サンバ(ンタッタ ンタッタのアクセントを意識して、おへそを前後左右にゆらして踊る。) ○ロックを踊ってみる      ○サンバを踊ってみる。</p>	<p>指導【知識及び技能③】</p>
25	 <p>ロック      サンバ</p> <p>(ンタンタやウンタウンタのリズムで、おへそ上下)      (ンタッタ ンタッタを意識して、おへそを前後左右)</p>	
30	<p>○前半をふり返る ・上手に踊っていた子に、前で踊ってもらい、課題に迫る。</p> <p>【課題に迫る発問】 ○○さんの踊りはどうして上手に見えるのかな。</p>	<p>指導【学びに向かう力、人間性等①】</p>
35	<p>【考える例示】 ※恥ずかしがらずに⇒動きを止めない ※大きな動きで ⇒おへそを前後左右に動かす ※全身を使って ⇒手足を使って、向きを変えて</p> <p>○もう一度ロックとサンバを踊る。 ※繰り返し踊るよう投げかける。</p> <p>評価【知識及び技能③】</p>	<p>【板書例】</p> 
40	<p>○片付け ※片づけるものがあれば ○整理運動 ※スローな曲にのせて、(オルゴールの曲などが心もリラックス) ①柔軟運動(手首・足首・首などのストレッチをゆったり) ②ジャックナイフストレッチ ③大きく深呼吸</p>	
45	<p>○振り返り(学習カード記入、発表)</p> <p>【まとめ】リズムにのってはずかしがらずに全身でおどると楽しく踊れるね。 ※単元の終わりに子どもたちが、「リズムダンスって楽しい」と思えるような授業を目指す。</p> <p>図:まるわかりハンドブック(文部科学省)</p>	
評価事項	<p>【知識及び技能③】 いろいろなリズムダンスの行い方を知る。</p>	

時間	2 時間目 (全 7 時間)	
重点的指導事項	【知識及び技能④】 軽快なロックやサンバなどのリズムの特徴を捉え、リズムに乗って弾んで踊ったり、スキップしたりして即興的に踊る。	
5	<p>○あいさつ、準備運動 共通メニュー ①ランニングやジャンプ、スキップなどの全身運動を音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせて行う。(通常1～1分半程度) ※教師が指示を出して中身を変えていく。 ②全身、体の各部位を使って音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせてリズムをとる。(通常3分程度) ※声かけ「( )でリズムをとってみよう」 例:手(グーチョキパー)や(手拍子)・手首・ひじ・うで・肩・頭・首・顔・おへそ・腰・おしり・かかと・つまさき・いろいろな部位で手拍子 ※リズムを取ることを苦手になっている子には「先生のまねをしてみよう」「○○さんと同じようにしてみよう」など声をかける。</p>	
10	<p>【学習課題】ロックのダンスのポイントを意識しながら楽しく踊ろう。</p> <p>○ロックの踊り方のポイントを確認する。 【板書例】</p> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-right: 20px;"> <p>【考える例示】</p> <p>※リズムは？ ⇒タンタやウンタウンタ ※動きの特徴は？⇒おへそ上下 ※へそ、手足は ⇒全身で弾むように</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-left: 20px;"> <p>ロックのポイント</p> <p>タンタやウンタウンタのリズムで、おへそを上下に動かし、全身で跳ぶように体を弾ませる。</p> </div> </div>	
15	<p>※再度ロックの動画を見せてもよい。 ※リズムを手打ち、足打ちなどして全員で一緒に確かめる。 ○ロックを踊ってみる (軽快なテンポとビートの強い曲で) ※踊るときに準備運動で行ったいろいろな部位を使って踊ってもよいことを伝える。 ①一人で即興的に踊る。 ②ペアで踊る。(交互に。向かい合って手をつないだりぐりぬけたり自由に踊る。タッチや腕組み。真似をしながら。調子を合わせて等) ③グループで踊る。(円を作って、一人ずつ交代で。ペアで交代で。まねをしながら。みんなでふりを合わせて等)</p>	
20	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  手をつないで </div> <div style="text-align: center;">  ぐりぬける </div> <div style="text-align: center;">  タッチ </div> <div style="text-align: center;">  腕組み </div> <div style="text-align: center;">  まねをする </div> </div>	
25	<p>【課題に迫る発問】ロックのリズムに乗っている、ってどんな姿だろう？</p> <p>○発問に対する児童の反応 ・肩を動かす・おへそを動かす・上下に動かす・体全体で・恥ずかしがらずに・大きさに</p> <p style="text-align: right;">指導【知識及び技能④】</p>	
30	<p>○いい動きをしている子供を紹介しながら、ロックのポイントをおへそに注目して再度おさえる。 ・へそを上下に弾ませて、全身で跳ぶように体を弾ませる。 ・ビートの強いロックのリズムでは、ウンタの後打ちの強い音を感じて、へそを下に落とす感じでアクセントをつけて踊る。</p> <p>○おへそを意識しながら動きに変化をつけてもう1度踊ってみる。 ※動きの変化のつけ方として ・弾む動きにねじる・回るなどの動きを入れる。</p>	
35	<p>①一人で即興的に踊る。 ②ペアで踊る。 ※ペアの動きの変化の例として、いろいろな部位でタッチ・手をつなぐ・くぐる・回る ・背中合わせ・大きくふりを合わせるなど</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  回る </div> <div style="text-align: center;">  背中合わせで回る </div> </div>	
40	<p>※③時間があればグループで ※子供の動きを見ながら、「隣の人とペアで」、「近くの○人組で」と教師が声をかけ、変化させる。 ※うまくできない子供には、教師のまねやうまく踊っている者のまねをするよう投げかける。</p> <p>○片付け ※片づけるものがあれば ○整理運動 ※スローな曲にのせて、(オルゴールの曲などが心もリラックス) ①柔軟運動(手首・足首・首などのストレッチをゆったり) ②ジャックナイフストレッチ ③大きく深呼吸</p>	
45	<p>○振り返り(学習カード記入、発表)</p> <p>【まとめ】ンタ、ンタやウンタ、ウンタのリズムにのって、へそを上下に動かすとロックのダンスが楽しく</p> <p>○次時の意識付け</p> <p style="text-align: right;">図:まるわかりハンドブック(文部科学省)</p>	
評価事項		

時間	3 時間目 (全 7 時間)			
重点的指導事項	【知識及び技能④】 軽快なロックやサンバなどのリズムの特徴を捉え、リズムに乗って弾んで踊ったり、スキップしたりして即興的に踊る。			
5 10 15 20 25 30 35 40 45	活 動 内 容	<p>○あいさつ、準備運動 共通メニュー</p> <p>①ランニングやジャンプ、スキップなどの全身運動を音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせて行う。(通常1～1分半程度) ※教師が指示を出して中身を変えていく。</p> <p>②全身、体の各部位を使って音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせてリズムをとる。(通常3分程度) ※声かけ「( )でリズムをとってみよう」 例:手(ゲーチョコキパー)や(手拍子)・手首・ひじ・うで・肩・頭・首・顔・おへそ・腰・おしり・かかと・つまさき・いろいろな部位で手拍子 ※リズムを取るのを苦手になっている子には「先生のまねをしてみよう」「○○さんと同じようにしてみよう」など声をかける。</p> <p>【学習課題】サンバのダンスのポイントを意識しながら楽しく踊ろう。</p> <p>○サンバの踊り方のポイントを確認する。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>【考える例示】</p> <p>※リズムは? ⇒ンタッタ ンタッタのアクセント ※動きの特徴は? ⇒おへそ前後左右 ※へそ、手足は ⇒全身で弾むように</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>【板書例】</p> <p>サンバのポイント ンタッタ ンタッタのアクセントを意識して、 おへそを前後左右にゆらして踊る。</p> </div> </div> <p>※再度ロックの動画を見せてもよい。 ※リズムを手打ち、足打ちなどして全員で一緒に確かめる。</p> <p>○サンバを踊ってみる ※踊るときに準備運動で行ったいろんな部位を使って踊ってもよいことを伝える。</p> <p>①一人で即興的に踊る。 ②ペアで踊る。(交互に。調子を合わせたりかけ合いをしたり。タッチや腕組み。) ③グループで踊る。(円を作って、一人ずつ交代で。ペアで交代で。まねをしながら。みんなでふりを合わせて等)</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>ハイタッチ</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>手をつないで</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>腕を組んで</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>調子を合わせる</p> </div> </div> <p>評価【学びに向かう力、人間性等①】(観察)</p> <p>【課題に迫る発問】サンバのリズムに乗っている、ってどんな姿だろう?</p> <p>○発問に対する児童の反応 ・おへそを動かす・恥ずかしがらずに・大きさに・ふりをあわせて・全身で</p> <p>指導【知識及び技能④】</p> <p>○サンバのポイントをおへそに着目して再度おさえる。 ・体の各部分で小刻みにリズムをとったり、へそ(体幹部)を中心に前後左右のスイングなどでリズムに乗ったりして即興的に踊る。</p> <p>○ポイントを意識しながら動きに変化をつけてもう1度踊ってみる。 ※動きの変化のつけ方として ・弾む動きにねじる・回るなどの動きを入れる。 ・素早い動きやストップなどで曲のリズムに変化をつけて続けて踊る。</p> <p>①一人で即興的に踊る。 ②ペアで踊る。 ※③時間があればグループで ※子供の動きを見ながら、「隣の人とペアで」、「近くの〇人組で」と教師が声をかけ、変化させる。 ※うまくできない子供には、教師のまねやうまく踊っている者のまね</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>大きくストップ</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>しゃがんでストップ</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>おへそを前後に 手をひらひら 腰を左右に</p> </div> </div> <p>○片付け ※片づけるものがあれば ○整理運動 ※スローな曲にのせて、(オルゴールの曲などが心もリラックス) ①柔軟運動(手首・足首・首などのストレッチをゆったり) ②ジャックナイフストレッチ ③大きく深呼吸</p> <p>○振り返り(学習カード記入、発表)</p> <p>【まとめ】ンタッタ、ンタッタのリズムにのって、へそを前後左右に揺らして踊るとサンバのダンスが</p> <p>図:まるわかりハンドブック(文部科学省)</p> <p>○次時の意識付け</p>		
		評価事項	【学びに向かう力、人間性等①】 ○軽快なリズムに乗って踊り、進んで運動に取り組もうとしている。	

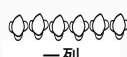



時間	4 時間目 (全 7 時間)	
重点的指導事項	【思考力、判断力、表現力等①】 動きのポイントと照らし合わせて自己の課題を見付ける。	【学びに向かう力、人間性等②】 友達と関わりあって踊り、誰とも仲よくする。
5	<p>○あいさつ、準備運動 共通メニュー ①ランニングやジャンプ、スキップなどの全身運動を音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせて行う。(通常1～1分) ※教師が指示を出して中身を変えていく。 ②全身、体の各部位を使って音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせてリズムをとる。(通常3分程度) ※声かけ「( )でリズムをとってみよう」 例：手(グーチョキパー)や(手拍子)・手首・ひじ・うで・肩・頭・首・顔・おへそ・腰・おしり・かかと・つまさき・いろいろな部位で手拍子 ※リズムを取るのを苦手になっている子には「先生のまねをしてみよう」「○○さんと同じようにしてみよう」など声をかける。</p>	
10	<p>【学習課題】動きのポイントに合った自分の課題を、友達と協力して見つけよう。</p> <p>【課題と考えられる様子の例示】</p> <p>※手足しか動いていない。 ※動きが止まってしまう。 ※おへその動きがリズムに合っていない。 ※動きに変化がない</p> <p>※前半は課題を見付けるために、友達と協力すること、例示から選んでつぶやきアドバイスすることがねらいであることを押さえる。教え合いが停滞しているときは、教師と一緒に課 指導【学びに向かう力、人間性等②】</p>	
15	<p>○ロックやサンバのリズムで踊り、課題を見付ける。 ※ロックとサンバのポイントと、動きの変化についても掲示しておく。(前時までに使用した掲示資料を使う) ①グループごとに分かれて曲の選定。(各グループごとにCDプレーヤーと曲を用意する。) ※曲の長さは2分程度がよい。長い曲は1番で終わるなど配慮する。 ※子どもたちが好きな曲を持ち寄り、紹介し合うと意欲も高まる。 ②1人でポイントをおさえながら踊る→ペアの人からアドバイス→交代して踊る→ペアの人からアドバイス ※1人8呼間から16呼間の動きを考えると無理なく楽しめる。 ③ペアで相談して踊る→グループメンバーからアドバイス→次のペアが踊る→グループメンバーからアドバイス ※繰り返す ※ペアの動きの例として、いろいろな部位でタッチ・手をつなぐ・くぐる・回る・背中合わせ・ふりを合わせる</p>	
20	 <p>いろいろな部位でタッチ      手をつなぐ      背中合わせ      くぐる      ふりを合わせる</p>	
25	<p>【課題に迫る発問】後半に特に改善する課題をはっきりとさせよう。</p> <p>○前半を終えて見つけた課題を全体で紹介し合い、ペアで再度課題の確認をする。 ※前半の例示を押さえつつ、自由に気づいたことを出し合う。改善のためにはどうしたらいい?と発問し、いい動きの例を引き出す。 ※改善しようと思う課題を1～2つ決めさせ、後半の活動につなげる。</p> <p>指導【思考力、判断力、表現力等①】</p>	
30	<p>○後半は、自分の課題を意識しながら、グループメンバーで動きをつなげることを確認する。 ※ソロ→ペア→グループで動きをつなげていく。 ①1人ずつ順番に踊る。(自分の課題を意識しながら踊る)※1人8呼間から16呼間ぐらい ※発展として一斉に1人ずつ違うふりで踊るなどもできる。(1人で踊る時間が長くなるので注意) ②ペアで踊る。(前半の踊り方のポイントを意識する) ※楽しく踊ることが一番なので無理にふりを合わせなくてもよい。 ③グループで踊る。 ※グループの例(縦や横に1列で並び前後や左右に動く。円になって、円の真ん中に1人入りまねをして、円が開いたり閉じたり。円がはじけたり。ペアで広がって踊りながら自由に動く。ペアで1列に並んで前後左右や二人が開くなどの動きを入れる。</p>	
35	 <p>横1列や縦1列      円が閉じたり開いたり      円がはじける      ペアで自由に</p>	
40	<p>○片付け ※片づけるものがあれば ○整理運動 ※スローな曲にのせて、(オルゴールの曲などが心もリラックス) ①柔軟運動(手首・足首・首などのストレッチをゆったり) ②ジャックナイフストレッチ ③大きく深呼吸</p>	
45	<p>○振り返り(学習カード記入、発表)</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力等①】</p> <p>【まとめ】より上手に踊るためには、自分の課題を見つければ、よりよくしていくことが大切だね。</p> <p>○次時の意識付け</p>	
評価事項	<p>【思考力、判断力、表現力等①】 ○動きのポイントと照らし合わせて自己の課題を見付ける。</p>	

時間	5 時間目 (全 7 時間)	
重点的指導事項	【思考力, 判断力, 表現力等②】 題材やリズムの特徴を捉えた踊り方や交流の仕方を選ぶ。	
活動内容	5	<p>○あいさつ、準備運動 共通メニュー</p> <p>①ランニングやジャンプ、スキップなどの全身運動を音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせて行う。(通常1～1分半程度) ※教師が指示を出して中身を変えていく。</p> <p>②練習タイム ※前時にグループで作ったものを練習する。特にソロをしっかり行い、全身を動かしておく。</p>
	10	<p>【学習課題】 友達のよい踊り方を自分たちの踊りに取り入れよう。</p> <p>○前半は前回グループで作ったリズムダンスをペアグループと見せ合い、自分たちのダンスとの違いはどこか、取り入れたいよい動きや前時の課題の改善につながる動きはなにかを見つけることを押さえる。 ※グループの動きは、前時の活動案参照。</p> <p>①ペアグループで活動前に、動きの取り入れ方の例を掲示する。 ・見る。・動画で撮る。・一緒に踊る。</p> <p>②グループで取り入れ方を決める ・後半は取り入れ方を変えてもよいことを伝えておく。</p> <p>③ペアグループで交互に踊る。 ・動画を撮るときはこのときに撮る。</p> <p>④グループで話し合っ取り入れたいところを考える。</p> <p>※⑤練習する。 ・時間があれば取り入れたところを練習する。</p>
	15	<p>【板書例】</p> <p>〈取り入れ方の例〉 ①見る ②動画で撮る ③一緒に踊る</p> <p>評価【学びに向かう力, 人間性等②】</p>
	20	<p>※とにかく楽しく踊ることが大切</p>
	25	<p>【課題に迫る発問】 取り入れたい、と思った踊り方は見つかったかな？</p> <p>【考える例示】 ※列の並び方や変化の仕方。 ※ペアとの対比、動きの揃え方。 ※表情、声のありなし。 ※手足の動き、リズムの取り方。</p> <p>※例示を参考にしながら、前半の活動で印象に残ったペアグループの動きをグループ内で出し合い、取り入れたい踊り方を選ぶようにさせる。 ※はじめ一なかに終わりと人流れになるよう、はじめと終わりのポーズを入</p> <p>指導【思考力, 判断力, 表現力等②】</p>
	30	<p>○後半の活動の前に、次時で全グループの発表会があり、そのときにアドバイスタイムがあることを伝えておく。</p> <p>①グループで選んだ動きを入り入れて練習する。</p> <p>②ペアグループで交互に踊る ※踊ったあと、見ている方はアドバイスができたらしらてあげる。(こしの動き。動きの大きさ。息があっているかなど)</p> <p>※③時間があればアドバイスを受けて練習する。</p>
	35	<p>列になったり集まったり離れたり、いろんな動きがある。</p>
	40	<p>○片付け ※片づけるものがあれば</p> <p>○整理運動 ※スローな曲にのせて、(オルゴールの曲などが心もリラックス)</p> <p>①柔軟運動(手首・足首・首などのストレッチをゆったり) ②ジャックナイフ ③大きく深呼吸</p>
	45	<p>○振り返り(学習カード記入、発表)</p> <p>評価【思考力, 判断力, 表現力等②】</p> <p>【まとめ】友達のよい動きをどんどん取り入れると、楽しく上手に踊れるね。</p> <p>図:まるわかりハンドブック(文部科学省)</p> <p>○次時の意識付け</p>
	評価事項	【思考力, 判断力, 表現力等②】 題材やリズムの特徴を捉えた踊り方や交流の仕方を選ぶ。



時間	6 時間目 (全 7 時間)	
重点的指導事項	【学びに向かう力、人間性等④】 ○表現やリズムダンスでの友達の動きや楽しく踊るための友達の考えを認めようとする。	
5 10 15 20 25 30 35 40 45	活 動 内 容	○あいさつ、準備運動 共通メニュー ①ランニングやジャンプ、スキップなどの全身運動を音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせて行う。(通常1～1分半程度) ※教師が指示を出して中身を変えていく。  ②練習タイム ※前時にアドバイスを受けたところを取り入れながら練習する。特にソロをしっかり行い、全身を動かしておく。
		【学習課題】 ペアグループ同士でアドバイスをし合い、よりよいダンスにしよう。
		【課題に迫る発問】 アドバイスを受けたときに、大切なことは何だろう？
		※ペアグループのアドバイスをしっかりと聞き、よりよく改善していくことが大切なことを押さえる。 ○後半に全体で発表会を行うので、前半は前時と違うグループでペアを組んでアドバイスをする。
		【アドバイスの内容の例示】 ※腰の動き ※全身を使っているか ※恥ずかしがらずに ※大きさに ※大きく ※笑顔で ※2人の息をあわせる ※弾む動きにねじる、回るなどの動きを入れる ※素早い動きやストップなどで曲のリズムに変化をつける
		※踊り始めの準備を素早く行う。 ①片方が踊る ②アドバイスタイム ※1分ぐらいで ③もう片方が踊る ※準備を素早く ④アドバイスタイム
		大きくタッチ      激しくキック      高くジャンプ      大きく小さく
		○友達からしてもらったアドバイスを受けて、各グループで練習をする。 ※2分程度
		○全体で発表会を行う。※ワークシートに各グループごとの感想を書く ①グループごとに順番に発表する。 ※クラスの数やグループ数によって発表時間を考える。4グループから6グループが理想。 ※ステージ昇降用の階段や平均台等を使って、観客席をつくり、発表グループはフロアで踊るなど、場を工夫する。
		②発表会終了後、良かった人を上げさせて、その児童のダンスと一緒にみんなで踊ってみる。
		
