

#### 4 単元指導計画及び展開例

第3学年

【9月】

単元名 健康な生活 (G 保健) 全4時間

##### (1) 単元のねらい

知 : 健康な生活について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解することができるようにする。

思・判・表 : 健康な生活について課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現できるようにする。

学・人 : 健康な生活について、関心をもち、健康の大切さに気付き、自己の健康の保持増進に進んで取り組もうとすることができる。

##### (2) 単元構想

###### ①単元の流れ

|      | 1              | 2 | 3 | 4 |
|------|----------------|---|---|---|
| 学習活動 | 健康な生活について理解する。 |   |   |   |
|      | 自分の生活と比べる。     |   |   |   |
|      | 学習のまとめをする。     |   |   |   |

###### ②単元計画及び指導と評価の計画

| 時間 | 重点的な指導内容  |              | 評価           |
|----|---|--------------|--------------|
| 1  | ○健康の状態は、主体の要因や周囲の環境の要因がかかわっていることを理解する。<br>○教科書や資料などを見て、自分の生活を振り返るなどの活動に進んで取り組む。 | 知①<br>学・人①   | 知①<br>学・人①   |
| 2  | ○1日の生活の仕方について理解する。<br>○自分の生活と比べたり、関係を見付けたりして説明する。                               | 知②<br>思・判・表② | 知②<br>思・判・表② |
| 3  | ○体の清潔を保つ必要性について理解する。<br>○話合いや発表などの活動に進んで取り組む。                                   | 知③<br>学・人②   | 知③<br>学・人②   |
| 4  | ○身の回りの環境を整える必要性について理解する。<br>○教科書や資料などを基に課題や解決の方法を見付け、説明する。                      | 知④<br>思・判・表① | 知④<br>思・判・表① |

(3) 展開例 (ねらいの◎はその時間に重点的に指導する内容、学習活動の太字は重点的な指導場面)

第1時

本時のねらい

◎健康の状態は、主体の要因や周囲の環境の要因がかかわっていることを理解する。(知識①)

◎教科書や資料などを見て、自分の生活を振り返るなどの活動に進んで取り組む。(学びに向かう力、人間性等①)

| 学習活動  | 指導上の留意点   |
|---|---|
| 1 「あなたにとって、健康ってどんなこと」について、自分の考えを発表し合う。  | ○夢や希望が生き生きと生活するために大切なもので、それを<br>実現する土台が健康な心と体であること、健康について認識<br>を深めることが重要であることを確認する。これから始まる<br>保健学習はそのための大切な学習であることを確認する。  |
| 2 ワークシートを使って、心と体の調子をチェックする  | ○チェック項目にないことでも、自分が感じていることであればワークシートに書かせる。<br>○教科書の本文から健康とはどのような状態かを確認し、健康に心と体の両方が関係していることを押さえる。   |
| 3 本時の学習課題を知る。   |   |
| <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>【学習課題】 どうしたら健康でいられるか、自分の生活を振り返ろう。</p> </div>   |   |
| 4 ワークシートに、毎日の生活のしかたや身の回りの環境などによって、心や体の調子が変わった経験を記入する。   | <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>【課題に迫る発問】 健康でいられるためには、どのような生活のしかたをしたらいいかな。</p> </div> <p>○教科書の資料の例示を参考にして、自分のこれまでの経験を振り返らせる。よい変化だけでなく、調子が悪くなるような変化から考えさせてもよい。<br/>○出た意見を、心や体の調子の変化とそのときの生活のしかたや環境に分けて、因果関係がつかめるように板書する。</p> |
| <div style="border: 2px solid black; padding: 10px; background-color: #f0f0f0;"> <p>評価【学びに向かう力、人間性等①】<br/>教科書や資料などを見て、自分の生活を振り返るなどの活動に進んで取り組んでいたか。(観察・学習カード)</p> </div> |   |
| 5 学習のまとめをする。  |   |
| <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>【まとめ】<br/>生活のしかたや身の回りの環境が、健康と深く関係している。</p> </div>  |   |
| 6 ワークシートを使って、「かつよう」に取り組む。   | ○何人かの児童に、記入した結果とその理由を発表させ、それに対して他の児童の考えを出させる。   |
| <div style="border: 2px solid black; padding: 10px; background-color: #f0f0f0;"> <p>評価【知識①】<br/>健康の状態は、主体の要因や周囲の環境の要因がかかわっていることを理解していたか。(観察・学習カード)</p> </div>           |   |

第2時

本時のねらい

◎1日の生活の仕方について理解する。(知識②)

◎自分の生活と比べたり、関係を見付けたりして説明する。(思考力・判断力・表現力等②)

| 学習活動   | 指導上の留意点   |
|--|---|
| 1 前時の学習を振り返り、「チェックしよう」に取り組む。   | <p>○「健康とはどんなことか」「何が関係しているか」を確認し、「運動」「食事」「休養・睡眠」がどのように関係しているか学ぶことを予告する。</p> <p>○自分の生活の様子の特徴に気付かせる。</p>   |
| 2 本時の学習課題を知る。  |   |
| <p>【学習課題】健康のためには、どんな生活のしかたがよいのかを知ろう。</p>                                       |   |
| <p>3 はるかさんとたかしさんの生活を比べ、はるかさんが元気な理由を考える。</p> <p>ワークシート「考えてみよう」</p>              | <p>○睡眠のとり方、朝食、朝食までの時間のゆとり、夕食、寝るまでの時間の過ごし方、運動などについて考えさせる。</p> <p>○はるかさんが「〇〇ができています」のは、他にどんなことができるからそのことができるのかについても考えさせる。</p> <p>○以下のような説明をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・運動…気分がスッキリする。ぐっすり眠れる。体力がつく。</li> <li>・食事…活動や生活に不可欠なエネルギー源であり、特に朝食は1日の活動エネルギー源。間食や夜食のとりすぎは、朝食や夕食の不十分につながる。</li> <li>・睡眠…疲労回復や成長にとって重要。寝る時刻が以前に比べると遅くなり、睡眠時間も短くなっており、健康や成長によくない影響がある。</li> </ul> |
| <p>【課題に迫る発問】規則正しい生活をするのが大切だね。</p>  |   |
| <p>評価【知識②】<br/>健康な1日の生活の仕方について理解していたか。(観察・学習カード)</p>                           |   |
| 4 学習のまとめをする。   |   |
| <p>【まとめ】健康のためには、運動や食事、休養・睡眠などについて、規則正しいリズムのある生活を続ける。</p>                       |   |
| 5 ワークシートを使って、「かつよう」に取り組む。  | <p>○「チェックしよう」を振り返らせ、できている理由やできていない理由を考えさせる。</p> <p>○自分で取り組める工夫を考えさせる。できている場合は、それが継続できるような手立てを意識させる。</p>   |
| <p>評価【思考力、判断力、表現力等②】<br/>健康な生活について、自分の生活と比べたり、関係を見付けたりして説明していたか。(観察・学習カード)</p> |   |

第3時

本時のねらい

◎体の清潔を保つ必要性について理解する。(知識③)

◎話し合いや発表などの活動に進んで取り組む。(学びに向かう力、人間性等②)

| 学習活動  | 指導上の留意点   |
|---|---|
| 1 清潔にする理由を考える。<br>2 本時の学習課題を知る。   | ○少し考えさせてから、これから学習していくことを告げる。  |
| 【学習課題】体を清潔にするのは、なぜかを知ろう。  |   |
| 3 ぬれた脱脂綿で手を拭き、気付いたことをワークシートに記入した後で、発表し合う。<br><br>4 汗をかきやすいところ、かいた汗をそのままにしておくとうなるか、体を清潔にするために普段していることについて考え、発表し合う。 | ○汚れの正体について説明する。<br>・土や埃だけでなく、目に見えない細菌が付いている。<br>・細菌が原因で病気になることがある。<br>○教科書を見せて、次のことを理解させる。<br>・手を洗うことによって、細菌を少なくすることができる。<br>・水だけで洗うより、せっけんで洗った方が、細菌が落ちる。<br>・爪の間が最も汚れやすい。<br>○掲示資料を見せて、手の洗い方を説明する。<br>○教科書を見せて、皮膚の汚れについて説明する。<br>○あかが、細菌の栄養になることを補足説明する。<br>○汗をかきやすいのは、頭、わきの下、手、足であること、性器や肛門の周りも汚れやすいことを押さえ、入浴などのときに特に気を付けて洗う必要があることを伝える。<br>○汗があると細菌や汚れが付きやすいこと、細菌が増殖すると嫌な臭いが出ることなどを確認する。 |
| 評価【学びに向かう力、人間性等②】<br>話し合いや発表などの活動に進んで取り組んでいたか。(観察・学習カード)  |   |
| 5 下着やハンカチを替える理由を話し合う。<br>6 学習のまとめをする。   | ○下着やハンカチが汚れたままだとどうなるかを押さえる。   |
| 【まとめ】体を清潔にしたり、清潔な衣服やハンカチを身に付けたりすることで、病気をふせいだり、気持ちよく生活したりすることができる。   |   |
| 7 ワークシートを使って、「かつよう」に取り組む。   | ○学習したことを参考に、考えを書かせ発表させる。<br>【課題に迫る発問】<br>！なぜ体を清潔にすることが大切だったのかな。   |
| 評価【知識③】<br>体の清潔を保つ必要性について理解していたか。(観察・学習カード)   |   |

第4時

本時のねらい

◎身の回りの環境を整える必要性について理解する。(知識④)

◎教科書や資料などを基に課題や解決の方法を見付け、説明する。(思考力、判断力、表現力等①)

| 学習活動  | 指導上の留意点  |
|---|--|
| <p>1 教室の明るさを変え、気付いたことを発表する。</p> <p>2 本時の学習課題を知る。</p>  | <p>○目には、取り込む光の量を調節する仕組みがあることを説明し、明るすぎたり暗すぎたりすると、目が疲れ、視力が低下することがあることを押さえる。</p>  |
| <p>【学習課題】身の回りのかんきょうと健康との関係について考えよう。</p>   |  |
| <p>3 ワークシートを使って、ちょうどよい明るさにするためにはどうすればよいか考え、発表し合う。</p> <p>4 教科書の図を見て、部屋の空気について考え、発表し合う。</p>    | <p>○カーテンやブラインド、採光や間接照明などでちょうどよい明るさに調整することを伝える。</p> <p>○空気中には、目に見えない埃やちり、病原体が浮遊していることを説明する。空気に病原体が浮遊していても、すぐに病気になるわけではないことを補足する。</p> <p>○二酸化炭素が増加すると酸素が不足し、頭痛などが起こることを説明する。</p> |
| <p>5 換気をしたときの様子について考える。</p>   | <p>○教科書の写真を見て、換気をしたときの様子について、考える時間を確保する。</p> <p>【課題に迫る発問】<br/>窓を開けると部屋の空気はどうなるかな。</p>  |
| <p>評価【思考力、判断力、表現力等①】<br/>資料を基に課題や解決の方法を見付け、説明していたか。(観察・学習カード)</p>                             |  |
| <p>6 学習のまとめをする。</p> <p>【まとめ】<br/>健康で気持ちよくすごすためには、空気の入れかえや、明るさの調節などして、身の回りの環境を整えることが大切である。</p> |  |
| <p>7 ワークシートを使って、「かつよう」に取り組む。</p>  | <p>○日頃から自分の周りの人の健康を考えて、心がけておくようにすることが大切であることを確認する。</p>   |
| <p>評価【知識④】<br/>身の回りの環境を整える必要性について理解していたか。(観察・学習カード)</p>                                       |  |
| <p>8 みんなの健康を守るための活動を確認する。</p>   | <p>○自分の健康はみんなの支え合いで、守られていることに気付かせる。</p>  |

#### 4 単元指導計画及び展開例

##### 第3学年

【4月】第1週【9月】第2週【1月】第2週

単元名 体づくり運動（ア・体ほぐしの運動） 全9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（学年の発達の段階に合わせた言葉かけを）

|            |   |   |
|------------|---|---|
| 心と体の変化に気付く | <p>○心や体の変化の気付き</p> <ul style="list-style-type: none"> <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良いこと。</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   |
| ○伸び伸びとした動作で運動することが苦手                                   | ・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。   |
| ○心や体の変化に気付くことが苦手                                       | ・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。   |
| ○友達と関わり合いながら運動することが苦手                                  | ・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。  |
| 思考力・判断力・表現力  |  |
| 他者に伝える場面   | 手立て・配慮   |
| ○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。 | <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、自己の気づきを発表したり、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づきや、行ってみたい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   |
| ○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。                            | ・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。  |
| ○友達と関わり合うことが苦手な運動に意欲的に取り組めない                           | ・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。  |
| ○運動への興味や関心がもてず意欲的に取り組めない。                              | ・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。  |

(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

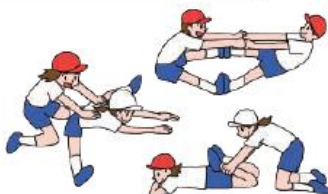


リズムによって、かけ声をかけて

互いの体に気付き合いながらペアでのストレッチ



気持ちのよいところまで押しやり引っ張ったり



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。)

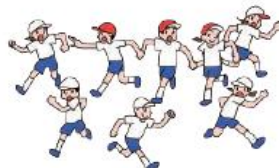


横一列でタイミングを合わせて

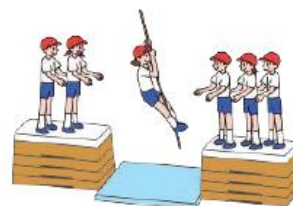
伝承遊びや集団による運動



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

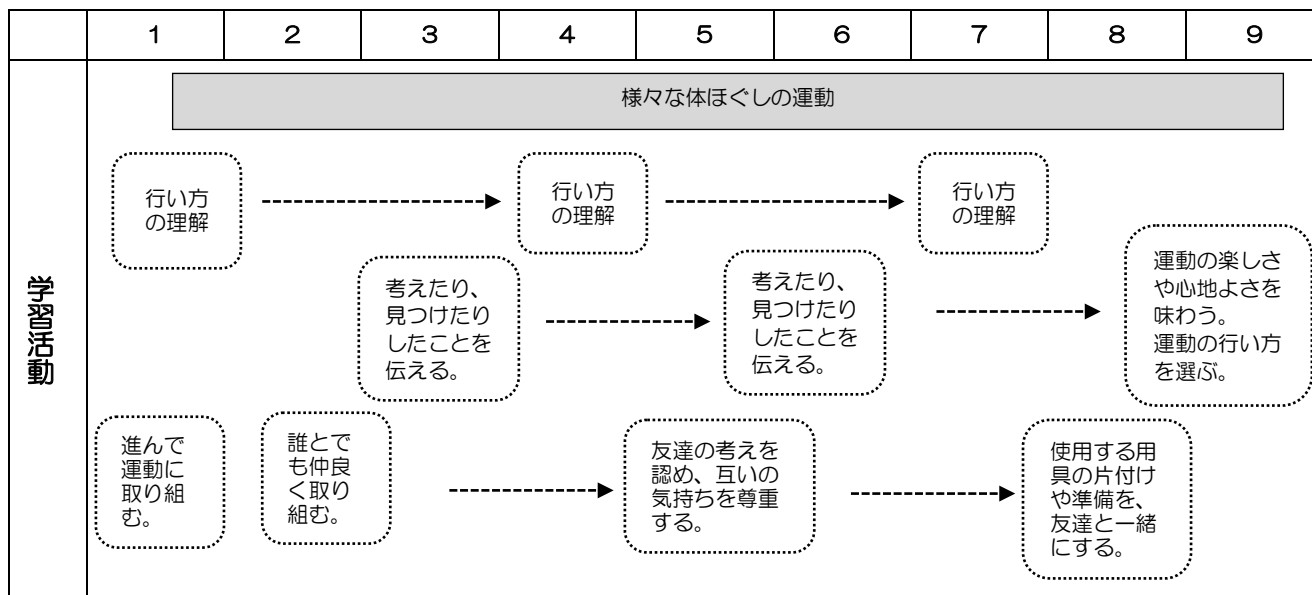
### ①目指す子供の姿

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。

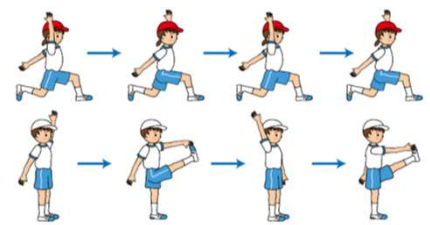
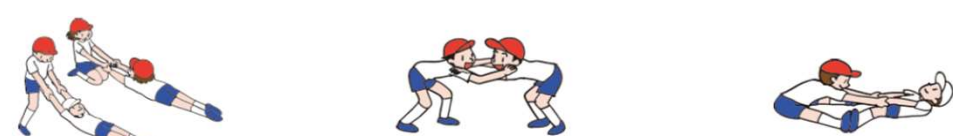
### ②単元の流れ

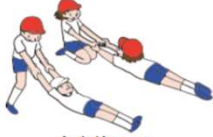




### ③単元計画及び指導と評価の計画

| 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。<br>○体ほぐしの運動に進んで取り組む。           | 知・技①<br>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、見つけたりしたことを伝える。       | 思・判・表③        | 思・判・表③<br>人間性等② |
| 4  | ○いろいろな体ほぐしの運動の行い方を知る。                                | 知・技①          | 知・技①            |
| 5  | ○友達の考えを認めたり、互いの気持ちを尊重し合ったりしようとする。                    | 人間性④          |                 |
| 6  | ○友達の運動の行い方と自己の行い方を比べるなどして、自己の課題を見付ける。                | 思・判・表①        | 思・判・表①<br>人間性④  |
| 7  | ○いろいろな体ほぐしの運動の行い方を知る。                                | 知・技①          | 知・技①            |
| 8  | ○使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にする。                            | 人間性等③         |                 |
| 9  | ○運動の楽しさや心地よさを味わったり、様々な基本的な体の動きを身に付けたりするための運動の行い方を選ぶ。 | 思・判・表②        | 思・判・表②<br>人間性③  |

| 時間             | 4 時間目 (全 9 時間)   |  |
|----------------|--|--|
| 重点的指導事項        | <b>【知識・技能(運動)①】</b><br>体ほぐしの運動の行い方を知る。<br><b>【本時: 友達との交流を主とした活動】</b>   |  |
| 5              | <<準備運動>><br><<学習カードの記入>>(今の気持ちなど)<br><br><b>【学習課題】</b> いろいろな体ほぐしの運動の行い方を知ろう。   |  |
| 10<br>15       | <<オリエンテーション>><br>・試しの運動。(教師の模範のもと、いろいろなストレッチを行う。)<br><br><b>ミラーストレッチ</b><br>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<br><br>どこが伸びたり曲がったりしているかな<br><br>鏡役 人間役<br>友達の動きをまねて、ゆっくり大きく動こう   |  |
| 20             | <<振り返り>><br>(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。)<br><br><br>力を抜いて 対話をしながら 気持ちのよいところまで  |  |
| 25<br>30<br>35 | <<リラックスしながらペアでのストレッチを行う>><br>・本時は、「力を抜いて」という点に重点を置く。<br>・安全に留意し、できるだけ屋内で行う。<br><br><b>【課題に迫る発問】</b> ストレッチを行うと、どんな気持ちになりますか。<br><b>指導【知識・技能(運動)①】</b><br>※無理をせず、力を抜いて運動すると心地よいことを押さえる。また、その際、運動のやり方や順番を間違わないようにすることも大切であることを確認する。<br>※ペアの友達に声掛けをしながら体の調子(伸ばす限界等)に合わせて無理をしないことについても押さえる。<br><br><b>体を動かしながらストレッチ</b><br>手や足を大きく振りながら大きくゆっくりと動く<br><br>動きを大きく、ていねいにゆっくりやろう<br><br>●音楽に合わせてストレッチ<br>●友達とリズムを合わせてストレッチ<br><br><b>【確認したいこと】</b><br>○始まりは、左右どちらから?<br>○手足は伸ばすの?曲げるの?<br>○姿勢は?<br>○回数は?<br><br><b>評価【知識・技能(運動)①】</b> |  |
| 40             | <<振り返り>><br>・学習カードの記入<br>・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。<br>・1人でしたときと、2人でしたときの違いについても触れる。<br><br><b>【まとめ】</b> 無理をしないでストレッチを行うと、気持ちが良くなるし、2人ですると、いつもより楽しく運動ができるね。運動のやり方がわかっておくことも大切だね。   |  |
| 45             | <<整理運動>><br>・手首・足首・首のストレッチ<br><br><<片付け>><br><br>図: 体育まるわかりハンドブック<<文部科学省>>   |  |
| 評価事項           | <b>評価【知識・技能(運動)①】</b><br>いろいろな体ほぐしの運動の行い方を知る。(観察・動画)   |  |

| 時間                                       | 5 時間目 (全 9 時間)   |  |
|--|--|--|
| 重点的指導事項                                  | <b>【学びに向かう力、人間性等④】</b><br>友達の考えを認めたり、互いの気持ちを尊重し合ったりしようとする。   | 【本時: 体への気づきを主とした活動】  |
| 活動内容                                     | <<準備運動>><br><<学習カードの記入>>(今の気持ちなど)<br><b>【学習課題】</b> 友達のことを考えて声をかけ合いながら、体ほぐしの運動をしよう。   |  |
|  | 5 <<個人でのストレッチ>><br>・最初は教師の模範のまねをする。  | <b>体を動かしながらストレッチ</b><br><small>手や足を大きく振りながら大きくゆっくりと動く</small><br> <p>動きを大きく、ていねいにゆっくりやろう</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●音楽に合わせてストレッチ</li> <li>●友達とリズムを合わせてストレッチ</li> </ul>  |
|  | 10 <<「力を抜いて」ペアでのストレッチを行う>><br>・前時のことを、思い出しながら取り組ませる。引っ張りすぎないことを指導する。<br>・できるだけ、屋内が望ましい。  |  <p>力を抜いて                      対話をしながら                      気持ちのよいところまで</p> <p>※前半の活動で、友達からどんな声をかけてもらったのか、そのときどんな気持ちになったのかを全体で発表し合い、ペアがリラックスして心地よいと感じる声掛けが大切であることを押さえる。</p>  |
|  | 25 <<「力を抜いて」ペアでのストレッチを再度行う>><br>・共有した良い言葉かけを使った対話をするという点に重点を置く。  | <b>【課題に迫る発問】</b> 相手をもっとリラックスさせるために、どんな声掛けをしたらよいだろうか？<br><b>【考えるための例示】</b><br>※相手を気遣う。<br>・「痛くない?」「まだ大丈夫?」「すごい!」<br>※力の加減を訪ねる。<br>・「もう少し引っ張る? 緩める? 止める?」<br>※プラス1を促す。<br>・「息を吐いて〜」「つま先まで伸ばして〜」<br>※例示の視点を投げかけながら、前半の振り返りで出た声掛けも含め、たくさん引き出す。<br>※子供から出た言葉かけを類型化して板書する。<br>※普段の学級経営や道徳との関連も図りながら、心地よい言葉かけは体だけでなく心も元気にすることを押さえる。<br><b>指導【学びに向かう力、人間性等④】</b> |
|  | 35 <<振り返り>><br>・学習カードの記入<br>・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。<br>・相手のことを気遣いながらできたペア、自分の体の状態を気づきながらできた児童などを紹介する。<br>・保健分野の「健康な生活」と関連させて、指導を行う。 | 40 <<まとめ>> <b>【まとめ】</b> 声をかけあいながら体ほぐしの運動をすると、相手の気持ちや体の様子がよく分かるね。<br>相手の様子を考えると、言葉を掛けて運動をすると、心と体が心地よくなるね。   |
| 45 <<整理運動>><br>・手首・足首・首のストレッチ<br><<片付け>> | 図: 体育まるわかりハンドブック<<文部科学省>>  |  |
| 評価事項                                     | <b>【学びに向かう力、人間性等④】</b><br>友達の考えを認めたり、互いの気持ちを尊重し合ったりしようとする。(観察・学習カード)   |  |

| 時間                               | 6 時間目 (全 9 時間)  |  |
|----------------------------------|---|--|
| 重点的指導事項                          | <p>【思考・判断・表現①】友達の運動の行い方と自己の行い方を比べるなどして、自己の課題を見付け、解決するために様々な運動の行い方を選んだり、友達と一緒に行い方を試したりする。</p> <p>【本時：体への気づきを主とした活動】</p>  |  |
| 5                                | <p>《準備運動》<br/>《学習カードの記入》(今の気持ちなど)<br/>【学習課題】友達と自分の運動のやり方を比べて、自分の課題を見付け、課題の改善を目指して運動を工夫しよう。<br/>【課題に迫る発問①】自分の課題を見つけるには、友達と自分のどんな違いを見つければ良いのかな？</p> <p>【考えるための例示】<br/>※力の抜き方。(体全体の力が抜けているか)<br/>※無理をせず、気持ちのよいところで動きを止めているか。<br/>※声のかけ方(前時で学習したことを使っているか)</p> <p>※3人トリオや4人の兄弟チームを組み、互いのやり方を見合い、気づきの声を掛け合うようにさせる。(運動の数は減らして)<br/>※課題だけでなく、良い点をもっと伸ばす工夫でもよいことを知らせる。<br/>※運動の心地よさを感じるような力の加減とする。</p> <p>《「対話をしながら」ペアでのストレッチを行う》<br/>・前時のことを、思い出しながら、教師が示した視点をもって取り組ませる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">評価【学びに向かう力、人間性等④】</div>  |  |
| 10<br>15<br>20<br>25<br>30<br>35 | <p>《振り返り》<br/>・例示をもとに、児童の感想や気づきを発表させ、それぞれの課題やもっと良くする点を確認させる。</p> <p>【課題に迫る発問②】自分の課題の改善に向けて、後半はどんな運動のやり方の工夫をしますか？</p> <p>【考えるための例示】<br/>※前半に示した例示でうまくできていないものを改善する。<br/>※3人トリオや4人組で役割を決めて。<br/>・声をかける係、運動を補助する係、タイムお知らせ係 等<br/>※回数から時間制へ。(時間制から回数へ)<br/>※運動の時間を延ばす(短くする)<br/>※動く距離を延ばす(短くする)</p> <p>※運動の心地よさを感じることで、自分や友達の体の様子がよりよく改善される(良い点をもっと伸ばす)こと、が単元のねらいであることを押さえる。<br/>※体ほぐしの運動のねらいを踏まえ、トレーニングとして負荷を高めたり、正確な動きを求めたりすることがないように留意し、ペアやトリオ、4人組での話し合いで出されたものから選んだり組み合わせたりして、後半の運動を行うことを押さえる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">指導【思考・判断・表現①】</div> <p>《対話をし、リラックスしながらペアでのストレッチを行う》<br/>・選んだり組み合わせたりしたものを試すことに重点を置く。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <br/>力を抜いて </div> <div style="text-align: center;"> <br/>対話をしながら </div> <div style="text-align: center;"> <br/>気持ちのよいところまで </div> </div> |  |
| 40<br>45                         | <p>《振り返り》<br/>・学習カードの記入<br/>・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。<br/>・課題の改善へ変化見られたグループを紹介する。</p> <p>《まとめ》<br/>【まとめ】声をかけ合ったり、2人で協力して自分のできるところまでを探したりするといいいね。<br/>楽しく、心地よい運動とするためには、やり方を工夫することが大切だね。</p> <p>《整理運動》<br/>・手首・足首・首のストレッチ</p> <p>《片付け》</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">図：体育まるわかりハンドブック《文部科学省》</div>  |  |
| 評価事項                             | <p>評価【思考・判断・表現①】<br/>友達の運動の行い方と自己の行い方を比べるなどして、自己の課題を見付け、解決するために様々な運動の行い方を選んだり、友達と一緒に行い方を試したりしている。(観察・学習カード)</p>   |  |

#### 4 単元指導計画及び展開例

【9月】

単元名 鉄棒運動 (B 器械運動) 全7時間

##### (1) 単元のねらい

技・知 : 鉄棒運動では、その行い方を知るとともに、支持系の基本的な技をすること。

思・判・表 : 自己の能力に適した課題を見付け、技ができるようにな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。

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、場や器械・器具の安全に気を付けたりすること。

##### (2) 運動の仕方等

鉄棒運動では、自己の能力に適した支持系の基本的な技をすること。また、基本的な技に十分に取り組んだ上で、それらの発展技に取り組んだり、技を繰り返したり組み合わせたりすること。

##### (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)

|          |  |                  |
|----------|--|------------------|
| 抱え込み前回り  | <ul style="list-style-type: none"> <li>ツバメの姿勢で、背中を伸ばし、顔を上げて前を見る。</li> <li>脚を抱えている時に、脇を締める。</li> <li>肘を鉄棒で押さえて、体を振る。</li> </ul>                             | 前方支持回転<br>(発展)   |
| 転向前下り    | <ul style="list-style-type: none"> <li>鉄棒をまたいで座る。</li> <li>支える手を持ち替える。</li> </ul>  | 片足踏み越し下り<br>(発展) |
| 膝掛け振り上がり | <ul style="list-style-type: none"> <li>片膝をかけて、体を大きく振る。</li> <li>かけていない方の足は真っ直ぐ延ばす。</li> <li>膝をけた後、かかとを素早くおしりへひきつける。</li> <li>手首を返し、回転に合わせて胸を張る。</li> </ul> | 膝掛け上がり<br>(発展)   |
| 前回り下り    | <ul style="list-style-type: none"> <li>鉄棒からおなかを離さない。</li> <li>最後まで回りきってから着地する。</li> <li>着地の足が、鉄棒よりも後ろに来るように肘を曲げる。</li> <li>手首を返して回転をする</li> </ul>          | 前方支持回転<br>(発展)   |
| 前方片膝掛け回転 | <ul style="list-style-type: none"> <li>肘と背中をしっかり伸ばして回る。</li> <li>手首を返して起き上がる。</li> </ul>   | 前方もも掛け回転<br>(発展) |

(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  |
| ○前回り下りが<br>苦手    | ふとん干しなどの鉄棒に腹を掛けて揺れる運動遊びに取り組んだり、補助を受けて回転しやすくしたりして、勢いのつけ方や体を丸めて鉄棒から離さない動きが身に付くようにする。                                      | ○見付けたポイントを伝える例<br><br>○目印を置くなどして、友達の技の出来ばえを伝える例 | つまずいていた技が上手にできた際に、わかったことを言葉で伝えたり、連続図の絵の横に付箋を貼って文字で示したりして伝えさせる。<br><br>友達の手の着く位置や着地する位置、目線が向く場所に目印を置いて、動きのできればえを友達に伝えさせる。 | ○技の恐怖心がある児童<br><br>○技への不安感がある児童 | 落ちても痛くないようにマットを敷いたり、回転しやすいように鉄棒に補助具を付けたりして、場を工夫する。<br><br>必要な体の動かし方や運動感覚が身に付くように、低学年で学習した運動遊びに取り組む場を設定する。 |
| ○かかえ込み前<br>回りが苦手 | ふとん干しの姿勢から足を抱えて揺れたり、支持の姿勢からふとん干しを繰り返したりするなどの鉄棒に腹を掛けて揺れる運動遊びに取り組んだり、補助や補助具で回転しやすくしたりして、勢いのつけ方や体を丸めて鉄棒から離さない動きが身に付くようにする。 |   |  |                                 |   |
| ○転向前下りが<br>苦手    | ツバメの姿勢から鉄棒上に片足を掛けて座ったり、台などを設置して足を台上につけて行ったりして、バランスをとる動きが身に付くようにする。  |   |  |                                 |   |

|                            |  |  |  |  |  |
|----------------------------|--|--|--|--|--|
| <p>○膝掛け振り上がり<br/>がりが苦手</p> | <p>片膝を掛けて大きく振れるように補助を受けて回転したり、鉄棒に補助具をつけて回転しやすいようにしたりして振りの勢いを利用して起き上がる動きが身に付くようにする。</p>               |  |  |  |  |
| <p>○前方片膝掛け<br/>回転が苦手</p>   | <p>鉄棒上に片足を掛けて座ったり、鉄棒に片膝を掛けて揺れたりして、バランスをとって回転を開始する姿勢をつくったり、体を揺らしてから振りの動きを利用して回転したりする動きが身に付くようにする。</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

解説に例示として示されている運動 → 解説 P.45・46



基本的な上がり技の例示 ～膝掛け振り上がり, 補助逆上がり～ → 発展技 ～腰掛け上がり, 逆上がり～

技に関連した易しい遊びなど

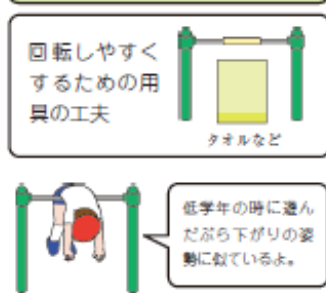


発展技：逆上がり



基本的な支持回転技の例示 ～かかえ込み回り, 後方片膝掛け回転～ → 発展技 ～前方(後方)支持回転, 前方片膝掛け回転～

技に関連した易しい遊びなど

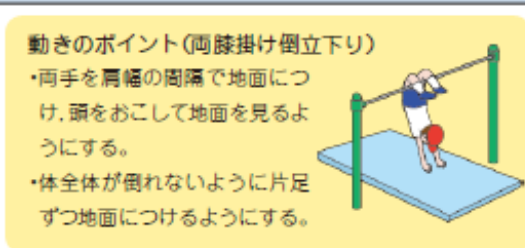
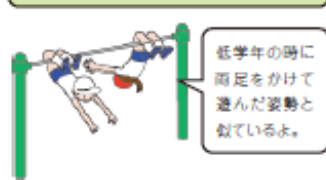