※子どもたちの笑顔をたくさん引き出せるようなダンスになるよう、教師自身も楽しく踊ることがポイント。		
○片付け ※片付けるものがあれば ○整理運動 ※スローな曲にのせて、(オルゴールの曲などが心もリラックス) ①柔軟運動(手首・足首・首などのストレッチをゆったり)    ②ジャックナイフストレッチ    ③大きく深呼吸		
○振り返り(学習カード記入、発表) ※よかったアドバイスの内容について紹介し合う。 【まとめ】友達のアドバイスをいかすと、より楽しく上手に踊れるね。		
○次時の意識付け		
評価事項	【知識及び技能④】 軽快なロックやサンバなどのリズムの特徴を捉え、リズムに乗って弾んで踊ったり、スキップしたりして即興的に踊る。	

図:まるわかりハンドブック(文部科学省)

時間	7 時間目 (全 7 時間)	
重点的指導事項	●これまでの学習を生かして、一つのダンスを作り上げる。	
活 動 内 容	5	○あいさつ、準備運動 共通メニュー ①ランニングやジャンプ、スキップなどの全身運動を音楽やタンバリン・リズム太鼓に合わせて行う。(通常1～1分半程度) ※教師が指示を出して中身を変えていく。  ②前回発表会で踊ったダンスを、教師が用意したリズムに合わせて踊ってみる。 ※曲の長さが違ったり、テンポが違ったりするので、まずはあまり気にせずに前時のダンスを踊ってみる
		【学習課題】 これまでの学習をいかして、みんなで一つのダンスを作り上げよう。
	10	○各グループで作ったダンスをつなげながら、みんなで1つの作品を作り出すことを確認する。
	15	○流れを確認する。 ①グループごとに分かれて大きく広がる。 ※イントロのところで移動でもいいし、別の曲で最初の隊形に別れてもいい。 ②ソロパート 1人分8～16呼間 ※全員一斉でもいいし、グループから1人か2人ずつ踊りながら個人を目立たせてもいい。 ③ペアパート ペアで8～16呼間 ※グループから1ペアか2ペアごとに踊りながら全ペア踊る。
	20	④グループパート ※1グループごとに踊る。全グループ一斉でもよいが、曲のサビの部分をもってくと良い。 ⑤全体で同じダンス ※ソロペーパーグループなど、みんな同じふりを入れる。 ※教師が考えてもいいし子どもたちからアイデアをもらってもよい。  ☆ロックやサンバでグループのダンスが分かれた場合、教師が曲の長さに合うようにアドバイスする。(ここが肝心)
	25	【課題に迫る発問】 どうするとみんなのダンスが上手くつながるかな？  ○発問に対する児童の反応 ・同じふりを入れた方が良い。・つなぐところに新しいダンスを入れたらどうかな。・みんなで息をあわせるといいと思う。  ○児童のアイデアを取り入れながら、ふりをつけていく。 ※隊形移動のアイデアは、教師がいくつか例をあげて掲示しておくよ。
	30	○通して踊ってみる。 ※タブレットで録画し、給食の時などにみんなで見ると盛り上がる。  <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  一列 </div> <div style="text-align: center;">  円が閉じる開く </div> <div style="text-align: center;">  円がはじける 自由に </div> </div>
	35	◎本単元全体の確認事項 ☆全体の練習を少し補足すると運動会でのダンスとして充分発表できる。とにかく教師が例示を多くあげることで、児童の動きは大きく変わる。  <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="margin-left: 20px;"> <p>※単元の終わりに子どもたちが、「リズムダンスって楽しい」と思えるような授業を目指す。</p> </div> </div>
	40	○片付け ※片づけるものがあれば ○整理運動 ※スローな曲にのせて、(オルゴールの曲などが心もリラックス) ①柔軟運動(手首・足首・首などのストレッチをゆったり) ②ジャックナイフストレッチ ③大きく深呼吸
	45	○振り返り(学習カード記入、発表)  【まとめ】 友達同士で互いに教え合い、認めあうことで、一つの作品を作ることができたね。
評価事項	○単元を通しての教師の気づきなどを伝える。	【学びに向かう力、人間性等④】 表現やリズムダンスでの友達の動きや楽しく踊るための友達の考えを認めようとする。
		※【知識及び技能④】 前時の評価の予備時間として活用 軽快なロックやサンバなどのリズムの特徴を捉え、リズムに乗って弾んで踊ったり、スキップしたりして即興的に踊る。

#### 4 単元指導計画及び展開例

##### 第3学年

##### 【5月】第4週～第6週

##### かけっこ・リレー（C 走・跳の運動） 全8時間

##### （1）単元のねらい

技・知 : かけっこ・リレーでは、その行い方を知るとともに、調子よく走ったりバトンの受渡しをしたりすることができる。

思・判・表 : 自己の能力に適した課題を見付け、動きを身に付けるための活動や競争の仕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、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができる。

##### （2）運動の仕方等

かけっこ・リレーでは、距離を決めて調子よく最後まで走ったり、走りながらバトンの受渡しをする周回リレーをしたりする。

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

走り方	<p>○スタートの姿勢</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・まっすぐな姿勢のまま、体を前に倒す。</li> <li>・前足は自分の体よりやや後ろに置いて、後ろ足はかかとを浮かせる。</li> <li>・頭から足まで一直線になるようなイメージで足のつま先に体重を乗せる。</li> <li>・前足と反対の腕を前に出す。</li> </ul>	<p>○走るとき</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・まっすぐな姿勢を保つ。</li> <li>・足を前に出し、足の着く位置を意識する。</li> <li>・つま先から着地する。</li> <li>・まっすぐ前を見て軽く前傾した姿勢で。</li> <li>・早歩きから跳んで前に進む感じでリズムよく。</li> <li>・足を高く上げて歩幅をできるだけ広く。</li> <li>・肘を後ろに大きく引く感じで（反動で前へ）</li> <li>・コーナーでは軽く内側に体を傾ける。</li> </ul>
バトンパス	<p>○受けるとき（バトンをもらう）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・親指を地面に向け、他の4本の指をくっつけて手の形をL字に。</li> <li>・走ってくる前の走者に手のひらを向ける。</li> <li>・腕を地面と平行にしっかりと伸ばす。</li> <li>・右半身を後ろ側にする。（右利き）</li> <li>・下を向かず前を向いておく。</li> <li>・バトンを手のひらに押しつけられたらしっかりとにぎる。</li> </ul> <p>○バトンゾーンの立つ位置</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・前の走者が速いときは、バトンゾーンの奥の方に立つ。</li> <li>・自分の方が速いときは、バトンゾーンの入り口に近い方に立つ。</li> </ul>	<p>○バトンを渡すとき</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・次の走者の手のひらにバトンを押し込む感じで。</li> <li>・声を出して渡す。</li> </ul> <p>○バトンを受ける人の走り出しのタイミング</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・走ってくる前の走者のスピードに合わせる感じで。</li> <li>⇒前の走者がどこまで来たら走り出すのか練習で距離を見付けて目印を置いておく。</li> <li>・バトンをもらう人と渡す人が同じスピードで横に並んで走る感じで。</li> <li>⇒タオルの端を2人で握って走る練習</li> <li>⇒バトンの代わりにソフトボールを渡す練習</li> <li>・バトンを受け取って走り出したらスピードを落とさない。</li> </ul>

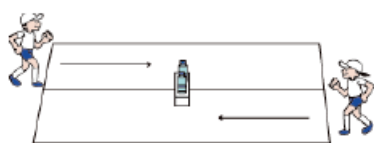
(4) 子供の実態に応じて楽しい活動にする配慮や、友達に伝える場面で押さえてほしいことの例

知識・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>○かけっこで、スタートが苦手。</p> <p>○周回リレーでタイミングよくバトンを受渡すことが苦手。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>立った姿勢からだけでなく、いろいろな姿勢から素早く走ったり、スタート位置を変えて競走したりする。</li> <li>追いかけて走やコーナー走で受渡しをする。</li> </ul>	<p>○課題の改善に向けた練習や本時のまとめ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>運動のポイントや友達の動きのよさなどを学習カードなどに記入したり、振り返りの時間に発表したり、感想文を書いたりする。</li> </ul>	<p>○かけっこ・リレーでの競走など、競走（争）に対して意欲的に取り組みめない。</p> <p>○課題が易しすぎたり難しすぎたりして、うまく走ったり跳んだりできずに達成感を味わうことができない。</p> <p>○リレーのバトンの受渡しの練習の場面などで、友達同士でうまく関わり合うことができない。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>いろいろな走り方・跳び方で活動する場を設定したり、勝敗のルールを工夫したりする。</li> <li>一つの場だけでなく、速さ、距離を変えるなど、易しい課題や複数の課題を設定する。</li> <li>互に見合い、教え合いをする学習の仕組みや振り返りの場面などで、友達同士で学習の成果を認め合うようにする。</li> </ul>

(5) 楽しい学習とするための場の設定や規則、用具等の工夫

【走の運動の例】

○ペットボトルタッチ競走(←まっすぐ前を見る)

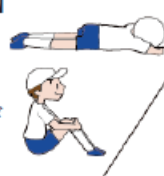


ペットボトルに先に触った方が勝ちです。



【競走(争)する楽しさ】

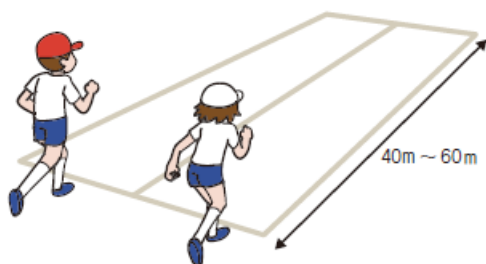
○どちらも勝てるような規則など、楽しく競走する方法を選びましょう。



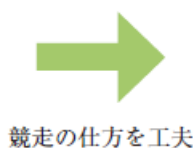
スタートの姿勢を変えて競走すれば、勝てるかもしれないぞ。

解説に例示として示されている運動(抜粋) → 解説 P.47

40m~60m程度のかげっこ

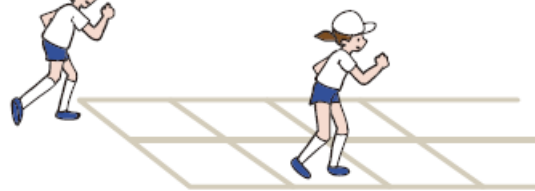


スタンディングでのスタートから競走



競走の仕方を工夫

いろいろな姿勢からスタートしたり、スタート位置を変えたりしながら競争することで、走る楽しみ方を広げることができます。

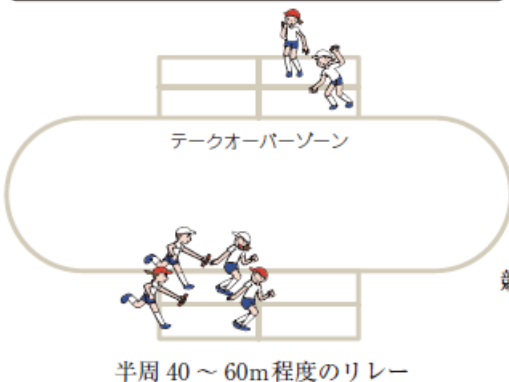


相手に応じてスタート位置を変えて競走

○いろいろな姿勢から、素早くスタート



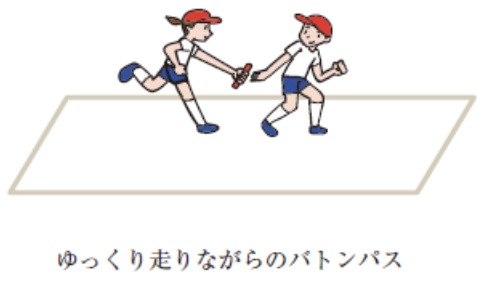
周回リレー



テークオーバーゾーン内でバトンをつなく  
楽しさや規則を工夫しながら競走を楽しむ  
ことができます。



○テークオーバーゾーン内で走りながらのバトンパス



楽しみながら動きが身に付くように運動の場を工夫する

**腕組みダッシュ走**

腕を振って走ると速く走れるね。

楽しいけど腕を使わないと走りづらい...

**コーナー走**

インコースの方が走りやすいかな。

コーナーで体を少し内側に倒したら、走りやすいわ。

**直線バトンパス走**

走りながらのバトンパス(2人組)

近くなったら走りはじめよう。

**追っかけリレー**

走りながらのバトンパス(チーム)

テークオーバーゾーン

よし、もう少しで追いつくぞ!

**サークルリレー**

コーナーでのテークオーバーゾーンバトンパス

カーブになっているから、前を意識しながらバトンをもらおうよ。


## (6) 単元構想

### ①目指す子供の姿

バトンをテークオーバーソーンの中で渡すことができました。



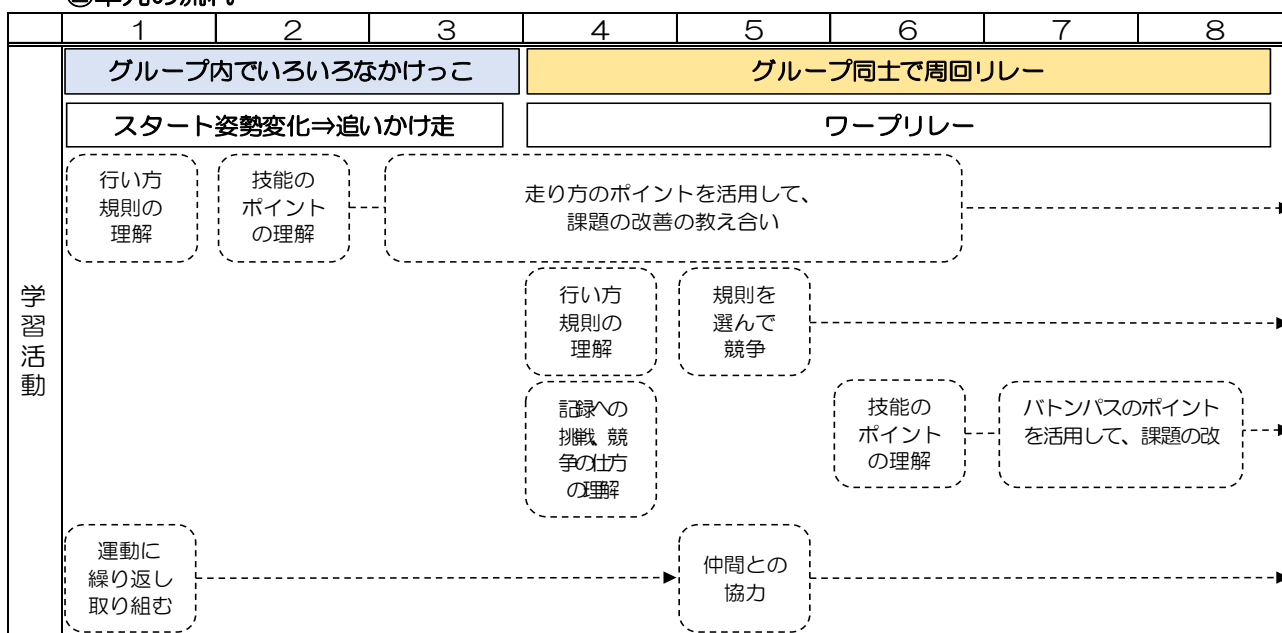
リレー競走のときは、同じチームの友達に大きな声で応援することができました。



グループで話し合っ、競走がもっと楽しくなるような規則を作ることができました。




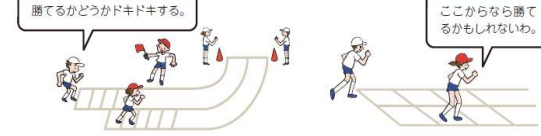
### ②単元の流れ







### 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	評価
1	○いろいろなかけっこの行い方を知る。 ○かけっこに進んで取り組む。	知・技① 人間性等①
2	○かけっこで、いろいろな走り出しの姿勢から、素早く走り始めるポイントや真っ直ぐ前を見て、腕を前後に大きく振って走るポイントがわかる。	知・技②、③
3	●前時に学習した技能のポイントを使って、いろいろなかけっこ競争をする。	技②、③
4	○周回リレー（ワープリレー）の行い方や規則、記録への挑戦の仕方を知る。	思・判・表③
5	○リレーの規則を選ぶ。 ○決まりを守り、誰とでも仲良く励まし合う。	思・判・表④ 人間性等②
6	○リレーで、走りながらタイミングよくバトンの受渡しをするポイントやコーナーの内側に体を軽く傾けて走るポイントがわかる。	知・技④、⑤
7	●バトンパスにおけるチームの課題の改善に向けてバトンパスの練習をする。	人間性等②
8	●かけっこやリレーで、記録の伸びを確かめる。	技④、⑤

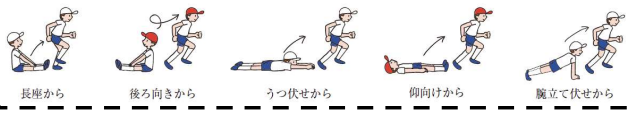

(8)展開例

時間	1 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	<p>【知識・技能①】かけこの行い方を知る。            【学びに向かう力・人間性等①】かけこ・リレーに進んで取り組もうとする。</p>	
	<p>準備運動(リズムに乗って)            ①動かす部位を回す、伸ばす。            ②ジャックナイフストレッチ、股割りで押し相撲。            ③ネコとネズミの追いかけっこ。            ※声を出し合いながら元気よく行う。            ※②は県の体カテストの課題に対応。(必須)            ※③は場所の広さや距離、ルールを守ることに留意する。</p>	
5	<p>【学習課題】 楽しく競争できるかけこのやり方を知ろう。</p>	
10	<p>2種類のかけこの仕方を順に行う。(直線30m～50m)            ①いろいろな姿勢からスタートしてまっすぐ走            ※ペアで競争。            ※〇秒でゴールできるかの競争。            ※ペアで追いかけこの形で競争。</p>  <p>長座から 後ろ向きから うつ伏せから 仰向けから 腕立て伏せから</p> <p>スタンディングスタート → 姿勢を変えてスタート</p>	
15	<p>②ペアでスタート位置を選んで競争する。            ※どちらが勝つか分からない競争になるよう、スタート位置を調整する。</p> <p>指導【知識・技能①】 【学びに向かう力・人間性等①】</p>  <p>勝てるかどうかドキドキする。            ここからなら勝てるかもしれないわ。</p> <p>※やり方がわからない児童には、ペア、教師と一緒にやり方を再度確認し、活動させる。</p>	
20	<p>競争を楽しくするために大切なことを考える。</p> <p>【課題に迫る発問】 競争を楽しくするために大切なことは何だろう？</p>	
25	<p>グループ対抗で競争する。            ※どちらが勝つか分からない競争になるよう規則を変える。            ※決めた規則は守る。            ※規則の中での勝敗は受け入れる。            ※グループの友達に応援の声をかける。            ※勝っても負けても、何度も進んで競争を楽しむ。</p> <p>※やり方がわからない児童には、グループ内でやり方を教え合うようにさせる。</p>	
30	<p>上記②のやり方で得点化して競争する。            ※グループ合計点で勝敗を決めるやり方を知らせる。</p> <p>評価【知識・技能①】</p> <p>※グループ対抗の競争が途中で終わったときは、その前の者までの結果で得点集計することを知らせる。</p>	
35	<p>整理運動を行う。 ※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。            ※集合して整理運動後の集合時に、汗をかいている様子や心拍が速くなっている様子等を話しながら、運動することの良さや健康な体の成長につながるなどに触れる。</p> <p>得点の集計をし、学習のまとめを行う。            ※得点集計結果(ボードや紙に書いて)を全体で確認して、勝ったグループを賞賛するとともに、グループ内でポイントを走り方に伸びが見られた者を紹介し合う。(前半の活動と比べて、どこが、どのようによくなったか)</p> <p>【まとめ】 どちらが勝つか分からない競争にするために規則を変えて、勝っても負けても、何度も進んで競争を楽しむことだね。</p> <p>※けがをした者や勝敗に文句を言っている者などがいないか確認する。(適宜指導)            ※次時の活動について触れる。</p> <p>図: 文部科学省「まるわかりハンドブック」参照</p>	
45	<p>【知識・技能①】いろいろなかけこの行い方がわかっている。(観察)</p>	
評価事項		