発展技：後方支持回転

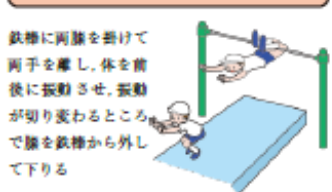


基本的な下り技の例示 ～前回り下り, 転向前下り, 両膝掛け倒立下り～ → 発展技 ～片足踏み越し下り, 両膝掛け振動下り～

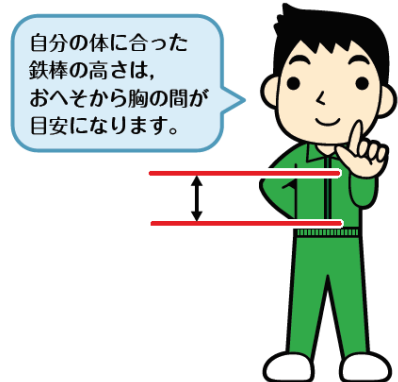
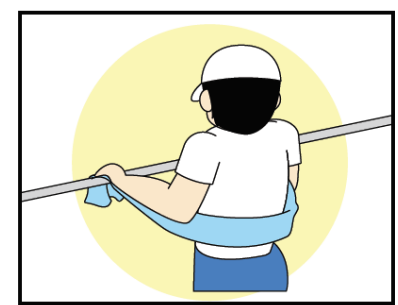
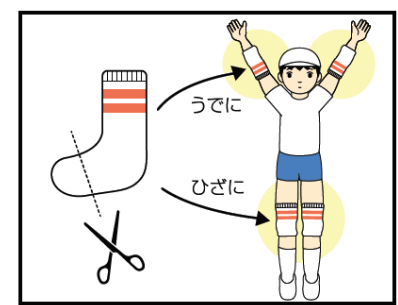
技に関連した易しい遊びなど



発展技：両膝掛け振動下り



◇効果的な補助具





## 授業づくりの留意点

指導の充実のために → 解説 P.45・46

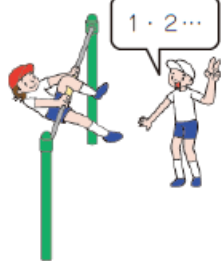
### 技が習得できるように段階的に取り組める運動の行い方や場を工夫する

#### 運動の行い方の工夫

基本的な上がり技や支持回転技、下り技を身に付けることができるように、コツとなる動きのポイント\*を具体的に取り上げるとともに、基礎となる感覚を段階的に習得できる運動遊びなどを取り入れるようにします。\*「動きのポイント」は左のページを参照

#### <段階的な指導の例>

- ・腹でのぶら下がり遊び→かかえ込み回り
- ・ジャングルジムや登棒で体を振ったり回ったりする遊び→補助逆上がり、後方膝かけ回転
- ・両膝掛けで体を振る遊び→両膝掛け倒立下り、両膝掛け振動下り など



振り足のつま先をできるだけ遠くに伸ばすようにして大きく振ってみよう。友達の手は何回タッチできるかな。

振り足が伸びてきたよ。その調子で大きく振って。



#### 運動の場の工夫

児童が基本的な技を習得するとともに、それらの発展技に取り組んだり、技を繰り返したり、組み合わせたりするために、自分の課題に合った練習方法や練習の場を選ぶなど、活動を工夫できるように、運動の場を複数設けたり、補助具を用意したりします。

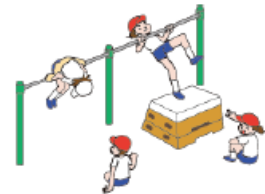
#### <技の組合せの例>

- ・膝掛け振り上がり→後方膝掛け回転
- ・かかえ込み回り→前回り下り など

#### <運動の場を工夫する際の留意点>

- ・運動の場を複数設ける時は、指導の行き届く範囲とし、安全に留意する。
- ・補助具は、学習のねらいに応じて用意し、児童が正しく活用できるよう十分に指導する。

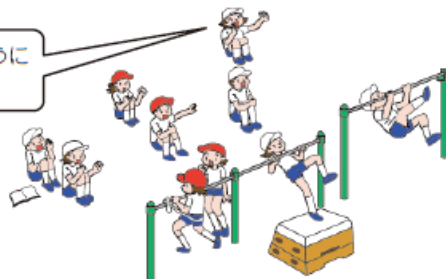
練習方法や練習の場所を自分で選んで、できるようになった技を繰り返したり、組み合わせたりしてみよう。基本的な技の練習にじっくりと取り組みましょう。



### 課題をもてるように言葉かけを具体的にする

児童が友達と励まし合ったり、自分の力に応じた練習方法などを選んだりしながら、基本的な上がり技や支持回転技、下り技に取り組み、それぞれについて自己の能力に適した技ができるように、指導のねらいを明確にし、児童が課題に気付ける言葉かけを具体的にを行うようにします。

腰が鉄棒から離れないようにするといいいよ。



逆上がりのコツは何か。腰と鉄棒の位置を手がかりにして友達の動きを見てみましょう。

技のポイントを知るとともに、自分の課題を見付けることを意図して言葉かけをします。



## (6) 単元構想

### ①目指す子供の姿

転向前下りで格好よく下りられるようになりました。



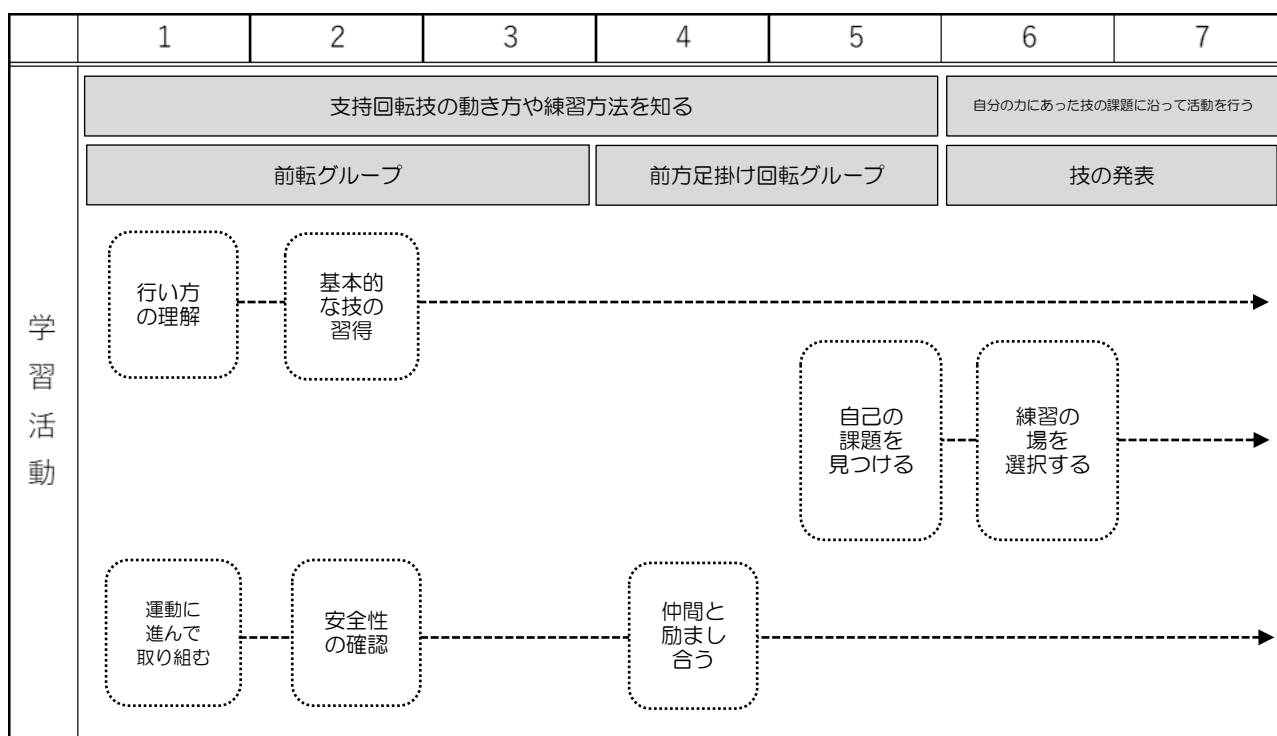
友達と励まし合ったり、補助し合ったりして練習しました。



自分に合った器具を選んで踏み越す練習をしたら、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  | ○鉄棒の行い方や学習する鉄棒の技を知る。<br>○紹介された技に、進んで取り組む。 | 知・技④<br>学・人① | 知・技④           |
| 2  | ○場の危険物を取り除いたり、試技の開始前の安全を確認めたりする。          | 学・人⑤         | 学・人①           |
| 3  | ○自己の能力に適した支持系の基本的な技をする。                   | 知・技⑤         | 学・人⑤           |
| 4  | ○きまりを守り、だれとでも仲良く励まし合う。                    | 学・人②         |                |
| 5  | ○技や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。            | 思・判・表①       | 思・判・表①         |
| 6  | ○動きのポイントについて見合ったり教え合ったりしやすくなるような練習の場を選ぶ。  | 思・判・表②       | 思・判・表②<br>学・人② |
| 7  | ●技の出来栄えを確かめる。                             |              | 知・技⑤           |

支持系  
(前方支持回転技)

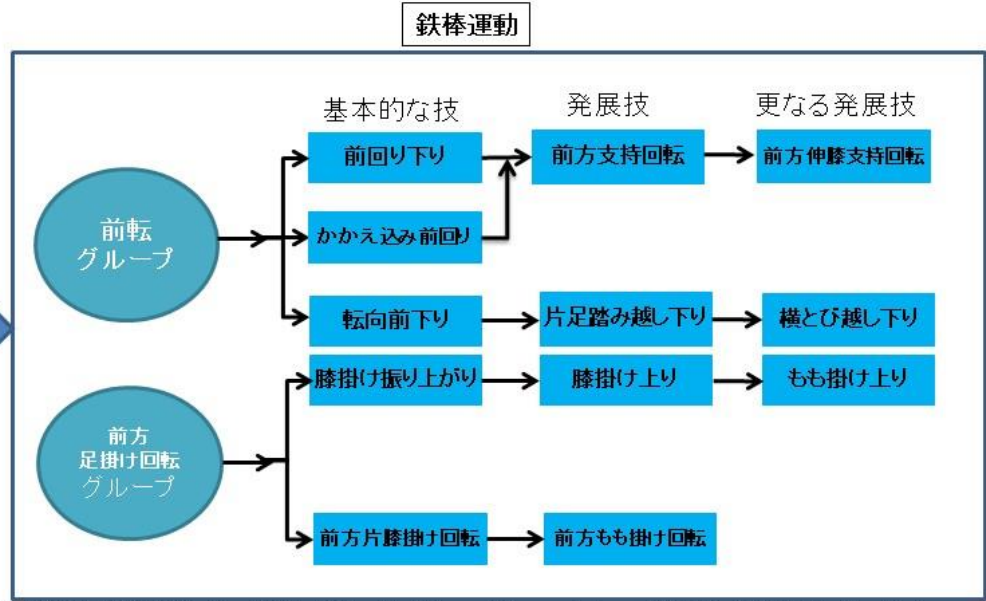
鉄棒を使った運動遊び

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

固定施設を使った運動遊び

- ジャングルジム
- 雲梯
- 登り棒
- 肋木

鉄棒運動の系統図1 ※左に行くほど易しく、右に行くほど難しくなります



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

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

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

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

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

支持系  
(後方支持回転技)

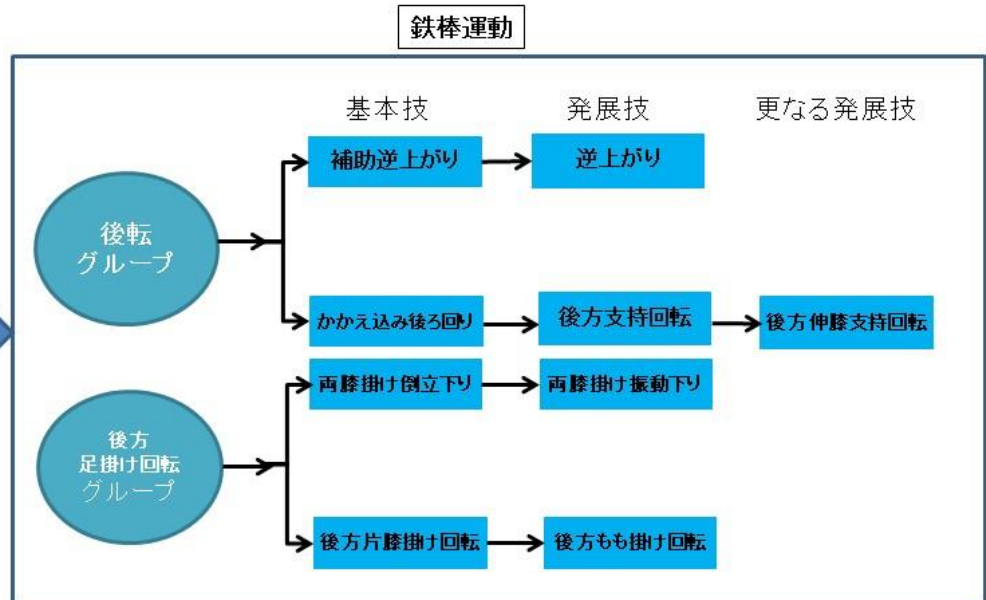
鉄棒を使った運動遊び

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

固定施設を使った運動遊び

- ジャングルジム
- 雲梯
- 登り棒
- 肋木

鉄棒運動の技の系統図2 ※左に行くほど易しく、右に行くほど難しくなります



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

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

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

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

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

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

中学1、2年

中学3年

鉄棒運動の主な技の例示

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

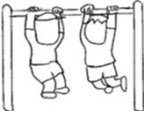

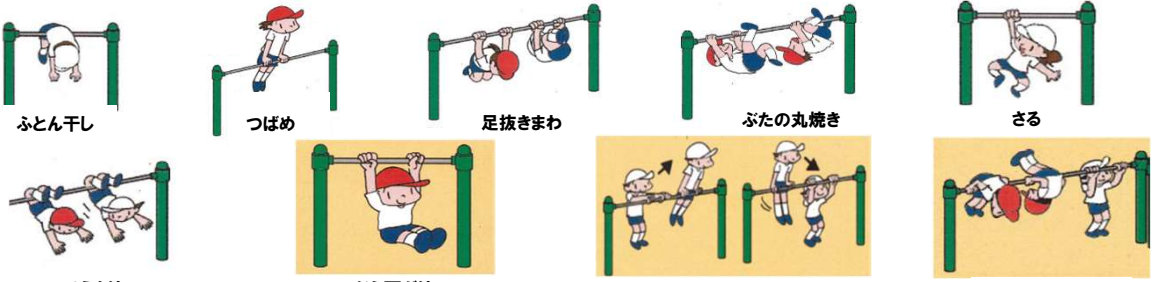

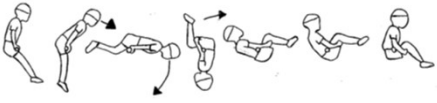




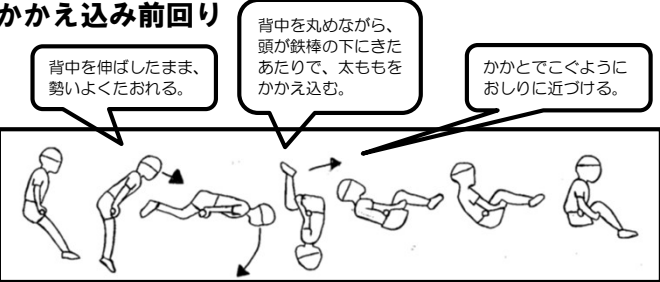
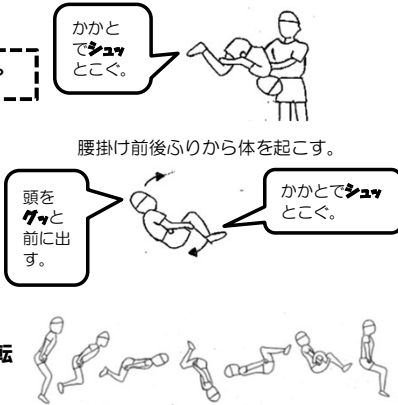

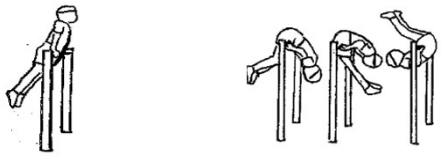
鉄棒運動の主な技の例示



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


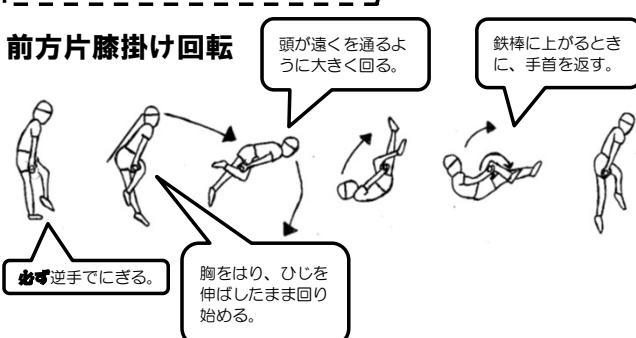


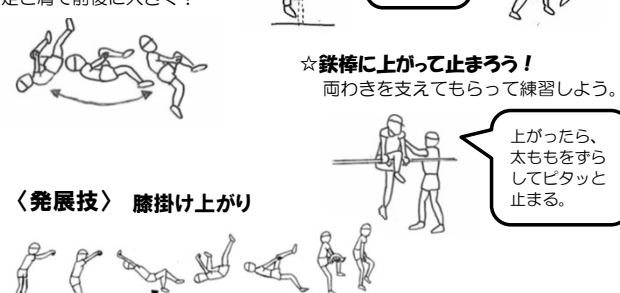


(8)展開例


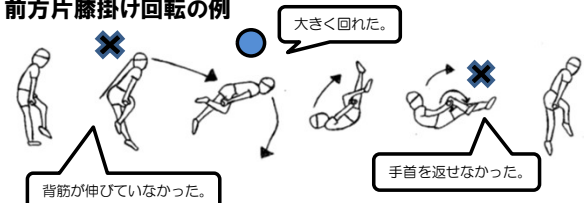
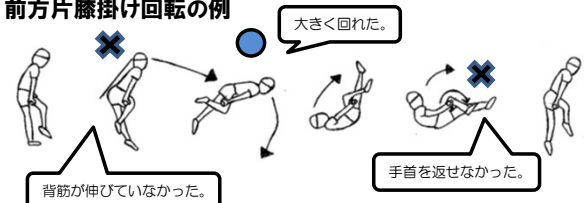
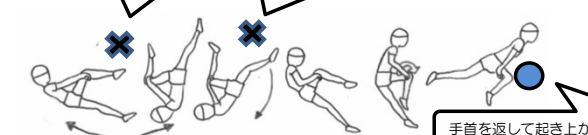
| 時間       | 1 時間目 (全 7 時間)  |  |
|----------|---|--|
| 重点的指導事項  | 【知識及び技能④】<br>鉄棒の行い方や学習する鉄棒の技を知る。  | 【学びに向かう力、人間性等①】<br>紹介された技に、進んで取り組む。  |
| 5        | <p>○準備運動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・動かす部位を回す、伸ばす。</li> <li>・ジャックナイフストレッチ</li> <li>・鉄棒遊び</li> </ul> <p>〈鉄棒遊びの例〉</p>  <p>ぶら下がり競争</p> <p>※声を出し合いながら、元気よく行う。</p>  |  |
| 10       | <p>〈オリエンテーション〉</p> <p>【学習課題】鉄棒の行い方やこれから学習する鉄棒の技を知ろう。</p> <p>○学習の進め方</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・全7時間の流れ、準備物の確認、学習カードの書き方、グループ編成など。</li> </ul> <p>○安全指導</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・危険物の確認、試技前の安全確認、試技の順番、鉄棒の握り方(特に親指には注意)など。</li> </ul> <p>○技の系統性について知る</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・これまでに学習した技、これから学習する技の確認。</li> </ul> |  |
| 15       | <p>指導【知識・技能④】</p> <p>※ビデオ等をデジタルテレビやIpad等で見せられることが望ましい。難しい場合は、運動図でも可。</p> <p>【課題に迫る発問】これまで、どんな技を学習してきましたか？</p>   |  <p>順手      逆手      片逆手</p>  |
| 20<br>25 | <p>○1・2生で学習してきた技を振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ふとん干し ・つばめ ・足抜きまわり ・ぶたの丸焼き ・さる ・こうもり</li> <li>・ぶら下がり ・跳び上がり・跳び下り ・前に回って下りる</li> </ul>  |  <p>ふとん干し      つばめ      足抜きまわり      ぶたの丸焼き      さる</p> <p>こうもり      ぶら下がり      跳び上がり・跳び下り      前に回って下りる</p> |
| 30       | <p>○これから学習する技の紹介と試しの運動</p> <p>指導【学びに向かう力、人間性等①】</p> <p>〈上がり技〉</p> <p>膝掛け振り上がり</p>   |    |
| 35       | <p>〈支持回転技〉</p> <p>かかえ込み前回り</p>  |   |
| 40       | <p>〈下り技〉</p> <p>前回り下り</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> <ul style="list-style-type: none"> <li>・これから学習する技で、できそうな技を発表させる。</li> <li>・話形を用意しておくとな発表がスムーズにできる。</li> </ul> <p>○整理運動、片付け</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> </ul>  | <p>【まとめ】今の自分の力が分かったね。これから、いろいろな技が上手にできるように練習していこう。</p> <p>図: 体育まるわかりハンドブック&lt;&lt;文部科学省&gt;&gt;<br/>器械運動 指導の手引き &lt;&lt;文部科学省&gt;&gt;</p>  |
| 評価事項     | <p>【知識及び技能④】<br/>鉄棒の行い方や学習する鉄棒の技を知っていたか。(学習カード・観察)</p>  |  |


| 時間      | 2 時間目 (全 7 時間)   |
|---------|--|
| 重点的指導事項 | <b>【学びに向かう力、人間性等⑤】</b><br>場の危険物を取り除いたり、試技の開始前の安全を確かめたりする。  |
| 5       | ○準備運動<br>・動かす部位を回す、伸ばす。<br>・ジャックナイフストレッチ<br>・鉄棒遊び<br><br><b>〈鉄棒遊びの例〉</b> ※声を出し合いながら、元氣よく行う。<br><br><br>ぶら下がり競争      足じゃんけん      ふとんほしじゃんけん      なまけものじゃんけん      どんじゃんけん  |
| 10      | <b>【学習課題】</b> 安全に気を付けながら、かかえ込み前回りと前回り下りを身につけよう。  |
| 15      | ○かかえ込み前回りに取り組む。(1/2)<br>・全体でポイントを確認しながら、繰り返し練習を行う。<br>・ペアやグループを組み、見合い・教え合いの場を意図的につくる。<br>・ICT活用は効果的。<br><br><b>指導【学びに向かう力、人間性等⑤】</b>   |
| 20      | <b>【課題に迫る発問】</b> 安全に鉄棒を行うためには、どんなことに気を付ければよいだろう？<br><br><b>かかえ込み前回り</b><br><br><b>〈技のポイントと練習方法〉</b><br>☆おなかを軸に体をふろう！<br>背中を押してもらいながら体をひる。<br><br><b>〈発展技〉</b><br><b>前方支持回転</b><br> |
| 25      | ○前回り下りに取り組む。(1/1)<br>・全体でポイントを確認しながら、繰り返し練習を行う。<br>・ペアやグループを組み、見合い・教え合いの場を意図的につくる。<br>・ICT活用は効果的。  |
| 30      | <b>評価【学びに向かう力、人間性等①】</b>   |
| 35      | <b>前回り下り</b><br><br><b>〈技のポイントと練習方法〉</b><br>☆つばめで止まろう！<br>背筋をのばして！<br>☆ふとん干しから、前後にゆれよう！<br>少しずつゆれを大きくしていこう！<br><br>   |
| 40      | <b>【まとめ】</b> 安全に学習を進めるためには、技を始める前に周りに気を付けることが大切だね。   |
| 45      | ○振り返り(学習カード記入、発表)<br>・どんなことに気を付ければ、安全に活動できたかを発表させる。<br>・話形を用意しておくとう発表がスムーズにできる。<br><br>○整理運動、片付け<br>・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。<br><br><div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin-left: auto;">             図：体育まるわかりハンドブック《文部科学省》<br/>             器械運動 指導の手引き 《文部科学省》           </div>                          |
| 評価事項    | <b>【学びに向かう力、人間性等①】</b><br>紹介された技に、進んで取り組んでいたか。(観察)   |

|         |   |
|---------|---|
| 時間      | 3 時間目 (全 7 時間)  |
| 重点的指導事項 | <b>【知識及び技能⑤】</b><br>自己の能力に適した支持系の基本的な技をする。  |
| 5       | ○準備運動<br>・動かす部位を回す、伸ばす。<br>・ジャックナイフストレッチ<br>・鉄棒遊び<br><b>〈鉄棒遊びの例〉</b> ※声を出し合いながら、元氣よく行う。<br>   |
| 10      | <b>【学習課題】</b> かかえ込み前回りと転向前下りを身に付けよう。  |
| 15      | ○かかえ込み前回りに取り組む。(2/2)<br>・全体でポイントを確認しながら、繰り返し練習を行う。<br>・ペアやグループを組み、見合い・教え合いの場を意図的につくる。<br>・ICT活用は効果的。<br><b>【指導】</b> 【知識及び技能⑤】 <b>【課題に迫る発問】</b> 上手くできるコツは何だろう？<br><b>〈技のポイントと練習方法〉</b><br>☆おなかを軸に体をふろう！<br>背中を押してもらいながら体をふる。<br>かかどで <b>シュッ</b> とこく。<br>腰掛け前後ふりから体を起こす。<br>頭を <b>グッ</b> と前に出す。<br>かかどで <b>シュッ</b> とこく。<br><b>〈発展技〉</b><br>前方支持回転<br>  |
| 20      | 20<br>25<br>○転向前下りに取り組む。(1/1)<br>・全体でポイントを確認しながら、繰り返し練習を行う。<br>・ペアやグループを組み、見合い・教え合いの場を意図的につくる。<br>・ICT活用は効果的。<br><b>【評価】</b> 【学びに向かう力、人間性等⑤】<br><b>〈技のポイントと練習方法〉</b><br>☆体重のかけ方を身につけよう！<br>体を少し横にたおす！<br>逆手に <b>グッと</b> 力を入れよう！<br>前に体重をかける！<br>おへそを下に向けて下りよう。<br>台に乗ったところから練習する！<br><b>〈発展技〉</b><br>片足踏み越し下り<br>かけた足の側の手を逆手にもちかえる。<br>後ろの足を上げたら、順手の手を押しはなす。<br>うででバランスをとり、おなかを下へ向けて下りる。<br>着地で手をはなさない。<br>鉄棒におしりを乗せるようにする。<br><b>【まとめ】</b> ポイントを意識して練習すると、技が上手になったり、できるようになったりするね。 |
| 45      | ○振り返り(学習カード記入、発表)<br>・今日学習した技のコツや難しかったことを発表させる。<br>・話形を用意しておくとう発表がスムーズにできる。<br>○整理運動、片付け<br>・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。<br>図：体育まるわかりハンドブック《文部科学省》<br>器械運動 指導の手引き 《文部科学省》  |
| 評価事項    | <b>【学びに向かう力、人間性等⑤】</b><br>場の危険物を取り除いたり、試技の開始前の安全を確かめたりしていたか。(観察)  |

| 時間             | 4 時間目 (全 7 時間)   |
|----------------|--|
| 重点的指導事項        | <p>【学びに向かう力、人間性等②】<br/>           きまりを守り、だれとでも仲良く励まし合う。</p>  |
| 5              | <p>○準備運動<br/>           ・動かす部位を回す、伸ばす。<br/>           ・ジャックナイフストレッチ<br/>           ・鉄棒遊び</p> <p>〈鉄棒遊びの例〉 ※声を出し合いながら、元気よく行う。</p>  <p>ぶら下がり競争      足じゃんけん      ふとんほしじゃんけん      なまけものじゃんけん      どーんじゃんけん</p>  |
| 10             | <p>【学習課題】 友達と協力しながら、前方片膝掛け回転と膝掛け振り上がりに挑戦しよう。</p> <p>【課題に迫る発問】 友達と協力するためには、どんなことに気を付ければよいだろう？</p>   |
| 15<br>20<br>25 | <p>○前方片膝掛け回転に取り組む。(1/2)<br/>           ・全体でポイントを確認しながら、繰り返し練習を行う。<br/>           ・ペアやグループを組み、見合い・教え合いの場を意図的につくる。<br/>           ・ICT活用は効果的。</p> <p>指導【学びに向かう力、人間性等②】</p> <p><b>前方片膝掛け回転</b></p>  <p>頭が遠くを通るように大きく回る。</p> <p>鉄棒が上がるときに、手首を返す。</p> <p>逆手でにぎる。</p> <p>胸をはり、ひじを伸ばしたまま回り始める。</p> <p>☆回転スピードをつけよう！ 勢いをつけて回る。</p> <p>☆足を最後までふり上げよう！ 前後にぶって一気に上がる。</p> <p>ひじをピンと伸ばす。</p> <p>頭を遠くにグイーンと回そう。</p> <p>☆発展技 前方もも掛け回転</p>  <p>☆発展技 前方もも掛け回転</p> |
| 30<br>35<br>40 | <p>○膝掛け振り上がりに取り組む。(1/2)<br/>           ・全体でポイントを確認しながら、繰り返し練習を行う。<br/>           ・ペアやグループを組み、見合い・教え合いの場を意図的につくる。<br/>           ・ICT活用は効果的。</p> <p>指導【学びに向かう力、人間性等②】</p> <p><b>膝掛け振り上がり</b></p>  <p>ひじを伸ばして、体を大きくふる。</p> <p>ひざを伸ばして、足が遠くを通るように勢いよくふり下ろす。</p> <p>手首を返して、鉄棒を下にして体を上げる。</p> <p>☆ひざをかけて大きくふろう！ 足と肩で前後に大きく！</p> <p>☆鉄棒に上がって止まろう！ 両わきを支えてもらって練習しよう。</p> <p>☆発展技 膝掛け上がり</p>  <p>☆発展技 膝掛け上がり</p>  |
| 45             | <p>【まとめ】 技ができるようになるためには、友達と励まし合いながら練習することが大切だね。</p> <p>○振り返り(学習カード記入、発表)<br/>           ・友達からどんなアドバイスや補助してもらったかを発表させる。<br/>           ・話形を用意しておくとう発表がスムーズにできる。</p> <p>○整理運動、片付け<br/>           ・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>図：体育まるわかりハンドブック《文部科学省》<br/>           器械運動 指導の手引き 《文部科学省》</p>  |
| 評価事項           |  |



|         |   |
|---------|---|
| 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①】<br>技や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。  |
| 5       | <p>○準備運動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・動かす部位を回す、伸ばす。</li> <li>・ジャックナイフストレッチ</li> <li>・鉄棒遊び</li> </ul> <p>〈鉄棒遊びの例〉 ※声を出し合いながら、元気よく行う。</p>    |
| 10      | 【学習課題】ポイントに気をつけながら、前方片膝掛け回転と膝掛け振り上がりに取り組み、自分の課題を見付けよう。  |
| 15      | <p>○前方片膝掛け回転に取り組む。(2/2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・全体でポイントを確認しながら、繰り返し練習を行う。</li> <li>・ペアやグループを組み、見合い・教え合いの場を意図的につくる。</li> <li>・ICT活用は効果的。</li> </ul> <p>※技のポイントと練習方法、発展技は、第4時参照</p> <p>指導【思考力、判断力、表現力等①】 【課題に迫る発問】ポイントと照らし合わせて、まだ自分ができていないところはどこだろう？</p>  |
| 20      | <p>〈自己の能力に適した課題を見付ける例〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・上手くできたところやできなかったところを、学習カードや掲示物などの連続図に目印や色をつけたり、シールを貼ったりして、自己の能力に適した課題を見付ける。</li> </ul> <p>前方片膝掛け回転の例</p>  <p>〈教え合いのポイント〉</p> <p>見る人</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ひじが伸びているか、背中が伸びているか見てあげる。</li> </ul> <p>補助者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・起き上がる時にひざを押し上げる。</li> <li>・回り過ぎないように回転を止めてあげる。</li> </ul>  |
| 25      | <p>○膝掛け振り上がりに取り組む。(2/2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・全体でポイントを確認しながら、繰り返し練習を行う。</li> <li>・ペアやグループを組み、見合い・教え合いの場を意図的につくる。</li> <li>・ICT活用は効果的。</li> </ul> <p>※技のポイントと練習方法、発展技は、第4時参照</p> <p>指導【思考力、判断力、表現力等①】</p>  |
| 30      | <p>〈自己の能力に適した課題を見付ける例〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・上手くできたところやできなかったところを、学習カードや掲示物などの連続図に目印や色をつけたり、シールを貼ったりして、自己の能力に適した課題を見付ける。</li> </ul> <p>膝掛け振り上がりの例</p>  <p>〈教え合いのポイント〉</p> <p>見る人</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・横から全体を見て、ひじと足が伸びているかを教えてあげる。</li> <li>・回り過ぎないように鉄棒上で止めてあげる。</li> </ul> <p>補助者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・伸ばしている足の方に立つ。</li> <li>・起き上がる時にひざを押し上げる。</li> </ul>   |
| 35      | <p>【まとめ】ポイントと照らし合わせて、自分のできていないところを重点的に練習することが大切だね。</p>  |
| 40      | <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> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の取り組んだ技と課題を発表させる。</li> <li>・話形を用意しておく発表がスムーズにできる。</li> </ul>  |
| 45      | <p>○整理運動、片付け</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> </ul> <p>図：体育まるわかりハンドブック《文部科学省》<br/>器械運動 指導の手引き 《文部科学省》</p>  |
| 評価事項    | 【思考力、判断力、表現力等①】<br>技や動きのポイントと照らし合わせて、自己の課題を見付けていたか。(学習カード)  |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| 時間   | 6 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】<br>動きのポイントについて見合ったり教え合ったりしやすくなるような練習の場を選ぶ。   |  |   |
| 5<br>10<br>15<br>20<br>25<br>30<br>35<br>40<br>45  | 準備運動<br>・動かす部位を回す、伸ばす。<br>・ジャックナイフストレッチ<br>・鉄棒遊び<br><br>〈鉄棒遊びの例〉 ※声を出し合いながら、元気よく行う。<br><br><br>ぶら下がり競争      足じゃんけん      ふとんほしじゃんけん      なまけものじゃんけん      どーんじゃんけん                 |  |   |
|  | 【学習課題】 教え合いを意識しながら、もっと技がうまくなるために、練習の方法を選ぼう。  | 【課題に迫る発問】 これまで学習してきた中でどんな練習方法があったかな？               |   |
|  | 練習方法の提示・確認<br>・これまで学習してきた技の練習方法を確認する。<br>(前回り下り・転向前下り・かかえ込み前回り・前方片膝掛け回転・膝掛け振り上がり)<br>・これまで学習してきた技の中から、もう少しでできそうな技を選択し、それにあった練習方法を選択する。<br>・発展技よりは、まだできていない基本技を優先する。<br><br>※第2～5時参照  | 指導【思考力、判断力、表現力等②】                                  |   |
|  | 自己の課題に沿って技に取り組む。(1/2)<br>・選択した技や練習方法を基にグループを組み、見合い・教え合いの場を意図的につくる。<br>・ポイントと照らし合わせながら、繰り返し練習を行う。<br>・ICT活用は効果的。  | 評価【学びに向かう力、人間性等②】                                  | <br>鉄棒に装着するクッションや膝サポーターがあるとよい。ダンボールや靴下でも代用できる。 |
|  | これまで学習してきた練習方法<br><br>※第2～5時参照<br>・ゴム      ・台(跳び箱ほし)      ・マット・ムルト(ロープなど)      ・逆上がり補助器      ・補助者<br><br><br>膝掛け振り上がり      転向前下り      かかえ込み前回り前方片膝掛け回転      膝掛け振り上がり      全ての技 |  |   |
| 身に付けた技を発表する。(1/2)<br>・グループ内で身に付けた技を発表し合う。(別グループとの交流も可。)<br><br>※かかえ込み前回り・前方片膝掛け回転は第7時に記載<br><br>〈チェックポイント〉<br><br><br>膝掛け振り上がり<br>・ひじを曲げ、体を鉄棒にひきつける。<br>・掛けていない足を前後に大きく振動する。<br>・手首を返しながら上がる。<br><br>前回り下り<br>・前方へ上体を大きく振り出す。<br>・腰を曲げたまま回転する。<br>・両足を揃えて開始した側に着地する。<br><br>転向前下り<br>・前後開脚の支持の姿勢から逆手(前に出した足と同じ側の手)になる。<br>・反対側の手を放しながら後ろの足を前に出す。<br>・逆手の手は握ったまま横向きに着地する。 |  |  |   |
| 【まとめ】 技ができるようになるためには、教え合いをしながらか自分に合った練習方法を選ぶことが大切だね。   |  |  |   |
| 振り返り(学習カード記入、発表)<br><br>評価【思考力、判断力、表現力等②】<br>・自分が取り組んだ技と課題、選んだ練習方法、結果を発表させる。<br>・話形を用意しておくとう発表がスムーズにできる。<br><br>○整理運動、片付け<br>・ゆっくりと、使った部位をしっかりと伸ばしたり曲げたりさせる。   |  | 図: 体育まるわかりハンドブック《文部科学省》<br>器械運動 指導の手引き 《文部科学省》     |   |
| 評価事項   | 評価【思考力、判断力、表現力等②】<br>動きのポイントについて見合ったり教え合ったりしやすくなるような練習の場を選んでいたか。(学習カード)  | 評価【学びに向かう力、人間性等②】<br>きまりを守り、だれとでも仲良く励まし合っていたか。(観察) |   |

|   |  |   |
|---|--|---|
| 時間  | 7 時間目 (全 7 時間)   |   |
| 重点的指導事項   | ●技の出来栄を確かめる。   |   |
| 5<br>10<br>15<br>20<br>25<br>30<br>35<br>40<br>45   | <p>○準備運動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・動かす部位を回す、伸ばす。</li> <li>・ジャックナイフストレッチ</li> <li>・鉄棒遊び</li> </ul> <p>〈鉄棒遊びの例〉 ※声を出し合いながら、元氣よく行う。</p> <p>ぶら下がり競争      足じゃんけん      ふとんほしじゃんけん      なまけものじゃんけん      とんじゃんけん</p>   |   |
|   | <p>【学習課題】 練習の成果を発表し、できばえを確かめよう。</p> <p>【課題に迫る発問】<br/>これまでの学習で、どんなことに気を付けながら技ができるようになったかな？</p>  |   |
|   | <p>○練習方法の提示・確認</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・これまで学習してきた技の練習方法を確認する。 ※第2～5時参照</li> <li>(前回り下り・転向前下り・かかえ込み前回り・前方片膝掛け回転・膝掛け振り上がり)</li> <li>・これまで学習してきた技の中から、もう少しできそうな技やもっと上手になりたい技を選択し、それにあった練習方法を選択する。</li> <li>・まだできていない基本技があっても、別の発展技に取り組みたい場合は認める。</li> </ul> |   |
|   | <p>○自己の課題に沿って技に取り組む。(2/2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・選択した技や練習方法を基にグループを組み、見合い・教え合いの場を意図的につくる。</li> <li>・ポイントと照らし合わせながら、繰り返し練習を行う。</li> <li>・ICT活用は効果的。</li> </ul>   | <p>鉄棒に装着するクッションや膝サポーターがあるといい。ダンボールや靴下でも代用できる。</p> |
|   | <p>〈これまで学習してきた練習方法〉 ※第2～5時参照</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ゴム</li> <li>・台(跳び箱<sup>はこ</sup>)</li> <li>・「<sup>下回り</sup>」・ベルト(ロープ等)</li> <li>・逆上がり補助器</li> <li>・補助者</li> </ul> <p>膝掛け振り上がり      転向前下り      かかえ込み前回り<br/>前方片膝掛け回転      膝掛け振り上がり      全ての技</p>      |   |
| <p>○身に付けた技を発表する。(2/2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループ内で身に付けた技を発表し合う。(別グループとの交流も可。) ※膝掛け振り上がり・前回り下り・転向前下りは第6時に記載</li> </ul> <p>評価【知識及び技能⑤】</p> <p>〈チェックポイント〉</p> <p><b>かかえ込み前回り</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・腰を曲げながら上体を前方へ倒す。</li> <li>・手で足を抱えて回転する。</li> </ul> <p><b>前方片膝掛け回転</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・逆手で前後開脚の支持の姿勢になる。</li> <li>・前方へ上体を大きく振り出し、回転させる。</li> <li>・手首を返して元の姿勢にもどる。</li> </ul> |  |   |
| <p>【まとめ】友達と教え合ったり自分に合った練習を選んだりすると、技が上手になったりできるようになったりしたね。休み時間も安全に気を付けて友達と遊んでみよう。</p>  |  |   |
| <p>○振り返り(学習カード記入、発表)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・できるようになった技、意識したポイントを発表させる。</li> <li>・話形を用意しておくとう発表がスムーズにできる。</li> </ul> <p>○整理運動、片付け</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> </ul>   | <p>図：体育まるわかりハンドブック《文部科学省》<br/>器械運動 指導の手引き 《文部科学省》</p>  |   |
| 評価事項  | 【知識及び技能⑤】<br>自己の能力に適した支持系の基本的な技ができていたか。(観察・動画)   |   |

#### 4 単元指導計画及び展開例

【10月】

単元名 幅跳び (C 跳の運動) 全7時間

##### (1) 単元のねらい

- 知・技 : 幅跳びでは、その行い方を知るとともに、短い助走から踏み切って跳ぶことができる。
- 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、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

幅跳びでは、短い助走から強く踏み切って遠くへ跳ぶ。

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

|      |  |
|------|--|
| 助走   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 短い歩数で (3歩程度から練習)</li> <li>・ 掛け声をかける「イチ・ニ・サーン」サーンを強くする。</li> <li>・ 「タン・タン・タ・タ・タン」の方がよい。手拍子・太鼓でもよい。</li> <li>・ 歩幅の印をつける</li> <li>・ 上にあるものを見て (目線)</li> <li>・ フラフープのようなもので足の運びを確認する。</li> <li>・ 体を起こして垂直に走る</li> </ul> |
| 踏み切り | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 利き足をさがす。ケンケンで二重跳びした時の足が利き足。</li> <li>・ 踏切の前はひざを曲げるために歩幅が狭くなる。</li> <li>・ 空中に長くいる</li> <li>・ 腕を前に伸ばす。その後振り下ろす。</li> <li>・ 踏み切るときはかかとから片足で、着地は両足かかとから。</li> <li>・ 踏切板に目を落とさない。</li> </ul>                             |
| 着地   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 着地した後の足の横の砂をつかむイメージ。</li> <li>・ 目標を設定するどこまで跳べるか</li> <li>・ 着地で体を小さくする</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

| 知識及び技能                          |   | 思考力、判断力、表現力等               |  | 学びに向かう力、人間性等   |  |
|---------------------------------|---|----------------------------|--|--|--|
| つまずきの例                          | 手立て・配慮  | 他者に伝える場面                   | 内容例  | つまずきの例   | 手立て・配慮   |
| <p>○踏切り足が定まらず、強く前方へ跳ぶことが苦手。</p> | <p>・3～5歩など、短い助走による幅跳びをしたり、「トン・トン・ト・ト・トン」など、一定のリズムの助走からの幅跳びを行ったりする場を設定したりする。</p> | <p>○課題の改善に向けた練習や本時のまとめ</p> | <p>・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。</p> | <p>○競走など、競走（争）に対して意欲的に取り組めない。</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>○友達同士でうまく関わり合うことができない。</p> | <p>・いろいろな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などの配慮をする。</p> <p>・一つの場合だけでなく、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。</p> <p>・互いに見合い、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。</p> |

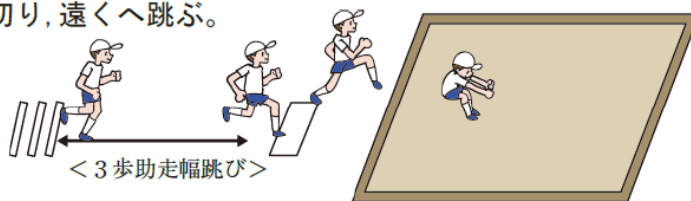
(5) 楽しい学習とするための場の設定や規則、用具等の工夫

解説に例示として示されている運動(抜粋) → 解説P.48

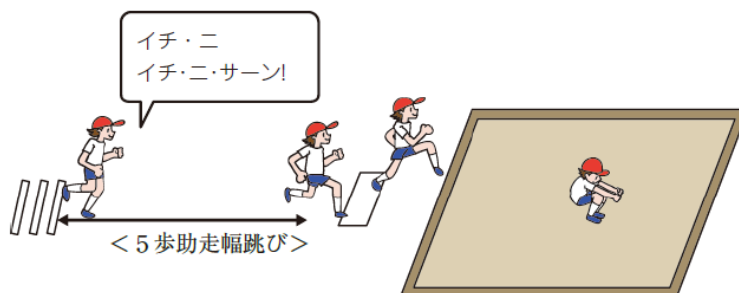
短い助走での幅跳び

○助走から踏み切り足を決めて前方へ踏み切り、遠くへ跳ぶ。

3歩助走で、片足で踏み切る感覚をつかみます。

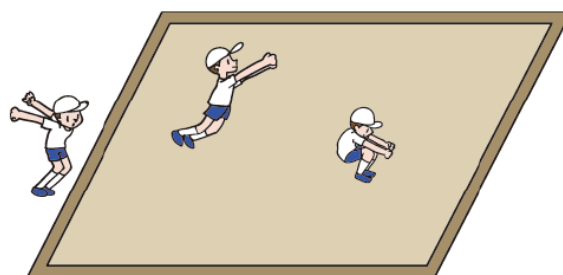


5歩助走では、調子よく踏み切るために、助走のリズムを大切にします。助走の時に「イチ・ニ・イチ・ニ・サーン」と周りの子が声を出してあげましょう。

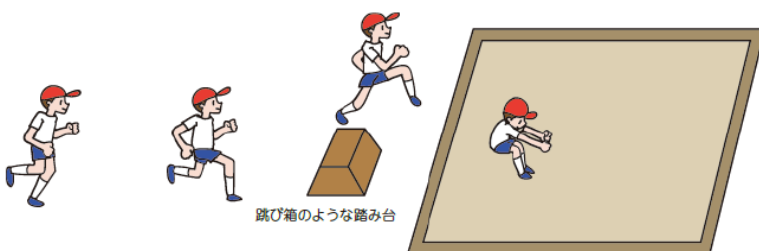


○膝を柔らかく曲げて、両足で着地する。

- ・両腕で反動を付けてジャンプし、しゃがみ込むように両足で着地します。
- ・両手を振り下ろしながら、膝を柔らかく曲げて着地します。
- ・距離にこだわらず軽いジャンプから始め、慣れてきたら少しずつ遠くへジャンプするようにします。



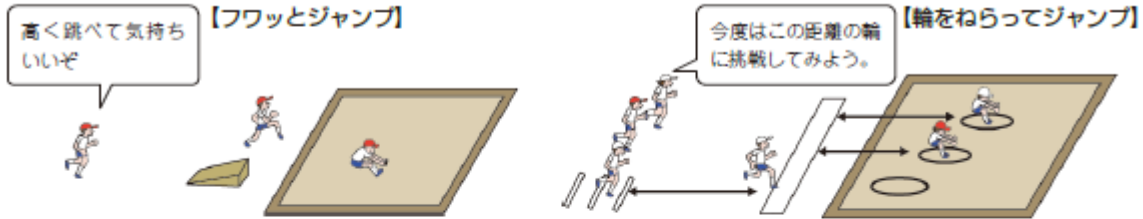
<立ち幅跳びから着地>



- ・3～5歩の助走から片足で踏み切り、しゃがみ込むように両足で着地します。
- ・遠くへ跳ぶよりも、高く跳んで着地する方に意識を持つようにします。
- ・柔らかく膝を曲げて、両手を振り下ろしながら着地します。



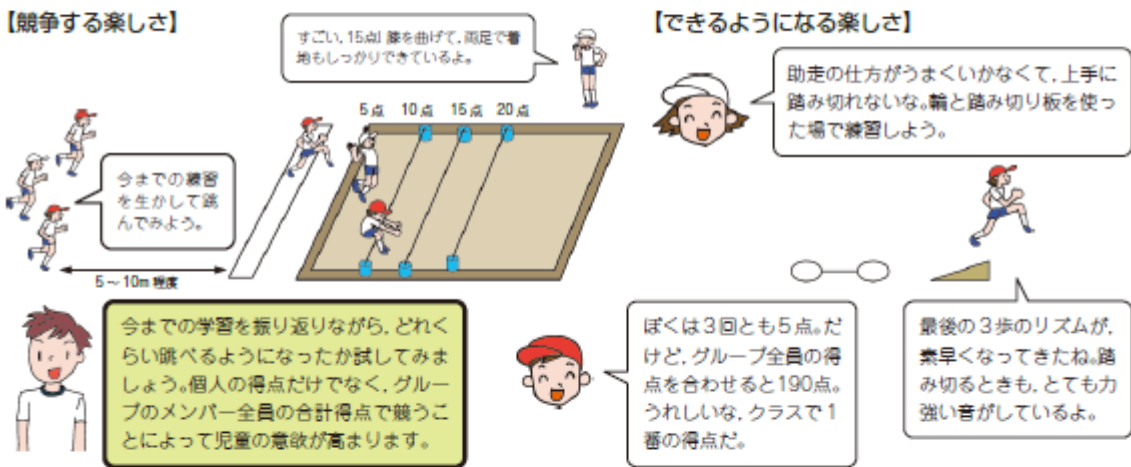
楽しみながら動きが身に付くように運動の場を工夫する



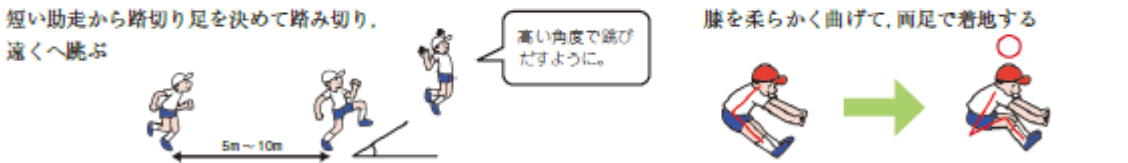
踏切り板などを使って高く跳ぶ心地よさを大切にしながら踏み切りのタイミングや、高い角度の飛び出しの感覚をつかみます。

ねらった輪の中に、膝を曲げて両足で着地し、短い場でできたら、徐々に距離を伸ばしていきます。

楽しさが増すように活動の仕方を工夫する



自己の課題がもてるように動きのポイントを押さえる



調子よく踏み切るためにイチ・ニ・イチニサン(タン・タン・タ・タ・タン)と、リズムを大切に助走します。

体が「く」の字ではなく「ん」のようになるように、かがみ込んで着地します。

(6) 単元構想

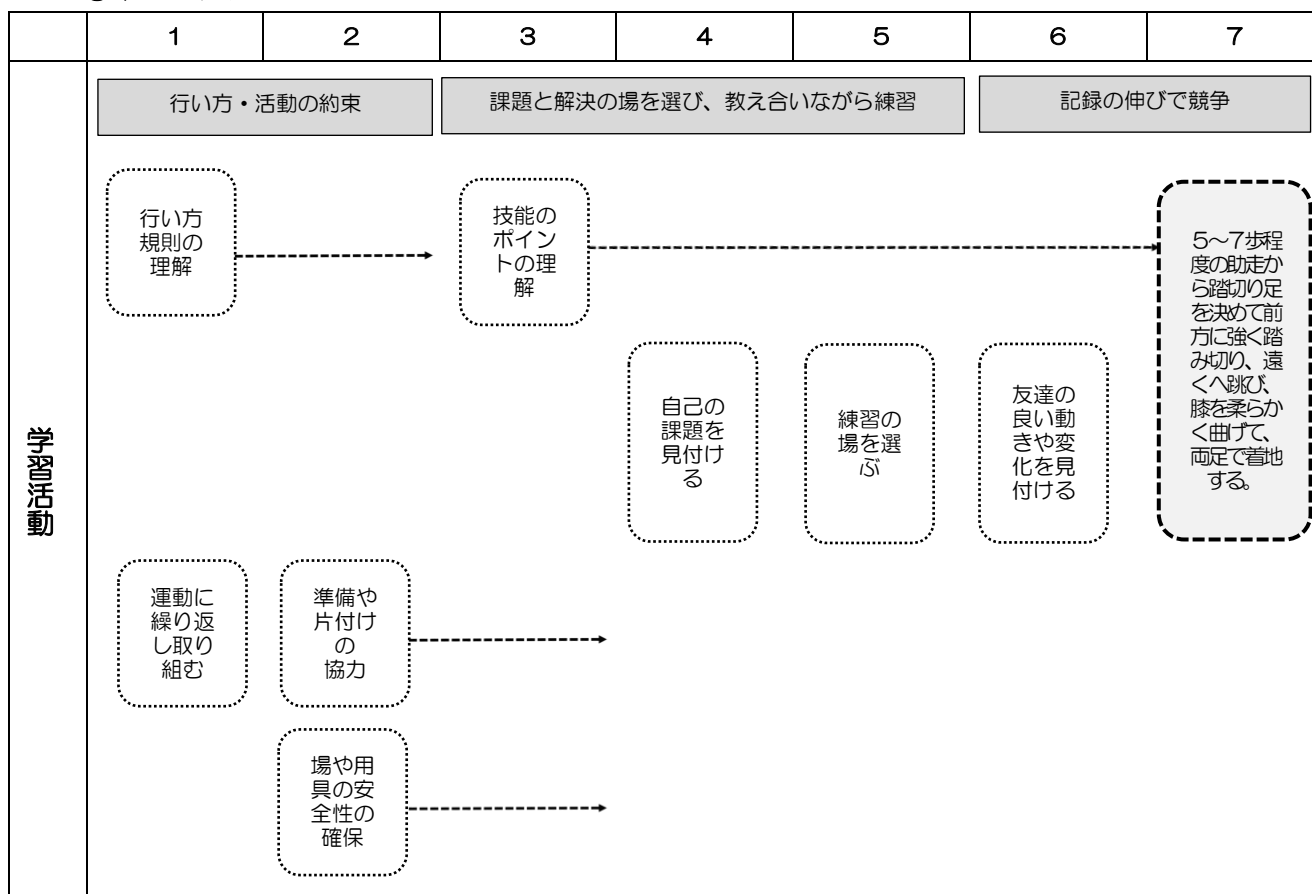
①目指す子供の姿

5歩の助走から片足で踏み切って、跳ぶことができました。

友達が跳ぶときに大きな声で、応援しました。

輪をねらってジャンプするとき、輪の中に着地するにはどうしたらいいか考えました。

## ②単元の流れ


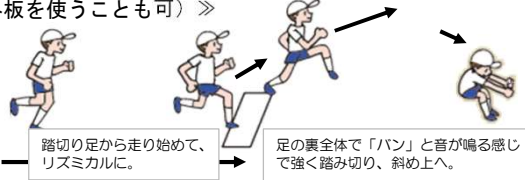
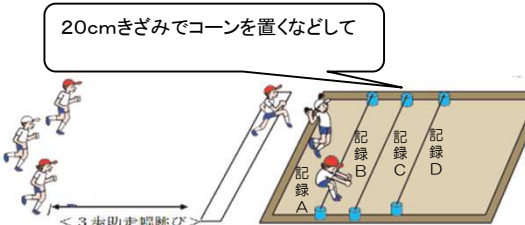


## ③単元計画及び指導と評価の計画

| 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  | ○幅跳びの行い方や動きのポイントを知る。<br>○幅跳びに進んで取り組む。                         | 知・技⑨<br>学・人① | 知・技⑨           |
| 2  | ○使用する用具の準備や片づけを友達と一緒にする。<br>○活動する場所の危険物を取り除くとともに、用具の安全性を確かめる。 | 学・人③<br>学・人⑥ | 学・人①           |
| 3  | ○5～7歩程度の助走から踏切り足を決めて前方に強く踏み切り、遠くへ跳ぶ。<br>○膝を柔らかく曲げて、両足で着地する。   | 知・技⑩<br>知・技⑪ | 学・人③<br>学・人⑥   |
| 4  | ○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。                                   | 思・判・表①       | 思・判・表①<br>知・技⑪ |
| 5  | ○動きとポイントについて見合ったり教え合ったりしやすくなるような練習の場を選ぶ。                      | 思・判・表②       | 思・判・表②         |
| 6  | ○友達のよい動きや変化を見付ける  | 思・判・表⑤       | 思・判・表⑤         |
| 7  | ●自分の記録に挑戦しながら伸びを得点化して競争する。                                    |              | 知・技⑩           |





(8) 展開例

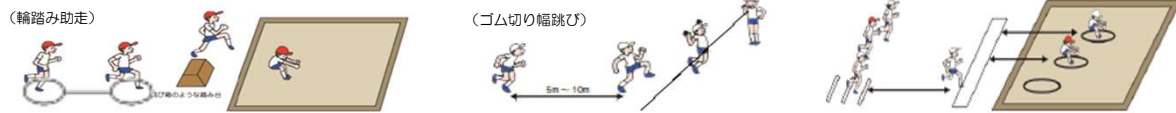
| 時間      | 1 時間目 (全 7 時間)  |
|---------|---|
| 重点的指導事項 | 指導【知識及び技能⑨】<br>幅跳びの行い方を知る。           指導【学びに向かう力、人間性等①】<br>幅跳びに進んで取り組む。  |
| 5       | ○用具・場の準備<br>○あいさつ<br>○準備運動<br>・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など<br>※「1、2、3」のリズムに合わせて跳ぶ動きを取り入れる。<br>※体育館で行う場合は、マットを2枚以上重ねるなど、着地時の衝撃が小さくなるように配慮すること。  「イチ、ニー、サーン、イチ、ニー、サーン、...」 <b>【学習課題】 幅跳びの行い方を知り、進んで幅跳びに取り組もう。</b><br><b>【課題に迫る発問】 楽しく幅跳びを行うために大切なことは何か？</b>  |
| 10      | <b>【考える例】</b><br>・決まりを守る。<br>・失敗しても最後まであきらめずに活動する。<br>・勝敗に関係なく進んで何度も運動に取り組む。<br>・友達を応援し、文句を言わない。<br>・課題や解決の方法、互いの良さ等を教え合う。           ※子供とやりとりをしながら、特に本時は、何度も運動に取り組んで楽しむことを押さえる。<br>※その他の態度面の内容についても触れる。<br><b>【楽しい幅跳びにするための約束例】</b><br>・進んで運動に取り組む ・友達のいい動きや取組をほめる(ナイス、上手など)<br>・友達の失敗を責めない。(ドンマイ、次がんばろう)<br>・悪口を言わない。(それだけしかできないの?、下手など)<br>・互いに声を出し合って、いい雰囲気をつくる。<br>・上手になるようにみんなで協力して練習する。など |
| 15      | <b>指導【学びに向かう力、人間性等①】</b><br><b>【課題に迫る発問】 どのように跳ぶのか行い方を紹介するよ。みんなでやってみよう。</b> <b>指導【知識及び技能⑨】</b>  |
| 20      | <b>【課題に迫る発問】 どのように跳ぶのか行い方を紹介するよ。みんなでやってみよう。</b><br>≪短い助走(3歩⇒5歩or7歩へ)での幅跳び(踏み切りゾーンに踏み板を使うことも可)≫<br><b>【行い方の例】</b><br>○助走、踏み切り、着地の動作がある。<br>○踏み切り足は片足で、足の裏全体で強く。(踏み切る足を決める)<br>・踏み切り足が、助走の1歩目。リズムカルにできるよう。<br>・踏み切ったら、斜め上に体が上がるように。<br>○着地は両足で安全に。(尻もちや手をつかないように)<br>・膝を使って柔らかかく。  ※踏み切り位置は、幅30～40cm程度のゾーンとする。 |
| 25      | ※教師が実際にやって見せながらもともになるやり方を知らせ、グループで教え合いながら活動させる。(場をグループで割り当てる)<br>※友達と声を掛け合いながら何度も運動に取り組むよう押さえ、そのような子供を称賛し、全体に紹介する。<br>※やり方がわからない子供がいなければ確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。  |
| 30      | <b>【発問】 わかった行い方で試してみよう。</b><br><b>【活動の進め方の例】</b><br>・助走は3歩とする。(スタート位置にお手玉等を置く)<br>・踏み切りゾーンの砂場側の線から着地したゾーンまでの距離を測る。<br>・グループ内で係を決める。<br>(測定：2名(踏み切り確認・着地確認)、記録1名)<br>・安全面から、試技者は手を挙げてから試技をする。また、前の試技者は砂場から出て次の試技者へ合図を送る。  20cmきざみでコーンを置くなどして           ≪3歩助走幅跳び≫   |
| 35      | ※友達と声を掛け合いながら何度も運動に取り組むよう押さえ、そのような子供を称賛し、全体に紹介する。<br>※やり方がわからない子供がいなければ確認をし、必要な場合は、教師と一緒に活動しながら行い方を指導する。<br>※学級の実態によっては、正確な距離を測って記録を明確に知らせる。<br>(記録AやBなどゾーンを記録したり正確な数値を記録したり学級の実態によって教師が選択して示す) <b>評価【知識及び技能①】</b>  |
| 40      | <b>【まとめ】 幅跳びのやり方をわかって、進んで運動に取り組むと楽しくなるね。</b><br><b>評価【知識及び技能①】</b>  |
| 45      | ≪片付け≫<br><b>図：文部科学省 小学校体育まるわかりハンドブック 参照</b>   |
| 評価事項    | <b>評価【知識及び技能⑨】</b><br>幅跳びの行い方がわかる。(発言・観察、学習カード)   |

| 時間   | 2 時間目 (全 7 時間)   |  |    |     |     |     |     |    |     |       |     |    |   |  |   |   |  |  |   |   |  |  |  |   |  |  |  |        |   |  |  |   |   |   |   |  |  |   |  |   |  |   |  |  |  |
|--|--|--|----|-----|-----|-----|-----|----|-----|-------|-----|----|---|--|---|---|--|--|---|---|--|--|--|---|--|--|--|--------|---|--|--|---|---|---|---|--|--|---|--|---|--|---|--|--|--|
| 重点的指導事項  | 指導【学びに向かう力、人間性等③】<br>使用する用具の準備や片づけを友達と一緒にする。   | 指導【学びに向かう力、人間性等⑥】<br>活動する場所の危険物を取り除くとともに、用具の安全を確かめる。 |    |     |     |     |     |    |     |       |     |    |   |  |   |   |  |  |   |   |  |  |  |   |  |  |  |        |   |  |  |   |   |   |   |  |  |   |  |   |  |   |  |  |  |
| 活<br>動<br>内<br>容   | <p>○用具・場の準備</p> <p>○あいさつ</p> <p>○準備運動</p> <p>・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など</p> <p>※「1、2、3」のリズムに合わせて跳ぶ動きを取り入れる。</p> <p>※体育館で行う場合は、マットを2枚以上重ねるなど、着地時の衝撃が小さくなるように配慮すること。</p> <p>【学習課題】 友達と協力し、安全に楽しく幅跳びに取り組もう。</p> <p>【課題に迫る発問】 楽しく幅跳びを行う前に、友達と協力しないといけないことや気をつけなければならないことは何か？</p> <p>※前時に学習したことを押さえ、子供とやり取りをしながら、記録を伸ばすためには、友達と教え合いながら学習を進めることが大切であるが、友達と一緒に使用する用具の準備や片づけを行ったり、活動する場所の危険物を取り除いたり用具の安全を確かめたりすることも忘れてはならないことを掲示して指導する。</p> <p>※場の準備の仕方や用具の配置について図示し、指導する。</p> <p>指導【学びに向かう力、人間性等③、⑥】</p> <p>【発問】 はじめの記録を測定しよう。(踏み切りゾーンに踏み板を使うことも可)</p> <p>【記録の測定の仕方例】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・助走は3歩とする。(スタート位置にお手玉等を置く)</li> <li>・踏み切りゾーンの砂場側の線から着地したゾーンまでの距離を測る。</li> <li>・グループ内で係を決める。</li> </ul> <p>(測定：2名(踏み切り確認・着地確認)、記録1名)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・安全面から、試技者は手を挙げてから試技をする。また、前の試技者は砂場から出て、場の安全を確認してから次の試技者へ合図を送る。</li> </ul> <p>※協力して準備を行うよう、また、友達と声を掛け合いながら何度も運動に取り組むよう押さえ、そのような子供を称賛し、全体に紹介する。</p> <p>※やり方がわからない子供がいなかったか確認をし、必要な場合は、教師と一緒に活動しながら行い方を指導する。</p> <p>※学級の実態によっては、正確な距離を測って記録を明確に知らせる。</p> <p>※本時の記録をはじめの記録とする。(記録AやBなどゾーンを記録としたり正確な数値を記録としたり学級の実態によって教師が選択して示す)</p> <p>【グループ記録表の例】</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">名前</th> <th>測定</th> <th rowspan="2">1回目</th> <th rowspan="2">2回目</th> <th rowspan="2">3回目</th> <th rowspan="2">記録</th> </tr> <tr> <th>記録</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="4">長崎 太郎</td> <td>A</td> <td>×</td> <td>○</td> <td></td> <td rowspan="4">B</td> </tr> <tr> <td>B</td> <td></td> <td></td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>C</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>D</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td rowspan="4">紫陽花 咲子</td> <td>A</td> <td></td> <td></td> <td>○</td> <td rowspan="4">C</td> </tr> <tr> <td>B</td> <td>○</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>C</td> <td></td> <td>○</td> <td></td> </tr> <tr> <td>D</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>※かかとの位置で判断することを知らせ、手をついたり、尻もちをついたりした場合は、記録とせず計り直すようにする。</p> <p>※記録表の記入の仕方、活動前に指導しておく。</p> <p>評価【学びに向かう力、人間性等①】</p> |  | 名前 | 測定  | 1回目 | 2回目 | 3回目 | 記録 | 記録  | 長崎 太郎 | A   | ×  | ○ |  | B | B |  |  | ○ | C |  |  |  | D |  |  |  | 紫陽花 咲子 | A |  |  | ○ | C | B | ○ |  |  | C |  | ○ |  | D |  |  |  |
|  | 名前   | 測定   |    | 1回目 |     |     |     |    | 2回目 |       | 3回目 | 記録 |   |  |   |   |  |  |   |   |  |  |  |   |  |  |  |        |   |  |  |   |   |   |   |  |  |   |  |   |  |   |  |  |  |
|  |  | 記録   |    |     |     |     |     |    |     |       |     |    |   |  |   |   |  |  |   |   |  |  |  |   |  |  |  |        |   |  |  |   |   |   |   |  |  |   |  |   |  |   |  |  |  |
|  | 長崎 太郎  | A  | ×  | ○   |     | B   |     |    |     |       |     |    |   |  |   |   |  |  |   |   |  |  |  |   |  |  |  |        |   |  |  |   |   |   |   |  |  |   |  |   |  |   |  |  |  |
|  |  | B  |    |     | ○   |     |     |    |     |       |     |    |   |  |   |   |  |  |   |   |  |  |  |   |  |  |  |        |   |  |  |   |   |   |   |  |  |   |  |   |  |   |  |  |  |
|  |  | C  |    |     |     |     |     |    |     |       |     |    |   |  |   |   |  |  |   |   |  |  |  |   |  |  |  |        |   |  |  |   |   |   |   |  |  |   |  |   |  |   |  |  |  |
|  |  | D  |    |     |     |     |     |    |     |       |     |    |   |  |   |   |  |  |   |   |  |  |  |   |  |  |  |        |   |  |  |   |   |   |   |  |  |   |  |   |  |   |  |  |  |
|  | 紫陽花 咲子   | A  |    |     | ○   | C   |     |    |     |       |     |    |   |  |   |   |  |  |   |   |  |  |  |   |  |  |  |        |   |  |  |   |   |   |   |  |  |   |  |   |  |   |  |  |  |
|  |  | B  | ○  |     |     |     |     |    |     |       |     |    |   |  |   |   |  |  |   |   |  |  |  |   |  |  |  |        |   |  |  |   |   |   |   |  |  |   |  |   |  |   |  |  |  |
|  |  | C  |    | ○   |     |     |     |    |     |       |     |    |   |  |   |   |  |  |   |   |  |  |  |   |  |  |  |        |   |  |  |   |   |   |   |  |  |   |  |   |  |   |  |  |  |
| D  |  |  |    |     |     |     |     |    |     |       |     |    |   |  |   |   |  |  |   |   |  |  |  |   |  |  |  |        |   |  |  |   |   |   |   |  |  |   |  |   |  |   |  |  |  |
| <p>20cmきざみでコーンを置くなどして</p> <p>&lt;3歩助走幅跳び&gt;</p>   |  |  |    |     |     |     |     |    |     |       |     |    |   |  |   |   |  |  |   |   |  |  |  |   |  |  |  |        |   |  |  |   |   |   |   |  |  |   |  |   |  |   |  |  |  |
| <p>【まとめ】使用する用具の準備や片づけを、友達と一緒にすると、早く準備ができてたくさん運動を行うことができるし、気持ちもいいね。また、楽しく活動するためには、安全面に注意することが大切だね。</p> <p>＜片付け＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・協力して片付けを行うよう声掛けを行う。</li> </ul> <p>図：文部科学省 小学校体育まるわかりハンドブック 参照</p> |  |  |    |     |     |     |     |    |     |       |     |    |   |  |   |   |  |  |   |   |  |  |  |   |  |  |  |        |   |  |  |   |   |   |   |  |  |   |  |   |  |   |  |  |  |
| 評価事項   | <p>【学びに向かう力、人間性等①】</p> <p>幅跳びに進んで取り組もうとする。(発言・観察)</p>  |  |    |     |     |     |     |    |     |       |     |    |   |  |   |   |  |  |   |   |  |  |  |   |  |  |  |        |   |  |  |   |   |   |   |  |  |   |  |   |  |   |  |  |  |