時間	2 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	<b>【知識・技能②・③】</b> かけっこで、いろいろな走り出しの姿勢から、素早く走り始めるポイントやまっすぐ前を見て、腕を前後に大きく振って走るポイントが分かる。	
5	準備運動(リズムに乗って) ①動かす部位を回す、伸ばす ②ジャックナイフストレッチ、股割りで押し相撲 ③いろいろな姿勢のスタート  ※声を出し合いながら元気よく行う。 ※②は県の体力テストの課題に対応。(必須) ※③は前時で学習したいろいろな姿勢からスタートする競争。	
10	<b>【学習課題】</b> かけっこの記録を伸ばすための走り方のポイントを見つけよう。 <b>【課題に迫る発問】</b> 今より早く走ることができるようにするには走り方をどのようにすればいいかな？	
15	記録を伸ばすための走り方のポイントを考える。 <b>【考える視点の例示】</b> ・スタートの姿勢は？ ・走る時どこをみたらいいかな？ ・腕の振りはどうする？ 	
20	<b>指導【知識・技能②・③】</b> ※児童が考えるための例示を段階的に示し、ポイントを見付けさせる。 ※児童の理解の度合いに応じて、ポイントができていない児童の様子とできていない教師の演技とを比較させる。 (タブレット等を使い、お手本となる走り方の動画も活用)	
25	<b>ポイントを試しながらグループ対抗で競争する</b> ※前時に学習した「ペアでスタート位置を選んで競争する」やり方で 待っている人は、グループ内で走り方のポイントを伝え合おう！ ※順番を待つときは、グループ内で走り方のポイントについて伝え合うように押さえる。(ポイントカードを配布しておく)その際、ポイントどおりうまくできなくても自分の課題がわかることが大切であることを併せて押さえる。 ※追いかける走者となったとき、なかなか勝つことができない児童が見られるときは、スタート位置を大きく前に設定して良いことを知らせ、教師とスタート位置を決めさせる。  	
35	整理運動を行う。※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。	
40	得点の集計をし、学習のまとめを行う。 ※得点集計結果(ボードや紙に書いて)を全体で確認して、勝ったグループを賞賛するとともに <b>【まとめ】</b> かけっこの記録を伸ばすためのポイントは大きく3つだったね。 ①スタートの時は前かがみの姿勢 ②まっすぐ前を見る ③大きく前後に腕を振ること ※理解させたいポイントと関係ない言葉を選択肢として示した学習カードを用い、自分がわかったポイントに○印を付けさせ、学習後に習得の状況を確認する。 <b>評価【知識・技能②・③】</b> ※けがをした者や勝敗に文句を言っている者などがいないか確認する。(適宜指導) 図: 文部科学省「まるわかりハンドブック」参照	
45	<b>【知識・技能②・③】</b> かけっこで、いろいろな走り出しの姿勢から、素早く走り始めるポイントやまっすぐ前を見て、腕を前後に大きく振って走ることが走り方のポイントであることがわかっている。(学習カード)	

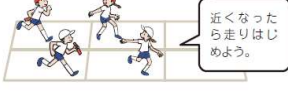
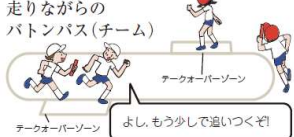


時間	3 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	【知識・技能②・③】 かけっこで、いろいろな走り出しの姿勢から、素早く走り始めるポイントやまっすぐ前を見て、腕を前後に大きく振って走るポイントが分	
5	<p>準備運動(リズムに乗って)</p> <p>①動かす部位を回す、伸ばす ②ジャックナイフストレッチ、股割りで押し相撲 ③いろいろな姿勢のスタート</p> <p>長棒から 後ろ向きから うつ伏せから 仰向けから 腕立て伏せから</p> <p>※声を出し合いながら元気よく行う。 ※②は県の体カテストの課題に対応。(必須) ※③は第1時で学習したいろいろな姿勢からスタートする競争。</p>	
10	<p>【学習課題】走り方のポイントを使って速く走ることができるようになろう。</p> <p>本時の学習課題を知る。 指導【知識・技能②・③】</p> <p>※児童の理解の度合いによっては、具体的にやって見せながら確認する。</p> <p>【走り方の3つのポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・スタート時の前屈みの低い姿勢。</li> <li>・まっすぐ前を見ること。</li> <li>・大きく前後に腕を振ること。</li> </ul> <p>前後に腕を大きく振って まっすぐ前を見て体を軽く前傾</p>	
15	<p>グループ内で練習し、できばえを教え合う。 ※走る→できばえを伝える→アドバイス→次に交代 ※競争を行うコースをグループ別に割り当て、グループ内で交代しながら練習する。</p> <p>スタンディングでのスタートから競走</p> <p>相手に応じてスタート位置を変えて競走</p> <p>自分の課題を大きな声で伝える。</p> <p>走者</p> <p>チェック</p> <p>姿勢 スタート</p> <p>腕の振 中間</p> <p>目印となる色画用紙を持つ</p> <p>目線</p> <p>ゴール</p> <p>※1人が走り終わったらゴール地点に集まり、できばえを伝えるとともに、ポイントがうまくできるようにアドバイスを。教え合いが終わったら次の者に交代する。(あらかじめ順番</p>	
20	<p>全体でできばえを確認する。</p> <p>【課題に迫る発問】なかなかうまくいかず困っている友達がありますが、どこを、どのようにすればよいのかな？</p> <p>※つまづきの改善のためにどのようにすればよいのかについて発表させ、全体での教え合いに広げる。 ※グループの中で、ポイントを使って走り方がうまくなってきている仲間を紹介させる。(誰の、どんなところがよいか)</p>	
25	<p>教え合いをしながらグループ対抗で競争する。 ※「ペアでスタート位置を選んで競争する」やり方で。 ※順番を待つときは、課題の改善に向けた声かけを行う。(スタート時「もっと低く！」など)</p> <p>評価【知識・技能②・③】</p> <p>相手に応じてスタート位置を変えて競走</p> <p>※勝敗はもちろんであるが、できばえの伸びを認めることに重点を置くよう促す。(競争で負けたけれど、〇〇さんの走り方がよくなったからよかったね、というつぶやきを引き</p>	
30	<p>整理運動を行う。 ※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。</p>	
35	<p>得点の集計をし、学習のまとめを行う。</p>	
40	<p>【まとめ】走り方の3つのポイントを友達と教え合いながら練習したり競争したりするとわかったことができる</p> <p>※得点集計結果(ボードや紙に書いて)を全体で確認して、勝ったグループを賞賛するとともに、グループ内でポイントを走り方に伸びが見られた者を紹介し合う。(前半の活動と比べて、どこが、どのようによくなったか) ※3つのポイントについて自分のできばえを◎・○・△で評価させ、学習後の習得状況を確認する。(学習カード)(評価にも活用)</p>	
45		<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	【知識・技能②】いろいろな走り出しの姿勢から、素早く走り始めることができる。(観察)	【知識・技能③】まっすぐ前を見て、腕を前後に大きく振って走る

時間	4 時間目 (全 8 時間)																																	
重点的指導事項	【思考力・判断力・表現力等③】 周回リレー(ワープリレー)の行い方や規則、記録への挑戦の仕方がわかる。																																	
5	準備運動(リズムに乗って) ①動かす部位を回す、伸ばす ②ジャックナイフストレッチ、股割りで押し相撲 ③いろいろな姿勢のスタート	※声を出し合いながら元気よく行う。 ※②は県の体カテストの課題に対応。(必須) ※③は第1時で学習したいろいろな姿勢からスタートする競争。																																
10	<b>【学習課題】</b> ワープリレーの行い方や規則、記録への挑戦の仕方を知ろう。  本時の学習課題を知る。 ※コース図で示しながら説明する。 ※走る順番、ワープする人・人数の決め方、ワープコース等を順に説明する。 ※それぞれのワープコースの入口には色違いのコーンやお手玉を設置する。 ※バトンゾーンは長めに設定する。	※まずは初めの規則等であることを押さえる。最後までどのチームが勝つか分からないリレーとすることがみんなで楽しく活動できることにつながることを知らせ。	<b>指導【思考力・判断力・表現力等③】</b>																															
15	1チーム8人の時 <b>【走る順番】</b> ・チームで話し合って決める <b>【ワープする人・人数】</b> ・ワープする人は、かけっこが少し苦手という人を優先 ・人数はチームの半数(4人) <b>【コース・距離】</b> ・A内側ワープ B中間ワープ C通常の3コース ・ワープする人は、内側2人、中間2人 <b>【順位の決め方】</b> ・順位は1位5点、2位4点、3位以下は3点 ・毎回記録タイムをグループごとに計る。目標記録を達成したら5点、前回の記録から2秒遅れたら1点、その他は3点 ・順位得点と記録得点の合計でリレーの順位を確定する		走るコースをチーム内で決めて競走																															
20	<b>例</b> <table border="1"> <thead> <tr> <th>記録</th> <th>タイム</th> <th>リレーの記録</th> <th>タイム</th> <th>達成</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>初めの記録</td> <td>2分10秒</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>目標記録</td> <td>2分08秒</td> <td>リレーの記録</td> <td>2分08秒</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>次の目標記録</td> <td>2分06秒</td> <td>リレーの記録</td> <td>2分07秒</td> <td>×</td> </tr> <tr> <td>次の目標記録</td> <td>2分06秒</td> <td>リレーの記録</td> <td>2分04秒</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>次の目標記録</td> <td>2分02秒</td> <td>リレーの記録</td> <td>2分00秒</td> <td>○</td> </tr> </tbody> </table>	記録	タイム	リレーの記録	タイム	達成	初めの記録	2分10秒				目標記録	2分08秒	リレーの記録	2分08秒	○	次の目標記録	2分06秒	リレーの記録	2分07秒	×	次の目標記録	2分06秒	リレーの記録	2分04秒	○	次の目標記録	2分02秒	リレーの記録	2分00秒	○			
記録	タイム	リレーの記録	タイム	達成																														
初めの記録	2分10秒																																	
目標記録	2分08秒	リレーの記録	2分08秒	○																														
次の目標記録	2分06秒	リレーの記録	2分07秒	×																														
次の目標記録	2分06秒	リレーの記録	2分04秒	○																														
次の目標記録	2分02秒	リレーの記録	2分00秒	○																														
25	<b>内容</b> 試しのリレーをする。(2レース) ※1レース目が終わったら、2レース目の走順やワープする人の変更を話し、確認する。 ※ワープコースへの進入時に交錯しないよう、ワープする人からバトンゾーンの内側に立つ。 ※ワープする人はピブスを着るか、帽子の色を変える。 ※チーム内で計時係、記録係、アドバイス係を決める。 難しい場合は、兄弟チームで行う。																																	
30	<b>【課題に迫る発問】</b> 試してみてルールがよくわからないところはないかな？  ※よくわからない子供が見られる場合は、ルールを再度確認するとともに、走り始めを指す。 ※得点集計や勝敗の付け方がわからないグループが見られる場合は、教師と一緒に集計を行う。																																	
35	整理運動を行う。 ※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。																																	
40	得点の集計をし、学習のまとめを行う。  <b>【まとめ】</b> リレーを楽しく行うためには、行い方や規則、記録への挑戦の仕方をしっかりとわかっておくことが大切だね。																																	
45	<b>評価【思考力・判断力・表現力等③】</b> ※リレーの規則と関係ない言葉を選択肢として示した学習カードを用いて自分の分かったポイントに○をつけさせ習得状況を確認する ※得点集計結果(ボードや紙に書いて)を全体で確認して、勝ったグループを賞賛する。 図:文部科学省「まるわかりハンドブック」参照																																	
評価事項	<b>【思考力・判断力・表現力等③】</b> 周回リレー(ワープリレー)の行い方や規則、記録への挑戦の仕方がわかっている。(学習カード)																																	

時間	5 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	【思考力・判断力・表現力等④】周回リレー(ワープリレー)の規則を選んでいる。 【学びに向かう力・人間性等②】きまりを守り、だれとでも仲良く励まし合おうとする。	
5	準備運動(リズムに乗って) ①動かす部位を回す、伸ばす ②ジャックナイフストレッチ、股割りで押し相撲 ③いろいろな姿勢のスタート 	※声を出し合いながら元気よく行う。 ※②は県の体力テストの課題に対応。(必須) ※③は第1時で学習したいろいろな姿勢からスタートする競争。 前時までに学習した走り方のポイントの教え合いをしながら。
10	【学習課題】最後までどのチームが勝つか分からない楽しいワープリレーとなる規則を工夫しよう。 本時の学習課題を知る。 ※順位が遅いチームでも「次は上がるかも」と思えるような規則を考える。 考える視点の例示 【ワープコースの数・人数】 増やす/減らす 【バトンパスゾーンの間隔】 変えない/長くする 【順位得点と記録得点】 変えない/順位のみ/記録	※順位が遅いチームが「次は順位が上がるかも知れない」と思えるような規則を考え、やってみてまた考えてやってみるというように、誰もが次のリレーに対してワクワクドキドキできることが運動やスポーツの楽しみ方の一つであることを押さえる。 ⇒順位が遅いチームに優先権を与えるなど、規則の選択の仕方を工夫する。 ※全体での話し合いで選択した規則について板書(掲示)しながら確認を行う。 
15 20	1回目のリレーをする。 指導【思考力・判断力・表現力等④】【学びに向かう力・人間性等②】 ※ワープコースへの進入時に交錯しないよう、ワープする人からバトンゾーンの内側に立つ。 ※ワープする人はピブスを着るか、帽子の色を変える。 ※チーム内で計時係、記録係、アドバイス係を決める。 難しい場合は、兄弟チームで行う。	
25	1回目のリレーのふり返しをし、もっと楽しいリレーにするために大切なことを考える。 【課題に迫る発問】 ルールをみんなで決めても、守らない人がいたり文句を言ったりする人がいたら学級の楽しいリレーとすることができるかな？ ※みんなで決めた規則は難し(易)すぎなかったか、変更が必要か児童と確認をする。 ⇒変更が必要な場合は、例示をもとに変更する。 ⇒運動の特性からずれないよう留意する。(教師と児童が決める規則を分けておく。) ※オリンピックやパラリンピック、その他のスポーツはルールが決まっています。ルールがあるからスポーツは安全に楽しく行えることにも触れる。 ※児童の気持ちを引き出しながら、学級の楽しいリレーとするためにはルールを守ることや敵味方なく教え合ったり励まし合ったりすることが大切であることを押さえる。	
30 35	2回目のリレーをする 評価【学びに向かう力・人間性等①】 やり方や規則が分からない友達がいたら、教えたり励ましたりしよう！	
40 45	整理運動を行う。 ※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。 得点の集計をし、学習のまとめを行う。 【まとめ】 リレーを楽しく行うためには、規則を選んだり変えたりすることが大切だね。 評価【思考力・判断力・表現力等④】 ※得点集計結果(ボードや紙に書いて)を全体で確認して、勝ったグループを賞賛する。 ※場面を設定した規則とそれに関係ない言葉を選択肢として示した学習カードを用いて、どんな規則を選んだらよいか○をつけさせ、習得状況を確認する ※規則を工夫してリレーを行って、楽しさの度合いはどうであったか発表し合う。 ※友達に教えたり励ましの声をかけたりしていた者を紹介し、その時の気持ちを共有する。(どんなとき、どのように？⇒どんな気持ちになった？)	図:文部科学省「まるわかりハンドブック」参照
評価事項	【思考力・判断力・表現力等④】周回リレー(ワープリレー)の規則、記録への挑戦の仕方を選ぶことができています。(学習カード)	【学びに向かう力・人間性等①】かけっこ・リレーに進んで取り組むことができています。(観察)

時間	6 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	【知識・技能④・⑤】 リレーで、走りながらタイミングよくバトンの受け渡しをするポイントやコーナーの内側に体を軽く傾けて走るポイントがわかる。	
活 動 内 容	5	<p>準備運動(リズムに乗って)</p> <p>①動かす部位を回す、伸ばす</p> <p>②ジャックナイフストレッチ、股割りで押し相撲</p> <p>③走りながらのバトンパス走</p> <p>※声を出し合いながら元気よく行う。</p> <p>※②は県の体力テストの課題に対応。(必須)</p> <p>※③はやり方を説明し、グループ内でペアを組んで交替しながら行う。</p>
	10	<p>【学習課題】 ワープリレーの記録を伸ばすためのバトンパスのポイントを見つけよう。</p> <p>【課題に迫る発問】 バトンパスをスムーズに行うにはどんなことが大切かな？</p> <p>【考える視点の例示】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■バトンをもらう人 手の形や手のひらの向きは？体の向きや目線は？持つ位置や走り出すタイミングは？</li> <li>■バトンを渡す人 渡し方は？声かけは？いつ声をかける？</li> <li>■応援している人</li> </ul>
	15	<p>簡単な練習の仕方を知る。</p> <p>※ペアでタオルの端を握って走る。</p> <p>※バトンの代わりにソフトボールを渡す。</p> <p>バトンを渡す人ももらう人が同じス</p> <p>走りながらのバトンパス(チーム)</p> <p>テークオーバーゾーン</p> <p>テークオーバーゾーン</p> <p>よし、もう少しで追いつかぞ!</p> <p>ゆっくり走り → 少しスピードを上げて</p>
	20	<p>1回目のリレーをする。</p> <p>※ワープコースへの進入時に交錯しないよう、ワープする人からバトンゾーンの内側に立つ。</p> <p>※ワープする人はビブスを着るか、帽子の色を変える。</p> <p>※チーム内で計時係、記録係、アドバイス係を決める。</p> <p>難しい場合は、兄弟チームで行う。</p>
	25	<p>ポイントと比べながら見て、うまくできたところと改善点を見付けよう！</p>
	30	<p>1回目のリレーのふり返りをする</p> <p>※バトンパスのうまくできたところと改善点を全体で発表する。</p> <p>※改善点はどのようにすればよいかアドバイスをする。</p>
	35	<p>2回目のリレーをする。</p> <p>自分の課題を大きな声で伝える。</p> <p>走者 ○</p> <p>チェック ●</p> <p>走り出し 入口</p> <p>声かけ 中間</p> <p>目線 出口</p>
	40	<p>整理運動を行う。 ※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。</p> <p>得点の集計をし、学習のまとめを行う。</p> <p>【まとめ】 リレーの記録を伸ばすためには、バトンをもらう人と渡す人とのタイミングを合わせる事が重要で、そのために走り出しの声かけを行うこと、バトンをもらう人の目線や体の向き、手の形などのポイントができるようになることが大切だね。</p>
	45	<p>評価【知識④・⑤】 ※得点集計結果(ボードや紙に書いて)を全体で確認して、勝ったグループを賞賛する。</p> <p>※リレーのポイントと関係ない言葉を選択肢として示した学習カードを用いて、自分の分かったポイントに○をつけさせ、習得状況を確認する。</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	【知識④・⑤】 リレーで、走りながらタイミングよくバトンの受け渡しをするポイントやコーナーの内側に体を軽く傾けて走るポイントがわかっている。(学習カード)