|         |  |                                   |
|---------|--|-----------------------------------|
| 時間      | 3 時間目 (全 7 時間)   |                                   |
| 重点的指導事項 | 指導【知識及び技能⑩】<br>5〜7歩程度の助走から踏切り足を決めて前方に強く踏み切り、遠くへ跳ぶ。   | 指導【知識及び技能⑪】<br>膝を柔らかく曲げて、両足で着地する。 |
| 5       | ○用具・場の準備<br>○あいさつ<br>○準備運動<br>・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など<br>※「1、2、3」のリズムに合わせて跳ぶ動きを取り入れる。<br>※体育館で行う場合は、マットを2枚以上重ねるなど、着地時の衝撃が小さくなるように配慮すること。  |                                   |
|         | <b>【学習課題】 助走を3歩から5歩または7歩と長くして、幅跳びの記録を伸ばすコツを知ろう。</b>  |                                   |
|         | <b>【課題に迫る発問】 記録を伸ばすためのコツは何か？</b>   |                                   |
|         | <b>【短い助走からの幅跳びのコツの例】</b>   |                                   |
|         | ○助走<br>・リズムカルな助走とすることが大切である。特に最後の3歩のリズムが踏み切りに関係する。(歩幅をうまく調節できるとなおよい)<br>5歩のリズム⇒イチ・ニー、イチニサーン<br>7歩のリズム⇒イチ・ニー・イチ・ニー、イチニサーン<br>○踏み切り<br>・片足で、足の裏全体を使い、力強く。(踏み板を置いておいたら、「パーン」という音が出る感じで)<br>・前より上へ高く跳び上がる感じで。(腕を上へ振り上げて)<br>○着地<br>・体が「ん」の形になるようにし、膝を軽く曲げる。(腕を下へ振り下ろす) |                                   |
| 10      |  |                                   |
| 15      | ※子供とやり取りをしながら、教師がやって見せてコツを押さえる。(技能にこだわりすぎず、ポイントを押さえる)<br>※本時の活動では、話し合ったコツを試しながら、①助走、②踏み切り、③着地の3つの場面で、うまくできているところと練習が必要などについてグループ内で教え合うよう押さえる。  |                                   |
| 20      | <b>【発問】 幅跳びの記録を伸ばす動きのコツを試してみよう。</b>  | <b>評価【学びに向かう力、人間性等③】</b>          |
| 25      | <b>【活動の進め方の例】</b><br>・助走は3歩とする。(スタート位置にお手玉等を置く)<br>・踏切りゾーンの砂場側の線から着地したゾーンまでの距離を測る。<br>・グループ内で係を決める。<br>(測定：2名(踏切り確認・着地確認)、記録1名)<br>・安全面から、試技者は手を挙げてから試技をする。また、前の試技者は砂場から出て次の試技者へ合図を送る。   |                                   |
|         | ※友達と声を掛け合いながら何度も運動に取り組むよう押さえ、そのような子供を称賛し、全体で紹介する。<br>※やり方がわからない子供がいないか確認をし、必要な場合は、教師と一緒に活動しながら行い方を指導する。<br>※用具等をグループで協力して準備し、安全面を確認して合図をし合いながら活動するよう押さえる。  |                                   |
|         |  |                                   |
| 30      | <b>【発問】 どれだけ記録が伸びたか、今日の記録をはかる。(踏み切りゾーンに踏み板を使うことも可)</b>   |                                   |
| 35      | ※友達とコツがうまくできているか声を掛け合いながら何度も運動に取り組むよう押さえ、そのような子供を称賛し、全体で紹介する。<br>※やり方がわからない子供がいないか確認をし、必要な場合は、教師と一緒に活動しながら行い方を指導する。<br>※学級の実態によっては、正確な距離を測って記録を明確に知らせる。  |                                   |
|         | 「フワッと上へ高く上がる」<br>  |                                   |
| 40      | <b>【発問】 どれだけ記録が伸びたか、今日の記録をはかる。(踏み切りゾーンに踏み板を使うことも可)</b>   |                                   |
| 45      | ※友達とコツがうまくできているか声を掛け合いながら何度も運動に取り組むよう押さえ、そのような子供を称賛し、全体で紹介する。<br>※やり方がわからない子供がいないか確認をし、必要な場合は、教師と一緒に活動しながら行い方を指導する。<br>※学級の実態によっては、正確な距離を測って記録を明確に知らせる。  |                                   |
|         | <b>【まとめ】 幅跳びのコツがわかって、友達と協力して練習に取り組むと、もっと記録が伸びそうだね。幅跳びのコツができているかは、助走、踏み切り、着地の場面で分けて確認するといいいね。</b>   |                                   |
| 45      | <b>評価【学びに向かう力、人間性等③】</b>   | <b>評価【学びに向かう力、人間性等⑥】</b>          |
| 評価事項    | 使用する用具の準備や片づけを友達と一緒にしようとする。(発言・観察)   | 活動する場所の危険物を取り除くとともに、用具の安全を確かめ     |

| 時間               | 4 時間目 (全 7 時間)  |  |   |     |     |                        |      |    |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |
|------------------|---|--|---|-----|-----|------------------------|------|----|--|--|----|-----|-----|-----|-------|----|---|---|--|------------------------|------|--|---|---|----|--|--|--|----|--|--|--|--------|----|--|--|--|----|------|---|--|--|----|---|---|--|----|--|--|--|
| 重点的指導事項          | 指導【思考力、判断力、表現力①】<br>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。  |  |   |     |     |                        |      |    |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |
| 活<br>動<br>内<br>容 | 5   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○用具・場の準備</li> <li>○あいさつ</li> <li>○準備運動 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など</li> </ul> </li> <li>※小型ハードルのリズム走からのジャンプ、跳び箱からジャンプして着地。</li> <li>※体育館で行う場合は、マットを2枚以上重ねるなど、着地時の衝撃が小さくなるように配慮すること。</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">  <p>左からリズムよく走ってきて最後はジャンプで輪の中に両足で着地</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">  <p>左から走ってきて跳び箱で高く踏み</p> </div> </div> <p style="text-align: center;"><b>【学習課題】 幅跳びの練習を行うために、まずは、自分の課題を見つけよう。</b></p>   |   |     |     |                        |      |    |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |
|                  | 10  | <p style="text-align: center;"><b>【課題に迫る発問】 幅跳びの3つの場面のポイントを確認しながら、自分のできばえを確認しよう。</b></p> <p>※前時の学習を振り返り、3つの場面のポイントを押さえ、見合う場面の確認係をグループ内で決めさせてから活動する。</p> <p style="text-align: center;"><b>【短い助走からの幅跳びのコツの例】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○助走 <ul style="list-style-type: none"> <li>・リズムカルな助走とすることが大切である。特に最後の3歩のリズムが踏み切りに関係する。(歩幅をうまく調節できるとなおよい)</li> </ul> </li> <li>5歩のリズム⇒イチ・ニー、イチニサーン、7歩のリズム⇒イチ・ニー・イチ・ニー、イチニサーン</li> <li>○踏み切り <ul style="list-style-type: none"> <li>・片足で、足の裏全体を使い、力強く。(踏み板を置いていたら、「バーン」という音が出る感じで)</li> <li>・前より上へ高く跳び上がる感じで。(腕を上振り上げて)</li> </ul> </li> <li>○着地</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>指導【思考力、表現力、判断力等①】</b></p>  |   |     |     |                        |      |    |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |
|                  | 15  | <p style="text-align: center;"><b>【できばえチェック表の例】</b></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th rowspan="2">名前</th> <th rowspan="2">測定記録</th> <th colspan="3">回数</th> <th rowspan="2">課題</th> </tr> <tr> <th>1回目</th> <th>2回目</th> <th>3回目</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="4">長崎 太郎</td> <td>助走</td> <td style="text-align: center;">×</td> <td style="text-align: center;">×</td> <td></td> <td rowspan="4">助走<br/>踏み切り<br/>高さ<br/>着地</td> </tr> <tr> <td>踏み切り</td> <td></td> <td style="text-align: center;">×</td> <td style="text-align: center;">×</td> </tr> <tr> <td>高さ</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>着地</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td rowspan="4">紫陽花 咲子</td> <td>助走</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td rowspan="4">高さ</td> </tr> <tr> <td>踏み切り</td> <td style="text-align: center;">×</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>高さ</td> <td style="text-align: center;">×</td> <td style="text-align: center;">×</td> <td></td> </tr> <tr> <td>着地</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>※1人の試技が終わったら、各係は「○」か「×」かを示し、できばえチェック表に記入していくことを知らせる。<br/>※最終的に「×」が多いところを課題とするが、課題が複数となった場合は、助走&gt;踏み切り&gt;着地&gt;高さの順で課題解決を図ることを押さえる。</p> <p style="text-align: right;"><b>評価【学びに向かう力、人間性等①】</b></p> |   |     |     | 名前                     | 測定記録 | 回数 |  |  | 課題 | 1回目 | 2回目 | 3回目 | 長崎 太郎 | 助走 | × | × |  | 助走<br>踏み切り<br>高さ<br>着地 | 踏み切り |  | × | × | 高さ |  |  |  | 着地 |  |  |  | 紫陽花 咲子 | 助走 |  |  |  | 高さ | 踏み切り | × |  |  | 高さ | × | × |  | 着地 |  |  |  |
|                  | 名前  | 測定記録   | 回数  |     |     |                        |      | 課題 |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |
|                  |   |  | 1回目   | 2回目 | 3回目 |                        |      |    |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |
|                  | 長崎 太郎   | 助走   | ×   | ×   |     | 助走<br>踏み切り<br>高さ<br>着地 |      |    |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |
|                  |   | 踏み切り   |   | ×   | ×   |                        |      |    |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |
|                  |   | 高さ   |   |     |     |                        |      |    |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |
|                  |   | 着地   |   |     |     |                        |      |    |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |
|                  | 紫陽花 咲子  | 助走   |   |     |     | 高さ                     |      |    |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |
| 踏み切り             |   | ×  |   |     |     |                        |      |    |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |
| 高さ               |   | ×  | ×   |     |     |                        |      |    |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |
| 着地               |   |  |   |     |     |                        |      |    |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |
| 20               |   |  |   |     |     |                        |      |    |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |
| 25               |   |  |   |     |     |                        |      |    |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |
| 30               | <p style="text-align: center;"><b>【発問】 どれだけ記録が伸びたか、今日の記録をはかるう。(踏み切りゾーンに踏み板を使うことも可)</b></p> <p>※友達とコツがうまくできているか声を掛け合いながら何度も運動に取り組むよう押さえ、そのような子供を称賛し、全体に紹介する。<br/>※やり方がわからない子供がいないか確認をし、必要な場合は、教師と一緒に活動しながら行い方を指導する。<br/>※学級の実態によっては、正確な距離を測って記録を明確に知らせる。</p>   |  |   |     |     |                        |      |    |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |
| 35               |   |  |   |     |     |                        |      |    |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |
| 40               | <p>※整理運動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・手首・足首・首のストレッチ</li> </ul> <p>※振り返り(学習カード記入、記録の記入、発表)》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・友達のよい姿やコツに応じたよい動き、コツを試してみた感想を発表させる。</li> <li>・友達と声を掛け合っていた子供や安全面に留意していた子供を紹介し、称賛する。</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>評価【学びに向かう力、人間性等①】</b></p> |  |   |     |     |                        |      |    |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |
| 45               | <p style="text-align: center;"><b>【まとめ】 友達と協力して練習に取り組んで幅跳びの記録を伸ばすためには、ポイントと照らし合わせて自分の課題を見付けることが大切だね。</b></p> <p>《片付け》</p> <p style="text-align: right;"><b>図：文部科学省 小学校体育まるわかりハンドブック 参照</b></p>  |  |   |     |     |                        |      |    |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |
| 評価事項             | 評価【思考力、判断力、表現力①】<br>動きのポイントと照らし合わせて自己の課題を見付けている。  |  | 評価【知識及び技能①】<br>膝を柔らかく曲げて、両足で着地することができる。(観察) |     |     |                        |      |    |  |  |    |     |     |     |       |    |   |   |  |                        |      |  |   |   |    |  |  |  |    |  |  |  |        |    |  |  |  |    |      |   |  |  |    |   |   |  |    |  |  |  |



| 時間       | 5 時間目 (全 7 時間)  |   |     |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
|----------|---|---|-----|--------|-----|-------|------|-------|-----|-------|-----|----------|----|----------|----|--------|----|----|--------|----|----|-----|-----|-----|------|-------|---|---|-----|--|--|--|----|---|-----|--|--|--|---|-----|--|--|--|---|-----|--|--|--|---|----|---|---|--|--------|---|---|----|--|--|--|----|---|-----|--|--|--|---|-----|--|--|---|---|-----|--|--|--|---|----|---|--|--|---|----|--|---|--|---|----|--|--|--|
| 重点的指導事項  | 指導【思考力、判断力、表現力等②】<br>動きとポイントについて見合ったり教え合ったりしやすくなるような練習の場を選ぶ。  |   |     |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
| 活動内容     | 5   | ○用具・場の準備<br>○あいさつ<br>○準備運動<br>・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など<br>※小型ハードルのリズム走からのジャンプ、跳び箱からジャンプして着地。<br>※体育館で行う場合は、マットを2枚以上重ねるなど、着地時の衝撃が小さくなるように配慮すること。<br><b>【学習課題】 自分の課題に合った場を選んで練習しよう。</b>   |     |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
|          | 10  | <b>【課題に迫る発問】 幅跳びの3つの場面の課題に合った練習方法を知って、自分の練習を決めよう。</b><br><b>【助走⇒踏み切り】</b> <b>【踏み切り⇒高く跳ぶ】</b> <b>【着地】</b><br>  |     |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
|          | 15  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ケンステップやフープを使って助走のリズムをつかむ。(特に最後の3歩)</li> <li>・踏み切りは跳び箱等の台の上から片足で行い、高く跳ぶ感覚を体感する。</li> </ul>   |     |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
|          | 20  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・3～5歩のリズミカルな助走から踏み切り、おへそでゴムを切るように高く跳ぶ。</li> <li>・踏み板を使って、「バン」という音を確認したり、高く上がったります。</li> </ul>  |     |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
|          | 25  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・3～5歩のリズミカルな助走から踏み切り、ねらった輪の中に膝を曲げて両足で着地する。</li> <li>・短い場でできたら、徐々に距離を伸ばしていく。</li> </ul>   |     |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
|          | 30  | ※それぞれの練習のやり方やポイント、練習の場を、教師がやって見せたり図示したりして紹介する。<br>※前時に選択した課題に応じた練習方法を選ばせ、練習方法別にグループを再編成して練習グループとする。できればによっては、途中で練習方法を変えてもよいこととするが、その場合は必ず教師に伝えるよう押さえる。(グループ編成の都合があるため)<br>※課題が複数となった場合は、助走>踏み切り>着地>高さの順で解決を図ることを押さえる。<br>※助走のスタート位置に各自お手玉等を置き、自分に合った助走距離で練習する。<br><b>指導【思考力、表現力、判断力等②】</b>  |     |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
|          | 35  | <b>【発問】 選んだ練習方法の場で、動きとポイントについて、友達と見合ったり教え合ったりして練習しよう。</b><br>※協力して準備を行うよう、また、友達と声を掛け合いながら何度も運動に取り組むよう押さえ、そのような子供を称賛し、全体で紹介する。<br>※やり方がわからない子供がいなか確認をし、必要な場合は、教師と一緒に活動しながら行き方を指導する。<br>※課題と練習方法にずれが見られる子供は、助言し、練習方法の変更をさせる。<br><b>評価【思考力、判断力、表現力②】</b>   |     |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
|          | 40  | <b>【発問】 どれだけ記録が伸びたか、今日の記録をはかり、グループ対抗の競争をしよう。(踏み切りゾーンに踏み板を使うことも可)</b><br>※記録の伸びを得点化し、各自の最高得点を合計してグループ得点とし、全体で順位を競うことを押さえて活動する。<br>その際、記録に対応した得点は下記の例を参考に、学級の実態に応じて工夫すること。(全ての得点の合計で競うやり方もある)<br>※友達とコツがうまくできているか声を掛け合いながら何度も運動に取り組むよう押さえ、そのような子供を称賛し、全体で紹介する。<br>※やり方がわからない子供がいなか確認をし、必要な場合は、教師と一緒に活動しながら行き方を指導する。<br>※学級の実態によっては、正確な距離を測って記録を明確に知らせる。<br><b>【得点の設定例】</b> <table border="1" data-bbox="215 1478 534 1646"> <tr><td>4ゾーン以上</td><td>30点</td></tr> <tr><td>3ゾーン上</td><td>20点</td></tr> <tr><td>2ゾーン上</td><td>15点</td></tr> <tr><td>1ゾーン上</td><td>10点</td></tr> <tr><td>始めの記録と同じ</td><td>5点</td></tr> <tr><td>始めの記録より下</td><td>3点</td></tr> <tr><td>踏み切り失敗</td><td>0点</td></tr> </table> <b>【グループ得点表の例】</b> <table border="1" data-bbox="550 1478 965 1668"> <thead> <tr> <th>名前</th> <th>はじめの記録</th> <th>種地</th> <th>得点</th> <th>1回目</th> <th>2回目</th> <th>3回目</th> <th>最高得点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="5">長崎 太郎</td> <td rowspan="5">B</td> <td>F</td> <td>30点</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td rowspan="5">10</td> </tr> <tr> <td>E</td> <td>20点</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>D</td> <td>15点</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>C</td> <td>10点</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>B</td> <td>5点</td> <td>○</td> <td>○</td> <td></td> </tr> <tr> <td rowspan="5">紫陽花 咲子</td> <td rowspan="5">C</td> <td>A</td> <td>3点</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td rowspan="5">15</td> </tr> <tr> <td>F</td> <td>20点</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>E</td> <td>15点</td> <td></td> <td></td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>D</td> <td>10点</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>C</td> <td>5点</td> <td>○</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>B</td> <td>3点</td> <td></td> <td>○</td> <td></td> </tr> <tr> <td>A</td> <td>3点</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> |     | 4ゾーン以上 | 30点 | 3ゾーン上 | 20点  | 2ゾーン上 | 15点 | 1ゾーン上 | 10点 | 始めの記録と同じ | 5点 | 始めの記録より下 | 3点 | 踏み切り失敗 | 0点 | 名前 | はじめの記録 | 種地 | 得点 | 1回目 | 2回目 | 3回目 | 最高得点 | 長崎 太郎 | B | F | 30点 |  |  |  | 10 | E | 20点 |  |  |  | D | 15点 |  |  |  | C | 10点 |  |  |  | B | 5点 | ○ | ○ |  | 紫陽花 咲子 | C | A | 3点 |  |  |  | 15 | F | 20点 |  |  |  | E | 15点 |  |  | ○ | D | 10点 |  |  |  | C | 5点 | ○ |  |  | B | 3点 |  | ○ |  | A | 3点 |  |  |  |
|          | 4ゾーン以上  | 30点   |     |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
|          | 3ゾーン上   | 20点   |     |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
| 2ゾーン上    | 15点   |   |     |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
| 1ゾーン上    | 10点   |   |     |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
| 始めの記録と同じ | 5点  |   |     |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
| 始めの記録より下 | 3点  |   |     |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
| 踏み切り失敗   | 0点  |   |     |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
| 名前       | はじめの記録  | 種地  | 得点  | 1回目    | 2回目 | 3回目   | 最高得点 |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
| 長崎 太郎    | B   | F   | 30点 |        |     |       | 10   |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
|          |   | E   | 20点 |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
|          |   | D   | 15点 |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
|          |   | C   | 10点 |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
|          |   | B   | 5点  | ○      | ○   |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
| 紫陽花 咲子   | C   | A   | 3点  |        |     |       | 15   |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
|          |   | F   | 20点 |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
|          |   | E   | 15点 |        |     | ○     |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
|          |   | D   | 10点 |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
|          |   | C   | 5点  | ○      |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
| B        | 3点  |   | ○   |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
| A        | 3点  |   |     |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
| 45       | <b>【まとめ】 幅跳びの記録を伸ばすためには、課題に合った練習の場を選び、動きとポイントについて友達と見合ったり教え合ったりして活動することが大切だね。</b><br><b>【片付け】</b><br><b>図：文部科学省 小学校体育まるわかりハンドブック 参照</b> |   |     |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |
| 評価事項     | 評価【思考力、判断力、表現力等②】<br>動きとポイントについて見合ったり教え合ったりしやすくなるような練習の場を選んでいる。(発言・観察、学習カード)  |   |     |        |     |       |      |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |

| 時間  | 6 時間目 (全 7 時間)   |     |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
|---|--|-----|--------|-----|-------|-----|-------|-----|-------|-----|----------|----|----------|----|--------|----|----|--------|----|----|-----|-----|-----|------|-------|---|---|-----|--|--|--|----|---|-----|--|--|--|---|-----|--|--|--|---|-----|--|--|---|---|----|---|---|--|--------|---|---|----|--|--|--|----|---|-----|--|--|--|---|-----|--|--|---|---|-----|--|--|--|---|----|---|--|--|---|----|--|---|--|---|----|--|--|--|--|
| 重点的指導事項   | 指導【思考力、表現力、判断力等⑤】<br>友達のよい動きや変化を見付ける。  |     |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
| 5   | <p>○用具・場の準備</p> <p>○あいさつ</p> <p>○準備運動</p> <p>・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など</p> <p>※小型ハードルのリズム走からのジャンプ、跳び箱からジャンプして着地。</p> <p>※体育館で行う場合は、マットを2枚以上重ねるなど、着地時の衝撃が小さくなるように配慮すること。</p> <p>【学習課題】 課題に応じた練習や得点競争で友達のよい動きや変化を見つけて伝えたりまねしたりしよう。</p> <p>【課題に迫る発問】 友達のいい動きを見つけるには、どんなところを見ていたらいいかな。</p>  |     |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
|   | <p>※友達のいい動きを見つめる視点を知る。</p> <p>【いい動きを見つめる視点の例】</p> <p>○助走</p> <p>・ケンステップやフープに足が入っている。</p> <p>・助走が合わないときに、スタート位置や歩幅を変えている。</p> <p>○踏み切り</p> <p>・踏み切りゾーンからはみ出ない。</p> <p>・ゾーンの前方で踏み切り切っている。</p> <p>・「バン」と音がしている、高く体があがっている。</p> <p>○着地</p> <p>・体が「ん」の字になり、膝を曲げて着地している。</p> <p>・尻もちや手をつかない。</p> <p>※それぞれの場面での動きの伸びを含む。</p>  |     |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
|   | <p>※友達の動きについて子供とやり取りをしながら、再度、動きのポイントを押さえ、少しの動きの変化や伸びも含むことを知らせる。</p> <p>※練習グループ内で、決めた係（見る場面）での視点を確認するよう押さえる。</p> <p>※学級の実態やICT機器の整備状況を鑑みながら、積極的にICTを活用し、動画等を見ながらアドバイスができるようする。</p>  |     |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
|   | <p>指導【思考力、判断力、表現力等⑤】</p>   |     |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
|   | <p>【発問】 選んだ練習方法の場で、動きとポイントについて、友達と見合ったり教え合ったりして練習しよう。</p> <p>※協力して準備を行うよう、また、友達と声を掛け合いながら何度も運動に取り組むよう押さえ、そのような子供を称賛し、全体で紹介する。</p> <p>※やり方がわからない子供がいなければ確認をし、必要な場合は、教師と一緒に活動しながら行い方を指導する。</p> <p>※課題と練習方法にずれが見られる子供は、助言し、練習方法の変更をさせる。</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力⑤】</p>   |     |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
| 10  | <p>【発問】 どれだけの記録が伸びたか、今日の記録をはかり、グループ対抗の競争をしよう。(踏み切りゾーンに踏み板を使うことも可)</p> <p>※記録の伸びを得点化し、各自の最高得点を合計してグループ得点とし、全体で順位を競うことを押さえて活動する。</p> <p>その際、記録に対応した得点は下記の例を参考に、学級の実態に応じて工夫すること。(全ての得点の合計で競うやり方もある)</p> <p>※友達とコツがうまくできているか声を掛け合いながら何度も運動に取り組むよう押さえ、そのような子供を称賛し、全体で紹介する。</p> <p>※やり方がわからない子供がいなければ確認をし、必要な場合は、教師と一緒に活動しながら行い方を指導する。</p> <p>※学級の実態によっては、正確な距離を測って記録を明確に知らせる。</p> <p>【得点の設定例】</p> <table border="1"> <tr><td>4ゾーン以上</td><td>30点</td></tr> <tr><td>3ゾーン上</td><td>20点</td></tr> <tr><td>2ゾーン上</td><td>15点</td></tr> <tr><td>1ゾーン上</td><td>10点</td></tr> <tr><td>始めの記録と同じ</td><td>5点</td></tr> <tr><td>始めの記録より下</td><td>3点</td></tr> <tr><td>踏み切り失敗</td><td>0点</td></tr> </table> <p>【グループ得点表の例】</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>名前</th> <th>はじめの記録</th> <th>着地</th> <th>得点</th> <th>1回目</th> <th>2回目</th> <th>3回目</th> <th>最高得点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="5">長崎 太郎</td> <td rowspan="5">B</td> <td>F</td> <td>30点</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td rowspan="5">10</td> </tr> <tr> <td>E</td> <td>20点</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>D</td> <td>15点</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>C</td> <td>10点</td> <td></td> <td></td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>B</td> <td>5点</td> <td>○</td> <td>○</td> <td></td> </tr> <tr> <td rowspan="5">紫陽花 咲子</td> <td rowspan="5">C</td> <td>A</td> <td>3点</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td rowspan="5">15</td> </tr> <tr> <td>E</td> <td>20点</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>F</td> <td>15点</td> <td></td> <td></td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>D</td> <td>10点</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>C</td> <td>5点</td> <td>○</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>B</td> <td>3点</td> <td></td> <td>○</td> <td></td> </tr> <tr> <td>A</td> <td>3点</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>評価【思考力、判断力、表現力⑤】</p> |     | 4ゾーン以上 | 30点 | 3ゾーン上 | 20点 | 2ゾーン上 | 15点 | 1ゾーン上 | 10点 | 始めの記録と同じ | 5点 | 始めの記録より下 | 3点 | 踏み切り失敗 | 0点 | 名前 | はじめの記録 | 着地 | 得点 | 1回目 | 2回目 | 3回目 | 最高得点 | 長崎 太郎 | B | F | 30点 |  |  |  | 10 | E | 20点 |  |  |  | D | 15点 |  |  |  | C | 10点 |  |  | ○ | B | 5点 | ○ | ○ |  | 紫陽花 咲子 | C | A | 3点 |  |  |  | 15 | E | 20点 |  |  |  | F | 15点 |  |  | ○ | D | 10点 |  |  |  | C | 5点 | ○ |  |  | B | 3点 |  | ○ |  | A | 3点 |  |  |  |  |
|   | 4ゾーン以上   | 30点 |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
| 3ゾーン上   | 20点  |     |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
| 2ゾーン上   | 15点  |     |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
| 1ゾーン上   | 10点  |     |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
| 始めの記録と同じ  | 5点   |     |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
| 始めの記録より下  | 3点   |     |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
| 踏み切り失敗  | 0点   |     |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
| 名前  | はじめの記録   | 着地  | 得点     | 1回目 | 2回目   | 3回目 | 最高得点  |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
| 長崎 太郎   | B  | F   | 30点    |     |       |     | 10    |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
|   |  | E   | 20点    |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
|   |  | D   | 15点    |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
|   |  | C   | 10点    |     |       | ○   |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
|   |  | B   | 5点     | ○   | ○     |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
| 紫陽花 咲子  | C  | A   | 3点     |     |       |     | 15    |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
|   |  | E   | 20点    |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
|   |  | F   | 15点    |     |       | ○   |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
|   |  | D   | 10点    |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
|   |  | C   | 5点     | ○   |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
| B   | 3点   |     | ○      |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
| A   | 3点   |     |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
| <p>＜整理運動＞</p> <p>・手首・足首・首のストレッチ</p> <p>＜振り返り（学習カード記入、記録の記入、発表）＞</p> <p>・見つけた友達のいい動きや伸びを発表し合い、共有する。</p> <p>・グループ毎に得点を集計し、順位を決める。</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力⑤】</p> |  |     |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
| 15  | <p>【まとめ】 幅跳びの記録を伸ばすためには、友達のよい動きや変化を見付けて伝え合ったり、自分もまねしたりして、練習や記録の確認・競争をすることが大切だね。</p>  |     |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
|   | <p>＜片付け＞</p> <p>図：文部科学省 小学校体育まるわかりハンドブック 参照</p>  |     |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |
| 20  | <p>評価【思考力、表現力、判断力等⑤】</p> <p>友達のよい動きや変化を見付けている。(発言・観察、学習カード)</p>  |     |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |    |   |   |  |        |   |   |    |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |   |   |     |  |  |  |   |    |   |  |  |   |    |  |   |  |   |    |  |  |  |  |

| 時間               | 7 時間目 (全 7 時間)  |  |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
|------------------|---|--|--------|-----|-------|-----|-------|-----|-------|-----|----------|----|----------|----|--------|----|----|--------|----|----|-----|-----|-----|------|-------|---|---|-----|--|--|--|----|---|-----|--|--|--|---|-----|--|--|--|---|-----|--|--|--|---|----|---|---|---|---|----|--|--|--|--------|---|---|-----|--|--|--|----|---|-----|--|--|--|---|-----|--|--|--|---|----|---|---|---|---|----|--|--|--|---|----|--|--|
| 重点的指導事項          | ●自分の記録に挑戦しながら伸びを得点化して競争する。  |  |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
| 活<br>動<br>内<br>容 | 5   | <p>○用具・場の準備<br/>○あいさつ<br/>○準備運動<br/>・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など<br/>※小型ハードルのリズム走からのジャンプ、跳び箱からジャンプして着地。<br/>※体育館で行う場合は、マットを2枚以上重ねるなど、着地時の衝撃が小さくなるように配慮すること。</p> <p><b>【学習課題】 グループ対グループで、得点を競い合い、幅跳び大会をしよう。</b></p>   |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
|                  | 10  | <p><b>【ルールの例】</b><br/>○これまでと同じ得点の集計の仕方、合計点で競う。<br/>○次のような加点の工夫も取り入れ、勝敗の未確定性を図る。<br/>・全員が踏み切りの失敗がなかったらボーナス点○点加点。<br/>・ラッキーマンを決め、ラッキーマンの得点は2倍とする。<br/>・宣言した輪に着地したら加点。 など<br/>○踏み板を使うor使わない。</p> <p>※子供とやりとりをしながら、全体のルールとして教師が決定する。<br/>※子供の技能の状況を把握し、勝敗の未確定性を図るよう工夫する。<br/>また、みんなが楽しく活動できる、苦手な子供も活躍できるチャンスがある競争とすることが大切であり、そのために工夫したルールで競争した結果の勝敗は認めることが必要であることを指導する。</p>  |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
|                  | 15  | <p>《前半の対戦》<br/>※友達とコツがうまくできているか声を掛け合いながら何度も運動に取り組むよう押さえ、そのような子供を称賛し、全体に紹介する。<br/>※技能において努力が必要な子供がいなか評価の結果を生かし、必要な場合は技能のポイントを直接指導する。</p> <p style="text-align: right;"><b>評価【知識及び技能⑩⑪】</b></p>  |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
|                  | 20  | <p><b>【発問】 グループ内でアドバイスをし合ったり、ルールを見直したりしよう。</b></p> <p>※前半の競争で、うまく跳ぶことができなかった子供を中心に、教師もグループに入り、記録を伸ばすためのアドバイスを行う。<br/>※前半の競争の様子から、必要な場合は、後半の競争のルールを教師が変更して、全体に知らせる。</p>   |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
|                  | 25  | <p>《後半の対戦》<br/>※前半と違うグループと対戦する。<br/>※友達とコツがうまくできているか声を掛け合いながら何度も運動に取り組むよう押さえ、そのような子供を称賛し、全体に紹介する。<br/>※技能において努力が必要な子供がいなか評価の結果を生かし、必要な場合は技能のポイントを直接指導する。</p> <p style="text-align: right;"><b>評価【知識及び技能⑩⑪】</b></p>   |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
|                  | 30  | <p><b>【得点の設定例】</b></p> <table border="1"> <tr><td>4ゾーン以上</td><td>30点</td></tr> <tr><td>3ゾーン上</td><td>20点</td></tr> <tr><td>2ゾーン上</td><td>15点</td></tr> <tr><td>1ゾーン上</td><td>10点</td></tr> <tr><td>始めの記録と同じ</td><td>5点</td></tr> <tr><td>始めの記録より下</td><td>3点</td></tr> <tr><td>踏み切り失敗</td><td>0点</td></tr> </table> <p><b>【グループ得点表の例】</b></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>名前</th> <th>はじめの記録</th> <th>着地</th> <th>得点</th> <th>1回目</th> <th>2回目</th> <th>3回目</th> <th>最高得点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="6">長崎 太郎</td> <td rowspan="6">B</td> <td>F</td> <td>30点</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td rowspan="6">10</td> </tr> <tr><td>E</td><td>20点</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>D</td><td>15点</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>C</td><td>10点</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>5点</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> <tr><td>A</td><td>3点</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td rowspan="6">紫陽花 咲子</td> <td rowspan="6">C</td> <td>F</td> <td>20点</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td rowspan="6">15</td> </tr> <tr><td>E</td><td>15点</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>D</td><td>10点</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>C</td><td>5点</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> <tr><td>B</td><td>3点</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>3点</td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table> <p>20cmきざみでコーンを置くなどして目印を</p> | 4ゾーン以上 | 30点 | 3ゾーン上 | 20点 | 2ゾーン上 | 15点 | 1ゾーン上 | 10点 | 始めの記録と同じ | 5点 | 始めの記録より下 | 3点 | 踏み切り失敗 | 0点 | 名前 | はじめの記録 | 着地 | 得点 | 1回目 | 2回目 | 3回目 | 最高得点 | 長崎 太郎 | B | F | 30点 |  |  |  | 10 | E | 20点 |  |  |  | D | 15点 |  |  |  | C | 10点 |  |  |  | B | 5点 | ○ | ○ | ○ | A | 3点 |  |  |  | 紫陽花 咲子 | C | F | 20点 |  |  |  | 15 | E | 15点 |  |  |  | D | 10点 |  |  |  | C | 5点 | ○ | ○ | ○ | B | 3点 |  |  |  | A | 3点 |  |  |
| 4ゾーン以上           | 30点   |  |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
| 3ゾーン上            | 20点   |  |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
| 2ゾーン上            | 15点   |  |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
| 1ゾーン上            | 10点   |  |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
| 始めの記録と同じ         | 5点  |  |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
| 始めの記録より下         | 3点  |  |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
| 踏み切り失敗           | 0点  |  |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
| 名前               | はじめの記録  | 着地   | 得点     | 1回目 | 2回目   | 3回目 | 最高得点  |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
| 長崎 太郎            | B   | F  | 30点    |     |       |     | 10    |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
|                  |   | E  | 20点    |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
|                  |   | D  | 15点    |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
|                  |   | C  | 10点    |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
|                  |   | B  | 5点     | ○   | ○     | ○   |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
|                  |   | A  | 3点     |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
| 紫陽花 咲子           | C   | F  | 20点    |     |       |     | 15    |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
|                  |   | E  | 15点    |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
|                  |   | D  | 10点    |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
|                  |   | C  | 5点     | ○   | ○     | ○   |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
|                  |   | B  | 3点     |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
|                  |   | A  | 3点     |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
| 40               | <p>《整理運動》<br/>・手首・足首・首のストレッチ<br/>《振り返り（学習カード記入、記録の記入、発表）》<br/>・見つけた友達のいい動きや伸び、競争の楽しさを発表し合い、共有する。<br/>・グループ毎に得点を集計し、全体の順位も決める。</p> <p><b>【まとめ】規則を工夫して競争したり、練習で互いに教え合ったり励まし合ったりすると楽しく運動ができるね。<br/>また、体育の時間だけでなく、休み時間も遊びとして幅跳びを行うことで、健康な生活を送ることにつながるね。次の単元でも、いろいろな工夫をして楽しく活動しようね。</b></p> <p style="text-align: right;"><b>図：文部科学省 小学校体育まるわかりハンドブック 参照</b></p> |  |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |
| 45               | <p>《片付け》</p> <p><b>評価【知識及び技能⑩】</b><br/>5～7歩程度の助走から踏み切り足を決めて前方に強く踏み切り、遠くへ跳ぶことができる。(観察)</p>   |  |        |     |       |     |       |     |       |     |          |    |          |    |        |    |    |        |    |    |     |     |     |      |       |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |        |   |   |     |  |  |  |    |   |     |  |  |  |   |     |  |  |  |   |    |   |   |   |   |    |  |  |  |   |    |  |  |