時間	7 時間目 (全 8 時間)
重点的指導事項	<b>【知識・技能④・⑤】</b> リレーで、走りながらタイミングよくバトンの受け渡しをするポイントやコーナーの内側に体を軽く傾けて走るポイントがわかる。
5	<p>準備運動(リズムに乗って)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①動かす部位を回す、伸ばす</li> <li>②ジャックナイフストレッチ、股割りで押し相撲</li> <li>③走りながらのバトンパス走</li> </ol> <p>※声を出し合いながら元気よく行う。          ※②は県の体力テストの課題に対応。(必須)</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>走りながらのバトンパス(2人組)</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>走りながらのバトンパス(チーム)</p>  </div> </div>
10	<p><b>【学習課題】</b> バトンパスの課題を改善できるように練習し、記録を高めよう。</p> <p>グループで前時の改善点に対応した練習を選ぶ。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>指導<b>【知識・技能④・⑤】</b></p> <p><b>【練習方法の例示】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①タオルを使ったペア走</li> <li>②ソフトボールを使った受渡し</li> <li>③声かけをする場所にマーカーを置いてタイミングを合わせる</li> <li>④直線でのバトンパス走</li> <li>⑤追いかけてリレー走で繰り返しバトンパス</li> <li>⑥コーナーでの体の傾き</li> </ol> </div> <p>※タブレット等でオリンピックやパラリンピックのバトンパスの様子(難しければバトンパスの分解図などを用いて)を見せ、活動への意欲を高める。          ※前時で行った練習や資料にある練習のやり方を、改善点と対応させながら簡単に説明する。その際、児童の理解の度合いに応じて、実際にやって見せながら練習方法を説明する。</p> <p>グループで選択した練習を行う。</p>
15	<p><b>【課題に迫る発問】</b> グループでの練習で大切なことは何か？グループの仲間との関りから考えよう。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>評価<b>【学びに向かう力・人間性等②】</b></p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>教え合ったり励まし声をかけ合ったりしながら練習しよう！</p> </div> <p>※互いに教え合ったり励まし声をかけ合ったりしながらグループで練習することを押さえる。その際、できばえを必ず確認して仲間に伝えるようにさせる。また、場の安全を確認することも触れる。          ※応援するときは、できばえを確認するよう押さえる。</p>
20	<p>1回目のリレーをする。</p> <p>※ワーブコースへの進入時に交錯しないよう、ワーブする人からバトンゾーンの内側に立つ。          ※ワーブする人はピブスを着るか、帽子の色を変える。          ※チーム内で計時係、記録係、アドバイス係を決める。          難しい場合は、兄弟チームで行う。</p>
25	<p>1回目のリレーのふり返りをする。</p> <p>※なかなか改善できないチームには「何を、どのようにすればよいか」具体的にアドバイスする。          ※再度、バトンパスのポイントを押さえる。</p>
30	<p>2回目のリレーをする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>応援する人は、改善点がうまくできているか確認しよう！</p> </div>
35	<p>整理運動を行う。 ※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。</p>
40	<p>得点の集計をし、学習のまとめを行う。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p><b>【まとめ】</b> 教え合いや励まし合いをしながら改善点に合った練習の取り組み、バトンパスの</p> </div> <p>※得点集計結果(ボードや紙に書いて)を全体で確認して、勝ったグループを賞賛する。          ※2回目のできばえはどうであったか、記録の伸びは見られたか発表し合う。</p>
45	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: right;"> <p>図：文部科学省「まるわかりハンドブック」参照</p> </div> <p>評価事項 <b>【学びに向かう力・人間性等②】</b>          きまりを守り、だれとでも仲良く励まし合うことができる。(観察)</p>

時間	8 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	【知識・技能④・⑤】 リレーで、走りながらタイミングよくバトンの受け渡しをするポイントやコーナーの内側に体を軽く傾けて走るポイントがわかる。	
活動内容	5	<p>準備運動(リズムに乗って)</p> <p>①動かす部位を回す、伸ばす</p> <p>②ジャックナイフストレッチ、股割りで押し相撲</p> <p>③走りながらのバトンパス走</p> <p>※声を出し合いながら元気よく行う。</p> <p>※②は県の体力テストの課題に対応。(必須)</p> <p>※③はやり方を説明し、グループ内でペアを組んで交替しながら行う。</p> <p>走りながらのバトンパス(2人組)</p> <p>走りながらのバトンパス(チーム)</p> <p>近くなったら走り始めよう。</p> <p>チームオーバーゾーン</p> <p>よし、もう少しで追いつくぞ!</p>
	10	<p>【学習課題】リレー大会で、今までの練習の成果を発揮してリレーの記録を伸ばそう。</p> <p>【課題に迫る発問】これまで学習してきた走り方やバトンパスのポイントはなんだったかな? 指導【知識・技能④・⑤】</p> <p>これまで学習してきた走り方やバトンパスのポイントを確認する。</p> <p>※規則を確認する。</p> <p>※場の安全を確認することも触れる。</p> <p>【走り方のポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・スタート時の低い姿勢。</li> <li>・まっすぐ前を見る。</li> <li>・大きく前後に腕を振る。</li> </ul> <p>【バトンパスのポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・2人のタイミングを合わせる。</li> <li>・走り出しの声掛け。</li> <li>・もらう人の目線、体や手の形。</li> </ul>
	15	<p>1回目のリレーをする。</p> <p>※ワープコースへの進入時に交錯しないよう、ワープする人からバトンゾーンの内側に立つ。</p> <p>※ワープする人はビブスを着るか、帽子の色を変える。</p> <p>※チーム内で計時係、記録係、アドバイス係を決める。</p> <p>難しい場合は、兄弟チームで行う。</p> <p>ゴールしたらできばえをチーム内でアドバイスし合おう!</p>
	20	<p>2回目のリレーをする。</p> <p>評価【知識・技能④・⑤】</p>
	25	
	30	<p>3回目のリレーをする。</p> <p>※規則を変更する必要がないか全体で確認する。</p> <p>※場合によっては、どのチームが勝つかわからないリレーを楽しむため、下位のグループのみ対象の規則を設定する。</p> <p>【規則の例示】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ワープコースを内側に増やす。</li> <li>・ワープコースを走る人数を増やす。</li> <li>・スタート位置をバトンパスゾーンの出口ラインにする。</li> </ul>
35	<p>整理運動を行う。※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。</p>	
40	<p>得点の集計をし、学習のまとめを行う。</p> <p>【まとめ】規則を工夫して競争したり、かけっこ・リレーの競争で互いに教え合ったり励まし</p>	
45	<p>※得点集計結果(ボードや紙に書いて)を全体で確認して、勝ったグループを賞賛する。</p> <p>※グループ内でよい声かけをしていた人や技能の伸びが見られた人などを発表させ賞賛する。</p> <p>※次の単元の指導計画や場の設定の工夫等に生かすために、単元のねらいの達成度を挙手</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	【技能④】 走りながらタイミングよくバトンの受け渡しができる。(観察)	【技能⑤】 コーナーの内側に体を軽く傾けて走ることができる。(観察)

#### 4 単元指導計画及び展開例

【5～6月】

単元名 プレールボールを基にした易しいゲーム (E ゲーム) 全8時間

##### (1) 単元のねらい

知・技 : ネット型ゲームでは, その行い方を知るとともに, 基本的なボール操作とボールを操作できる位置に体を移動する動きによって, 易しいゲームをすることができる。

思・判・表 : 規則を工夫したり, ゲームの型に応じた簡単な作戦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ができる。

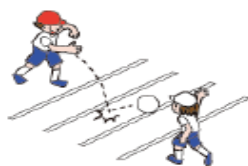
学・人 : 運動に進んで取り組み, 規則を守り誰とでも仲よく運動をしたり, 勝敗を受け入れたり, 友達の考えを認めたり, 場や用具の安全に気を付けたりすることができる。

##### (2) 運動の仕方等

ネット型ゲームでは, 基本的なボール操作とボールを操作できる位置に体を移動するなどのボールを持たないときの動きによって, 軽量のボールを片手, 両手もしくは用具を使って, 自陣の味方にパスをしたり, 相手コートに返球したり, 弾むボールを床や地面に打ちつけて相手コートに返球したりして, ラリーの続く易しいゲームをする。

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

ボ ー ル 操 作	<p>○ボールを打つとき</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ボールを見る。</li> <li>・片手で打つときは, 打つ方と反対の足を前に出す。</li> <li>・ボールの真ん中より少し上を打つ。</li> <li>・ボールのスピードを速くしたり, バウンドを高くしたりするときは, 強く打つ。</li> <li>・ボールのスピードをゆっくりしたり, バウンドを低くしたりするときは, 弱く打つ。</li> <li>・打ちたい方向に体 (おへそ) を向ける。</li> <li>・相手コートへの返球のときに, 「いち」「にー」「さーん」などと数を数えてリズムをつくる。</li> </ul>	<p>○ボールを受けるとき</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ボールを見る。</li> <li>・ボールの方向に体 (おへそ) を向ける。</li> <li>・膝を曲げて腰を落として構える。</li> <li>・ボールの落下点やボールを操作しやすい位置に体を動かす。</li> <li>・</li> <li>・</li> </ul>
-----------------------	---	---



1対1で, 何回続けられるか打ちつけゲーム

これらは, ボールの方向に体を向けたり, 移動したりする動きを身に付ける運動でもある。



(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

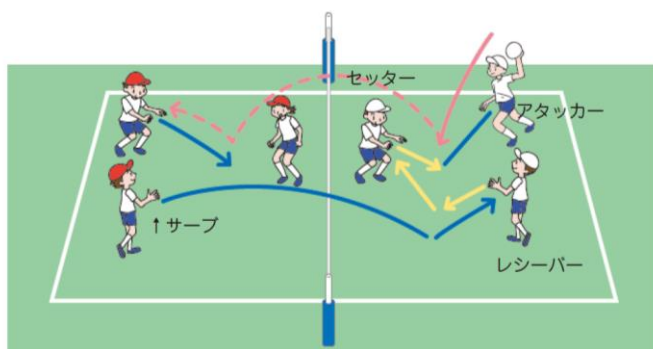
知識及び技能		思考力、判断力、表現力		学びに向かう力、人間性等	
つまずきの例	手立て・配慮	他者に伝える場面	内容例	つまずきの例	手立て・配慮
<p>○いろいろな高さのボールを片手、両手もしくは用具を使ってはじいたり、打ちつけたりすることが苦手。</p> <p>○ボールの落下点やボールを操作しやすい位置に移動したりすることが苦手。</p>	<p>○飛んできたボールをキャッチして打つことを認める。</p> <p>○プレイできるバウンド数を多くしたり、飛んできたボールをキャッチしてラリーを継続したりする。</p>	<p>○課題の解決のために考えたことを友達に伝えること。</p>	<p>○高さの違うボールを片手、両手もしくは用具を使って強さや方向を変えてはじいた工夫を、動作や言葉、絵図などを使って、友達に伝える。</p>	<p>○ボールが固くて恐怖心を抱いたり、小さくて操作しにくかったりするために、ゲームに意欲的に取り組めない。</p> <p>○学習の仕方が分からないために、ゲームに意欲的に取り組めない。</p> <p>○場や規則が難しいと感じ、ゲームに意欲的に取り組めない。</p> <p>○新しく提示した動きが分からないために、ゲームや練習に意欲的に取り組めない。</p> <p>○審判の判定に納得しなかったり、ゲームに勝てなかったりすることで、ゲームに意欲的に取り組めない。</p> <p>○ゲームに参加している実感がなく、楽しさを味わえない。</p>	<p>○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軽めのボールを用意したりする。</p> <p>○学習への取組の手順を掲示物で確認できるようにする。</p> <p>○文字やイラスト等を用いて掲示しながら説明したり、より易しい規則に変更したりする</p> <p>○よい動きの友達やチームを観察したり、掲示物などの具体物を用いて説明したりする。</p> <p>○判定に従うことやフェアなプレイの大切さについて、継続して伝えていくようにする。</p> <p>○チームの人数を少なくして、役割を明確にしたり触球回数を増やせるようにしたりする。</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

### ブレルボールを基にした易しいゲーム

※ブレルボールとは…バレーボールに似た室内球技で、ボールを手で打ってバウンドさせ、決められた回数内で相手コートに返球します。



ネットの高さは 50~60cm  
ゲームに出場するのは3人(ローテーション)  
ラリーが終わるごとに時計回りでローテーション

#### はじめの規則の例

- ボール操作は原則、両手での平手打ち。
- サーブは下から、捕りやすいボールを投げ入れる。自陣に打ちつけてから敵陣に入れるサーブでもよい。
- アタッカーは、一度キャッチしてからシュートする。

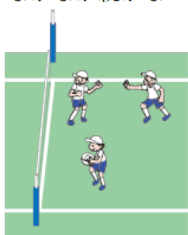
### 易しいゲームとなるように規則や運動の場を工夫する

安定したラリーでの競い合いが行えるよう、ワンバウンドやキャッチを認める規則、1人1回ボールに触れてから相手コートに返球するなど児童のボール操作機会の確保などの配慮をすることが大切です。また、必要に応じてゲームを楽しむための動きを身に付ける運動を取り入れることも大切です。

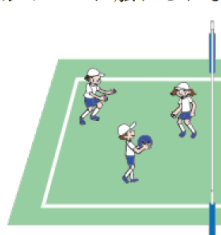
#### <規則や用具を工夫した例>

【ラリーがなかなか続かないときは】

【全員がボールに触れないときは】

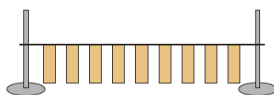


最後に相手コートに返す人は、キャッチをしてもよい規則にすると、ラリーが続きやすくなる。



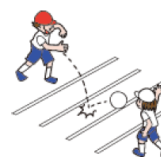
相手コートに3回で返すまでに、1人1回しか触ることができない規則にする。

ネットは、市販のゴム紐にテープをつけてネットの代用にできる。



#### <ゲームにつながる運動例>

チームで、何回続けられるかのラリーゲーム



1対1で、何回続けられるか打ちつけゲーム

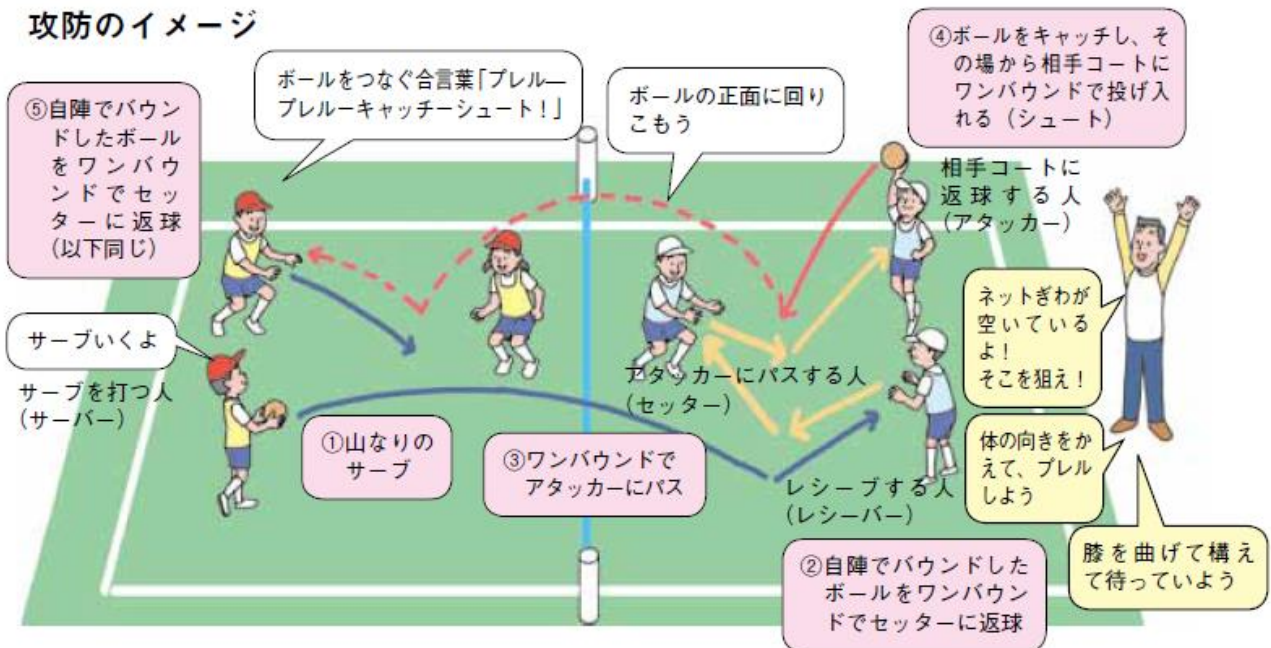
これらは、ボールの方向に体を向けたり、移動したりする動きを身に付ける運動でもある。

### ○ゲームにつながる運動例


- ・ボールを床に打ちつける動きを高めるために、2～4人組で向かい合ってボールをパスし合う練習をゲーム化して行うと意欲が高まる。
- ・関係プレーの学習を丁寧に進めるために、コート半面だけを使用し、動き方を確認する練習をすると効果的である。
- ・単元のはじめの段階では、ラリーを目的としたゲーム（相手が返しやすいところに返球する）を行い、関係プレーの学習機会を十分に確保する。中盤以降に相手チームとの攻防を目的としたゲーム（相手が返しにくいところに返球する）を行うと効果的に学習を進めることができる。