#### 4 単元指導計画及び展開例

【10～11月】

単元名 マット運動 (B 器械運動) 全8時間

##### (1) 単元のねらい

知・技 : マット運動では, その行い方を知るとともに, 回転系や巧技系の基本的な技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, 技ができるようにな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, 場や器械・器具の安全に気を付けたりすることができる。

##### (2) 運動の仕方等

マット運動では, その行い方を知るとともに, 自己の能力に適した回転系 (前転など) や巧技系 (壁倒立など) の基本的な技をする。また, 基本的な技に十分に取り組んだ上で, それらの発展技に取り組んだり, 技を繰り返したり組み合わせたりする。

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

|  |   |                              |
|--|---|------------------------------|
| 前<br>転                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・頭の後ろをマットに付ける。</li> <li>・最後にかかとをすばやく引き寄せしゃがみ立ちになる。</li> <li>・しゃがんだ姿勢から手で支えながら腰を上げ、体を丸める。</li> <li>・後頭部－背中－尻－足裏の順にマットに接して前方に回転して立ち上がる。</li> </ul> |                              |
| 易<br>しい<br>場<br>での<br>開<br>脚<br>前<br>転 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・傾斜をつくった場で行う。</li> <li>・腰を高くあげながら後頭部をつき前方へ回転し、膝を伸ばして足を左右に大きく開く。</li> <li>・足を素早く開き、手と踵を同時に着く。</li> <li>・手で押しながら肩を前に出して起き上がる。</li> </ul>           | 開<br>脚<br>前<br>転<br><br>(発展) |
| 後<br>転                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・あごを引いて背中を丸める。</li> <li>・肘をしめて両手で支え、両手で頭を浮かす感じでマットを突き放してしゃがみ立ちになる。</li> <li>・尻－背中－後頭部－足裏の順にマットに接して後方に回転して立ち上がる。</li> </ul>                       |                              |
| 開<br>脚<br>後<br>転                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・後方に回転し、膝を伸ばして足を左右に大きく開く。</li> <li>・足先が頭を越したら足を開き、手の近くに足を着ける。</li> <li>・最後に両手でマットを押して開脚立ちをする。</li> </ul>   | 伸<br>膝<br>後<br>転<br><br>(発展) |



|     |   |              |
|-----|---|--------------|
| 壁倒立 | <ul style="list-style-type: none"> <li>床をしっかりと見る。</li> <li>腕を伸ばし、肩の上に腰が来る感じで倒立する。</li> <li>背中を伸ばす。</li> </ul>             | 補助倒立<br>(発展) |
| 頭倒立 | <ul style="list-style-type: none"> <li>両手を肩幅くらいに着き、頭と両手で三角形をつくる。</li> <li>頭頂部を地面に着ける。</li> <li>腕は90度に曲げて地面に着く。</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   |
| ○前転が苦手。         | <ul style="list-style-type: none"> <li>ゆりかごなどの体を揺らす運動遊びや、かえるの逆立ちなどの体を支える運動遊びに取り組みんだり、傾斜を利用して回転に勢いをつけて転がりやすくしたりする。</li> </ul>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>○見付けたポイントを伝える。</li> </ul>            | <ul style="list-style-type: none"> <li>つまずいていた技が上手にできた際に、わかったことを言葉で伝えたり、連続図の絵の横に付箋を貼って文字で示したりして伝える。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○技への恐怖心がある。</li> </ul>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>落ちても痛くないようにマットを敷いたり、回転しやすいように鉄棒に補助具を付けたりして、場を工夫する。</li> </ul>       |
| ○易しい場での開脚前転が苦手。 | <ul style="list-style-type: none"> <li>足が曲がらないように太ももに力を入れたり、両足を勢いよく振り下ろしてマットに接地したりして、足の伸ばし方や回転の勢いをつける動きが身に付くようにする。</li> </ul>                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>○目印を置くなどして、友達の技のできばえを伝える。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>友達の手の着く位置や着地する位置、目線が向く場所に目印を置いて、動きのできばえを友達に伝える。</li> </ul>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>○技への不安感がある。</li> </ul>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>必要な体の動かし方や運動感覚が身に付くように、低学年で学習した運動遊びに取り組み場を設定する。</li> </ul>          |
| ○後転が苦手。         | <ul style="list-style-type: none"> <li>ゆりかごなどの体を揺らす運動遊びや、かえるの逆立ちなどの体を支える運動遊びに取り組みんだり、傾斜を利用して回転に勢いをつけて転がりやすくしたりして、腰を上げたり、体を支えたり、回転の勢いをつけたりする動き</li> </ul> |   |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○技に繰り返し取り組もうとしない。</li> </ul>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>着地位置に目印を置いて自己評価をできるようにしたり、ゲーム化した運動遊びにグループで取り組めるようにしたりする。</li> </ul> |
|                 |  |   |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○友達とうまく関わって学習することができない。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>手や足の位置に目印を置いたり、回数を数えたりする役割ができるようにする。</li> </ul>                     |

|                  |   |  |  |  |  |
|------------------|---|--|--|--|--|
| <p>○開脚後転が苦手。</p> | <p>が身に付くようにする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>足を伸ばしたゆりかごで体を揺らしたり、かえるの逆立ちなどの体を支えたりする運動遊びに取り組みたり、傾斜を利用して回転に勢いをつけて転がりやすくしたりして、足を伸ばしたり、腰を上げたり、体を支えたり、回転の勢いをつけたりする動きが身に付くようにする。</li> </ul> |  |  |  |  |
| <p>○壁倒立が苦手。</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>肋木や壁を活用した運動遊びに取り組みたり、足を勢いよく振り上げるためにゴムなどを活用したりして、体を逆さまにして支えたり、足を勢いよく振り上げたりする動きが身に付くようにする。</li> </ul>  |  |  |  |  |
| <p>○頭倒立が苦手。</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>かえるの逆立ちや背支持倒立（首倒立）などの逆さまで体を支える運動遊びに取り組みたり、肋木、壁を活用した運動遊びに取り組みたりして、体を逆さまにして支える動きが身に付くようにする。</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

解説に例示として示されている運動 → 解説P.44・45

易

難

基本的な回転技 ～前転・後転～ → 発展技 ～大きな前転・開脚前転・開脚後転～



ゆりかごからしゃがむ



坂道マットで勢いをつけて



あごを引いて大きなゆりかごからしゃがむ



坂道マットで勢いをつけて、連続回転

前 転



動きのポイント

- 頭の後ろをマットに付ける。
- 最後にかかとをすばやく引き寄せしゃがみ立ちになる。

発展技：大きな前転



両手を着き、足を強く蹴って腰を大きく開いて回転し、回転の勢いを利用してしゃがみ立ちになる

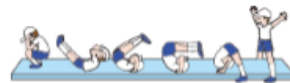
後 転



動きのポイント

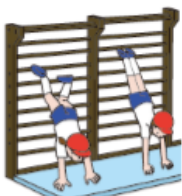
- あごを引いて背中を丸める。
- 肘をしめて両手で支え、最後にマットを突き放してしゃがみ立ちになる。

発展技：開脚後転

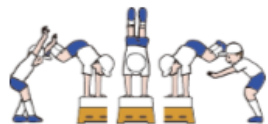


しゃがみ立ちの姿勢から尻を着いて後方に回転し、脚を左右に大きく開き両手でマットを押し開脚立ちをする

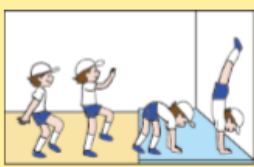
基本的な倒立技 ～壁倒立・腕立て横跳び越し～ → 発展技 ～補助倒立、頭倒立、ブリッジ、側方倒立回転～



助木を使って倒立  
片足ずつ登り、手を壁に近づけていく。



着し跳び箱を越える  
手を上からしっかりと着いて、あごを出す感じで。



壁倒立

動きのポイント

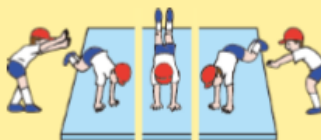
- 床をしっかりと見る。
- 腕を伸ばし、肩の上に腰が来る感じで倒立する。(背中が伸びる)

発展技：補助倒立



立位の姿勢から上体を前方に倒し、着手と同時に脚を振り上げ、補助を受けた倒立姿勢で静止する

腕立て横跳び越し



動きのポイント

- マットをよく見て、両手でしっかりと体を支え、腰の位置を高く保ちながら反対側に移動する。
- 最後は両足で着地する。

発展技：側方倒立回転



腰の位置を高く保ちながら側方に手を着き、倒立を経過しながら直線上を側方に回転し、側方立ちになる



易しい場での開脚前転

- 傾斜でつくった場で両手を着き、腰を高くあげながら後頭部を着き前方へ回転し、膝を伸ばして足を大きく左右に開き、接地するとともに素早く両手を股の近くについて膝を伸ばしたまま開脚立ちすること。



頭倒立

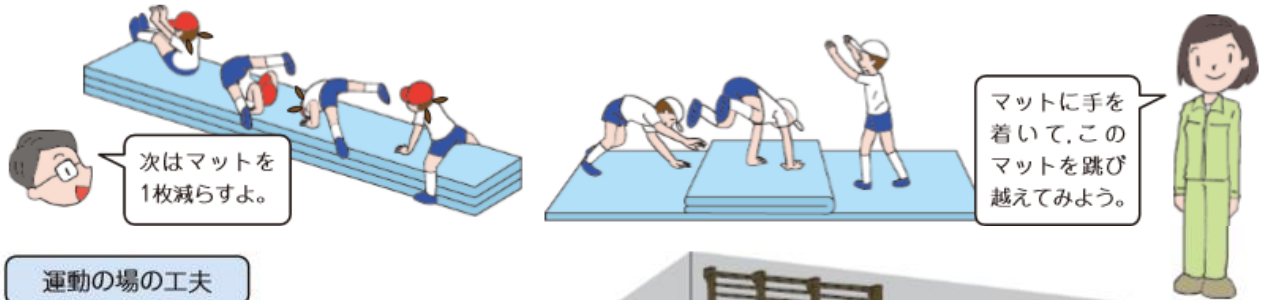
- 頭と両手で三角形をつくるように、両手を肩幅くらいに着き、頭を三角形の頂点になるようについて、腰の位置を倒立に近づけるように上げながら両足をゆっくりと上に伸ばし逆さの姿勢になること。

技が習得できるように段階的に取り組める運動の行い方や場を工夫する

運動の行い方の工夫

児童が基本的な回転技や倒立技を身に付けることができるよう、導入の段階で基礎となる感覚を段階的に習得できる運動を取り入れることが有効です。

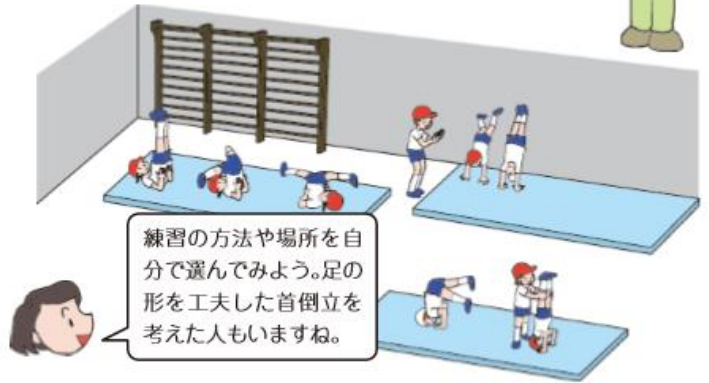
すべての児童が一通りの技の動きを体験できるように、易しい課題や補助具を用意し、技の練習の仕方やポイント、動き方を知る機会を用意することも大切です。



運動の場の工夫

児童が基本的な技を身に付け、その発展技に取り組んだり、技を繰り返したり組み合わせたりできるように、自分の課題に合った練習の場や方法を選べるようにします。

すべての児童が運動の楽しさや喜びに触れることができるよう、技に関連した運動遊びを取り入れたり、易しい課題の場を用意したりする配慮も大切です。



(6) 単元構想

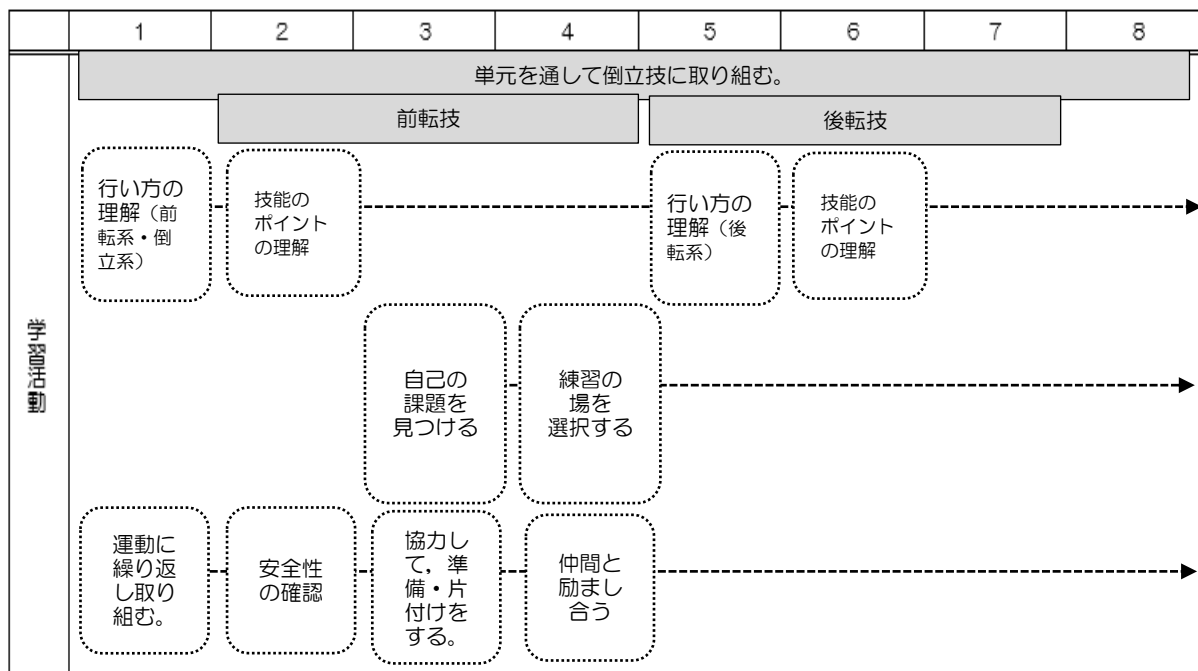
① 目指す子供の姿

回転技も倒立技も1つずつできるようになりました。

友達がよく見てくれて、うまくできたところを教えてくれたので、とても楽しくできました。

坂道のマットで練習したら、とても回りやすかったです。

## ②単元の流れ



## ③単元計画及び指導と評価の計画

| 時間 | （○）重点的な指導内容，（●）学習を深める活動  | 重点的指導事項        | 評価             |
|----|--|----------------|----------------|
| 1  | ○前転グループと倒立グループの基本的な技を知る。<br>○紹介された技に、進んで取り組む。                      | 知・技①<br>学・人①   | 知・技①           |
| 2  | ○基本的な技のポイントが分かる。（前転技）<br>○器械・器具の安全を確かめる。                           | 知・技②<br>学・人⑤   |                |
| 3  | ○技や動きのポイントと照らし合わせて、自己の課題を見つける。（前転グループ）<br>○器械・器具の準備や片付けを友達と一緒にする。  | 思・判・表①<br>学・人③ | 思・判・表①<br>学・人① |
| 4  | ○きまりを守り、だれとでも仲良く励まし合う。<br>○見合ったり、教え合ったりしやすくなるような練習の場を選ぶ。（前転グループ）   | 学・人②<br>思・判・表② | 学・人⑤<br>思・判・表② |
| 5  | ○後転グループの技を知る。  | 知・技①           | 学・人③           |
| 6  | ○基本的な技のポイントが分かる。（後転グループ）<br>●技や動きのポイントと照らし合わせて、自己の課題を見つける。（後転グループ） | 知・技②<br>思・判・表① | 思・判・表①         |
| 7  | ●見合ったり、教え合ったりしやすくなるような練習の場を選ぶ。（後転グループ）                             |                | 学・人②           |
| 8  | ●技の出来栄を確かめる。   |                | 知・技②           |

※倒立グループの技は、単元を通して取り組ませる。

※基本的な技ができれば、発展技に取り組んでもよい。

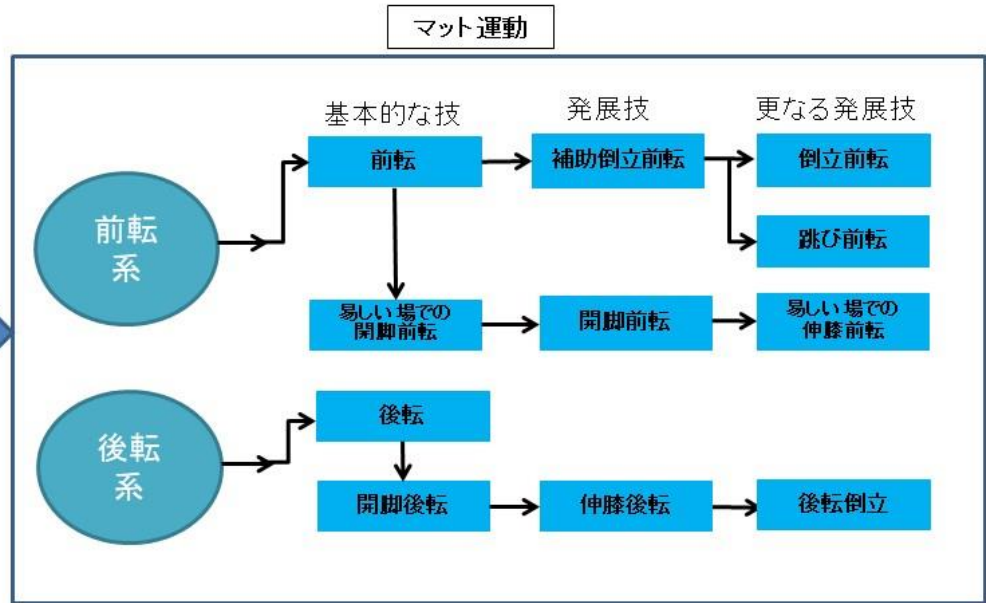


回転系  
(接点技)

マットを使った運動遊び

- ゆりかご
- 前転がり
- 後ろ転がり
- 背支持倒立(首倒立)
- だるま転がり
- 丸太転がり
- かえるの逆立ち
- かえるの足うち
- うさぎ跳び
- 壁上り逆立ち

マット運動の技の系統図1 ※左に行くほど易しく、右に行くほど難しくなります



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

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

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

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

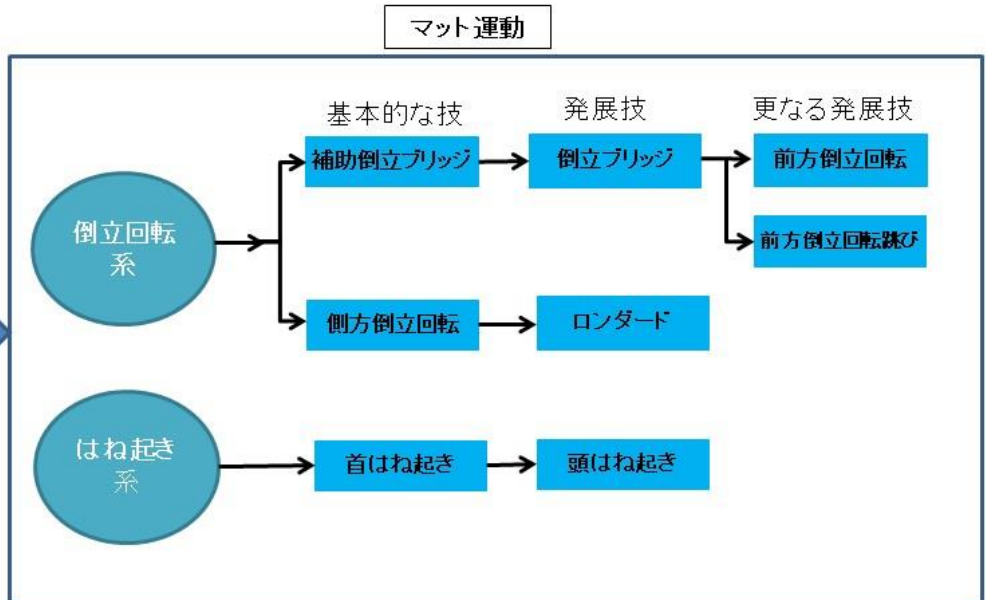
※ 少なくとも、中学年で基本的な技を1つ、高学年で発展技を1つはできるようにすることをめざします。

回転系  
(ほん点技)

マットを使った運動遊び

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

マット運動の技の系統図2 ※左に行くほど易しく、右に行くほど難しくなります



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

※ 例えば4学年で授業に入る際、全員の子どもが3学年時までに「側方倒立回転」を習得していれば、倒立回転系の発展技「ロンダード」から、授業を開始してよいことになります。

※ 同じ系統である「倒立回転系」もしくは「はね起き系」の基本的な技→発展技→更なる発展技と取り組みます。

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

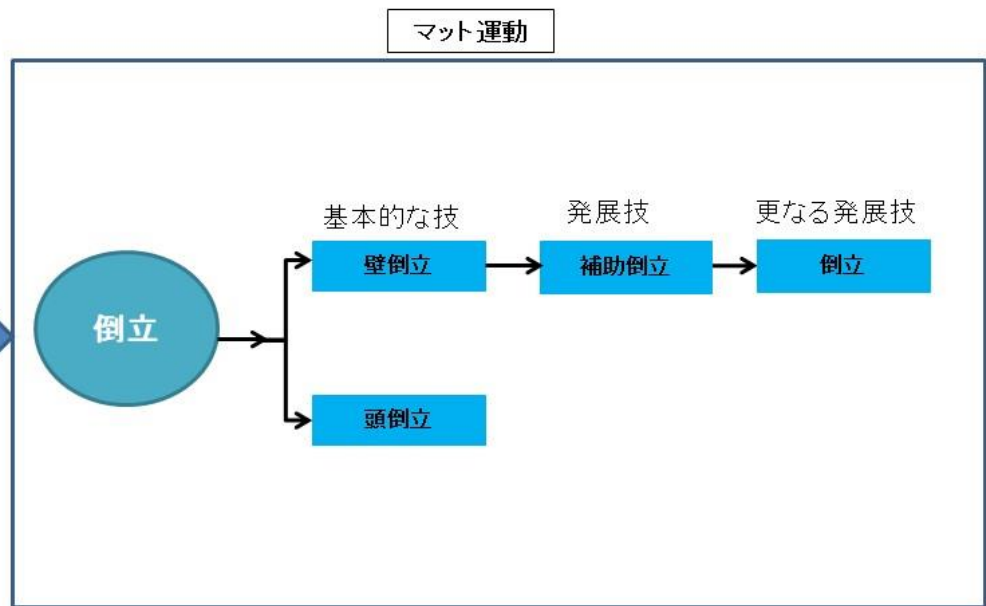
※ 少なくとも、中学年で基本的な技を1つ、高学年で発展技を1つはできるようにすることをめざします。

巧技系  
(平均立ち技)

マットを使った運動遊び

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

マット運動の技の系統図3 ※左に行くほど易しく、右に行くほど難しくなります



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

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

※ 同じ系統である基本的な技→発展技→更なる発展技と取り組みます。

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






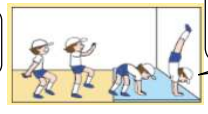



※ 少なくとも、中学年で基本的な技を1つ、高学年で発展技を1つはできるようになることをめざします。

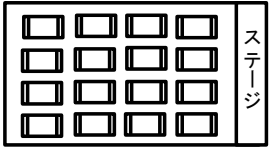
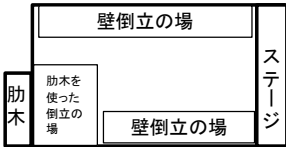



(8)展開例








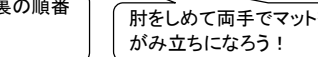

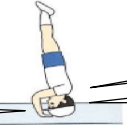
|         |  |  |
|---------|--|--|
| 時間      | 1 時間目 (全 8 時間)   |  |
| 重点的指導事項 | <p>指導【知識及び技能①】<br/>マット運動の行い方を知る。</p> <p>指導【学びに向かう力、人間性①】<br/>回転したり、支持したり、逆位になったりするなど、マット運動の基本的な技に取り組んでいる。</p>  |  |
| 5       | <p>○集合、整列、挨拶<br/>○準備運動<br/>(・声を出しながら元気に行う。・手首や足首などの関節の体操を念入りに行う。・各校の「体力向上アクションプラン」に基づいた体操も行う。)<br/>○学習のねらいを知る。</p> <p>※児童が常に意識できるように、掲示すると効果的<br/>○本時のねらいを知る</p> <p>【学習課題】前転グループと倒立グループの基本的な技の行い方を知る</p>   |  |
| 10      | <p>安全な運動の行い方を知る<br/>・マットは横切らないこと ・マットがずれたら直すこと ・技が終わったら次の人に合図をして、合図があってから次の人は技に入ること<br/>・マットを運ぶときは一人ではなく友達と協力して運ぶこと。 ・マットを運ぶときはマットを頭の上で持たず、腰のあたりで持つこと。 など</p> <p>※児童が常に意識できるように、掲示すると効果的</p> <p>場の準備をする<br/>感覚づくりの運動の仕方を知る<br/>マットは2~4人で持って運ぼう！<br/>マットは、腰のところで持って運ぼう</p> <p>動物歩き<br/>ゆりかご<br/>背支持倒立<br/>かえるの足打ち</p> <p>※体の部位を正しく使っているか確認する。</p> <p>&lt;場の設定の例&gt;<br/>ステージ</p> <p>※一つのマットをペアで使い、交互に行うとよい。</p> |  |
| 15      | <p>前転をする</p> <p>【課題に迫る発問】前転グループと倒立グループを紹介していくよ。行い方がわかるようになる</p>  |  |
| 20      | <p>指導【知識及び技能①】</p> <p>頭の後ろ、背中、お尻、足の裏の順番にマットに着けよう！</p> <p>易しい場での開脚前転をする</p> <p>指導【知識及び技能①】</p> <p>脚をぎりぎりまで閉じて回ってみよ</p> <p>&lt;場の設定の例&gt;<br/>ステージ<br/>肋木<br/>肋木を使った<br/>壁倒立<br/>マットを重ねた場での開脚前転<br/>坂道での開脚前転<br/>前転の場</p>  |  |
| 25      | <p>倒立グループの技をする</p> <p>指導【知識及び技能①】</p> <p>手を少しずつ壁に近づけていこう！</p> <p>顔を上上げて床を見よう！</p> <p>肋木を使った倒立<br/>壁倒立</p>  |  |
| 30      | <p>自分をもっとやってみたいと思う場所で技を行う。<br/>※各技のポイントを確認して、そのポイントを意識して練習するように声掛けを行う。</p> <p>指導【学びに向かう力、人間性①】</p>   |  |
| 35      | <p>片付け<br/>学習の振り返り<br/>○感想を発表する<br/>○次時の学習内容を確認する</p> <p>※課題に対して進んで取り組んでいた児童を紹介・賞賛し、他の児童への意識付けを行う。<br/>※危険な行動があった場合は危険である理由を含めて確認する。</p> <p>評価【知識及び技能①】</p> <p>【まとめ】行い方がわかるといろいろな技ができるね。いろいろな技ができると楽しく</p>   |  |
| 40      | <p>整理運動(手首・足首・首のストレッチ)<br/>※運動で使った部位を、ゆっくりと伸ばしたり曲げたりする。<br/>※けがをした児童がいないかを最後に確認する。</p> <p>整列・挨拶</p> <p>図: 体育まるわかりハンドブック《文部科学省》<br/>器械運動指導の手引き《文部科学省》</p>   |  |
| 45      | <p>評価【知識及び技能①】<br/>前転グループと倒立グループの技の行い方が分かったか。(学習</p>   |  |