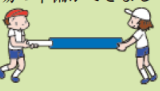
### 攻防のイメージ




ボールが落ちる場所に素早く動いて、パスしたい方向に体を向けると、うまくパスができました。



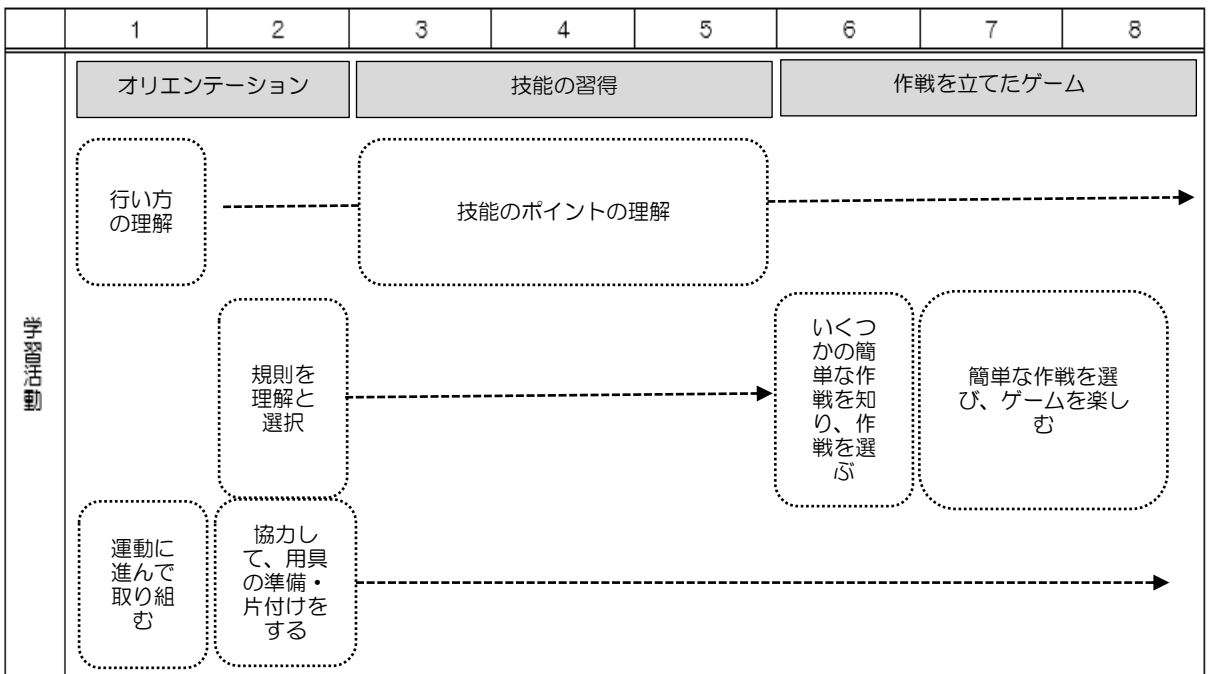
みんなで協力して用具や場の準備ができました。安全かどうかの確認もしっかりできました。



みんなが楽しめる規則を考えて変えてみたら、ラリーが続くようになって、より楽しくなりました。



②単元の流れ


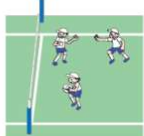



③単元計画及び指導と評価の計画

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	○ネット型ゲームの行い方を知る。 ○ネット型ゲームに進んで取り組む。	知・技① 学・人①	知・技①
2	○いくつかの規則を知った上で、誰もが楽しくゲームに参加できるような規則を選ぶ。 ○ゲームで使用する用具などの準備や片付けを、友達と一緒にする。	思・判・表①② 学・人③	思・判・表①② 学・人①
3	○いろいろな高さのボールを片手、両手もしくは用具を使ってはじいたり、打ちつけたりする。	知・技⑥	学・人③
4	○相手コートから飛んできたボールを片手、両手で相手コートに返球する。	知・技⑦	
5	○ボールの方向に体を向けたり、ボールの落下点やボールを操作しやすい位置に移動したりする。	知・技⑧	
6	○いくつかの簡単な作戦を知った上で、ゲームの型に応じた作戦を選ぶ。	思・判・表③④	思・判・表③④ 知・技⑥
7	●ゲームの型に応じた作戦を選ぶ。		知・技⑦
8	●プレルボール大会をする。		知・技⑧

(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】 ネット型ゲーム(プレルボール)の行い方を知る。	指導【学びに向かう力、人間性等①】 ネット型ゲーム(プレルボール)に進んで取り組む。																																																			
5 10 15 20 25 30 35 40 45	準備運動(ジャックナイフストレッチ、股割り相撲 等)																																																				
	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <b>【学習課題】</b> プレルボールや学習の行い方を知ろう。         </div>																																																				
	学習の流れを知る。 <1時間の流れ> ①学習の準備、準備運動、練習ゲーム(1) 練習ゲーム(1)は、基本的なボール操作の練習であるという目的と行い方について説明する。 行い方については、図を使って説明する。 ※バウンドキャッチゲーム(二人組でキャッチして打つの繰り返し 例:2分間で何回できるか) ※バウンドラリーゲーム(二人組でキャッチしないで打ち返す 例:2分間で何回できるか)																																																				
	②学習課題の確認 ③練習ゲーム(2)が作戦タイム ※技能のポイントに合わせて、簡単な練習ゲームを行う。練習ゲーム(1)と同じでもよい。 <単元の流れ、3つの力を確認する。> ④メインゲーム プレルボール(対戦相手学習の前に決めておく。) ルールを確認(問題点などを解決していきながら、みんなで楽しめるゲームになうようなルールにする。) ※子どもからルールが出ない場合は、教師から提案する。 作戦については、単元の後半から学習していく。																																																				
	⑤振り返り・まとめ 学習課題を中心に振り返りを行う。ポイントは、「みんなで楽しめたか。」「上手な動きがあったか。」「いい声かけがあったか。」など ⑥片づけ みんなで協力して片づける。																																																				
活	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 10%;"></th> <th style="width: 10%;">1</th> <th style="width: 10%;">2</th> <th style="width: 10%;">3</th> <th style="width: 10%;">4</th> <th style="width: 10%;">5</th> <th style="width: 10%;">6</th> <th style="width: 10%;">7</th> <th style="width: 10%;">8</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td>オリエンテーション</td> <td colspan="3">技術の習得</td> <td colspan="3">作戦を立てたゲーム</td> <td></td> </tr> <tr> <td rowspan="4" style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">学習の流れ</td> <td>行い方の理解</td> <td colspan="3">技術のポイントの理解</td> <td colspan="3">いくつかの簡単な作戦を知り、作戦を選ぶ</td> <td>簡単な作戦を選び、ゲームを楽しむ</td> </tr> <tr> <td>規則を理解と選択</td> <td colspan="3"></td> <td colspan="3"></td> <td></td> </tr> <tr> <td>運動に選んで取り組む</td> <td colspan="3">協力して、用具の準備・片づけをする</td> <td colspan="3"></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td colspan="3"></td> <td colspan="3"></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> </div>			1	2	3	4	5	6	7	8		オリエンテーション	技術の習得			作戦を立てたゲーム				学習の流れ	行い方の理解	技術のポイントの理解			いくつかの簡単な作戦を知り、作戦を選ぶ			簡単な作戦を選び、ゲームを楽しむ	規則を理解と選択								運動に選んで取り組む	協力して、用具の準備・片づけをする														
	1	2	3	4	5	6	7	8																																													
	オリエンテーション	技術の習得			作戦を立てたゲーム																																																
学習の流れ	行い方の理解	技術のポイントの理解			いくつかの簡単な作戦を知り、作戦を選ぶ			簡単な作戦を選び、ゲームを楽しむ																																													
	規則を理解と選択																																																				
	運動に選んで取り組む	協力して、用具の準備・片づけをする																																																			
動	○練習ゲーム(1)をする。 ・バウンドキャッチゲーム キャッチすることは経験が多いがボールを手で打つ経験は少ないと予想されるので、短い時間で多くキャッチと打つことを行わせる。 ・バウンドラリーゲーム ボールを弾く経験が少ないと思われるので、始めは上手いかなことが予想されるが少ない回数でも続けられたら称賛していく。																																																				
容	○試しのゲームをする。 最初のルール ・4人对4人か3人对3人 ・1ゲームは4~5分(チーム数により時間を調整する。) ・高さ50~60cm程度の低いネットで行う。 ・自陣での触球数は何回でもよい。 ・ボールの打ち方は両手打ちあり。 ・サーブは下から、捕りやすいボールを投げ入れる。																																																				
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>評価【知識及び技能①】</b> </div>																																																				
	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <b>【課題に迫る発問】</b> みんながプレルボールを楽しく行うためには、どうすればいいかな。         </div>																																																				
	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <b>指導【学びに向かう力、人間性等】</b> </div>																																																				
	○楽しいプレルボールにするための約束をつくる。 ・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、次がんばろうなど) ・相手チームに悪口を言わない。(入らん、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																																																				
	整理運動(手首、足首、屈伸) 【まとめ】 約束に気をつけて行くとプレルボールをみんなで楽しむことができるね。 片づけ																																																				
	振り返り(学習カード記入、発表)																																																				
評価事項	評価【知識及び技能①】(観察・学習カード) ネット型ゲームの行い方を知ることができたか。																																																				

時間	2 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①②】 いくつかの規則を知った上で、誰もが楽しくゲームに参加できる	指導【学びに向かう力、人間性等③】 ゲームで使用する用具などの準備や片付けを、友達と一緒にする。
5	【学習課題】 みんなが楽しくプレルボールをできるように規則を選ぼう。	
	【課題に迫る発問】 みんなが楽しめるためには、規則以外にも大切なことがあるけど何があるか	
	※チームで協力することがもっともであるが、ゲームで使用する用具などの準備や片付けを役割を分担して一緒に行うことも大切であることを押さえる。	指導【学びに向かう力、人間性等③】
	準備 準備運動(ジャックナイフストレッチ、股割り相撲 等) 練習ゲーム(1) バウンドキャッチボール、バウンドラリーボール チームごとに、集まって行う。	 <p>バウンドラリーボール 1対1で、何回 続けられるか 打ちつけゲーム</p> <p>これらは、ボールの方向に体を向けたり、移動したりする動きを身に付ける運動でもある。</p>
	※ バウンドキャッチボールは同じ行い。打つところを、キャッチして打つようにする。	
10	【課題に迫る発問】 みんなが楽しめるためには、どんな規則にすればいいかな。	
15	規則の例示を行う。 ・必ず味方に1回以上パスしてから相手に返す。 ・アタッカーは、一度キャッチしてからシュートしてもよい。 ・自陣でのパスは3回までにする。(4回で相手に返す。) ・どちらかに点が入ったらにローテーションする。 ・全員にパスが回って決まったら、3点。 ・全員得点でボーナス点。など	指導【思考力、判断力、表現力等①②】
活 動 内 容	※ルールはいくつか使ってもいいが、多すぎると子どもが混乱してしまう。 5時間目までに計画的に取り入れてもよい。	
	試しのゲームを行う。	
	20	2時間目のルール(例) ・4人対4人か3人対3人 ・1試合は4~5分(チーム数により時間を調整する。) ・高さ50~60cm程度の低いネットで行う。 ・自陣での触球数は何回でもよい。 ・ボールの打ち方は両手打ちあり。 ・サーブは下から、捕りやすいボールを投げ入れる。 自陣に打ちつけてから敵陣に入れるサーブでもよい。
	25	(新たなルール) ・必ず味方に1回以上パスしてから相手に返す。 ・どちらかに点が入ったらにローテーションする。
30	ゲームをしていない子は、係をする。(例) ・審判 ・ラインズマン ・得点 ・記録(ボールに触った数や得点した人など、ねらいに合わせて記録する。	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>【ラリーがなかなか続かないときは】</p>  <p>最後に相手コートに返す人は、キャッチをしてよい規則にすると、ラリーが続きやすくなる。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>【全員がボールに触れられないときは】</p>  <p>相手コートに3回で返すまでに、1人1回しか触ることができない規則にする。</p> </div> </div> <p>ネットは、市販のゴム紐にテープをつけてネットの代用にできる。</p>
35	【まとめ】規則を選らんで工夫するとみんなで楽しめるプレルボールになるね。	
40	整理運動 片付け	
45	振り返り(学習カード記入、発表)	
評価事項	評価【思考力、判断力、表現力等①②】 いくつかの規則を知った上で、誰もが楽しくゲームに参加できる	評価【学びに向かう力、人間性等①】(観察) プレルボールに進んで取り組むことができたか。

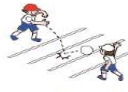
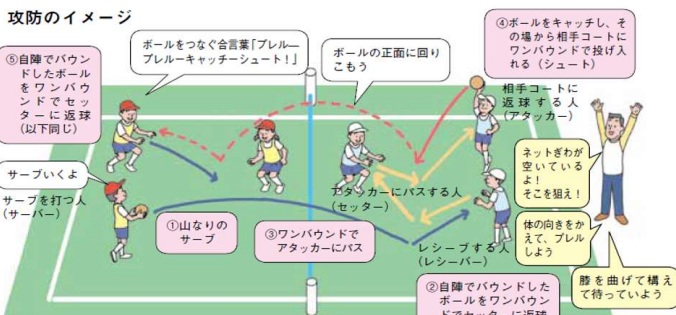

【図: 文科省小学校体育まるわかりハンドブック 参照】


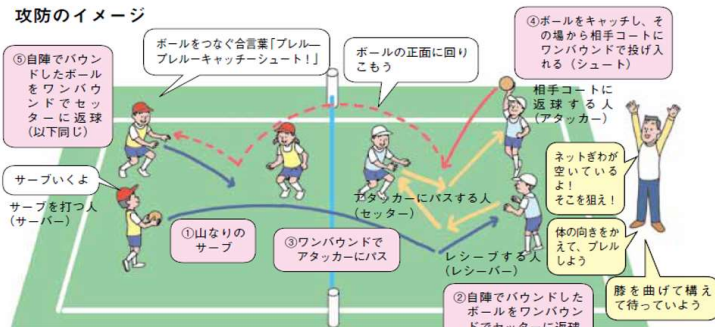

時間	3 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	<b>指導【知識及び技能⑥】</b> いろいろな高さのボールを片手、両手ではじいたり、打ちつけたりする。	
5	<b>準備</b> 準備運動(ジャックナイフストレッチ、股割り相撲 等) 練習ゲーム(1)バウンドキャッチボール バウンドラリーボール チームごとに、集まって行う。	<b>バウンドラリーボール</b>  1対1で、何回続けられるか打ちつけゲーム ※ バウンドキャッチボールは同じ行い。打つところを、キャッチして打つようにする。 これらは、ボールの方向に体を向けたり、移動したりする動きを身に付ける運動でもある。 <b>評価【学びに向かう力、人間性等③】</b>
10	<b>【学習課題】</b> いろいろな高さのボールを片手、両手で上手にはじいたり、打ちつけたりするポイントを見つけよう。 <b>【課題に迫る発問】</b> ボールをはじいたり、打ちつけたりするにはどうすればいいかな。	
15	バウンドラリーゲームが上手な子を手本にして、ポイントを話し合う。 ・片手で打つときは、打つ手の反対の足を出して打つ。 ・体の向きを変える。 ・ボールの中心より少し上を打つ。 ・低いボールはアンダーハンドで打つ。	<b>指導【知識及び技能⑥】</b>
20	<b>練習を行う。</b> ミニブレルボール(チーム内で2人対2人または、2人対1人) ネット無しで行う。 打ち方の技能のポイントを意識して行う。 友達のよいところを称賛し合えるように声かけしていく。	
25	<b>ブレルボールをする。(1ゲーム4分×3回)</b> 3対3か4対4 ※ 打つことが苦手な子がいる場合は、キャッチしてから打ってよいルールにした両手打ちをすすめてたりして苦手な子も意欲的に参加できるようにする。	<b>ブレルボールの場 例</b>  縦13m 横6m ネットの高さ 50-60cm 1チーム4人で行う例
30	・技能のポイントを意識していたら賞賛する。 ・友達への声かけなどもよくできている子などは後で紹介し、広めていく。	
35	<b>【まとめ】</b> 上手に打つためのポイントは、「打つ手の反対の足を出して打つ。」「体の向きを変える。」「ボールの中心より少し上を打つ。」「低いボールはアンダーハンドで打つ。」ですね。	
40	<b>整理運動</b> 片付け	<b>評価【学びに向かう力、人間性等③】</b>
45	振り返り(学習カード記入、発表)  <div style="text-align: right;"> <b>【図】</b> 小学校中学年体育～13 ネット型ゲーム：文部科学省  <b>【図】</b> 文科省小学校体育まるわかりハンドブック 参照         </div>	
評価事項	<b>評価【学びに向かう力、人間性等③】(観察)</b> ゲームで使用する用具などの準備や片付けを、友達と一緒にできたか。	


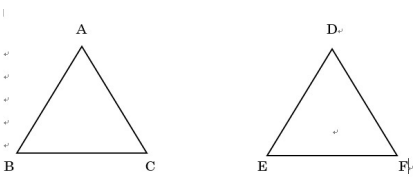
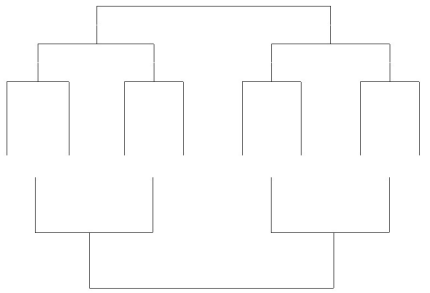
時間	4 時間目 (全 8 時間)
重点的指導事項	指導【知識及び技能⑦】 相手のコートから飛んできたボールを片手、両手で相手コートに返球する。
5	<p>準備 準備運動(ジャックナイフストレッチ、股割り相撲 等) 練習ゲーム(1)バウンドキャッチボール バウンドラリーボール チームごとに、集まって行う。</p> <p style="text-align: center;"><b>バウンドラリーボール</b></p>  <p>1対1で、何回続けられるか打ちつけゲーム</p> <p>これらは、ボールの方向に体を向けたリ、移動したりする動きを身に付ける運動でもある。</p> <p>※ バウンドキャッチボールは同じ行い。打つところを、キャッチして打つようにする。</p>
10	<p>【学習課題】 相手コートに上手に返球するポイントに気をつけ、ゲームを楽しもう。</p> <p>【課題に迫る発問】 とんできたボールを上手に返球するにはどうしたらいいだろう。</p>
15	<p>バウンドラリーゲームが上手な子を手本にして、ポイントを話し合う。(レシーブ)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・膝を曲げてかまえる。</li> <li>・ボールをよく見る。</li> <li>・ボールの落下地点やボールを操作しやすい位置に体を動かす。(打ち方は前時を振り返る)</li> </ul> <p>指導【知識及び技能⑦】</p>
20	<p>練習を行う。 ミニブレルボール(チーム内で2人对2人または、2人对1人) ネット無しで行う。 レシーブや打ち方の技能のポイントを意識して行う。 友達のよいところを称賛し合えるように声かけしていく。</p> <p>指導【知識及び技能⑦】</p>
25	<p>ブレルボールをする。(1ゲーム4分×3回) 3対3か4対4</p> <p>※ 打つことが苦手な子がいる場合は、キャッチしてから打つてよいルールにし、両手打ちをすすめたりして苦手な子も意欲的に参加できるようにする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・技能のポイントを意識していたら賞賛する。</li> <li>・友達への声かけなどもよくできている子などは後で紹介し、広めていく。</li> </ul>
30	 <p>1チーム3人で行う例</p>
35	 <p>1チーム4人全員で行う</p>
40	<p>整理運動片付け</p> <p>【まとめ】 上手に返球するためのポイントは、「膝を曲げてかまえる。」「ボールをよく見る。」「ボールの落下地点やボールを操作しやすい位置に体を動かす。」ですね。 打ち方は前の時間に学習しましたね。</p>
45	<p>振り返り(学習カード記入、発表)</p> <p style="text-align: right;">【図: 文科省小学校体育まるわかりハンドブック 参照】</p>
評価事項	

時間	5 時間目 (全 8 時間)		
重点的指導事項	指導【知識及び技能⑧】 ボールの方向に体を向けたり、ボールの落下点やボールを操作しやすい位置に移動したりする。		
5 10 15 20 25 30 35 40 45	準備 準備運動(ジャックナイフストレッチ、股割り相撲 等) 練習ゲーム(1)バウンドキャッチボール バウンドラリーボール チームごとに、集まって行う。	<p>バウンドラリーボール</p>  <p>1対1で、何回続けられるか打ちつけゲーム</p> <p>これらは、ボールの方向に体を向けたり、移動したりする動きを身に付ける運動でもある。</p>	※ バウンドキャッチボールは同じ行い。打つところを、キャッチして打つようにする。
		【学習課題】 体の向きや動きに気をつけ、ゲームを楽しもう。	
		【課題に迫る発問】 体の向きやすばやく移動するには、どうしたらいいだろう。(練習方法やポイント)	
		レシーブと打ち方のポイントを振り返り、そのポイントを上手くできるための移動をするための練習方法を話し合う。 ・練習ゲームで、移動しないとレシーブできないところにボールを投げに行く。 ・遠い位置から、二人で協力して、パスをつないでボールを返す。 ※ 動いてボール操作を行うようにする。 ※ 声を掛け合いながら、「とるよ。」「OK」「お願い」「ボールに近い友達の名前」「パスする友達の名前」「ドンマイ」など。	指導【知識及び技能⑧】
		練習ゲームを行う。 ミニブルボール(チーム内で2人対2人または、2人対1人) ネット無しで行う。 レシーブや打ち方の技能のポイントを意識して行う。 移動してボール操作をする。 友達のよいところを称賛し、それを教師が広める。	
	ブルボールをする。(1ゲーム4分×3回) 3対3か4対4 ※ 打つことが苦手な子がいる場合は、キャッチしてから打つてよいルールにしたり、両手打ちをすすめたりして苦手な子も意欲的に参加できるようにする。 ・技能のポイントを意識していたら賞賛する。 ・友達への声かけなどもよくできている子などは後で紹介し、広めていく。	<p>ボールを弾いてパスしている様子</p>  <p>キャッチして投げ入れている様子</p> 	
	【まとめ】 ボールの方角に体を向けたり、ボールの落下点やボールを操作しやすい位置に移動したりすると、ゲームが楽しくなるね。		
	整理運動 片付け		
	振り返り(学習カード記入、発表)		
		<p>【図：小学校中学年体育～13 ネット型ゲーム：文部科学省</p> <p>【図：文科省小学校体育まるわかりハンドブック 参照】</p>	
評価事項			



時間	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③④】 いくつかの簡単な作戦を知った上で、ゲームの型に応じた作戦を選ぶ。	
5	準備 準備運動(ジャックナイフストレッチ、股割り相撲 等) 練習ゲーム(1)バウンドキャッチボール バウンドラリーボール チームごとに、集まって行う。	バウンドラリーボール  1対1で、何回続けられるか打ちつけゲーム これらは、ボールの方向に体を向けたり、移動したりする動きを身に付ける運動でもある。
10	【学習課題】 いろいろな作戦を知って、楽しくゲームができるように選ぼう。 【課題に迫る発問】 ルールを生かして、自チームに合う作戦はどれかみんなで話し合おう。	
15	簡単な作戦を紹介する。 ルール 全員得点でボーナス点。→ ルールを生かす作戦 「ボーナス点になるように点をとっていない人にパスする。」 全員にパスが回ってから決まった3点。→ ルールを生かす作戦 「3点をねらって、パスしていこう。」 アタッカーは、一度キャッチしてからシュートしてもよい。→ ルールを生かす作戦 「遠くをねらってシュートしよう。」 「人のいないところをねらおう。」 など チームごとに話し合って作戦を選ぶ。	※ バウンドキャッチボールは同じ行い。打つところを、キャッチして打つようにする。 指導【思考力、判断力、表現力等③④】
20 25	前半のゲームをする。(前半4分) 前半が終わったら、前半の振り返りをして後半の作戦を立てたり、練習したりする。 ※選んだ作戦がうまくできたかな？ ・違う作戦もやってみよう ・うまくできそうな作戦を選びなおそう ・今の作戦をもっと変えてみよう	攻防のイメージ  ⑤自陣でバウンドしたボールをワンバウンドでセッターに返球(以下同じ) ボールをつなぐ合言葉「プレラープレラーキャッチーシュート!」 ボールの正面に回りこもう ④ボールをキャッチし、その場から相手コートにワンバウンドで投げ入れる(シュート) 相手コートに返球する人(アタッカー) ネットぎわが空いているよ!そこを狙え! 後の向きをかえて、プレラーしよう 膝を曲げて構えて待てよう ②自陣でバウンドしたボールをワンバウンドでセッターに返球 ①山なりのサーブ サーブを打つ人(サーバー) サーブいきよ ③ワンバウンドでアタッカーにパス アタッカーにパスする人(セッター) レシーブする人(レシーバー)
30	後半のゲームをする。(後半4分) ※選んだ作戦がうまくできないチームには、一旦ゲームを止めて、うまくいくように動き方を確認したり、作戦を選び直して試してみたりするように助言する。 ※ボールをうまく打つことができない子供には、技能のポイントについて指導する。 後半のゲームを振り返る。	 評価【知識及び技能⑥】
35	【まとめ】 作戦が上手いくためには、自分たちに合った作戦を選び、チームでやり方をわかっていることがことが大 整理運動 片付け 振り返り(学習カード記入、発表) 評価【思考力、判断力、表現力等③④】 【図: 文科学小学校体育まるわかりハンドブック 参照】	
45	評価【知識及び技能⑥】(観察) いろいろな高さのボールを片手、両手ではじいたり、打ちつけたりすることができた。	評価【思考力、判断力、表現力等③④】(発言、発表、学習カード) いくつかの簡単な作戦を知った上で、ゲームの型に応じた作戦を選ぶことができた。

時間	7 時間目 (全 8 時間)
重点的指導事項	●ゲームの型に応じた作戦を選ぶ。(学習を深める)
5	<p>準備運動(ジャックナイフストレッチ、股割り相撲 等)</p> <p>練習ゲーム(1)バウンドキャッチボール バウンドラリーボール</p> <p>チームごとに、集まって行う。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; font-size: small;">       ※ バウンドキャッチボールは同じ行い。打つところを、キャッチして打つようにする。     </div> </div> <p>これらは、ボールの方向に体を向けたり、移動したりする動きを身に付ける運動でもある。</p>
10	<div style="border: 2px dashed black; padding: 10px;"> <p>【学習課題】 いろいろな作戦を知って、楽しくゲームができるように選ぼう。</p> <p>【課題に迫る発問】 いろいろな作戦を紹介し、上手い作戦や上手いかなかった作戦について振り返り、</p> </div>
15	<p>前時の学習をもとに、簡単な作戦を確認する。</p> <p>ルール 全員得点でボーナス点。→ ルールを生かす作戦「ボーナス点になるように点をとっていない人にパスする。」 全員にパスが回ってから決まったら3点。→ ルールを生かす作戦「3点をねらって、パスしていこう。」 アタッカーは、一度キャッチしてからシュートしてもよい。→ ルールを生かす作戦「遠くをねらってシュートしよう。」 「人のいないところをねらおう。」など</p> <p>チームごとに前時のゲームの様子を振り返り、話し合って作戦を選ぶ。(修正する)</p>
20 25	<p>前半のゲームをする。(前半4分)</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>前半が終わったら、前半の振り返りをして後半の作戦を立てたり、練習したりする。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>※選んだ作戦がうまくできたかな？</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・違う作戦もやってみよう</li> <li>・うまくできそうな作戦を選びなおそう</li> <li>・今の作戦をもっと変えてみよう</li> </ul> </div> </div> <div style="width: 50%; text-align: center;"> <p>攻防のイメージ</p>  </div> </div>
30	<p>後半のゲームをする。(後半4分)</p> <p>※選んだ作戦がうまくできないチームには、一旦ゲームを止めて、うまくいくように動き方を確認したり、作戦を選び直して試してみたりするように助言する。</p> <p>※ボールをうまく打つことができない子供には、技能のポイントについて指導する。</p> <div style="text-align: right; border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">     評価【知識及び技能⑦】   </div> 
35	<p>後半のゲームを振り返る。</p> <div style="border: 2px dashed black; padding: 10px;"> <p>【まとめ】 自分たちに合った作戦を選んだり考えたりすると、ゲームがさらに楽しくなるね。</p> </div>
40	<p>整理運動 片付け</p>
45	<p>振り返り(学習カード記入、発表)</p> <div style="text-align: right; border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">     【図:文科省小学校体育まるわかりハンドブック 参照】   </div>
評価事項	<p>評価【知識及び技能⑦】(観察)</p> <p>相手コートから飛んできたボールを片手、両手で相手コートに返球することができたか。</p>

時間	8 時間目 (全 8 時間)		
重点的指導事項	●プレルボール大会を行い、これまで学習したことを生かして、ゲームを楽しむ。(学習を深める)		
5	準備運動(ジャックナイフストレッチ、股割り相撲 等) 練習ゲーム(1)バウンドキャッチボール バウンドラリーボール チームごとに、集まって行う。	<p>バウンドラリーボール</p>  <p>1対1で、何回続けられるか打ちつけゲーム</p> <p>これらは、ボールの方向に体を向けたリ、移動したりする動きを身に付ける運動でもある。</p>	<p>※ バウンドキャッチボールは同じ行い。打つところを、キャッチして打つようにする。</p>
	<p>【学習課題】 みんなで楽しむことができるプレルボール大会にしよう。</p>		
	<p>【課題に迫る発問】 これまで学習したことを振り返ろう。(ルールや約束、技能のポイント、作戦な</p>		
	10	プレルボール大会をする。 例 ・1チーム3ゲームできるようにする。 ・1チームのゲーム数を均等にする。	<p>6チームの場合</p>  <p>3位 対 3位 2位 対 2位 1位 対 1位</p>
	15	ルールや約束、作戦などを確認する。	<p>評価【知識及び技能⑧】</p>
20	<p>ルールの例</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・パスの回数</li> <li>・ローテーションか固定か</li> <li>・全員パスでボーナス点</li> <li>・全員得点でボーナス点など</li> </ul>	<p>8チームの場合</p> 	
25	<p>作戦例</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・パスを使全員に回そう。</li> <li>・得点をみんなでとろう。</li> <li>・相手のいないところに打とう。</li> <li>など</li> </ul>		
30	<p>※選んだ作戦がうまくできないチームには、一旦ゲームを止めて、うまくいくように動き方を確認したり、作戦を選び直して試してみたりするように助言する。</p> <p>※ボールをうまく打つことができない子供には、技</p>		
35	<p>【まとめ】 プレルボールでは、ボールを打ったり作戦を立てたりして楽しめましたね。プレルボールを発展させたものがバレーボールです。上手くなったことを生かして楽しめるといいですね。</p>		
40	整理運動 片付け		
45	振り返り(学習カード記入、発表)	<p>【図: 文科省小学校体育まるわかりハンドブック 参照】</p>	
評価事項	<p>評価【知識及び技能⑧】(観察) ボールの方向に体を向けたリ、ボールの落下地点やボールを操作しやすい位置に移動したりすることができたか。</p>		

#### 4 単元指導計画及び展開例

【6月】

単元名 もぐる・浮く運動 (D 水泳運動) 全10時間

##### (1) 単元のねらい

知・技 : もぐる・浮く運動では、その行い方を知るとともに、息を止めたり吐いたりしながら、いろいろなもぐり方や浮き方をすることができる。

思・判・表 : 自己の能力に適した課題を見付け、水の中での動きを身に付けるための活動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、友達の考えを認めたり、水泳運動の心得を守って安全に気を付けたりすること。

##### (2) 運動の仕方等

もぐる・浮く運動では、呼吸を調整しながらいろいろなもぐり方をしたり、背浮きの姿勢で浮いたり、簡単な浮き沈みをしたりする。

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

もぐる	<p>○呼吸</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>もぐる前に息をたくさん吸う。</li> <li>水中では、口や鼻から息を少しずつ出す。</li> <li>息を吐き出すと、体が少し沈む。</li> </ul>	<p>○体の使い方</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>手をプールの底に向けてもぐる。</li> <li>頭をプールの底に近づける。</li> <li>手のひらで、水をつかんで体の後方に押しやるように動かす。</li> <li>足の裏で、水を押し出すように動かす。</li> </ul>
浮く	<p>○うつぶせで浮くとき</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>最初は体が沈むが、徐々に浮いてくる。</li> <li>おへそを見るようにして頭を耳までに水に沈める。</li> <li>1本の棒のようなイメージを持って、姿勢を崩さずに長く浮く。</li> <li>全身の力を抜く。</li> <li>腕をしっかりと真っ直ぐに伸ばす。</li> <li>水面と平行になるように姿勢を保つ。</li> <li>深く息を吸って、体の中に浮き袋をつくらせて浮く。</li> </ul>	<p>○仰向けで浮くとき</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>水面に静かに寝るように耳まで頭を沈める。</li> <li>あごをあげて、へそを水面に出すように体を反らせる。</li> </ul>

##### (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
○プールの底にタッチする際、浮力の影響でもぐるこ	<ul style="list-style-type: none"> <li>息を吐きながらもぐることや手足を大きく使うことを</li> </ul>	<p>○いろいろなもぐり方や浮き方を友達に伝える場面。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自ら試したいいろいろなもぐり方や浮き方を友達に紹介</li> </ul>	<p>○水に対する恐怖心や違和感を抱く。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>低学年での水遊びを単元や授業の初めに取り入れた</li> </ul>

<p>とが苦手。</p> <p>○いろいろなもぐり方をする際、もぐり方を変えることが苦手。</p> <p>○だるま浮きで、体を小さく縮めることが苦手。</p> <p>○背浮きで腰が沈まないようにして浮くことが苦手。</p> <p>○変身浮きで、浮き方を変えることが苦手。</p> <p>○連続したポビングが苦手。</p>	<p>助言したり、水深が浅い場を設定したりする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・友達ともぐり方の真似をし合う場面を設定したり、陸上でできる動きを水の中でできないかを助言したりする。</li> <li>・両膝を抱え込まずに持つ程度にした簡単な方法に挑戦する。</li> <li>・補助具から体が離れないようにしっかりと抱えて浮くように助言したり、友達に背中や腰を支えてもらう場を設定したりする。</li> <li>・一つの浮き方で浮いている時間を延ばしたり、「つぼみがだんだん開いて、またしぼんでいく」などお話づくりで変身していくイメージをもって挑戦したりする場を設定する。</li> <li>・低学年で扱った呼吸のリズムを再度確認</li> </ul>		<p>したり、互いのよい動きの真似をしたりする。</p>	<p>○友達と練習することが苦手。</p> <p>○すでにクロールや平泳ぎができる。</p>	<p>り、ゲーム的な要素のある運動をしたりする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自己の能力に適した距離や時間等の明確な目標をもって挑戦する場を設定し、その成果を友達と見合ったり、友達と課題を一緒に解決する活動を取り入れたりする。</li> <li>・け伸びの距離をより伸ばすことを助言したり、いろいろなもぐり方をする場面で腹や背中をプールの底に付けたり逆立ちや連続回転をしたりすることを助言したりするなど、挑戦する課題を提示する。</li> </ul>
--	---	--	------------------------------	--	---

	したり、友達と手をつないでポビングをしたりする場を設定する。			
--	--------------------------------	--	--	--

(5) 楽しい学習とするための場の設定や規則、用具等の工夫

解説に例示として示されている運動(抜粋) → 解説P.49



膝をかかえて、力を抜きます。人の体は浮き輪になって浮くという感覚を感じられるようにします。

壁をけて、体を一直線に伸ばし視線は水底を見ます。一番大切なことは力を抜くことです。

条件を変えて工夫してみよう



パディの友達に手を引っ張ってもらったり、フープやビード板を使って、伏し浮きをしたりします。

いろいろな浮き方のバリエーションを自分で考えてできるようにします。



楽しみながら動きが身に付くように運動の場を工夫する

児童が水の中でいろいろな浮き方を楽しむための易しい場を工夫したり、ビード板などの用具を使ったりして、楽しく取り組むうちに動きが身に付くように工夫します。



力を抜いていろいろな浮き方をしよう。

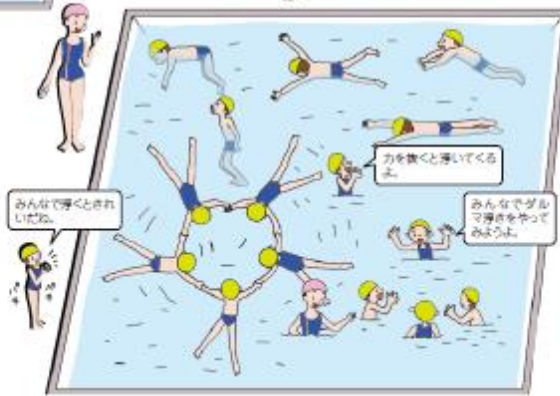
できるようになったら長く浮いてみよう。

浮き方は教師側から提示し、いろいろな浮き方で浮くことを経験できるようにします。



できるようになったら浮き方と組み合わせて、変身浮きをしてみよう。

いろいろな浮き方ができるようになったら、それらを組み合わせて変身浮きに挑戦したり、より長く浮くことができるようにしたりします。また、集団浮きで呼吸を合わせると楽しさが広がります。



動きのポイントがイメージできるように言葉かけを工夫する

「浮く運動」は、泳ぎにつながる重要な運動です。この運動が、しっかりとできるためには、児童が動きのポイントをイメージしやすい言葉かけに留意することが大切です。



(例)