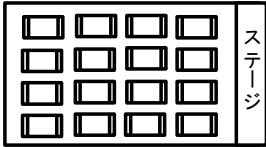




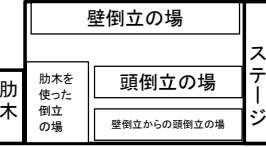






| 時間      | 2 時間目 (全 8 時間)  |   |       |        |      |      |       |            |            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---------|---|---|-------|--------|------|------|-------|------------|------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 重点的指導事項 | <b>指導【知識及び技能②】</b><br>自己の能力に適した回転系(前転など)や巧技系(壁倒立など)の基本的な技のポイントがわかる。   | <b>指導【学びに向かう力、人間性等⑤】</b><br>場の危険物を取り除いたり、器械・器具の安全を確かめたりするとともに、試技の開始前の安全を確かめる。   |       |        |      |      |       |            |            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 5       | ○集合、整列、挨拶<br>○準備運動<br>(・声を出しながら元気に行う。・手首や足首などの関節の体操を念入りに行う。・各校の「体力向上アクションプラン」に基づいた体操も行う。)   |   |       |        |      |      |       |            |            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 10      | 場の準備をする<br>感覚づくりの運動をする ※体の部位を正しく使っているか確認する。   | <場の設定の例> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr><td>□</td><td>□</td><td>□</td><td>□</td><td rowspan="4">ステージ</td></tr> <tr><td>□</td><td>□</td><td>□</td><td>□</td></tr> <tr><td>□</td><td>□</td><td>□</td><td>□</td></tr> <tr><td>□</td><td>□</td><td>□</td><td>□</td></tr> </table><br>※一つのマットをペアが使い、交互に行うとよい。 | □     | □      | □    | □    | ステージ  | □          | □          | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| □       | □   | □   | □     | ステージ   |      |      |       |            |            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| □       | □   | □   | □     |        |      |      |       |            |            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| □       | □   | □   | □     |        |      |      |       |            |            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| □       | □   | □   | □     |        |      |      |       |            |            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 15      | 場の準備をする<br>いろいろな倒立に取り組む<br><b>指導【知識及び技能②】</b><br>肋木を使った倒立<br>片足ずつ登って、手を壁に近づけていこう！<br>苦手な児童は   | 壁倒立<br>床をしっかりと見て体を伸ばそう！<br><場の設定の例> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr><td colspan="2">壁倒立の場</td><td rowspan="2">ステージ</td></tr> <tr><td>肋木</td><td>壁倒立の場</td></tr> </table>  | 壁倒立の場 |        | ステージ | 肋木   | 壁倒立の場 |            |            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 壁倒立の場   |   | ステージ  |       |        |      |      |       |            |            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 肋木      | 壁倒立の場   |   |       |        |      |      |       |            |            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 20      | 集合、整列<br>前転グループの技(前転、易しい場での開脚前転)のポイントを知る<br>本時の学習課題をたてる<br><b>【学習課題】 技のポイントを確かめながら前転グループの技にチャレンジしよう。</b><br>練習方法を確認する<br>※運動図などの学習資料を用いながら、具体的に留意する点を確認させる。         |   |       |        |      |      |       |            |            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 25      | 場の準備をする<br>すべての場を経験しながら技のポイントを確認する<br><b>指導【学びに向かう力、人間性等⑤】</b><br>かかとをお尻の下に素早く入れよう！<br>ゆりかごコーナー<br>(ゆりかごから起き上がる)<br><b>【確認する技のポイント】</b><br>・かかとをすばやく引き寄せ上手く起き上がる。   | へそを見て体を丸めてみよう！<br>坂道コーナー<br><b>【確認する技のポイント】</b><br>・勢いをつけて回る。(前転、易しい場での開脚前転)<br>・手で押しながら肩を前に出して起き上がる。(易しい場での開脚前転)   |       |        |      |      |       |            |            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 30      | 足をぎりぎりまで閉じて回ってみよう！<br>かさねマットコーナー<br><b>【確認する技のポイント】</b><br>・膝を伸ばして足を左右に大きく開き、上手く立ち上がる。  | <場の設定の例><br>※順番に回りながら自分の課題を見つけ <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr><td>ゆりかご</td><td>坂道コーナー</td><td>平の場</td><td rowspan="2">ステージ</td></tr> <tr><td>平の場</td><td>かさねマットコーナー</td><td>坂道(開脚)コーナー</td></tr> </table>  | ゆりかご  | 坂道コーナー | 平の場  | ステージ | 平の場   | かさねマットコーナー | 坂道(開脚)コーナー |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| ゆりかご    | 坂道コーナー  | 平の場   | ステージ  |        |      |      |       |            |            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 平の場     | かさねマットコーナー  | 坂道(開脚)コーナー  |       |        |      |      |       |            |            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 35      | <b>【課題に迫る発問】 前転の技のポイントはどんなところかな。</b><br>もう一度技のポイントを確認したいと思う場所で練習する<br>(学習カードにどの場を選んだか○をする)<br><b>指導【知識及び技能②】</b><br>※自分の課題にあった場を選択できていない場合はアドバイスをする。                |   |       |        |      |      |       |            |            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 40      | 片付け<br>学習の振り返り<br>○感想を発表する<br>○次時の学習内容を確認する<br>マットは2~4人で持って運ぼう！<br>マットは、腰のところで持って運ぼう！<br>※課題に対して進んで取り組んでいた児童を紹介・賞賛し、他の児童への意識付けを行う。<br>※危険な行動があった場合は危険である理由を含めて確認する。 |   |       |        |      |      |       |            |            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 45      | <b>【まとめ】 前転も易しい場での開脚前転も技のポイントを確かめながらチャレンジするとできるようになる</b><br>整理運動(手首・足首・首のストレッチ)<br>整列・挨拶<br>※運動で使った部位を、ゆっくりと伸ばしたり曲げたりする。<br>※けがをした児童がいないかを最後に確認する。                  |   |       |        |      |      |       |            |            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 評価事項    | 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 8 時間)   |  |      |      |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
|---------|--|--|------|------|-----|------|------|--|--|--|-----|------|------|--|--|--|--|--|--|
| 重点的指導事項 | 指導【思考力、判断力、表現力等①】<br>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。  | 指導【学びに向かう力、人間性等③】<br>器械・器具の準備や片付けを、友達と一緒にする。           |      |      |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
| 5       | <p>○集合、整列、挨拶<br/>○準備運動<br/>(・声を出しながら元気に行う。・手首や足首などの関節の体操を念入りに行う。・各校の「体力向上アクションプラン」に基づいた体操も行う。)</p> <p>場の準備をする<br/>感覚づくりの運動をする ※体の部位を正しく使っているか確認する。</p> <p style="text-align: right;">&lt;場の設定の例&gt;</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">     </div> <p style="text-align: right;"> <table border="1" style="border-collapse: collapse;"> <tr><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td rowspan="4" style="writing-mode: vertical-rl; text-align: center;">ステージ</td></tr> <tr><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td></tr> <tr><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td></tr> <tr><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td></tr> </table> </p>  |  |      |      |     |      | ステージ |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
|         |  |  |      | ステージ |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
|         |  |  |      |      |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
|         |  |  |      |      |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
|         |  |  |      |      |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
| 10      | <p>指導【学びに向かう力、人間性等③】</p> <p style="text-align: right;">※一つのマットをペアが使い、交互に行うとよい。</p>   |  |      |      |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
| 15      | <p>場の準備をする<br/>いろいろな倒立に取り組む</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>肋木を使った倒立</p> <p>片足ずつ登って、手を壁に近づけていこ<br/>苦手な児童は</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>壁倒立</p> <p>床をしっかりと見て体を伸ばそう!</p> </div> </div> <p style="text-align: right;">&lt;場の設定の例&gt;</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <table border="1" style="border-collapse: collapse;"> <tr><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td rowspan="2" style="writing-mode: vertical-rl; text-align: center;">ステージ</td></tr> <tr><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td></tr> </table> <table border="1" style="border-collapse: collapse;"> <tr><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td rowspan="2" style="writing-mode: vertical-rl; text-align: center;">ステージ</td></tr> <tr><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td></tr> </table> </div>   |  |      |      |     | ステージ |      |  |  |  |     |      | ステージ |  |  |  |  |  |  |
|         |  |  | ステージ |      |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
|         |  |  |      |      |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
|         |  |  | ステージ |      |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
|         |  |  |      |      |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
| 20      | <p>集合、整列<br/>前転、易しい場での開脚前転のポイントを確認する<br/>本時の学習課題をたてる</p> <p style="text-align: center; border: 1px dashed black; padding: 5px;">【学習課題】 技のポイントと比べて自分の課題を見付けて練習しよう。</p> <p>練習方法を確認する<br/>※運動図などの学習資料を用いながら、具体的に留意する点を確認させる。</p>  |  |      |      |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
| 25      | <p>場の準備をする<br/>すべての場を経験しながら自分の課題をつかむ</p> <p>指導【思考力、判断力、表現力等①】</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>ゆりかごコーナー<br/>(ゆりかごから起き上がる)<br/>・正面にいる人と両手タッチする練習もできる。<br/>・膝と胸の間の空間を広げると大きな前転の練習にもなる。</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>坂道コーナー<br/>・最後に開脚をいれることで、易しい場での開脚前転になる。</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>かさねマットコーナー<br/>・易しい場での開脚前転の練習の場<br/>・マットの上に細いマットを重ねる。<br/>・重ねるマットの枚数を変えることで、場が広がる。</p> </div> </div> <p style="text-align: right;">&lt;場の設定の例&gt;<br/>※順番に回りながら自分の課題を見つけ</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <table border="1" style="border-collapse: collapse;"> <tr><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td rowspan="2" style="writing-mode: vertical-rl; text-align: center;">平の場</td><td rowspan="2" style="writing-mode: vertical-rl; text-align: center;">ステージ</td></tr> <tr><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td></tr> </table> <table border="1" style="border-collapse: collapse;"> <tr><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td rowspan="2" style="writing-mode: vertical-rl; text-align: center;">平の場</td><td rowspan="2" style="writing-mode: vertical-rl; text-align: center;">ステージ</td></tr> <tr><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td></tr> </table> </div> |  |      |      | 平の場 | ステージ |      |  |  |  | 平の場 | ステージ |      |  |  |  |  |  |  |
|         |  | 平の場  | ステージ |      |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
|         |  |  |      |      |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
|         |  | 平の場  | ステージ |      |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
|         |  |  |      |      |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
| 30      | <p>自分の課題にあった場で練習する。<br/>(学習カードにどの場を選んだか○をする)</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>評価【思考力、判断力、表現力等①】</p> <p>評価【学びに向かう力、人間性等①】</p> <p>※自分の課題にあった場を選択できていない場合はアドバイスをする。</p> </div> <div style="width: 40%; border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>【課題に迫る発問】 自分がうまくできない技のポイントはどこかな。</p> <p>【前転】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・スムーズに回れない→ゆりかごコーナー</li> <li>・上手く起き上がれない→ゆりかごコーナー (正面の人とタッチ)</li> <li>・勢いがつかない→坂道コーナー</li> </ul> <p>【易しい場での開脚前転】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・勢いがつかない→坂道コーナー</li> <li>・うまく立ち上がれない→かさねマットコーナー →ゆりかごコーナー (膝を伸ばしたゆりかご)</li> </ul> </div> </div>  |  |      |      |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
| 35      | <p>片付け<br/>学習の振り返り<br/>○感想を発表する<br/>○次時の学習内容を確認する</p> <p style="text-align: center;">※課題に対して進んで取り組んでいた児童を紹介・賞賛し、他の児童への意識付けを行う。<br/>※危険な行動があった場合は危険である理由を含めて確認する。</p>   |  |      |      |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
| 40      | <p style="text-align: center; border: 1px dashed black; padding: 5px;">【まとめ】 自分の課題を見付けて練習すると、技が上手にできるようになるね。</p>   |  |      |      |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
| 45      | <p>整理運動(手首・足首・首のストレッチ)</p> <p>整列・挨拶<br/>※運動で使った部位を、ゆっくりと伸ばしたり曲げたりする。<br/>※けがをした児童がいないかを最後に確認する。</p> <p style="text-align: right; border: 1px solid black; padding: 2px;">図: 体育まるわかりハンドブック&lt;&lt;文部科学省&gt;&gt;<br/>器械運動指導の手引き&lt;&lt;文部科学省&gt;&gt;</p>   |  |      |      |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |
| 評価事項    | 評価【思考力、判断力、表現力等①】<br>技のポイントと照らし合わせて、自分の課題を見つけることができたか。(学習カード)  | 評価【学びに向かう力、人間性等①】<br>前転や易しい場での開脚前転の練習に進んで取り組んでいたか。(観察) |      |      |     |      |      |  |  |  |     |      |      |  |  |  |  |  |  |

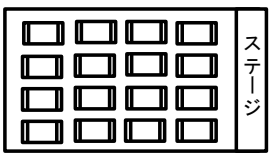







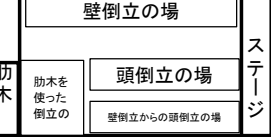



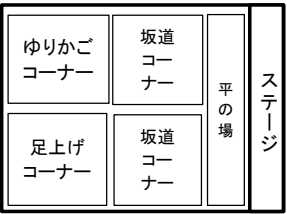
| 時間      | 4 時間目 (全 8 時間)   |  |
|---------|--|--|
| 重点的指導事項 | 指導【思考力、判断力、表現力等②】<br>動きのポイントについて見合ったり教えあったりしやすくなるような練習の場を選ぶ。   | 指導【学びに向かう力、人間性等②】<br>マットの正しい使い方や試技をする前の待ち方、技を観察するときなどのきまりを守り、誰とでも仲良く励まし合う。 |
| 5       | <p>○集合、整列、挨拶<br/>○準備運動<br/>(・声を出しながら元気に行う。・手首や足首などの関節の体操を念入りに行う。・各校の「体力向上アクションプラン」に基づいた体操も行う。)</p> <p>場の準備をする<br/>感覚づくりの運動をする※体の部位を正しく使っているか確認する。</p> <p>動物歩き      ゆりかご      背支持倒立      かえるの足打ち</p> <p>＜場の設定の例＞</p>  <p>※一つのマットをペアが使い、交互に行うとよい。</p>   |  |
| 10      | <p>場の準備をする<br/>倒立に取り組む</p> <p>片足ずつ登って、手を壁に近</p> <p>苦手な児童は</p> <p>床をしっかりと見て体を</p> <p>＜場の設定の例＞</p>    |  |
| 15      | <p>集合、整列<br/>前転、易しい場での開脚前転のポイントを確認する<br/>本時の学習課題をたてる</p> <p>練習方法を確認する</p> <p>※運動図などの学習資料を用いながら、具体的に留意する点を確認させる。</p> <p>【学習課題】自分の課題にあった場を選んで練習しよう</p>   |  |
| 20      | <p>場の準備をする<br/>すべての場を経験しながら技のポイントをつかむ<br/>友達と見合いながら<br/>ICT機器を活用しながら</p> <p>指導【学びに向かう力、人間性等】</p> <p>指導【思考力、判断力、表現力等】</p> <p>評価【学びに向かう力、人間性等⑤】</p> <p>ゆりかごコーナー<br/>(ゆりかごから起き上がる)<br/>・正面にいる人と両手タッチする練習もできる。<br/>・膝と胸の間の空間を広げると大きな前転の練習にも</p> <p>かさねマットコーナー<br/>(ゆりかごから起き上がる)<br/>・易しい場での開脚前転の練習の場<br/>・マットの上に細いマットを重ねる。<br/>・重ねるマットの枚数を変えることで、場が広がる。</p> <p>坂道コーナー<br/>・最後に開脚をいれることで、易しい場での開脚前転になる。</p> <p>＜場の設定の例＞</p> <p>※順番に回りながら自分の課題を見つける。</p>  |  |
| 25      | <p>自分の課題にあった場で練習する。(学習カードにどの場を選んだか○をする)<br/>友達と見合いながら<br/>ICT機器を活用しながら</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力等】</p> <p>※自分の課題にあった場を選択できていない場合はアドバイスをする。</p> <p>【前転】<br/>・スムーズに回れない→ゆりかごコーナー<br/>・上手に起き上がれない→ゆりかごコーナー (正面の人とタッチ)<br/>・勢いがつかない→坂道コーナー</p> <p>【開脚前転】<br/>・勢いがつかない→坂道コーナー<br/>・うまく立ち上がれない→かさねマットコーナー →ゆりかごコーナー (膝を伸ばしたゆりかご)</p> <p>【課題に迫る発問】自分の課題を解決するには、どの場を選んだらい</p>  |  |
| 30      | <p>片付け<br/>学習の振り返り<br/>○感想を発表する<br/>○次時の学習内容を確認する</p> <p>※課題に対して進んで取り組んでいた児童を紹介・賞賛し、他の児童への意識付けを行う。<br/>※危険な行動があった場合は危険である理由を含めて確認する。</p> <p>【まとめ】自分の課題にあった場を選んで練習すると技が上手にできるようになる</p>  |  |
| 35      | <p>整理運動(手首・足首・首のストレッチ)</p> <p>整列・挨拶</p> <p>※運動で使った部位を、ゆっくりと伸ばしたり曲げたりする。<br/>※けがをした児童がいないかを最後に確認する。</p> <p>図：体育まるわかりハンドブック《文部科学省》<br/>器械運動指導の手引き《文部科学省》</p>   |  |
| 40      | <p>評価【学びに向かう力、人間性等⑤】<br/>安全に気を付けて活動することができたか。(観察)</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力等②】<br/>課題の解決のための活動を選んでみたか。(学習カード)</p>  |  |
| 45      |  |  |



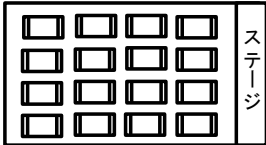


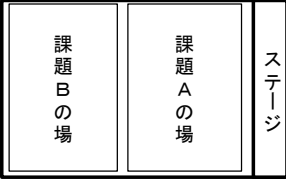
| 時間               | 5 時間目 (全 8 時間)   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 重点的指導事項          | <b>指導【知識及び技能①】</b><br>マット運動の行い方を知る。  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 活<br>動<br>内<br>容 | 5  | ○集合、整列、挨拶<br>○準備運動<br>(・声を出しながら元気に行う。・手首や足首などの関節の体操を念入りに行う。・各校の「体力向上アクションプラン」に基づいた体操も行う。)  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                  | 10   | 場の準備をする<br>感覚づくりの運動をする ※体の部位を正しく使っているか確認する。 <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <br/>動物歩き         </div> <div style="text-align: center;"> <br/>ゆりかご         </div> <div style="text-align: center;"> <br/>背支持倒立         </div> <div style="text-align: center;"> <br/>かえるの足打ち         </div> </div> <div style="text-align: right; margin-top: 10px;">           &lt;場の設定の例&gt;           <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td></tr> <tr><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td></tr> <tr><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td></tr> <tr><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td></tr> <tr><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td></tr> </table> </div> <p style="text-align: right; margin-top: 5px;">※一つのマットをペアが使い、交互に行うとよい。</p> |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                  | 15   | 場の準備をする<br>倒立に取り組む <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <br/>肋木を使った倒立         </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; border-radius: 10px;">           片足ずつ登って、手を壁に近づけていこう！         </div> <div style="text-align: center;"> <br/>壁倒立         </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; border-radius: 10px;">           床をしっかりと見て体を伸ばそう！         </div> </div> <div style="text-align: right; margin-top: 10px;">           &lt;場の設定の例&gt;           <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td></tr> <tr><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td></tr> <tr><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td></tr> </table> </div> <p style="text-align: right; margin-top: 5px;">※一つのマットをペアが使い、交互に行うとよい。</p>   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 20               | 集合、整列<br>後転・開脚後転と頭倒立を紹介する<br>本時の学習課題をたてる <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center; margin: 10px auto; width: 80%;"> <b>【学習課題】後転・開脚後転と頭倒立の技の行い方を知ろう。</b> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px auto; width: 80%;">           評価【学びに向かう力、人間性③】         </div>  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 25               | 場の準備をする <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center; margin: 10px auto; width: 80%;"> <b>【課題に迫る発問】後転・開脚後転と頭倒立を紹介していくよ。やり方が分かるようになるよ。</b> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: flex-start;"> <div style="width: 30%;"> <b>指導【知識及び技能①】</b> </div> <div style="width: 40%; text-align: center;">  <p>あごを引いて背中を丸めよう！</p> <p>お尻、背中、後頭部、足の裏の順番にマットに着けよう！</p> </div> <div style="width: 25%; text-align: right;">           &lt;場の設定の例&gt;           <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td></tr> <tr><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td></tr> <tr><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td></tr> <tr><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td></tr> <tr><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td></tr> </table> </div> </div> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;">  <p>肘をしめて両手でマットを突き放してしゃがみ立ちになろう！</p> </div> |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 30               | <b>指導【知識及び技能①】</b> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; border-radius: 10px;">           脚をぎりぎりまで閉じて回ってみよう！         </div> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; border-radius: 10px;">           両手で力強くマットを押して立ち上がろう！         </div> </div>   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 35               | <b>指導【知識及び技能①】</b> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; border-radius: 10px;">           頭と両手で三角形をつくろう！         </div> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; border-radius: 10px;">           頭のてっぺんをマットに着けよ         </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; border-radius: 10px;">           肩幅と同じくらいに手を広げよ         </div> </div> <div style="text-align: right; margin-top: 10px;">           &lt;場の設定の例&gt;           <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td></tr> <tr><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td></tr> <tr><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td><td style="width: 40px; height: 40px;"></td></tr> </table> </div>  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 40               | 片付け<br>学習の振り返り<br>○感想を発表する<br>○次時の学習内容を確認する <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: 80%;">           評価【学びに向かう力、人間性③】         </div> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;">           ※課題に対して進んで取り組んでいた児童を紹介・賞賛し、他の児童への意識付けを行う。<br/>           ※危険な行動があった場合は危険である理由を含めて確認する。         </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> <b>【まとめ】やり方が分かると後転・開脚後転や頭倒立ができるようになるね。できる技が増えると楽しくなる</b> </div>  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 45               | 整理運動(手首・足首・首のストレッチ) <div style="text-align: center; margin-top: 10px;">           ※運動で使った部位を、ゆっくりと伸ばしたり曲げたりする。<br/>           ※けがをした児童がいないかを最後に確認する。         </div> <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;<br/>           器械運動指導の手引き&lt;&lt;文部科学省&gt;&gt;         </div>   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 評価事項             | 評価【学びに向かう力、人間性③】<br>友達と協力し、器械・器具の準備や片づけを行うことができたか。(観察)   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

| 時間      | 6 時間目 (全 8 時間)   |   |
|---------|--|---|
| 重点的指導事項 | 指導【知識及び技能②】<br>自己の能力に適した回転系(後転など)や巧技系(壁倒立など)の基本的な技をすること。   | 指導【思考力、判断力、表現力等①】<br>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。   |
| 5       | ○集合、整列、挨拶<br>○準備運動<br>(・声を出しながら元気に行う。・手首や足首などの関節の体操を念入りに行う。・各校の「体力向上アクションプラン」に基づいた体操も行う。)  |   |
| 10      | 場の準備をする<br>感覚づくりの運動をする※体の部位を正しく使っているか確認する。   | <場の設定の例><br>   |
|         |  動物歩き<br> ゆりかご<br> 背支持倒立<br> かえるの足打ち | ※一つのマットをペアが使い、交互に行うとよい。   |
| 15      | 場の準備をする<br>倒立に取り組む<br>指導【知識及び技能②】  | <場の設定の例><br>   |
|         |  肋木を使った倒<br>片足ずつ登って、手を壁に近づけてい<br>苦手な児童は   |  壁倒立<br>床をしっかり見て体を伸ばそ<br>できる児童に  |
| 20      | 集合、整列<br>後転、開脚後転のポイントを知る<br>本時の学習課題をたてる<br>練習方法を確認する<br>※運動図などの学習資料を用いながら、具体的に留意する点を確認させる。   | 【学習課題】 技のポイントを確かめながら後転技にチャレンジしよう。   |
| 25      | 場の準備をする<br>すべての場を経験しながら技のポイントを確認す  | <場の設定の例><br>※順番に回りながら練習する。<br>   |
|         | 大きく揺れて後ろに回ろう！<br><br>ゆりかごコーナー<br>【確認する技のポイント】<br>・後ろに真っ直ぐ回る。  | 勢いをつけて回る<br><br>坂道コーナー<br>【確認する技のポイント】<br>・勢いを付けて回る。(後転、開脚後転)<br>・両手でマットを押して開脚立ちをする。(開脚後転) |
|         |  | 足をピンと伸ばそう！<br><br>足上げコーナー<br>【確認する技のポイント】<br>・足先が頭を越したら足を開く。<br>・発展技の伸膝後転にもつながる。           |
| 30      | 自分の課題にあった場で練習する。<br>(学習カードにどの場を選んだか○をする)   |   |
| 35      | 指導【知識及び技能②】<br>評価【思考力、判断力、表現力等】  | ※自分の課題にあった場を選択できていない場合はアドバイスをする。  |
| 40      | 片付け<br>学習の振り返り<br>○感想を発表する<br>○次時の学習内容を確認する  | マットは2~4人で持って運ぼう！<br>マットは、腰のところで持って運ぼう！<br>※課題に対して進んで取り組んでいた児童を紹介・賞賛し、他の児童への意識付けを行う。<br>※危険な行動があった場合は危険である理由を含めて確認する。  |
| 45      | 整理運動(手首・足首・首のストレッチ)<br>整列・挨拶   | ※運動で使った部位を、ゆっくりと伸ばしたり曲げたりする。<br>※けがをした児童がいないかを最後に確認する。  |
| 評価事項    | 評価【思考力、判断力、表現力等①】<br>技のポイントと照らし合わせて、自分の課題を見付けることができたか。(学習カード)  |   |

図：体育まるわかりハンドブック「文部科学省」  
器械運動指導の手引き「文部科学省」

| 時間   | 7 時間目 (全 8 時間)   |   |
|------|--|---|
|      | ○動きのポイントについて見合ったり、教え合ったりしやすくなるような練習の場を選ぶ。(後転系)   |   |
|      | 重点的指導事項  |   |
|      | ○集合、整列、挨拶<br>○準備運動<br>(・声を出しながら元気に行う。・手首や足首などの関節の体操を念入りに行う。・各校の「体力向上アクションプラン」に基づいた体操も行う。)  |   |
| 5    | 場の準備をする<br>感覚づくりの運動をする ※体の部位を正しく使っているか確認する。  | <場の設定の例><br>   |
| 10   |    <br>動物歩き      ゆりかご      背支持倒立      かえるの足打ち  | ※一つのマットをペアが使い、交互に行うとよい。   |
| 15   | 場の準備をする<br>倒立に取り組む<br> 肋木を使った倒立<br>片足ずつ登って、手を壁に近づけていこう!<br>苦手な児童は<br> 壁倒立<br>床をしっかりと見て体を伸ばそう<br>できる児童に<br> 頭倒立   | <場の設定の例><br>   |
| 20   | 集合、整列<br>後転、開脚後転のポイントを確認する<br>本時の学習課題をたてる<br>練習方法を確認する   | 【学習課題】これまで練習してきた技がスムーズにできるために考えたことや友達のできばえを伝え練習方法を確認する<br>※運動図などの学習資料を用いながら、具体的に留意する点を確認させる。  |
| 25   | 場の準備をする<br>すべての場を経験しながら技のポイントをつかむ<br>友達と見合いながら<br>ICT機器を活用しながら<br>評価【学びに向かう力、人間性②】<br> 【ゆりかごコーナー】<br>・後ろに真っ直ぐ回る練習の場。<br>・大きなゆりかごからしゃがむ。<br> 【坂道コーナー】<br>・スムーズに回る練習の場。<br>・最後に開脚をいれることで、開脚後転の練習になる。<br> 【足上げコーナー】<br>(背支持倒立の場)<br>・回る感覚をつかむ場。<br>・発展技の伸膝後転にもつながる。 | <場の設定の例><br>※順番に回りながら練習する。<br>   |
| 30   | 自分の課題にあった場で練習する。<br>(学習カードにどの場を選んだか○をする)<br>友達と見合いながら<br>ICT機器を活用しながら<br>※自分の課題にあった場を選択できていない場合はアドバイスを。  | 【後転】<br>・後ろに真っ直ぐ回れない→ゆりかごコーナー<br>・上手く起き上がれない→ゆりかごコーナー<br>・スムーズに回れない→坂道コーナー<br>・勢いがつかない→坂道コーナー<br>【開脚後転】<br>・勢いがつかない→坂道コーナー<br>・うまく立ち上がれない→ゆりかごコーナー<br>・回る感覚がつかめない→足上げコーナー |
| 35   | 片付け<br>学習の振り返り<br>○感想を発表する<br>○次時の学習内容を確認する<br>※課題に対して進んで取り組んでいた児童を紹介・賞賛し、他の児童への意識付けを行う。<br>※危険な行動があった場合は危険である理由を含めて確認する。  | マットは2~4人で持って運ぼう!<br>マットは、腰のところで持って運ぼう!  |
| 40   | 【まとめ】考えたことや友達のできばえを伝えあうと技も上達して楽しくなるね。  |   |
| 45   | 整理運動(手首・足首・首のストレッチ)<br>※運動で使った部位を、ゆっくりと伸ばしたり曲げたりする。<br>※けがをした児童がいないかを最後に確認する。<br>整列・挨拶   | 図: 体育まるわかりハンドブック<<文部科学省>><br>器械運動指導の手引き<<文部科学省>>  |
| 評価事項 | 評価【学びに向かう力、人間性②】<br>学習のきまりを守り、友達と仲良く励ましあいながら活動することができたか。(観察)   |   |



| 時間   | 8 時間目 (全 8 時間)   |   |
|------|--|---|
|      | ○技のできばえをたしかめる。   |   |
|      | 重点的指導事項  |   |
|      | ○集合、整列、挨拶<br>○準備運動<br>(・声を出しながら元気に行う。・手首や足首などの関節の体操を念入りに行う。・各校の「体力向上アクションプラン」に基づいた体操も行う。)  |   |
| 5    | 場の準備をする<br>感覚づくりの運動をする ※体の部位を正しく使っているか確認する。  | <場の設定の例><br>   |
| 10   |  動物歩き<br> ゆりかご<br> 背支持倒立<br> かえるの足打ち | ※一つのマットをペアが使い、交互に行うとよい。   |
| 15   | 集合、整列<br>本時の学習課題をたてる   | 【学習課題】これまで練習してきた技をみがこう。   |
| 15   | ※技のポイントを意識してできているかを中心に友達の発表を観察すること。<br>※技の出来栄のみを賞賛するのではなく、取り組みや頑張りを含めて賞賛すること。<br>※技の発表の前に「友達からもらったアドバイス」「自分が意識して練習した課題・ポイント」を述べてから行う。(話型を例示するとスムーズ)  |   |
| 20   | 場の準備をする<br>自分の課題に沿って技に取り組む   | 【課題に迫る発問】どんな技ができるようになったか、技のポイントを意識しながら練習しよう   |
| 20   | 【課題A】基本技の取り組み(壁倒立、頭倒立、前転、後転、易しい場での開脚前転、開脚後転)<br>【課題B】発展技の取り組み(開脚前転、伸膝後転)   | <場の設定の例><br> |
| 25   | ※自分の課題にあった場を選択できていない場合はアドバイスをする。   |   |
| 30   | 発表会を行う   | 【発表会の仕方の例】<br>・行う技別に発表する。<br>・課題A、課題Bの順に発表を行う。<br>・グループを分けて、ほかのグループを見に行き、時間で交代する。<br>・名前順で発表する。   |
| 35   | 評価【知識及び技能②】  |   |
| 40   | 片付け<br>学習の振り返り<br>○感想を発表する   | マットは2~4人で持って運ぼう！<br>マットは、腰のところで持って運ぼう！<br>※どのようにして技をみがいたか発表させる。(課題・場・友達のアドバイスなど)                  |
| 40   |  | 【まとめ】繰り返し練習して、技にみがきをかけることができたね。   |
| 45   | 整理運動(手首・足首・首のストレッチ)  | ※運動で使った部位を、ゆっくりと伸ばしたり曲げたりする。  |
| 45   | 整列・挨拶  | ※けがをした児童がいないかを最後に確認する。  |
|      | 図：体育まるわかりハンドブック《文部科学省》<br>器械運動指導の手引き《文部科学省》  |   |
| 評価事項 | 評価【知識及び技能②】<br>回転系や巧技系の基本的な技をすることができたか。(観察)  |   |

#### 4 単元指導計画及び展開例

##### 第3学年

##### 【11月】第3週～第4週

単元名 多様な動きをつくる運動：用具を操作する運動 <A 体づくり運動> 全5時間

##### (1) 単元のねらい

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

用具をつかむ、持つ、降ろす、回す、転がす、くぐる、運ぶ、投げる、捕る、跳ぶ、用具に乗る、跳び越すなどの動きで構成される運動を通して、巧みに用具を操作する動きを身に付けることができるようにする。

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

|           |   |   |
|-----------|---|---|
| 用具を操作する運動 | <p>○用具をつかむ、持つ、降ろす、回すなどの運動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>指を広げてボール等をつかむ。</li> <li>フープを手首や腰で回すときには、動きを止めないようにする。</li> <li>転がすときは、投げたい方を見て、つま先を向けて転がす。</li> <li>転がすときは、弾まないように、腰を低くして、地面にそうように腕をふる。</li> </ul> | <p>○用具を転がす、くぐる、運ぶなどの動きで構成される運動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>転がすときは、投げたい方を見て、つま先を向けて転がす。</li> <li>転がすときは、弾まないように、腰を低くして、地面にそうように腕をふる。</li> <li>くぐるときは、体を縮めて、くぐるものを良く見る。斜めにはいるようにする。</li> <li>背中で挟む場合は、姿勢を正す。<br/>(面で挟む)</li> <li>挟む高さをそろえる。</li> <li>ペアに力を加えるようにする。</li> </ul> |
|-----------|---|---|

|           |   |  |
|-----------|---|--|
| 用具を操作する運動 | <p>○用具を投げる、捕る、振るなどの動きで構成される運動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>相手の正面に立ち、胸に向かって投げる。</li> <li>肘を上げて投げる。</li> <li>輪は下からか、横から投げる。手首のスナップを使って投げるようにする。</li> <li>膝をつかって、ボールの勢いを抑えてとる。</li> <li>両手でボールを捕る。</li> <li>タオルや紙でつくって棒を振るなど用具を工夫できる。</li> </ul> | <p>○用具を跳ぶなどの動きなどで構成される運動</p> <p>【単縄】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>つま先で跳ぶ。</li> <li>手首で短なわを回す。</li> <li>リズムよく跳ぶ</li> </ul> <p>【長縄】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>縄の真ん中で跳ぶ。</li> <li>縄が自分の前を通過したら、入る。</li> </ul> <p>○用具に乗るなどの動きで構成される運動</p> <p>【一輪車】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>両手でバランスをとりながら、姿勢を正して乗る。</li> <li>真っすぐ前を向いて、軽く前傾した姿勢で乗る。</li> <li>脚に意識をしすぎないで、しっかりサドルに座る。</li> </ul> <p>【竹馬】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>軽く前傾の姿勢で乗る。</li> <li>右手・右脚、左手・左脚を同時に前に出す。</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   |
| ○用具をつかむ、転がす、投げるなどが苦手 | <ul style="list-style-type: none"> <li>用具の大きさや重さ、長さ、柔らかさなどを変えて動きを易しくする。</li> </ul>                         |
| ○用具を捕ることが苦手          | <ul style="list-style-type: none"> <li>転がったり、弾んだりしたボールを捕るなど、易しい行い方にする。</li> </ul>                          |
| ○用具を跳ぶことが苦手          | <ul style="list-style-type: none"> <li>踵を上げて跳ぶことや手首の使い方がつかめるよう、用具を持たずにその場で跳んだり、弾みややすい場所で行ったりする。</li> </ul> |
| ○用具に乗るなどの動きが苦手       | <ul style="list-style-type: none"> <li>二人組や三人組で体を支えて補助をし合ったり、器具等につかまりながら進んだりする。</li> </ul>                 |

| 思考力・判断力・表現力  |  |
|--|--|
| 他者に伝える場面   | 内容例  |
| ○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。 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• これまでの学習で経験した運動の中から選んだ、みんなで行うと楽しくなる運動を友達に紹介すること。</li> <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、自己の気づきを発表したり、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いいこと、運動の仕方によって気持ちが変わることなどの気づきや、言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> |
| 学びに向かう力、人間性等   |  |
| つまずきの例   | 手立て・配慮   |
| ○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。                            | <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> </ul>   |
| ○友達と関わり合うことが苦手<br>で運動に意欲的に取り組めない。                      | <ul style="list-style-type: none"> <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> </ul>   |
| ○運動への興味や関心がもてず意欲的に取り組めない。                              | <ul style="list-style-type: none"> <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、用具等の工夫