うでは、耳をはさむようにします。視線は水底を見て、体の力をぬく方が水の中をよく進むことができます。

(6) 単元構想

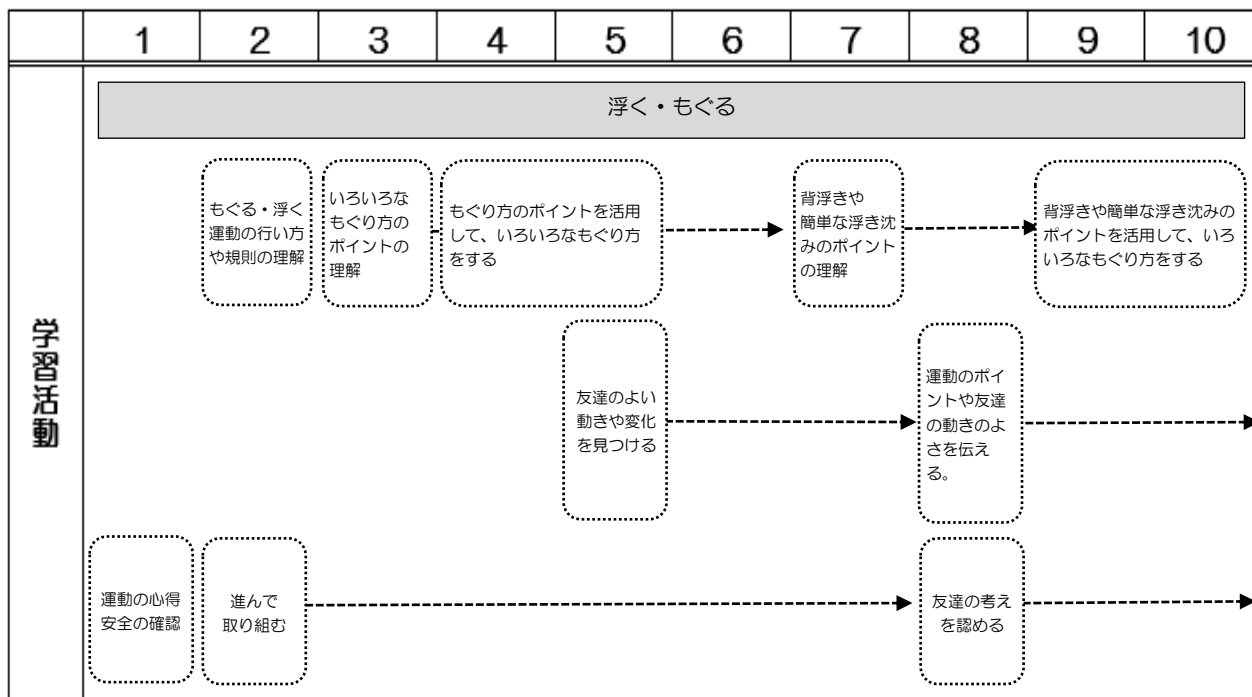
①目指す子供の姿

力を抜いて体を一直線にしたら、まっすぐ進むことができます。

友達に手を引いてもらったら、気持ちよく水の中を進むことができました。

いろいろな浮き方を考えました。力を抜くとうまくできました。

## 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	○水泳運動の心得を守って安全を確かめる。	学・人⑤	
2	○もぐる・浮く運動の行い方を知る。 ○水泳運動に進んで取り組む。	知・技③ 学・人①	知・技③
3	●プールの底にタッチ、股くぐり、変身もぐりなどのいろ いろなもぐり方のポイントがわかる。		学・人⑤
4	○学習した技能のポイントを使って、いろいろなもぐり方 ができる。	知・技④	学・人①
5	○友達のよい動きや変化を見付ける。	思・判・表③	思・判・表③
6	●いろいろなもぐる運動で楽しく競争をし、できるもぐり 方を深める。		知・技④
7	●背浮きの姿勢で浮いたり、簡単な浮き沈みをしたりする ポイントがわかる。		
8	○動きのよさを伝え合う際に、友達の考えを認める。 ○運動のポイントや友達の動きのよさを伝える。	学・人④ 思・判・表④	思・判・表④
9	○学習した技能のポイントを使って、背浮きや簡単な浮き 沈みができる。	知・技④	学・人④
10	●前時に学習した技能のポイントを使って、背浮きや簡単 な浮き沈みをする。		知・技④



(8)展開例

時間	1 時間目 (全 10 時間)
重点的指導事項	<p>【学びに向かう力、人間性等⑤】 水泳運動の心得を守って安全を確かめる。</p>
5	<p>○約束の確認(着替え、移動、安全管理)</p> <p>【学習課題】 みんなが安全に楽しく学習できるように、水泳のきまりを守ろう。</p> <p>【課題に迫る発問】 安全に水泳運動をするために大切なことはどんなことだろう？</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div data-bbox="212 432 523 568" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>〈 水泳学習の約束 〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・プールサイドを走らない。</li> <li>・悪ふざけや危険な行動をしない。</li> <li>・プールに飛び込まない。</li> </ul> </div> <div data-bbox="531 432 842 568" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>ボディシステム</p> <p>2人1組で学習を進める方法</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・安全を確かめ合う</li> <li>・進歩の様子を確認し合う</li> <li>・助け合い進ませ合う</li> </ul> <p>などの効果が期待できる。</p>  </div> <div data-bbox="850 432 1353 568" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>指導【学びに向かう力、人間性】</p> <p>※水泳運動は楽しい活動であるが、決まりを守らないと命の危険があることを確実に押さえる。 ※体調が悪いときは、無理をせずに、プールから上がるなどする。</p> </div> </div>
10	<p>○準備運動(音楽は意欲アップに効果的)</p> <p>○本時のボディの確認(ボディを組む意味を説明する)</p> <p style="text-align: center;">身体のすべての部分の屈伸、回旋、ねん転などを取り入れた運動を行う。</p>
15	<p>○シャワー 顔・胸・背中・腰・足を洗う 10秒程度洗うようにする</p> <p>○入水 足から腰、お腹、頭へと少しずつ上の方へ水をかけてから入水</p>
20	<p>○水慣れ①</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・プールを歩いて周回</li> <li>・低学年の「水遊び」で取り組んだもぐり方をする。</li> </ul> <p>水中じゃんけん・水中にらめっこ・輪くぐり</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div data-bbox="746 913 906 1048" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>水中じゃんけん</p>  </div> <div data-bbox="954 913 1114 1048" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>輪くぐり</p>  </div> </div>
25	<p>○水慣れ②</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・低学年の「水遊び」で取り組んだ浮き方や浮き沈みをする。</li> </ul> <p>くらげ浮き・伏し浮き・大の字浮き バブリング・ボビング</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div data-bbox="778 1182 906 1317" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>くらげ浮き</p>  <p>力を抜いておしりを浮かせる</p> </div> <div data-bbox="954 1182 1082 1317" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>伏し浮き</p>  <p>お尻を引くといいよ</p> </div> <div data-bbox="1129 1182 1257 1317" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>大の字浮き</p>  </div> </div> <div data-bbox="762 1339 954 1473" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> <p>バブリングやボビング</p>  </div>
35	<p>【まとめ】 きまりを守って活動すると、安全に楽しく学習できるね。</p>
40	<p>○整理運動(使った部位をしっかりとほぐす)</p> <p>○シャワー</p> <p>○片付け</p> <p style="text-align: center;">しっかりと体全体を洗おうね。</p>
45	<p>○振り返り(学習カード記入、発表)</p> <p style="text-align: right;">図:文部科学省「まるわかりハンドブック」参照</p>
評価事項	

時間	2 時間目 (全 10 時間)	
重点的指導事項	【知識及び技能③】 もぐる・浮く運動の行い方を知る。	【学びに向かう力、人間性等①】 水泳運動に進んで取り組む。
5	<p>〈水泳学習の約束〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・プールサイドを走らない。</li> <li>・悪ふざけや危険な行動をしない。</li> <li>・プールに飛び込まない。</li> <li>・先生の話をよく聞く。</li> </ul>	<p>パディシステム</p> <p>2人1組で学習を進める方法</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・安全を確かめ合う</li> <li>・進歩の様子を確かめ合う</li> <li>・助け合い励まし合う</li> </ul> <p>などの効果が期待できる。</p> 
10	<p>○シャワー 顔・胸・背中・腰・足を洗う 10秒程度洗うようにする</p> <p>○入水 足から腰、お腹、頭へと少しずつ上の方へ水をかけてから入水</p>	
15	<p>○水慣れ(もぐる・浮く運動遊びを取り入れる) もぐる遊び(水中じゃんけん・にらめっこ・石拾い・輪くぐりなど) 浮く遊び(くらげ浮き・伏し浮き・大の字浮きなど) バブリング・ポピング</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>水中ジャンケン</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>くらげ浮き</p>  <p>力を抜いておしりをもぐらせる</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>バブリングやポピング</p>  </div> </div>	
20	<p>【学習課題】もぐる・浮く運動の行い方を知ろう。</p> <p>○もぐる運動 プールの底にタッチ 股くぐり・輪くぐり 変身もぐり などのいろいろなもぐり</p> <p style="text-align: center;">またくぐりやいろいろな輪くぐり</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">    </div> <p style="text-align: right;">指導【知識及び技能③】 ※一つ一つ教師がやり方を示しながら、運動を行う。(もぐる運動も同様) ※「目をあける」「水を怖がらない」など、子供の様子を把握する。</p>	
25	<p>【課題に迫る発問】 楽しくもぐったり浮いたりするために大切なことはどんなことだろう？</p> <div style="display: flex;"> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; width: 30%;"> <p>【考える例示】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>※無理をしない。 ※友達と協力する。</li> <li>※うまくできなくても繰り返しやってみる。</li> </ul> </div> <div style="width: 70%;"> <p>※技能のポイントはもちろんであるが、本時は態度面を焦点化し、例示をもとに子供の考えを引き出す。 ※特に、うまくできなくても繰り返しやってみることを、先生が 指導【学びに向かう力、人間性等】</p> </div> </div>	
30	<p>○浮く運動 背浮き・だるま浮き・変身浮き だるま浮きやポピングを活用した浮き沈み</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>背浮き</p>  <p>ビート板を踏えて、上を向く 大の字浮き</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>だるま浮き</p>  <p>力を抜いてお腹を突き出す 押しこむと浮きやすくなる。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>バブリングやポピング</p>  <p>手でのびを踏えて浮く だるま浮き</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;">    </div> <p style="text-align: right;">※浮く運動に、進んで取り組んでいるか観察し、水を怖がる子供がいるときは、できるものから取り組ませるとともに、次のような配慮も都度行う。 ・ゴーグルをつけさせる。 ・ビート板や浮き輪、浮きヘルパー、ペットボトルなど、体が浮きやすいものを補助具として使わせる。 ・教師が個別に一緒に活動する。 ・他の子供よりもできる時間が短くても、伸びを称賛した声掛けを行う。 ※進んで運動に取り組んでいる子供の様子を、全体に紹介する。</p>	
35	<p>【まとめ】 行い方を知り、いっしょけんめい取り組むと、楽しく運動できるね。</p>	
40	<p>○整理運動(使った部位をしっかりとほぐす) ○シャワー ○片付け</p>	
45	<p>○振り返り(学習カード記入、発表)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; margin-top: 10px;"> <p>評価【知識及び技能③】</p> </div> <div style="text-align: right; margin-top: 10px;"> <p>図:文部科学省「まるわかりハンドブック」参照</p> </div>	
評価事項	<p>評価【知識及び技能③】もぐる・浮く運動の行い方を理解しているか。(学習カード)</p>	

時間	3 時間目 (全 10 時間)	
重点的指導事項	●プールの底にタッチ、股ぐり、変身もぐりなどのいろいろなもぐり方のポイントがわかる。	
活 動 内 容	5	<p>〈水泳学習の約束〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・プールサイドを走らない。</li> <li>・悪ふざけや危険な行動をしない。</li> <li>・プールに飛び込まない。</li> <li>・先生の話をよく聞く。</li> </ul> <p>○準備運動(音楽は意欲アップに効果的) ○本時のパディの確認</p> 
	10	<p>○シャワー 顔・胸・背中・腰・足を洗う 10秒程度洗うようにする ○入水 足から腰、お腹、頭へと少しずつ上の方へ水をかけてから入水</p> <p>【学習課題】いろいろなもぐり方のポイントを知ろう。</p>
	15	<p>○もぐる運動 プールの底にタッチ 股ぐり・輪ぐり 変身もぐり(座った状態でもぐり伏し浮きにな など、水中で格好を変える運動) などのいろいろなもぐり方</p> <p>またくぐりやいろいろな輪ぐり</p>  <p>評価【学びに向かう力、人間性等⑤】</p> <p>※教師がポイントを言葉かけしながら、自由に活動させてみる。 ※水を怖がる子供がいるときは、できるものから取り組ませるとともに、前時と同様の配慮を行う。 ※パディは、相手の動きをよく見て、いい動きを見つけるように指導する。</p>
	20	<p>【教師の言葉かけ例】 「水中で金魚のように息をプクプク出してみよう！」 「友達の足やフラフープをしっかりと見よう！」</p> <p>【課題に迫る発問】上手にもぐっている友だちのいい動きは、どんな動きかな？</p>
	25	<p>※自分が見つけたいいい動きを発表させ、もぐる運動のポイントを押さえる。</p> <p>【もぐり方のポイントの例示】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>※目を開ける。</li> <li>※息を吐く。</li> <li>※手や足を大きく使う。</li> <li>※頭を下げ、おしりを一度あげて。</li> </ul> <p>※ポイントの例示しながら、同様の動きをしていた友達がいなかった投げかけ、子供のいい動きを引き出す。 ※いい動きをしている子供を紹介し、全体の前で動きをさせる。 (いい動きを見せる子供はプールの中で、その他はプールサイドで上から見るようにさせる)</p>
	30	<p>○ポイントを踏まえ、もう一度もぐる運動をする。</p> <p>※苦手な子供には・・・ 【プールの底にタッチ】 ・息を吐きながらもぐることや手や足を大きく使うことを助言する。 【いろいろなもぐり方】 ・友達と真似し合いをさせる。 ・陸上でできる動きを水の中でさせる。 ※うまくできる子供には・・・ ・動きを連続する、輪の高さを変えて行うなど、少し段階を上げて挑戦させる。</p>
	35	<p>【まとめ】上手にもぐるためには、まずは、息を吐きながらもぐるといいね。 目を開けることや手足を大きく使うことも大切だね。</p>
	40	<p>○整理運動(使った部位をしっかりとほぐす) ○シャワー ○片付け</p>
	45	<p>○振り返り(学習カード記入、発表)</p> <p>評価【知識及び技能④】</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【学びに向かう力、人間性等⑤】 水泳運動の心得を守って安全を確かめているか。(観察・</p>

時間	4 時間目 (全 10 時間)	
重点的指導事項	指導【知識及び技能④】 学習した技能のポイントを使って、いろいろなもぐり方ができる。	
5	○準備運動(音楽は意欲アップに効果的) ○本時のパディの確認	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>〈水泳学習の約束〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・プールサイドを走らない。</li> <li>・悪ふざけや危険な行動をしない。</li> <li>・プールに飛び込まない。</li> <li>・先生の話をよく聞く。</li> </ul> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>パディシステム → 水泳学習P.76</p> <p>2人1組で学習を進める方法</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・安全を確かめ合う</li> <li>・進歩の様子を確認し合う</li> <li>・助け合い励まし合う</li> </ul> <p>などの効果が期待できる。</p>  </div>
10	○シャワー 顔・胸・背中・腰・足を洗う 10秒程度洗うようにする ○入水 足から腰、お腹、頭へと少しずつ上の方へ水をかけてから入水	
15	<b>【学習課題】</b> もぐり方のポイントを使って、上手にもぐるできるようになろう。	
20	<b>【課題に迫る発問】</b> うまくできず困っている友達がありますが、どんなことに気をつければよいか ※子供の意見を引き出しながら、前時のまとめを想起させる。前時にいい動きをしていた子供を紹介し、全体の前で動きをさせ、再度ポイントを押しさえる。 (いい動きを見せる子供はプールの中で、その他はブルーサイドで上から見るようにさせる)	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><b>【もぐり方のポイント例】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・目を開ける。</li> <li>・息を吐く。</li> <li>・手や足を大きく使う。</li> <li>・頭を下げ、おしりを一度あげて。</li> </ul> </div>
25	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>指導【知識及び技能】</p> </div>	
30	○新しいもぐる運動 プールの底にぴったりおなかをつけてストップ プールの底にぴったり背中をつけてストップ プールの底にぴったりおなかをつけてワニ歩き 底に平行にした輪を連続くぐり 高さを変えた輪を連続くぐり など	※前時より動きが難しくなるので、無理をしないように指導をする。 ※パディは、相手の動きをよく見て、いい動きを見つけるように指導する。 ※苦手な子供には・・・ ・息を吐きながらもぐることや手や足を大きく使うことを助言する。 ・友達と真似し合いをさせる。 ・陸上でできる動きを水の中でさせる。 ※うまくできる子供には・・・ ・パディと相談をして自由に場ややり方(連続して姿勢を変える、体を回転させる)を
35	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>またくぐりやいろいろな輪くぐり</p> </div> 	
40	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: right;"> <p>評価【学びに向かう力、人間性等①】</p> </div>	
45	○友達のいい動きを知る。 ※ポイントの例示しながら、同様の動きをしていた友達がいなかったか投げかけ、子供のいい動きを引き出す。 ※いい動きをしている子供を紹介し、全体の前で動きをさせる。 (いい動きを見せる子供はプールの中で、その他はブルーサイドで上から見るようにさせる)	
50	<b>【まとめ】</b> ポイントを考えて、いろいろなもぐる運動をやってみると上手になっていくね。	
55	○整理運動(使った部位をしっかりとほぐす) ○シャワー ○片付け	
60	○振り返り(学習カード記入、発表)	
65	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: right;"> <p>図:文部科学省「まるわかりハンドブック」参照</p> </div>	
70	<b>【学びに向かう力、人間性等①】</b> 水泳運動に進んで取り組んでいるか。(観察)	




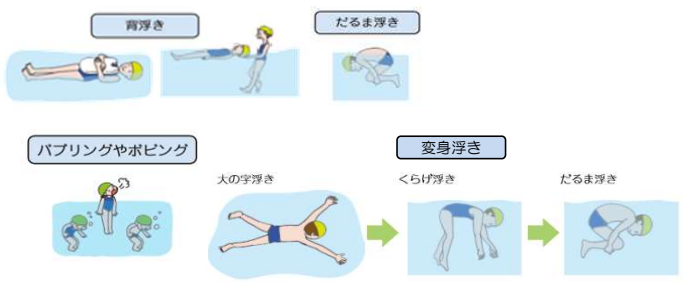

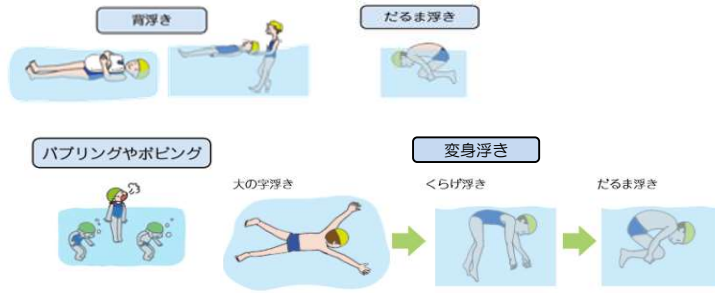
時間	5 時間目 (全 10 時間)	
重点的指導事項	<b>【思考力、判断力、表現力等③】</b> 友達のよい動きや変化を見付ける。	
5	○準備運動(音楽は意欲アップに効果的) ○本時のパディの確認  〈水泳学習の約束〉 ・プールサイドを走らない。 ・悪ふざけや危険な行動をしない。 ・プールに飛び込まない。 ・先生の話をよく聞く。	 <p>2人組で学習を進める方法            ・安全を確認め合う            ・進捗の様子を確認め合う            ・助け合い励まし合う            などの効果が期待できる。</p>
10	○シャワー 顔・胸・背中・腰・足を洗う 10秒程度洗うようにする ○入水 足から腰、お腹、頭へと少しずつ上の方へ水をかけてから入水  <b>【学習課題】</b> 友達のよい動きを今まで以上にたくさん見つけるコツを考えよう。 <b>【課題に迫る発問】</b> 友達のよい動きからもぐる運動のポイントをたくさん発見してきたけど、もっと	
15	<b>【いい動きを見つけるコツの例示】</b> ※動きのポイントを知っておく。 ・手足の動き、頭の動き、おしりの浮き沈み ※パディなどを使い、見る相手を決めておく。 (変化が分かるようにするためにも、決まった相手を見るようにするとよい。)	※友達の動きを見る視点を、これまで見つけた動きのポイントを踏まえながら確認する。 ※次の活動は、石拾いを行うことを知らせる。 (パディがAチームとBチームに分かれて、チーム全体の個数で競争することを知らせる)
20	<b>指導【思考力、判断力、表現力等③】</b> ○もぐる運動(石拾い競争) ※Aチームが行うときは、Bチーム(パディ)がブルーサイドからいい動きを見つけてることを押さえる。(時間を決めて交代で行う(時間を調整し複数回)) ※拾った石は、所定の場所にバケツ等お置いて、そこにいれるように知らせる。 ※石は、ゴム製のものが多い。(ゴムホースを10cmほどに切ったものでも代用できる)	
25	 <p>手足を大きく使っているね。</p> <p>目を開けているね。</p> <p>一度伸びあがって、頭を下げ、おしりを上げているぞ</p> <p>しっかり息を吐いているね。</p>	
30	<b>評価【学びに向かう力、人間性等①】</b> 水中には宝物がいっぱい！ できるだけたくさん取ろう！ (石を宝物に例えて、場所を確認させたり、数を確認させる)	
35	○見つけた友達のいい動きを伝え合う。 ※よい動きを見つけたことを称賛しながら、見つけた動きをどんどん発表させ、全体で共有する。	
40	<b>【まとめ】</b> よい動きを見つけるコツを使うとたくさん動きのポイントが見つかるね。 見つけたいい動きを伝え合うと、もぐる運動がどんどん上手になるね。 ○整理運動(使った部位をしっかりとほぐす) ○シャワー ○片付け	
45	○振り返り(学習カード記入、発表)  <b>評価【思考力、判断力、表現力等】</b>	
評価事項	<b>【思考力、判断力、表現力等③】</b> 友達のよい動きや変化を見付けているか。(学習カード)	

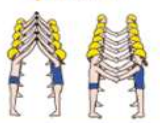
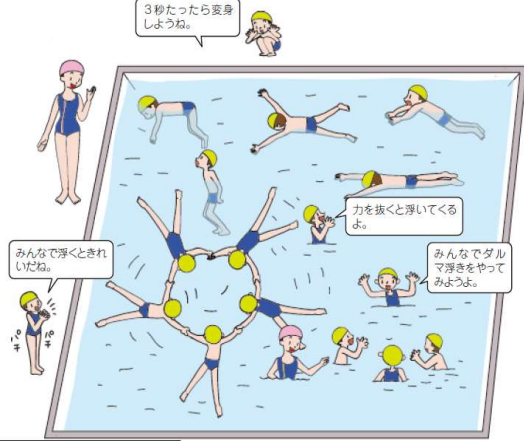
図:文部科学省「まるわかりハンドブック」参照


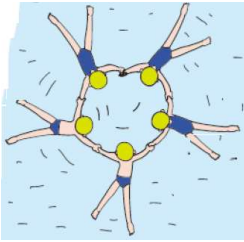
時間	6 時間目 (全 10 時間)	
重点的指導事項	●いろいろなもぐる運動で楽しく競争をし、できるもぐり方を深める。	
5	<p>○準備運動(音楽は意欲アップに効果的) ○本時のパディの確認</p> <div data-bbox="667 322 1023 483" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>〈 水泳学習の約束 〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・プールサイドを走らない。</li> <li>・悪ふざけや危険な行動をしない。</li> <li>・プールに飛び込まない。</li> <li>・先生の話をよく聞く。</li> </ul> </div>	<div data-bbox="1070 322 1426 483" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>パディシステム → 水泳学習P.76</p> <p>2人1組で学習を進める方法</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-安全を確認め合う</li> <li>-進歩の様子を確認め合う</li> <li>-助け合い励まし合う</li> </ul> <p>などの効果が期待できる。</p>  </div>
10	<p>○シャワー 顔・胸・背中・腰・足を洗う 10秒程度洗うようにする ○入水 足から腰、お腹、頭へと少しずつ上の方へ水をかけてから入水</p>	
15	<p>【学習課題】いろいろなもぐり方ができるようになろう。</p> <p>※グループ対抗でいろいろなもぐりっこ競争を行うことを知らせる。(すべての合計得点で勝敗を決める) ※これまで学習した技能のポイントを使うこと、前時に学習したコツを使って友達の良い動きをたくさん見つけることを押さえる。</p>	
20	<div data-bbox="225 779 560 958" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>【もぐり方のポイント例】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・目を開ける。</li> <li>・息を吐く。</li> <li>・手や足を大きく使う。</li> <li>・頭を下げ、おしりを一度あげて。</li> </ul> </div> <div data-bbox="560 779 1098 958" style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>【いい動きを見つけるコツの例示】</p> <p>※動きのポイントを知っておく。 ・手足の動き、頭の動き、おしりの浮き沈み ※パディなどを使い、見る相手を決めておく。 (変化が分かるようにするためにも、決まった相手を見るようにするとよい。)</p> </div>	<div data-bbox="1145 958 1417 1003" style="border: 1px solid black; padding: 2px;">評価【知識及び技能④】</div> <div data-bbox="1098 1003 1426 1211" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ↓ ①</p> </div> <div data-bbox="895 1122 1098 1301" style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>競争の仕方の例であり、学級の実態に応じて種目や規則を設定する。(全種目の合計得点)</p> </div>
25	<p>○連続股くぐりリレー</p> <p>①プールサイドから1m間隔でグループ全員が股を広げて立つ。 ②スタートの合図で①が②～⑥の股をくぐり(途中の息継ぎ可)⑥までくぐったら①は⑥の前に立つ。 ③①が⑥の前に立ったら②が同様に全員の股をくぐり、①の前に立つ。(以下、繰り返す) ④反対側のプールサイドにもぐった人が着いたらゴール。 ※順位得点とする。 ※無理をせず、息継ぎをしながら運動を行うよう指導する。</p>	
30	<p>○グループ対抗水中にらめっこ</p> <p>①2グループで全員が向かい合って立つ。 ②「よーい、スタート」の合図で一斉にもぐり、水中でにらめっこをする。 ③勝った人数を得点とし、加算する。 ※勝敗が分かりにくいときは、引き分けとする。(勝敗を認めるよう押さえる)</p>	
35	<p>○石拾い競争</p> <p>※各グループから2人出場(1グループ6人の場合は3回戦行う)、拾った石は、所定の場所にバケツ等を置いて、そこに入れるようにし、拾った石の個数を得点としてその都度加算する。 ※石は、ゴム製のものが多い。(ゴムホースを10cmほどに切ったものでも代用できる)</p> <p>○見つけた友達のいい動きを伝え合う。 ※よい動きを見つけたことを称賛しながら、見つけた動きをどんどん発表させ、全体で共有する。</p>	
40	<p>○整理運動(使った部位をしっかりとほぐす) ○シャワー ○片付け</p> <p>【まとめ】ポイントを考えて、いろいろなもぐる運動をやるとうまくできるようになるね。</p>	
45	<p>○振り返り(学習カード記入、発表)</p>	
評価事項	<p>評価【知識・技能④】プールの底にタッチ、股くぐり、変身もぐりなどのいろいろなもぐり方ができる。(観察)</p>	

時間	7 時間目 (全 10 時間)	
重点的指導事項	●背浮きの姿勢で浮いたり、簡単な浮き沈みをしたりするポイントがわかる。	
活 動 内 容	5	<p>〈 水泳学習の約束 〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・プールサイドを走らない。</li> <li>・悪ふざけや危険な行動をしない。</li> <li>・プールに飛び込まない。</li> <li>・先生の話をよく聞く。</li> </ul> <p>○準備運動(音楽は意欲アップに効果的) ○本時のパディの確認</p> 
	10	<p>○シャワー 顔・胸・背中・腰・足を洗う 10秒程度洗うようにする ○入水 足から腰、お腹、頭へと少しずつ上の方へ水をかけてから入水</p> <p>【学習課題】 いろいろな浮きしずみのポイントを知ろう。</p>
	15	<p>○浮く運動 背浮き・だるま浮き ※教師がポイントを言葉かけしながら、自由に活動させてみる。 ※浮く運動に、進んで取り組んでいるか観察し、水を怖がる子供がいるときは、できるものから取り組ませるとともに、次のような配慮も都度行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ゴーグルをつけさせる。</li> <li>・ビート板や浮き輪、浮きヘルパー、ペットボトルなど、体が浮きやすいものを補助具として使わせる。</li> <li>・教師が個別に一緒に活動する。</li> <li>・他の子供よりもできる時間が短くても、伸びを称賛した声掛けを行う。</li> </ul> <p>※進んで運動に取り組んでいる子供の様子を、全体で紹介する。</p> <p>【課題に迫る発問】 上手に浮きしずみするためには、どんなことに気をつければいいかな？</p>
	20	<p>【浮き方のポイントの例示】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・大きく息を吸う。</li> <li>・全身の力を抜く。</li> <li>・あごを上げる。(上向き)</li> <li>・あごを引く。(下向き(底を見る))</li> </ul> <p>※ポイントの例示しながら、同様の動きをしていた友達がいなかった投げかけ、子供のいい動きを引き出す。 ※いい動きをしている子供を紹介し、全体の前で動きをさせる。 (いい動きを見せる子供はプールの中で、その他はブルーサイドで上から見るようにさせる)</p> <p>○ポイントを踏まえ、もう一度浮く運動をする。</p>
	25	<p>※苦手な児童には・・・</p> <p>【背浮き】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・補助具を使ったり、友達や教師に支えてもらったりさせる。</li> </ul> <p>【だるま浮き】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・膝を抱え込まず持つ程度にさせる。</li> <li>・一度沈むが浮いてくることを助言する。</li> </ul> <p>【変身浮き】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・一つの浮き方で浮いている時間を延ばす。</li> <li>・お話作りなどでイメージを持たせる。</li> </ul> <p>【連続したポビング】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・低学年で扱った呼吸のリズムを確認する。</li> <li>・友達と手をつないでポビングさせる。</li> </ul> 
	30	<p>【まとめ】 上手に浮くためには、大きく息を吸って、体の力を抜くといいね。 また、あごを引く(上向きは上げる)ことも大切だね。</p> <p>整理運動(使った部位をしっかりとほぐす) シャワー 片付け</p>
40	振り返り(学習カード記入、発表)	
45	図:文部科学省「まるわかりハンドブック」参照	
評価事項		

時間	8 時間目 (全 10 時間)		
重点的指導事項	【学びに向かう力、人間性等④】 動きのよさを伝え合う際に、友達の考えを認める。	【思考力、判断力、表現力等④】 運動のポイントや友達の動きのよさを伝える。	
5	○準備運動(音楽は意欲アップに効果的) ○本時のパディの確認	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>〈 水泳学習の約束 〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・プールサイドを走らない。</li> <li>・悪ふざけや危険な行動をしない。</li> <li>・プールに飛び込まない。</li> <li>・先生の話をよく聞く。</li> </ul> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 5px;"> <p>パディシステム → 水泳学習P.26</p> <p>2人1組で学習を進める方法</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・安全を確認め合う</li> <li>・進歩の様子を確認め合う</li> <li>・助け合い励まし合う</li> </ul> <p>などの効果が期待できる。</p>  </div>	
10	○シャワー 顔・胸・背中・腰・足を洗う 10秒程度洗うようにする ○入水 足から腰、お腹、頭へと少しずつ上の方へ水をかけてから入水		
10	【学習課題】 上手に浮くために、友達のよい姿を見つけて伝えよう。		
15	【課題に迫る発問】 友達にどんなことを伝えてあげればいいかな？		
15	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>【ポイントができていない姿の例示】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・大きく息を吸う。</li> <li>・全身の力を抜く。</li> <li>・あごを上げる。(上向き)</li> <li>・あごを引く。(下向き(底を見る))</li> </ul> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>【態度面の例示】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・何度も繰り返し進んで活動している。</li> <li>・パディにできばえを伝えている。</li> <li>・励ましの声掛け。</li> <li>・安全面に対する声掛け。</li> </ul> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>【その他の例示】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・うまくできないときのアドバイス。</li> <li>・やって見せて教えてくれた。</li> <li>・無理をしないで活動していた。</li> </ul> </div>
20	<p>※「友達が上手になるように」という視点を投げかけ、子供の考えを引き出しながら、例示を示して確認し、友達のしっかりと伝えることが大切なことを押さえ、共有する。</p> <p>※「なるほど」「そうか」と、まずは友達の意見を認め、自分が上手に浮くことができるように友達の考えを取り入れていくことが大切なことを押さえ、共有する。</p>		
20	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>指導【思考力、判断力、表現力等④】 指導【学びに向かう力、人間性等④】</p> </div>		
25	○浮く運動(教師が指示を出し、順に行う)		
25	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>※アドバイス例</p> <p>【背浮き】 「力を抜くといいよ。」 「お腹を突き出す感じにすると浮きやすいよ。」</p> <p>【だるま浮き】 「力を抜くといいよ。」 「膝を持つだけに見てみたら。」</p> <p>【連続したポビング】 「顔を上げたらパッと息を吐こう。」</p> </div>		
30		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>評価【思考力、判断力、表現力等④】</p> </div>	
35	○友達の良い伝え方を知る ※友達に伝えてもらったことやその伝え方で、うれしかったことを発表させ、全体で共有する。		
40	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>【まとめ】 自分の考えを伝え、互いに認め合って学習を進めると、楽しく活動ができるね。</p> </div> <p>整理運動(使った部位をしっかりとほぐす) シャワー 片付け</p>		
45	振り返り(学習カード記入、発表)		
45	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>評価【思考力、判断力、表現力等④】</p> </div>		
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【思考力、判断力、表現力等④】		



時間	9 時間目 (全 10 時間)	
重点的指導事項	指導【知識・技能④】 背浮きや簡単な浮き沈みができる。	
5	<p>○準備運動(音楽は意欲アップに効果的) ○本時のパディの確認</p>	<p>〈水泳学習の約束〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・プールサイドを走らない。</li> <li>・悪ふざけや危険な行動をしない。</li> <li>・プールに飛び込まない。</li> <li>・先生の話をよく聞く。</li> </ul>
		<p>パディシステム → 水泳学習P.76</p> <p>2人1組で学習を進める方法</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・安全を確認め合う</li> <li>・進歩の様子を確認め合う</li> <li>・助け合い励まし合う</li> </ul> <p>などの効果が期待できる。</p> 
10	<p>○シャワー 顔・胸・背中・腰・足を洗う 10秒程度洗うようにする ○入水 足から腰、お腹、頭へと少しずつ上の方へ水をかけてから入水</p> <p>【学習課題】 背浮きや簡単な浮き沈みができるようになろう。</p>	
15	<p>【課題に迫る発問】 上手くできるようになるポイントや伝え合いの姿は何だったかな？</p>	
	<p>【ポイントができていない姿の例示】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・大きく息を吸う。</li> <li>・全身の力を抜く。</li> <li>・あごを上げる。(上向き)</li> <li>・あごを引く。(下向き(底を見る))</li> </ul>	<p>【態度面の例示】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・何度も繰り返し進んで活動している。</li> <li>・パディにできばえを伝えている。</li> <li>・励ましの声掛け。</li> <li>・安全面に対する声掛け。</li> </ul>
		<p>【その他の例示】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・うまくできないときのアドバイス。</li> <li>・やって見せて教えてくれた。</li> <li>・無理をしないで活動していた。</li> </ul>
20	<p>※前時に学習したことについて再度確認をする。 ※確認したポイントや伝え合いの姿を活用し、パディやグループでアドバイスをし合いながら活動するよう押さえる。 ※新しい浮く運動を行うことを知らせ、互いにできるようになるよう、繰り返しやってみることを押さえる。</p> <p>【指導【知識・技能④】】</p> <p>○うまくなりたい浮く運動に挑戦する</p>	
25		
30	<p>※自分がもっとうまくなりたい浮く運動をパディに伝え、教え合いをしながら活動するよう声掛けをする。 ※パディでの活動を十分に行うことができたなら、グループで一緒に浮く運動を行うよう指示する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・全員で手をつないで大の字浮き</li> <li>・全員で手をつないでの変身浮き</li> <li>・全員で手をつないで背浮き</li> </ul>	
35	<p>○友達の良い動きや伝え方を紹介し合う。 ※友達の良い動きや、友達に伝えてもらったことやその伝え方でうれしかったことを発表させ、全体で共有する。</p>	
40	<p>【まとめ】 自分の考えを伝え、互いに認め合って学習を進めると、楽しく活動ができるね。</p> <p>整理運動(使った部位をしっかりとほぐす) シャワー 片付け</p>	
45	<p>振り返り(学習カード記入、発表)</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力等④】</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【学びに向かう力、人間性等④】 動きのよさを伝え合う際に、友達の考えを認めているか。(観察)</p>	

時間	10 時間目 (全 10 時間)										
重点的指導事項	●前時に学習した技能のポイントを使って、背浮きや簡単な浮き沈みをする。										
5 10 15 20 25 30 35 40 45	○準備運動(音楽は意欲アップに効果的) ○本時のパディの確認	<div data-bbox="671 315 1026 483" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>〈水泳学習の約束〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・プールサイドを走らない。</li> <li>・悪ふざけや危険な行動をしない。</li> <li>・プールに飛び込まない。</li> <li>・先生の話をよく聞く。</li> </ul> </div> <div data-bbox="1075 315 1430 483" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>パディシステム →水泳学習P.76</p> <p>2人1組で学習を進める方法</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・安全を確かめ合う</li> <li>・進歩の様子を確認し合う</li> <li>・助け合い励まし合う</li> </ul> <p>などの効果が期待できる。</p>  </div>									
	○シャワー 顔・胸・背中・腰・足を洗う 10秒程度洗うようにする ○入水 足から腰、お腹、頭へと少しずつ上の方へ水をかけてから入水										
	【学習課題】 できるようになった背浮きや簡単な浮き沈みを使って、グループ対抗の競争をしよう。										
	<div data-bbox="221 707 630 871" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>【浮き方のポイント例】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・大きく息を吸う。</li> <li>・全身の力を抜く。</li> <li>・あごを上げる。(上向き)</li> <li>・あごを引く。(下向き(底を見る))</li> </ul> </div> <p>※グループ対抗で競争を行うことを知らせる。(すべての合計得点で勝敗を決める) ※これまで学習した技能のポイントを使うことを押さえる。 ※競争であるが、互いに教え合いをするよう押さえる。 ※競争に夢中になって、無理をしないように指導する。</p> <p>下記は競争の仕方の例であり、学級の実態に応じて種目や規則を設定する。 (全種目の合計得点で競う)</p>										
	<p>○全員手をつないでの大の字浮き</p> <p>※全グループ一斉に行い、既定の時間(20秒~30秒)浮くことができるか競う。 ※成功したら5点、失敗したら2点加算する。 ※3回戦行う。</p> <div data-bbox="1131 898 1394 943" style="border: 1px solid black; padding: 2px;">評価【知識及び技能④】</div> 										
<p>○全員でラッコ浮き</p> <p>※全員一斉に行い、既定の時間(30秒~1分)浮くことができるか競う。 ※成功したら5点、失敗したら2点で、グループの人数の合計点を加算する。 ※3回戦行う。</p>											
<p>○ピンポン玉渡しリレー</p> <p>※プールの底の線を使って行う。(待機の仕方は図を参考に) ※ピンポン玉(ラージ球)を吹いて前に動かし、次の者に受け渡し、リレーをする。 ※順位得点を加算する。 ※2回戦行う。</p> <div data-bbox="999 1361 1369 1570" style="border: 2px solid blue; padding: 5px;"> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 80%;"></td> <td style="text-align: right;">⑥④② ← ①</td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">③</td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">⑤</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> </table> </div>		⑥④② ← ①		③		⑤					
	⑥④② ← ①										
	③										
	⑤										
整理運動(使った部位をしっかりとほぐす) シャワー 片付け											
【まとめ】 できるようになった背浮きや簡単な浮き沈みを使って、楽しく競争ができたね。											
振り返り(学習カード記入、発表) ※本時だけでなく、単元全体の技能の伸びや態度面の向上についても感想を述べ合う。											
	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【知識・技能④】 ポイントに気をつけて、背浮きの姿勢で浮いたり、簡単な浮き沈みをしたりできる。										