### 用具をつかむ、持つ、降ろす、回す、転がすなどの動き

**用具をつかむ、持つ、降ろす、回す、転がすなどの動き**

指先を下にしてとろう。  
2つのボールをぶつける。  
2つのボールをすれちがわせる。

二人組で  
二人で向かい合って転がす。

互いの輪がぶつからないように転がそう。

指先に力を入れてつかんでやってみよう。  
持ち方を変えて

動かす場所を変えて  
肘から先で小さくぶつてみよう。

大きさは異なるボールを両手でつかんで、持ち上げたり、回したり、降ろしたりすること。

**動きのポイント**  
・手の平をしっかりと開き、指先に力を入れて持つようにする。

腰の周り  
腕で

体全体を使って大きく回そう。  
ボールを片手でつかんで大きく回す。

受け取ったらしっかりとつかんで後ろの人へおくる。

みんなて挑戦

みんなて挑戦  
輪から離れすぎないようにして進もう。

輪を倒れないように回したり、転がしたりすること。

**動きのポイント**  
・軸をまっすぐに立てて回したり、押し出すように転がしたりする。

ボールおくりリレー  
輪転がしリレー

### 用具を運ぶなどの動き

**用具を運ぶなどの動き**

ボールが乗っている所を平らにしよう。

二人で息を合わせよう。  
ボールを軽く押すようにしよう。

二人組ではさんで

ボールをはさんだ所に力を入れよう。  
両膝や両足間にボールをはさんで運ぶこと。

※中学年の例示

体のいろいろな場所に載せて運んでみよう。  
おなかで、背中。

姿勢を変えて

ボールを軽く押す強さを工夫してみよう。

跳ぶ  
ボールを軽く押すようにしよう。  
みんなて息を合わせよう。

みんなて挑戦

いろいろなコースでジグザク、くねくね、コーンをまわって。

リレーをしてみよう

友達と背中などでボールをはさんで、いろいろな方向に運ぶこと。

**動きのポイント**  
・ボールをはさむときに背中を押すようにしてお互いに体重をあずける。

大きなボールをみんなて運んでみよう。  
何人までできるかな？  
前、後ろに。



### 用具を投げる、捕るなどの動き

自分の真上に投げるように手のひらを上に向けよう。

座って

膝を伸ばす反動を使って真上に投げるようにしよう。

しゃがんで

落ちてくる速さに合わせて捕ろう。

- 風船で
- 新聞紙で
- 大きいボールで
- 小さいボールで
- 輪で

用具を変えて

いろいろな姿勢で捕ってみよう。

横こらんで

片足を一歩踏み出して相手が捕りやすい場所に投げよう。

姿勢を変えて

動きを加えて

上に投げたボールを両手や片手で捕ること。

**動きのポイント**

- 膝を伸ばす反動を使って投げ上げる。
- ボールの動きに合わせて手のひらを下に引いて捕る。
- ボールと自分の位置を確かめる。

高さや距離、姿勢を変えて

ゲームをしてみよう

二人相対

相手に向かって一歩足を出して投げよう。

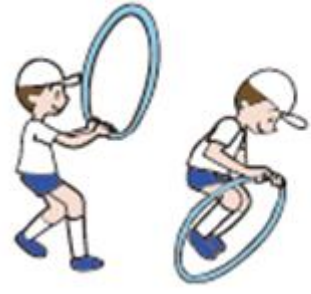
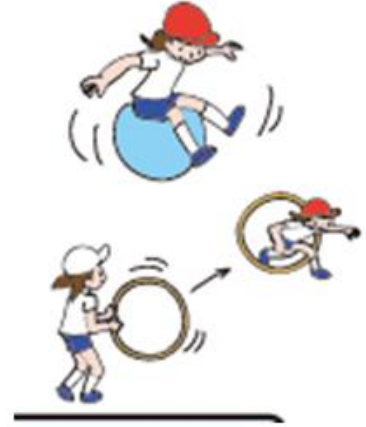
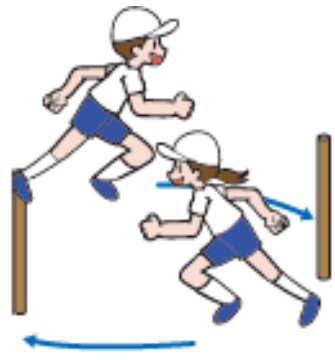
手をついてから  
座ってから  
一回転してから捕る。

お隣に投げてもらったボールを遠くまでキャッチできたら得点。

一回転して捕ったり、姿勢を変えたりしてみよう。

※ 中学年の例示

相手に向かって輪を投げたり、投げられた輪を捕ったりすること。





## (6) 単元構想

### ①目指す子供の姿

「長なわの中でキャッチボールをすることができました。」



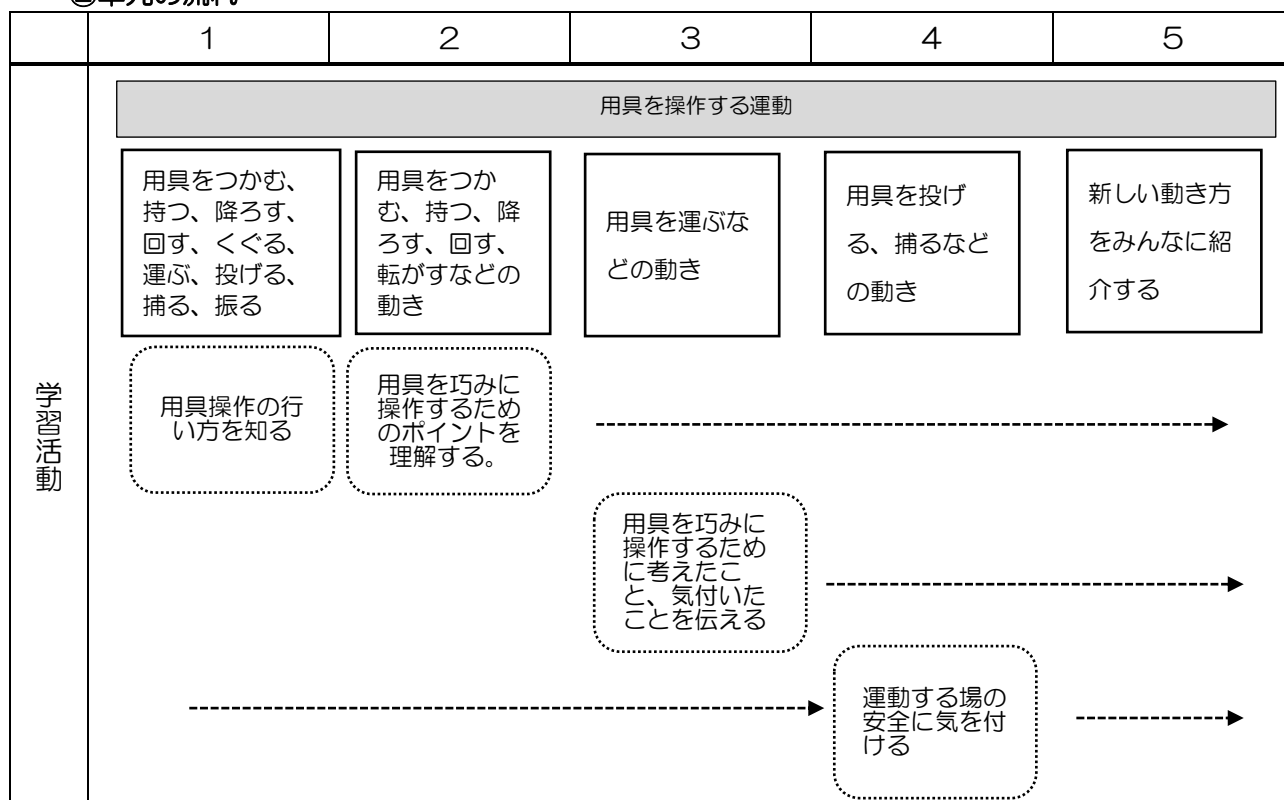
「班のみんなと一緒に励まし合いながら運動することができました。」



「〇〇さんが前跳びをしながら走っていたので、私は後跳びで走ってみました。」






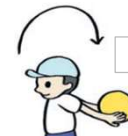
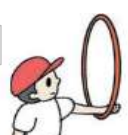



### ②単元の流れ






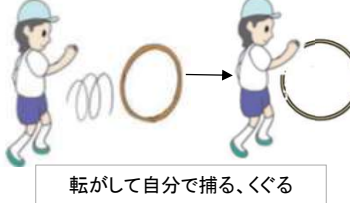
### ③単元計画及び指導と評価の計画

| 時間 | (○) 重点的な指導内容、(●) 学習を深める活動  | 重点的指導事項 | 評価     |
|----|--|---------|--------|
| 1  | ○用具を操作する運動の行い方を知る。   | 知・技⑥    | 知・技⑥   |
| 2  | ○用具をつかむ、持つ、降ろす、回す、転がす、くぐる、運ぶ、投げる、捕る、跳ぶ、用具に乗る、跳び越すなどの動きで構成される運動を通して、巧みに用具を操作する動きを身に付ける。 | 知・技⑦    |        |
| 3  | ○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伝える。  | 思・判・表③  | 思・判・表③ |
| 4  | ○活動の場の危険物を取り除いたり、用具や活動する場の安全を確かめたりする。  | 人間性等⑤   | 知・技⑦   |
| 5  | ●安全を確かめながら、様々な用具を巧みに操作する。  |         | 人間性等⑤  |

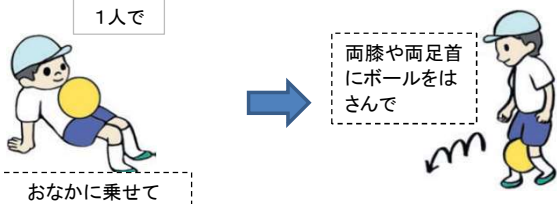


(8)展開例

| 時間      | 1 時間目 (全 5 時間)  |
|---------|---|
| 重点的指導事項 | 【知識・技能⑥】<br>用具を操作する運動の行い方を知る。   |
| 5       | <p>《準備運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・共通メニュー(ボールを使った運動～柔軟・ドリブル・投げ上げキャッチ)</li> <li>・ペアでの運動も効果的に取り入れる。 ※音楽は意欲アップに効果的</li> </ul>   |
| 10      | <p>【学習課題】用具を使ったいろいろな動きを知ろう。</p> <p>《オリエンテーション》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ボール・フープを使っていろいろな動きを楽しめることを知り、自分で新しい動きを作りだそうとする意欲をもつ。</li> <li>～教師が、いろいろな動きを見せながら、単元の流れについて説明していく。～</li> </ul> <p>【課題に迫る発問】先生がみんなに示す用具を使ったもとなる動きをやってみよう。うまくできるかな？</p>   |
| 15      | <p>《ボールを操作する動き》</p> <p>※動きを教師が例示し、順に試していく。その際、まずは、どんな動きなのかをわかることが大切なことを押さえる。</p> <p>※これできるかな？次はこれは？と挑戦意欲を高める。言い動きができていない子供を褒めながら全体にも紹介していく。</p> <p>【投げる、捕るなどの動き】</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>座って</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>寝転んで</p>  </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 20px;"> <div style="text-align: center;"> <p>立って</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>背中で</p>  </div> </div> <p style="text-align: right; border: 1px solid black; padding: 2px;">指導【知識・技能⑥】</p> |
| 20      | <p>《フープを操作する動き》</p> <p>【回す、転がすなどの動き】</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>腕で</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>腰の周り</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>足で</p>  </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 20px;"> <div style="text-align: center;"> <p>転がして自分で捕る、くぐる</p>  </div> </div> <p style="text-align: right; border: 1px solid black; padding: 2px;">評価【知識・技能⑥】</p>   |
| 35      | <p>《振り返り(学習カード記入、発表)》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・言い動きをしていた子供の紹介。(やってみせる)⇒次時にも動きを紹介するのでチェックしておく。</li> <li>・いろいろな動きのやり方がわかったか確認する。</li> </ul>  |
| 40      | <p>【まとめ】ボールやフープを使ったいろいろなやり方がわかると運動が楽しくなるね。</p>  |
| 45      | <p>《整理運動》</p> <p>《片付け》</p> <p style="text-align: right; border: 1px solid black; padding: 2px;">図：文部科学省 多様な動きをつくる運動(遊び)パンフレット参照</p>   |
| 評価事項    | 【知識・技能⑥】<br>用具を操作する運動の行い方を知る。(観察・動画)  |

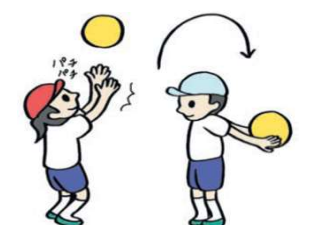
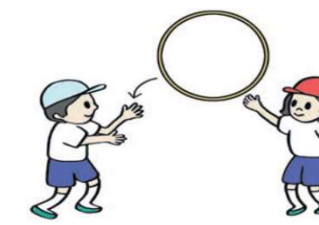
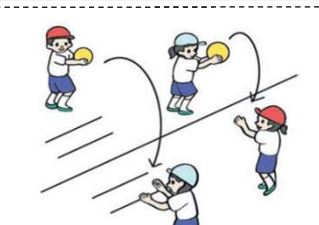
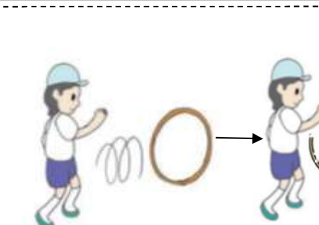
(8)展開例

| 時間      | 2 時間目 (全 5 時間)  |
|---------|---|
| 重点的指導事項 | 【知識・技能⑦】<br>用具をつかむ、持つ、降ろす、回す、転がす、くぐる、運ぶ、投げる、捕る、跳ぶ、用具に乗る、跳び越すなどの動きで構成される運動を通して、巧みに用具を操作する動きを身につける。   |
| 5       | <p>《準備運動》<br/>・共通メニュー(ボールを使った運動～柔軟・ドリブル・投げ上げキャッチ)、ペアでの運動も効果的に取り入れる。<br/>※音楽は意欲アップに効果的</p> <p style="text-align: center;"><b>【学習課題】用具を使った動きを高めよう。</b></p> <p style="text-align: center;"><b>【課題に迫る発問】動きがうまくできる秘密は何かな？</b></p> <p>※前時に提示した用具を操作する運動を選択して、うまく動きができるポイントを共有していく。<br/>※うまく動きができる子供の動きを紹介しながら、子供とやりとりをし、ポイントを示していく。動きがうまくできる子供がいないときは、<br/><span style="border: 1px dashed black; padding: 2px;">指導【知識・技能⑦】</span></p>  |
| 10      | <p><b>【ボールを投げる、捕るなどの動き】</b></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; width: 45%;"> <p><b>立って</b></p>  <p><b>【気づかせたいポイント】</b><br/>※膝をつかって、両手で高くボールを投げ上げる。<br/>※ボールから目を離さない。<br/>※両手を挙げ、腕でボールをガイドするようにして、胸で捕る。<br/>※膝を使って、ボールの勢いを押さえ</p> </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; width: 45%;"> <p><b>背中</b></p>  <p><b>【気づかせたいポイント】</b><br/>※膝をつかって、両手で高くボールを投げ上げる。<br/>※ボールから目を離さない。<br/>※両手を後に回して手のひらが重なるように、肘を広げて構える。<br/>※頭を少し前に倒して、ボールが背</p> </div> </div>   |
| 15      | <p style="text-align: center;"><b>わかったポイントを使ってボールを操作する運動を試してみよう。</b></p> <p>※うまくいなくても繰り返しやってみるように促す。活動が停滞する子供は、教師と一緒にポイントを確認しながら活動させる。<br/>※堅いボールを怖がる子供には、ソフトバレーボールやスポンジボール、新聞紙を丸めてレジ袋に入れた自作ボールなど、柔らかい</p>  |
| 20      | <p><b>【フープを回す、転がすなどの動き】</b></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; width: 45%;"> <p><b>腕で</b></p>  <p><b>【気づかせたいポイント】</b><br/>※フープを手首や腰で回すときには、動きを止めないようにする。<br/>※腕を大きく回すのではなく、肘を伸ばして手首にフープを引っかけて回す感じで。<br/>※フープに勢いがついたら、手首を</p> </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; width: 45%;">  <p><b>【気づかせたいポイント】</b><br/>※フープが自分に戻ってくるよう動かす。<br/>※前に投げ上げるような感じで、手首のスナップを(下から上へ)使って勢いをつける。<br/>※くぐるときは、フープが戻ろうとするときに一瞬止まるタイミングがあるの</p> <p style="text-align: center;">転がして自分で捕る、くぐる</p> </div> </div> |
| 25      | <p style="text-align: center;"><b>わかったポイントを使ってフープを操作する運動を試してみよう。</b></p> <p>※うまくいなくても繰り返しやってみるように促す。活動が停滞する子供は、教師と一緒にポイントを確認しながら活動させる。<br/>※フープを腕で回すことができれば、腰⇒足と違った体の部位で回すことにも挑戦するように促す。</p>  |
| 30      | <p>《振り返り(学習カード記入、発表)》<br/>・いい動きをしていた子供の紹介。(やってみせる)どうやったらうまくできたのかをインタビュー形式で引き出す。<br/>・動きがうまくできずに困っている友達へ動きのポイントのアドバイスをやって見せながら行うことが大切なことも押さえる。<br/>・いろいろな動きのポイントがわかったか確認する。</p>  |
| 35      | <p style="text-align: center;"><b>【まとめ】用具を使った動きのポイントができるようになると、動きがうまくなりそうだね。</b></p> <p>《整理運動》<br/>《片付け》</p>  |
| 40      | <p style="text-align: right;">図：文部科学省 多様な動きをつくる運動(遊び)パンフレット参照</p>   |
| 45      | <p>評価事項</p>   |

(8)展開例

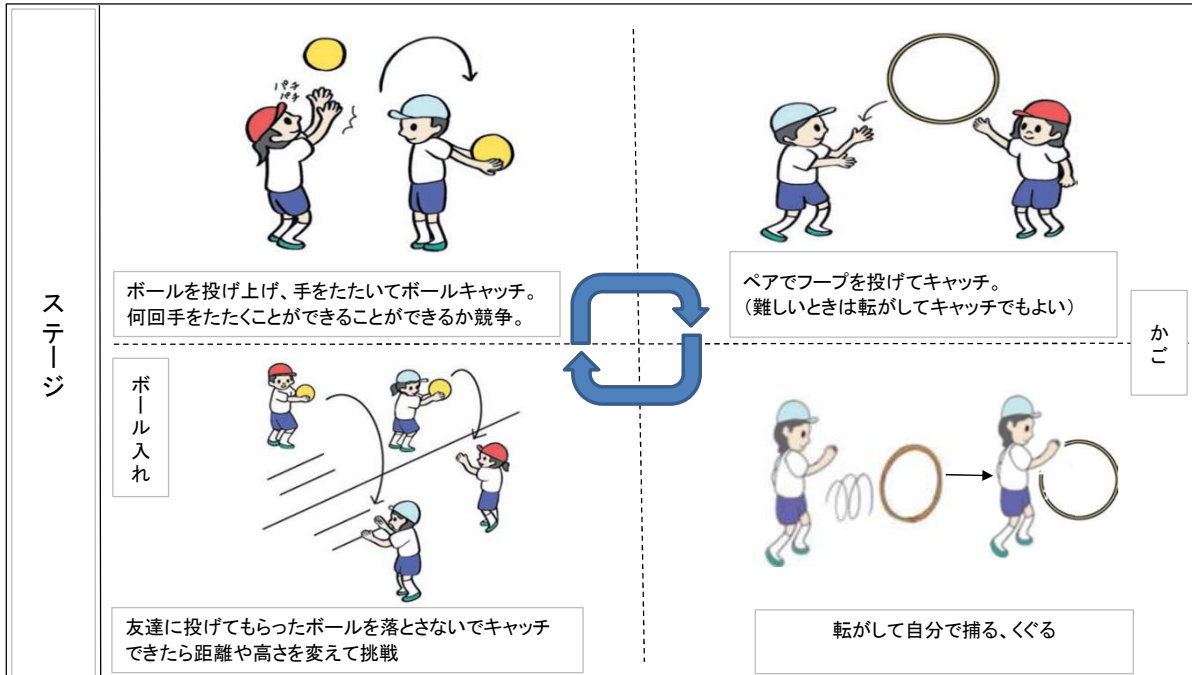
| 時間      | 3 時間目 (全 5 時間)  |
|---------|---|
| 重点的指導事項 | <p>【思考・判断・表現③】<br/>○基本的な動きを身につけるために、考えたり見つけたりしたことを伝える。</p>  |
| 5       | <p>《準備運動》<br/>・共通メニュー(ボール・フープを使った運動(前時に学習したポイントを使って)、ペアでの運動も効果的に取り入れる。<br/>※音楽は意欲アップに効果的<br/>・本時は、前時までの動きから変わって、人数を変えながらボールを運ぶ運動を行うことを知らせる。</p> <p style="text-align: center;"><b>【学習課題】用具を運ぶ運動のもとになる動きをやってみよう。</b></p>   |
| 10      | <p>《用具を運ぶなどの動き》<br/>・動きを教師が例示し、動きのポイントを押さえながら運動を行わせる。<br/>※体育館のバドミントンコートやバスケットボールコートのラインを目安にしながら往復するなど、ある程度の距離を設定する。</p> <p>1人で</p>  <p>おなかに乗せて</p> <p>両膝や両足首にボールをはさんで</p>   |
| 15      | <p>ペアで</p>  <p>手で</p> <p>おなかで</p> <p>背中で</p>   |
| 20      | <p style="text-align: center;"><b>【課題に迫る発問】うまくできている人(ペア)のやり方は、何が違うのかな？</b></p>  |
| 25      | <p style="text-align: center;"><b>【見付けさせたい動き】</b></p> <p>※1人で<br/>・ボールが転がらないようになっている。<br/>⇒おしりが下がらず、肩、おなか、膝が水平。<br/>・移動したときに、膝や足首が開かない、膝を曲げている。</p> <p>※ペア<br/>・肘を曲げて互いにボールを押している。<br/>・体を真っ直ぐにして、相手との感覚が開かないように。</p> <p style="text-align: right;">※教師がうまくできていない見本を見せ、うまくできている子供(ペア)のやり方と比較させ、考えたり気づいたりしたことを引き出し、うまく動きができるようにするポイントを押さえる。<br/>※この後、チーム対抗のリレーを行うが、友達の動きのいいところとう少しのところを見付けて、伝え合うことが大切であることを押さえる。</p> <p style="text-align: right;">指導【思考・判断・表現③】</p> |
| 30      | <p style="text-align: center;"><b>チーム対抗のリレーをしよう。</b></p>  |
| 35      | <p>《チーム対抗リレー》学級の数によってグループや盛り込むやり方を工夫する<br/>・1グループ7～8人。<br/>・一定の距離に三角コーンを置き、回ってスタート地点に戻ってきてバトンタッチ。<br/>・①おなかにのせて ②足ではさんで ③手で(ペア) ④3～4人組で(①と②は距離を半分にする)</p>  <p>①と②は三角コーンで交代</p> <p>※チーム内で、友達の動きのいいところとう少しのところを見付けて、伝え合うように声かけをする。</p>  |
| 40      | <p style="text-align: right;">評価【思考・判断・表現③】</p>   |
| 45      | <p>《振り返り(学習カード記入、発表)》<br/>・いい動きをしていた子供の紹介。(やってみせる)どうやったらうまくできたのかをインタビュー形式で引き出す。<br/>・動きがうまくできずに困っている友達へ動きのポイントのアドバイスをやって見せながら行うことが大切なことも押さえる。</p> <p style="text-align: center;"><b>【まとめ】動きを高めるためには、友達と考えたり見つけたりしたことを伝え合うことが大切だね。</b></p> <p>《片付け》</p> <p style="text-align: right;">図：文部科学省 多様な動きをつくる運動(遊び)パンフレット参照</p>  |
| 評価事項    | <p>【思考・判断・表現③】<br/>基本的な動きを身につけるために、考えたり見つけたりしたことを伝えることができる。(発言・観察、学習カード)</p>  |

(8)展開例

| 時間      | 4 時間目 (全 5 時間)   |
|---------|--|
| 重点的指導事項 | <p>【学びに向かう力、人間性等⑤】</p> <p>○活動の場の危険物を取り除いたり、用具や活動する場の安全を確かめたりする。</p>  |
| 5       | <p>《準備運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・共通メニュー(ボールを使った運動(前時に学習したポイントを使って)、1人で⇒ペアでの運動。)</li> <li>※音楽は意欲アップに効果的</li> <li>・本時は、ペアでローテーションしながらこれまで学習した動きと新しい動きをよりよくできるようにすることを知らせる。</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>【学習課題】たくさん運動をたくさんの人で行うときに大切なことを考えよう。</b></p>  |
| 10      | <p>《ボールやフープを操作する動き》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・新しい動きを紹介する。</li> <li>・ローテーションの回り方を説明する。(①ペアで動く ②スタートゾーンから時計回りに動く)</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>【課題に迫る発問】楽しい活動もけがをすると台無しです。そうならないためにはどのようにしたらよいか？</b></p>   |
| 15      | <p style="text-align: center;">【考えるための例示】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>※次の場所に動くときの使った道具の始末。</li> <li>※隣りの人(ペア)との間隔。</li> <li>※ボールやフープを投げるとき強さ。</li> <li>※ボールやフープが違った方向へ飛んでいったり転がったりしたときはどうする？</li> </ul> <p style="text-align: right;">※安全に留意して活動することが大切なことを押さえ、用具や活動する場の安全を確保するための約束事を確認する。</p> <p style="text-align: right; border: 1px solid black; padding: 2px;">指導【学びに向かう力、人間性等⑤】</p>  |
| 20      | <p><b>【設定する運動例】</b></p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p><b>ステージ</b></p>  <p>ボールを投げ上げ、手をたいてボールキャッチ。何回手をたたくことができるか競争。</p> </div> <div style="width: 45%;">  <p>ペアでフープを投げてキャッチ。(難しいときは転がしてキャッチでもよい)</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; margin-top: 20px;"> <div style="width: 45%;"> <p><b>ボール入れ</b></p>  <p>友達に投げてもらったボールを落とさないでキャッチできたら距離や高さを変えて挑戦</p> </div> <div style="width: 45%;">  <p>転がして自分で捕る、くぐる</p> </div> </div> <p style="text-align: center; margin-top: 20px;">※安全に留意した活動や声かけをしている子供を褒めながら、その都度、全体に投げかける。</p> <p style="text-align: right; border: 1px solid black; padding: 2px;">評価【知識・技能⑦】</p> |
| 35      | <p>《振り返り(学習カード記入、発表)》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・いい動きをしていた子供の紹介。</li> <li>・安全面に留意した行動や言葉かけを行っていた子供を紹介する。</li> </ul>   |
| 40      | <p style="text-align: center;"><b>【まとめ】運動を行うときは、活動の場の危険物を取り除いたり、用具や活動する場の安全を確かめることが大切だね。また、友達同士で声を掛け合うことも大切だね。</b></p>   |
| 45      | <p>《整理運動》</p> <p>《片付け》</p> <p style="text-align: right; border: 1px solid black; padding: 2px;">図：文部科学省 多様な動きをつくる運動(遊び)パンフレット参照</p>  |
| 評価事項    | <p><b>【知識・技能(運動)⑦】</b></p> <p>用具をつかむ、持つ、降ろす、回す、転がす、くぐる、運ぶ、投げる、捕る、跳ぶ、用具に乗る、跳び越すなどの動きで構成される運動を通して、巧みに用具を操作する動きを身につけることができる。</p>  |



(8)展開例

|         |   |  |
|---------|---|--|
| 時間      | 5 時間目 (全 5 時間)  |  |
| 重点的指導事項 | ●安全を確かめながら、様々な用具を巧みに操作する。   |  |
| 活動内容    | <p>5</p> <p>《準備運動》<br/>                 ・共通メニュー(ボール使った運動、1人で⇒ペアでの運動。<br/>                 ※音楽は意欲アップに効果的<br/>                 ・本時は、前時のペアでローテーションしながら、動きの条件をいろいろと変えても動きがよりよくできるか挑戦することを知らせる。</p> <p>【学習課題】安全を確かめながら、いろいろなやり方に挑戦しよう。</p>   |  |
|         | <p>10</p> <p>【課題に迫る発問】楽しい活動活動するにはどのように条件を変えればよいか？</p> <p>《ボールやフープを操作する動き》</p> <p>【考えるための例示】<br/>                 ※ボールを投げ上げる高さを変える。<br/>                 ※友達とシンクロしてボールや輪をキャッチ。<br/>                 ※投げる(転がす)⇒キャッチができれば、ペアとの距離を伸ばす。<br/>                 ※別のペアと協力して、連続でボールや輪をキャッチ、輪くぐる。</p> <p>※前時に学習した安全に留意して活動することが大切なことを押さえ、用具や活動する場の安全を確保するための約束事を確認する。<br/>                 ※距離や高さを変えるときは、いきなり大きく変えるのではなく、少しずつ段階的に変えていくことを押さえる。</p> |  |
|         | <p>15</p> <p>【設定する運動例】</p> <p>20</p> <p>25</p> <p>30</p> <p>ステージ</p>  <p>ボールを投げ上げ、手をたたくいてボールキャッチ。何回手をたたくことができるか競争。</p> <p>ペアでフープを投げてキャッチ。(難しいときは転がしてキャッチでもよい)</p> <p>ボール入れ</p> <p>友達に投げてもらったボールを落とさないでキャッチできれば距離や高さを変えて挑戦</p> <p>転がして自分で捕る、くぐる</p>   |  |
|         | <p>35</p> <p>※途中で一度活動を止め、楽しく活動できる条件の変更しているペアを紹介し、本時のねらいを再度確認する。</p> <p>評価【学びに向かう力、人間性等⑤】</p>  |  |
|         | <p>40</p> <p>《振り返り(学習カード記入、発表)》<br/>                 ・いい動きをしていた子供の紹介。<br/>                 ・楽しく活動できる条件の変更していたペアを紹介する。</p> <p>【まとめ】友達と楽しく活動できるように条件を変えるなどの工夫をすると運動がもっと楽しくなるね。また、用具を使った運動のできばえも高まっていくね。</p> <p>《整理運動》<br/>                 《片付け》</p> <p>45</p> <p>図：文部科学省 多様な動きをつくる運動(遊び)パンフレット参照</p>   |  |
| 評価事項    | <p>【学びに向かう力、人間性等⑤】<br/>                 ○活動の場の危険物を取り除いたり、用具や活動する場の安全を確かめたりすることができる。</p>   |  |



#### 4 単元指導計画及び展開例

【12月】

単元名 ベースボール型ゲーム（E ゲーム） 全8時間

##### （1）単元のねらい

知・技 : ベースボール型ゲームでは、その行い方を知るとともに、蹴る、打つ、捕る、投げるなどのボール操作と得点をとったり防いだりする動きによって、易しいゲームをすること。

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。

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。

##### （2）運動の仕方等

ベースボール型ゲームでは、その行い方を知るとともに、ボールを蹴ったり打ったりする攻めや捕ったり投げたりする守りなどの基本的なボール操作と、ボールの飛球方向に移動したり、全力で走塁したりするなどのボールを持たないときの動きによって、攻守を交代する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）

|          |   |  |
|----------|---|--|
| 攻め<br>ぬき | <p>○ボールの蹴り方</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・軸足をボールの横に置く。</li> <li>・蹴るときにボールから目を離さない。</li> </ul>                                 | <p>○走り方</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・蹴ったらすぐに走る。</li> <li>・ベースに向かってまっすぐ走る。</li> </ul>                        |
| 守<br>ぬき  | <p>○ボールのとり方</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ボールの正面に動く。</li> <li>・転がっているときは、腰を落として捕る。</li> <li>・上がっているボールは胸で受けて両手で捕る。</li> </ul> | <p>○守っているとき</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ボールが後ろへ行かないように、守る場所を考える。</li> <li>・相手がボールを蹴るところをよく見ておく。</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   |
| ○ボールをフェ<br>アグラウンド<br>内に蹴ること<br>が苦手。 | ・大きなボール<br>や軽いボール<br>を用いたり、<br>静止したボー<br>ルを蹴ること<br>ができるよう<br>にする。 | ○課題の解決の<br>ために考えた<br>ことを友達に<br>伝える。 | ・友達の正面に<br>移動する動き<br>のよさを、動<br>作や言葉、絵<br>図などを使っ<br>て、友達に伝<br>える。 | ○ボールが固く<br>て恐怖心を抱<br>き、ゲームに<br>意欲的に取り<br>組めない。<br><br>○学習の仕方が<br>分からないた<br>めに、ゲーム<br>に意欲的に取<br>り組めない。<br><br>○場や規則が難<br>しいと感じ、<br>ゲームに意欲<br>的に取り組め<br>ない。<br><br>○新しく提示し<br>た動きが分か<br>らないため<br>に、ゲームや<br>練習に意欲的<br>に取り組めな<br>い。<br><br>○審判の判定に<br>納得しなかつ<br>たり、ゲーム<br>に勝てなかつ<br>たりすること<br>で、ゲームに<br>意欲的に取り<br>組めない。<br><br>○ゲームに参加<br>している実感<br>がなく、楽し | ・大きなボール<br>やゆっくりと<br>した速さにな<br>る軽めのボー<br>ルを用意した<br>りする。<br><br>・学習への取組<br>の手順を掲示<br>物で確認でき<br>るようにす<br>る。<br><br>・文字やイラスト<br>等を用いて<br>掲示しながら<br>説明したり、<br>より易しい規<br>則に変更した<br>りする。<br><br>・よい動きの友<br>達やチームを<br>観察したり、<br>掲示物などの<br>具体物を用い<br>て説明したり<br>する。<br><br>・判定に従うこ<br>とやフェアな<br>プレイの大切<br>さについて、<br>継続して伝え<br>ていくように<br>する。<br><br>・チームの人数<br>を少なくし<br>て、役割を明<br>確にしたり触 |

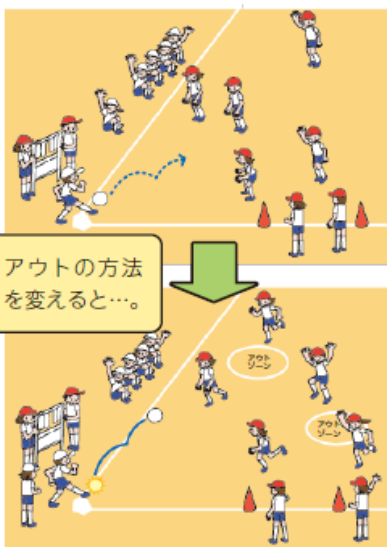
|  |  |  |  |                    |  |
|--|--|--|--|--------------------|--|
|  |  |  |  | さを味わえない。           | 球回数を増やせるようにしたりする。                                    |
|  |  |  |  | ○友達と仲よくゲームに取り組めない。 | ・試合の前後に相手や味方同士で挨拶や握手を交わしたり、相手や味方同士でよいプレイや取組を称賛したりする。 |

(5) 楽しい学習とするための場の設定や規則、用具等の工夫

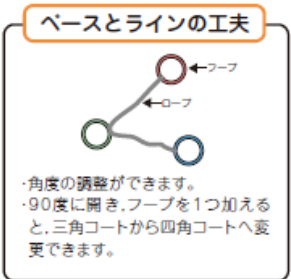
解説に例示として示されている運動(抜粋)

※1チーム4人~5人を基本としています。取り扱う学年や児童の実態に応じて教材化を図り、ゲームを設定します。

攻撃側がボールを蹴って行う易しいゲーム(児童の実態に応じて、転がしたボールを蹴って攻撃するゲームも考えられます。)



**【三角ベース型でのゲーム】**  
 ①本塁ベース上に置いたボールを蹴ります。  
 ②守りの全員が集まって整列してアウトにします。  
 ③アウトになる前にコーンに触れたら得点。  
 ④チーム全員が蹴ったら攻守を交代します。  
 ※決めた時間で交代する方法もいいですね。



**アウトの方法の工夫例**

ボールを捕った人の後に全員が整列して座ったらアウト  
 アウトゾーンに全員が集まって座ったらアウト  
 フライのボールを捕ったらアウトを追加  
 アウトゾーンへは必ずボール投げることとしボールを捕った人以外の全員が集まって座ったらアウト

指導の充実のために

易しいゲームとなるように規則や運動の場を工夫する

「ボールを蹴ったり打ったり、投げたり捕ったりする動き」があまり得意でない児童であっても楽しくゲームに取り組むことができるように、簡単に得点を入れることができる規則や運動の場の工夫を行い、易しいゲームを設定します。

<規則や運動の場を工夫した例>

**【得点の方法の工夫例】**

アウトになる前に打者がコーンにタッチしたら得点(コーンを打者が選ぶ)  
 アウトになる前に打者がホームにもどったら得点(打者が選ぶ)

打者が走塁し、アウトになる前までに踏んだ塁の数が得点。

アウトにしたら守備側に1点という規則の工夫もできます。

## (6) 単元構想

### ①目指す子供の姿

投げる手と反対の足を一歩前に踏み出してアウトゾーンへボールを投げたら、遠くまで飛びました。



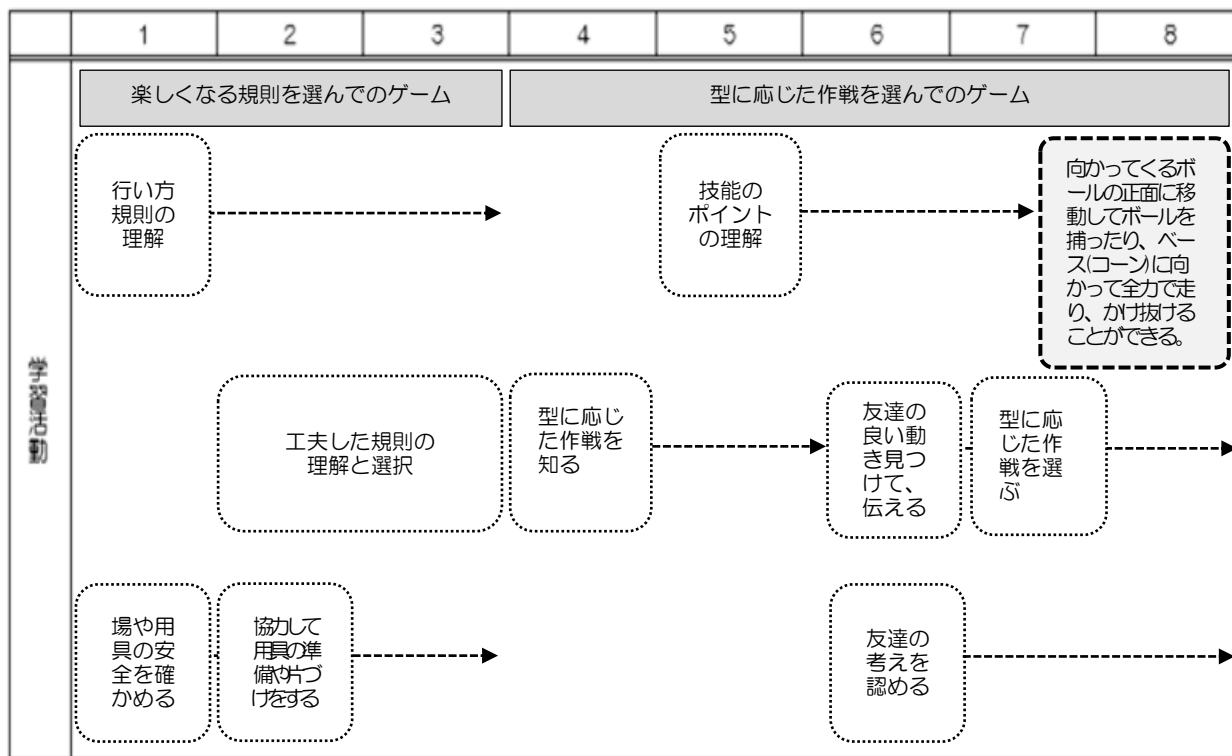
失敗しても何度も挑戦したらうまく打てるようになりました。友達も教えてくれました。



ベースボール型のゲームを初めてやったけど、やり方がよくわかりました。ゴール型のゲームとは違った作戦を立てなければなりません。


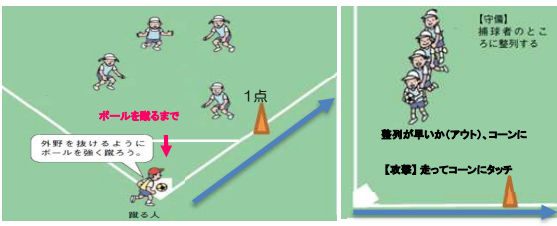
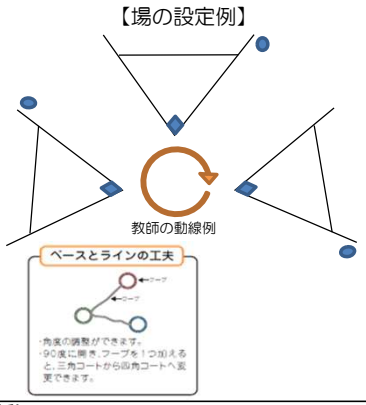
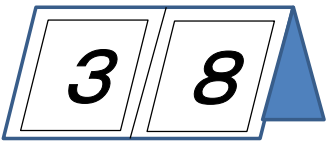


### ②単元の流れ





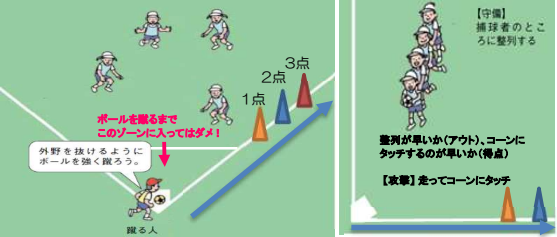
### ③単元計画及び指導と評価の計画



| 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  | ○ベースボール型ゲームの行い方を知る。<br>○周囲を見て場や用具の安全を確かめる。                    | 知・技⑨<br>学・人⑥    | 知・技⑨           |
| 2  | ○協力して用具の準備・片付けをする<br>○誰もが楽しくゲームに参加できるような工夫した規則を知る。            | 学・人③<br>思・判・表①  | 学・人⑥<br>思・判・表① |
| 3  | ○誰もが楽しくゲームに参加できるような規則を選ぶ。                                     | 思・判・表②          | 思・判・表②         |
| 4  | ○ゲームの型に応じた簡単な作戦を知る。   | 思・判・表③          | 思・判・表③         |
| 5  | ○ベース(コーン)に向かって全力で走り、かけ抜けることができる。<br>○向かってくるボールの正面に移動することができる。 | 知・技⑫⑬           |                |
| 6  | ○友達のよい動きや変化を見付け、運動のポイントや友達の動きのよさを友達に伝える。<br>○友達の考えを認めようとする。   | 思・判・表⑤⑥<br>学・人⑤ | 思・判・表⑤⑥        |
| 7  | ○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④          | 思・判・表④<br>学・人⑤ |
| 8  | ●学習したことを生かしてキックベースボール大会をする。                                   |                 | 知・技⑫⑬          |



| (8)展開例  |   |
|---------|---|
| 時間      | 1 時間目 (全 8 時間)  |
| 重点的指導事項 | <p>指導【知識及び技能⑨】</p> <p>ベースボール型ゲームの行い方を知る。</p> <p>指導【学びに向かう力、人間性⑥】</p> <p>ゲームや練習の際に、場の危険物を取り除くなど、周囲を見て場や用具の安全を確かめようとする。</p>   |
| 5       | <p>○あいさつ</p> <p>○準備運動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など</li> <li>・ねらったところにボールを蹴る遊び</li> </ul>  <p>※<b>楽しいゲーム</b>とは、ゲームを児童の発達段階に合わせて、基本的なボール操作で行え、プレイヤーの人数（<b>プレイヤーの人数を少なくしたり</b>、攻める側のプレイヤーの人数が守る側のプレイヤーの人数を上回るようにしたりすること、コートや広さ（奥行きや横幅など）、ネットの高さ、壁障の距離、プレイ上の線や制限（攻める側のプレイ空間、触球方法の緩和や守る側のプレイ空間、身体姿勢の回避、触球方法の制限など）、ボールその他の運動用具や設備などを修正し、児童が取り組むやすいように工夫したゲームをいふ。</p> <p>【学習課題】 易しいベースボール型ゲームのやり方を知り、安全に気をつけてゲームをやってみよう。</p> <p>【課題に迫る発問】 楽しくゲームを行うために大切なことは何かな？</p>                           |
| 10      | <p>【考える例】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・決まりを守り、安全に気をつける。</li> <li>・失敗しても最後まであきらめずに活動する。</li> <li>・勝敗に関係なく進んで何度も運動に取り組む。</li> <li>・友達を応援し、文句を言わない。</li> <li>・課題や解決の方法、互いの良さ等を教え合う。</li> </ul> <p>※子供とやりとりをしながら、本時は特に、場の危険物を取り除くなど周囲を見て場や用具の安全を確かめて活動することが必要なことを押さえる。</p> <p>※その他の態度面の内容についても触れる。</p> <p>【楽しいゲームにするための約束例】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・進んで運動に取り組む</li> <li>・友達のいい動きや取組をほめる（ナイス、上手など）</li> <li>・友達の失敗を責めない。（ドンマイ、次がんばろう）</li> <li>・悪口を言わない。（それだけしかできないの？、下手など）</li> <li>・互いに声を出し合って、いい雰囲気をつくる。</li> <li>・上手になるようにみんなで協力して練習する。など</li> </ul> <p>指導【学びに向かう力、人間性等⑥】</p> |
| 15      | <p>【課題に迫る発問】 ゲームの行い方を紹介するよ。やってみよう。</p> <p>指導【知識及び技能⑨】</p>   |
| 20      | <p>《キックベースボールゲーム》※コート図や決まりを掲示して知らせる。</p> <p>【行い方の例】（もともになるゲームは1年生で既習）</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 1チーム4人。攻撃側が全員2回蹴ったら攻守を交代する。</li> <li>② 攻撃は、ボールをおいて、人がいないところをねらって蹴る。</li> <li>③ 攻撃は、アウトになる前にコーンにタッチしたら得点。守備は、ボールを捕球した者のところに整列にする。</li> <li>④ 整列が早い、蹴った者がコーンにタッチする方が早い、得点の有無が決まる。（フライを捕ったらアウト）</li> </ol>  <p>※教師が実際にやって見せながらもともになるやり方を知らせる。守りの動きについてグループを指名して、教師が説明しながらお手本をさせる。</p> <p>※応援時の整列やボールの始末等安全面に留意するよう再度押さえる。</p> <p>※活動の場を割り当て、短い時間で攻守を交代させて試させる。</p>   |
| 25      | <p>【発問】 わかった行い方で試してみよう。</p>   |
| 30      | <p>【場の設定例】</p>  <p>教師の動線例</p> <p>ベースとラインの工夫</p> <p>※友達と声を掛け合いながら何度も運動に取り組むよう押さえ、安全面に留意している子供とともに称賛し、全体に紹介する。</p> <p>※やり方がわからない子供がいなければ確認をし、必要な場合は、教師と一緒に活動しながら行い方を指導する。</p> <p>※得点板を用意し、得点の状況がわかるようにする。</p> <p>【用具の工夫例】</p>  <p>※得点板の数が少ないときは、スケッチブックを半分に切り、左右両方ともに、0～9の数字を貼って、簡易の得点板を作成すると代用できます。</p> <p>※表紙と裏表紙を使って立てて自チームの得点の表示ができます。</p>   |
| 35      | <p>評価【知識及び技能⑨】</p>  |
| 40      | <p>《整理運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・手首・足首・首のストレッチ</li> </ul> <p>《振り返り（学習カード記入、「はじめの記録」の記入、発表）》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・友達のよい姿やよい動きや、ゲームの楽しさを発表させる。</li> <li>・友達と声を掛け合っていた子供や安全面に留意していた言動が見られた子供を紹介し、称賛する。</li> </ul> <p>【まとめ】 ベースボール型ゲームのやり方をわかって、安全面に気を付けて運動に取り組むと楽しくなるね。</p> <p>評価【知識及び技能⑨】</p>   |
| 45      | <p>《片付け》</p> <p>図：文部科学省 小学校低学年体育DVD 12ボール蹴りゲーム</p>  |
| 評価事項    | <p>評価【知識及び技能⑨】</p> <p>ベースボール型ゲームの行い方がわかる。(発言・観察、学習カード)</p>  |





| 時間      | 2 時間目 (全 8 時間)  |  |
|---------|---|--|
| 重点的指導事項 | 指導【学びに向かう力、人間性等③】<br>ゲームや練習の際に、友達と協力して使用する用具などの準備や後片付けを行うとする。   | 指導【思考力、判断力、表現力等①】<br>誰もが楽しくゲームに参加できるような規則を知る。  |
| 5       | <ul style="list-style-type: none"> <li>○あいさつ</li> <li>○準備運動 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など</li> <li>・ねらったところにボールを蹴る遊び</li> </ul> </li> </ul>   |   <p>【蹴り方のコツ】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・蹴る方をよく見て</li> <li>・蹴る足と反対の足をボールの横に</li> </ul> |
|         | 【学習課題】誰もが楽しくゲームに参加して活躍できるように、いろいろな規則のゲームをやってみよう。  |  |
|         | 【課題に迫る発問】前の時間に勉強した安全面に気を付けること以外で、大切にしたいことを話すよ。  |  |
| 10      | <p>※子供とやりとりをしながら、ゲームはチームプレーであって、互いに教え合ったり協力し合うことが大切であり、ゲームや練習の際の用具の準備や後片付けも友達と一緒にやるなど、常に意識して活動することを指導する。また、学級経営に関連して、その他の態度面の内容についても触れる。</p>  | 指導【学びに向かう力、人間性等③】  |
|         | 【課題に迫る発問】ゲームをもっと楽しくする決まりを加えてみよう。  |  |
|         | 指導【思考力、判断力、表現力等①】   |  |
|         | 【楽しくできる規則の工夫例】  |  |
| 15      | <ol style="list-style-type: none"> <li>①蹴る人は、ボールを選択できる。<br/>・ドッジボール・ソフトドッジボール・スポンジボール・サッカーボールなど</li> <li>②攻撃は、コーンを置く数と距離を変え、それによって得点を変える。</li> <li>③コーンにタッチしてホームに戻ることができたら得点を倍にする。</li> <li>④ラッキーマンがセーフの時は得点を倍にする。</li> <li>⑤全員が得点できたらボーナス5点加点。</li> <li>⑥守りがアウトを捕ったら1点。</li> </ol> |  <p>【守備】捕球者のところに整列する</p> <p>【攻撃】走ってコーンにタッチ</p>   |
| 20      | <p>※本時は、場や決まりを工夫する楽しさを知る時間であることを押さえ、ゲームを進めながら、教師の指示で、工夫例を加えていく。</p> <p>※友達と協力することの一つとして、守りの様子を見てどのコーンまで走ったらよいのか、ホームまで戻ったらよいのかなど、声掛けを行うことや、ボールを蹴ることや捕ることが苦手な友達へのアドバイスや励ましの声掛けを行うことが大切なことにも触れる。</p> <p>※場や用具の準備を協力して行うよう声掛けを行う。</p>   | 評価【学びに向かう力、人間性等③】  |
| 25      | <p>《楽しくできる場や決まりのゲーム1》 ※規則の工夫例①、②を加えて</p> <p>※攻撃側が全員1回蹴ったら攻守を交代することとし、教師の指示で工夫例を加えてやり方を変えていく。その際、チーム同士で教え合いをするよう押さえる。(学級の実態によって選択して提示)</p> <p>※よい姿やよい動き、声掛けが見られる子供を称賛し、全体に紹介する。</p> <p>※やり方がわからない子供がいなければ確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。</p>  |  |
| 30      | <p>《楽しくできる場や決まりのゲーム2》 ※ゲーム1に規則の工夫例③、⑥を加えて</p> <p>※攻撃側が全員1回蹴ったら攻守を交代することとし、教師の指示で工夫例を加えてやり方を変えていく。その際、チーム同士で教え合いよう押さえる。(学級の実態によって選択して提示)</p> <p>※よい姿やよい動き、声掛けが見られる子供を称賛し、全体に紹介する。</p> <p>※やり方がわからない子供がいなければ確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。</p>  |  |
| 35      | 評価【思考力、判断力、表現力等⑥】   |  |
| 40      | <p>《整理運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・手首・足首・首のストレッチ</li> <li>《振り返り(学習カード記入、発表)》</li> <li>・グループの得点を発表し、勝敗を確認し、規則を工夫したゲームを行ったよさなどを発表させる。</li> <li>・友達と声を掛け合っていた子供やよい動きが見られた子供を紹介し、称賛する。</li> </ul>  |  |
| 45      | <p>【まとめ】運動を行うときは、協力し合うことが大切であり、ゲームや練習の際の用具の準備や後片付けも友達と一緒に行わないといけないね。また、ゲームを楽しむ行うためにはいろいろな規則の工夫の仕方があるね。</p>  |  |
| 45      | <p>《片付け》</p> <p>図:文部科学省 小学校低学年体育DVD 12ボール蹴りゲーム まるわかりハンドブック</p>  |  |
| 評価事項    | 評価【学びに向かう力、人間性等⑥】ゲームや練習の際に、場の危険物を取り除くなど、周囲を見て場や用具の安全を確かめよう  | 評価【思考力、判断力、表現力等①】誰もが楽しくゲームに参加できるような規則を知っている。   |

|         |   |  |   |
|---------|---|--|---|
| 時間      | 3 時間目 (全 8 時間)  |  |   |
| 重点的指導事項 | 指導【思考力、判断力、表現力等②】<br>誰もが楽しくゲームに参加できるような規則を選ぶ。   |  |   |
| 5       | ○あいさつ<br>○準備運動<br>・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など<br>・ねらったところにボールを蹴る遊び   |   | 【蹴り方のコツ】<br>・蹴る方をよく見て<br>・蹴る足と反対の足を<br>ボールの横に |
|         | 【学習課題】 試してみた規則から選んで楽しいゲームにしよう。  |  |   |
|         | 【発問】 もう一つ、ゲームを楽しむ規則を紹介するからやってみよう。   |  |   |
|         | ※楽しくできる場や決まりのゲーム3 ※前時のゲーム2に規則の工夫例④、⑤を加えて<br>※攻撃側が全員1回蹴ったら攻守を交代することとし、教師の指示で工夫例を加えてやり方を変えていく。その際、チーム同士で教え合いよう押さえる。(学級の実態によって選択して提示)<br>※よい姿やよい動き、声掛けが見られる子供を称賛し、全体で紹介する。<br>※やり方がわからない子供がいなければ確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。<br>※場や用具の準備を協力して行うよう声掛けを行う。 |  |   |
|         | 評価【学びに向かう力、人間性等③】   |  |   |
| 10      | 【課題に迫る発問】 これまで試してみた規則から選んで、学級オリジナルの規則を決めよう。 指導【思考力、判断力、表現力等②】   |  |   |
|         | 【これまで試した規則の工夫例】<br>①蹴る人は、ボールを選択できる。<br>・ドッジボール・ソフトドッジボール・スポンジボール・サッカーボールなど<br>②攻撃は、コーンを置く数と距離を変え、それによって得点を変える。<br>③コーンにタッチしてホームに戻ることができたら得点を倍にする。<br>④ラッキーマンがセーフの時は得点を倍にする。<br>⑤全員が得点できたらボーナス5点加点。<br>⑥守りがアウトを捕ったら1点。                               |   |   |
|         | ※前時のまとめの感想や本時にやってみた規則の感想から、子供とやり取りをしながら学級の楽しいゲームとするための規則を決める。その際、その規則を選びたい理由を発言するように投げかけ、全体で共有する。<br>※得点差が大きく開いたり、規則がわかりにくかったりした場合は、相手チームと話し合ってもよいことを知らせる。  |  |   |
|         | ※ここからは全員が蹴ったら攻守を交代することとし、全体で選んで決めた規則でゲームを行う。その際、チーム同士で教え合いをするよう押さえる。(学級の実態によって選択して提示) ※本時は同じチームと対戦。(1ゲームの時間を決めておく)<br>※よい姿やよい動き、声掛けが見られる子供を称賛し、全体で紹介する。<br>※やり方がわからない子供がいなければ確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。   |  |   |
|         | 評価【思考力、判断力、表現力等③】   |  |   |
| 20      | 【発問】 選んだ規則でやってみたゲームは楽しかったかな？  |  |   |
|         | ※ゲーム1の感想を発表させ、必要な場合は、次のゲーム規則を教師が変更して、全体に知らせる。その際、理由を共有する。<br>※得点差が大きく開いたり、規則がわかりにくかったりした場合は、相手チームと話し合ってもよいことを知らせる。  |  |   |
|         | ※選んだ規則でのゲーム2 ※決められた時間内で、全員が蹴ったら攻守を交代することを繰り返し、見直した規則でゲームを行う。その際、チーム同士で教え合いをするよう押さえる。(学級の実態によって選択して提示) ※本時は同じチームと対戦。<br>※よい姿やよい動き、声掛けが見られる子供を称賛し、全体で紹介する。<br>※やり方がわからない子供がいなければ確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。  |  |   |
|         | 評価【思考力、判断力、表現力等③】   |  |   |
|         | ※整理運動 ※手首・足首・首のストレッチ<br>※振り返り(学習カード記入、発表) ※グループの得点を発表し、勝敗を確認し、選んだ規則でゲームを行ったよさなどを発表させる。<br>・友達と声を掛け合っていた子供やよい動きが見られた子供を紹介し、称賛する。   |  |   |
| 30      | 【まとめ】 規則を選んでゲームをすると楽しくなるね。また、得点差が開いたりみんなが活躍できないときは、規則を見直して変更すると、誰もが楽しいゲームになるね。  |  |   |
|         | ※ゲーム1の感想を発表させ、必要な場合は、次のゲーム規則を教師が変更して、全体に知らせる。その際、理由を共有する。<br>※得点差が大きく開いたり、規則がわかりにくかったりした場合は、相手チームと話し合ってもよいことを知らせる。  |  |   |
|         | ※選んだ規則でのゲーム2 ※決められた時間内で、全員が蹴ったら攻守を交代することを繰り返し、見直した規則でゲームを行う。その際、チーム同士で教え合いをするよう押さえる。(学級の実態によって選択して提示) ※本時は同じチームと対戦。<br>※よい姿やよい動き、声掛けが見られる子供を称賛し、全体で紹介する。<br>※やり方がわからない子供がいなければ確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。  |  |   |
|         | 評価【思考力、判断力、表現力等③】   |  |   |
|         | ※整理運動 ※手首・足首・首のストレッチ<br>※振り返り(学習カード記入、発表) ※グループの得点を発表し、勝敗を確認し、選んだ規則でゲームを行ったよさなどを発表させる。<br>・友達と声を掛け合っていた子供やよい動きが見られた子供を紹介し、称賛する。   |  |   |
| 35      | 【まとめ】 規則を選んでゲームをすると楽しくなるね。また、得点差が開いたりみんなが活躍できないときは、規則を見直して変更すると、誰もが楽しいゲームになるね。  |  |   |
|         | ※ゲーム1の感想を発表させ、必要な場合は、次のゲーム規則を教師が変更して、全体に知らせる。その際、理由を共有する。<br>※得点差が大きく開いたり、規則がわかりにくかったりした場合は、相手チームと話し合ってもよいことを知らせる。  |  |   |
|         | ※選んだ規則でのゲーム2 ※決められた時間内で、全員が蹴ったら攻守を交代することを繰り返し、見直した規則でゲームを行う。その際、チーム同士で教え合いをするよう押さえる。(学級の実態によって選択して提示) ※本時は同じチームと対戦。<br>※よい姿やよい動き、声掛けが見られる子供を称賛し、全体で紹介する。<br>※やり方がわからない子供がいなければ確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。  |  |   |
|         | 評価【思考力、判断力、表現力等③】   |  |   |
|         | ※整理運動 ※手首・足首・首のストレッチ<br>※振り返り(学習カード記入、発表) ※グループの得点を発表し、勝敗を確認し、選んだ規則でゲームを行ったよさなどを発表させる。<br>・友達と声を掛け合っていた子供やよい動きが見られた子供を紹介し、称賛する。   |  |   |
| 40      | 【まとめ】 規則を選んでゲームをすると楽しくなるね。また、得点差が開いたりみんなが活躍できないときは、規則を見直して変更すると、誰もが楽しいゲームになるね。  |  |   |
|         | ※ゲーム1の感想を発表させ、必要な場合は、次のゲーム規則を教師が変更して、全体に知らせる。その際、理由を共有する。<br>※得点差が大きく開いたり、規則がわかりにくかったりした場合は、相手チームと話し合ってもよいことを知らせる。  |  |   |
|         | ※選んだ規則でのゲーム2 ※決められた時間内で、全員が蹴ったら攻守を交代することを繰り返し、見直した規則でゲームを行う。その際、チーム同士で教え合いをするよう押さえる。(学級の実態によって選択して提示) ※本時は同じチームと対戦。<br>※よい姿やよい動き、声掛けが見られる子供を称賛し、全体で紹介する。<br>※やり方がわからない子供がいなければ確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。  |  |   |
|         | 評価【思考力、判断力、表現力等③】   |  |   |
|         | ※整理運動 ※手首・足首・首のストレッチ<br>※振り返り(学習カード記入、発表) ※グループの得点を発表し、勝敗を確認し、選んだ規則でゲームを行ったよさなどを発表させる。<br>・友達と声を掛け合っていた子供やよい動きが見られた子供を紹介し、称賛する。   |  |   |
| 45      | 【まとめ】 規則を選んでゲームをすると楽しくなるね。また、得点差が開いたりみんなが活躍できないときは、規則を見直して変更すると、誰もが楽しいゲームになるね。  |  |   |
|         | ※ゲーム1の感想を発表させ、必要な場合は、次のゲーム規則を教師が変更して、全体に知らせる。その際、理由を共有する。<br>※得点差が大きく開いたり、規則がわかりにくかったりした場合は、相手チームと話し合ってもよいことを知らせる。  |  |   |
|         | ※選んだ規則でのゲーム2 ※決められた時間内で、全員が蹴ったら攻守を交代することを繰り返し、見直した規則でゲームを行う。その際、チーム同士で教え合いをするよう押さえる。(学級の実態によって選択して提示) ※本時は同じチームと対戦。<br>※よい姿やよい動き、声掛けが見られる子供を称賛し、全体で紹介する。<br>※やり方がわからない子供がいなければ確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。  |  |   |
|         | 評価【思考力、判断力、表現力等③】   |  |   |
|         | ※整理運動 ※手首・足首・首のストレッチ<br>※振り返り(学習カード記入、発表) ※グループの得点を発表し、勝敗を確認し、選んだ規則でゲームを行ったよさなどを発表させる。<br>・友達と声を掛け合っていた子供やよい動きが見られた子供を紹介し、称賛する。   |  |   |
| 評価事項    | 評価【思考力、判断力、表現力等②】<br>誰もが楽しくゲームに参加できるような規則を選んでいる。  | 評価【学びに向かう力、人間性等③】<br>ゲームや練習の際に、友達と協力して使用する用具などを行   |   |



|   |   |   |
|---|---|---|
| 時間  | 4 時間目 (全 8 時間)  |   |
| 重点的指導事項   | 指導【思考力、判断力、表現力等③】<br>ゲームの型に応じた簡単な作戦を知る。   |   |
| 5<br>10<br>15<br>20<br>25<br>30<br>35<br>40<br>45   | ○あいさつ<br>○準備運動<br>・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など<br>・ねらったところにボールを蹴る遊び   |   <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <b>【蹴り方のコツ】</b><br/>         ・蹴る方をよく見て<br/>         ・蹴る足と反対の足をボールの横に       </div> |
|   | <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <b>【学習課題】</b> 簡単な作戦を知って、もっと楽しいゲームにしよう。         </div>   |   |
|   | <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <b>【課題に迫る発問】</b> どんな作戦があるか、紹介するよ。         </div>  |   |
|   | <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <b>【攻めの作戦の例】</b><br/>         ○守りの位置を見て、蹴る方向を決める。<br/>         ・人がいないところをねらって蹴る。<br/>         ・守りが集まりにくい場所をねらって蹴る。<br/>         ・守りの後ろをねらって蹴る。<br/>         ○蹴る直前に、蹴る方向を変える。<br/>         ○蹴る強さを変える。(強く、弱く)       </div>  | <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <b>【守りの作戦の例】</b><br/>         ○打者によって守り方を変える。<br/>         ○誰がどこを守るか決めておく。<br/>         ○集まる場所の指示の声を出す人を決める。<br/>         ○打者がボールを蹴ったら、ボールの方向に守っている者以外はボールが飛んだ方向へ走り出す。       </div>   |
|   | ※得点をたくさん入れる喜びや楽しさを味わうことを中心に単元に仕組むことから、攻めの作戦について重点的に指導し、守りの作戦については触れる程度で、チームの状況によって取り扱うようにする。<br>※前時までに見られた子供のいい動きを紹介しながら、例示する。<br>※本時は、どんな作戦の例があるのか、自分たちのチームはどの作戦がうまくできるのか、を知ることが大きなねらいであり、本時のゲームの中で、勝敗にこだわらず作戦例を試してみるよう押さえる。<br>※規則が変わると作戦も変えないといけない状況になることが考えられるので、主とした規則は教師が決定し、ゲームの様相により、チーム間で選択して変更してよいこととして提示する。                          |   |
|   | <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <b>【発問】</b> いろいろな作戦例をゲームの中で試してみよう。         </div>   |   |
|   | ※ゲームの中で作戦例を試してみる順番を話し合う。<br>≪全体で話し合い、選んだ規則でのゲーム1≫<br>※全員が蹴ったら攻守を交代することとし、教師の提示をもとに全体で選んで決めた規則でゲームを行う。<br>※よい姿やよい動き、声掛けが見られる子供を称賛・全体に紹介し、その作戦のやり方をチーム内で教え合うことが大切なことを押さえる。<br>※やり方がわからない子供がいらないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。  |   |
|   | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>評価【思考力、判断力、表現力等③】</b> </div>   |   |
|   | <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <b>【発問】</b> やって見た作戦例のできばえから次のゲームの中で試してみる作戦を決め、やってみよう。         </div>  |   |
|   | ※次のゲームもゲーム1と同じチームと対戦することを知らせる。ゲームゲーム1のできばえを話し合い、次のゲームの中で試してみる作戦やもっと試してみたい作戦を決める。(簡単なチーム内の確認とし、大きく時間がかからないようにする)<br>※ゲーム1の様相から必要な場合は、教師が規則を変更する。<br>≪全体で話し合い、選んだ規則でのゲーム2≫<br>※全員が蹴ったら攻守を交代することとし、教師の提示をもとに全体で選んで決めた規則でゲームを行う。<br>※よい姿やよい動き、声掛けが見られる子供を称賛・全体に紹介し、その作戦のやり方をチーム内で教え合うことが大切なことを押さえる。<br>※やり方がわからない子供がいらないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。 |   |
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>評価【思考力、判断力、表現力等③】</b> </div>   |   |   |
| ※本時に例示した作戦を、6時間目までのゲームを通して試し、自分たちのチームでやりやすい作戦を1～2つ選ぶことを知らせておく。<br><b>【整理運動】</b><br>・手首・足首・首のストレッチ<br>≪振り返り(学習カード記入、発表)≫<br>・グループの得点を発表し、勝敗を確認し、選んだ作戦でゲームを行ったできばえなどを発表させる。<br>・友達と声を掛け合っていた子供やよい動きが見られた子供を紹介し、称賛する。  |   |   |
| <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <b>【まとめ】</b> ゲームに勝つための作戦いろいろあるね。その作戦のやり方をたくさん知っておくことは大切だよ。また、自分たちのチームが得意な作戦を決めておくといいね。次の時間もどンドン試してみよう。         </div>   |   |   |
| ≪片付け≫<br><div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 30%;"> <b>評価【学びに向かう力、人間性③】</b> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 40%;">           図:文部科学省 小学校体育まるわかりハンドブック         </div> </div> |   |   |
| 評価事項  | 評価【思考力、判断力、表現力等③】<br>ゲームの型に応じた簡単な作戦の行い方がわかっている。(発言・観察、学習カード)  |   |


| 時間      | 5 時間目 (全 8 時間)   |  |
|---------|--|--|
| 重点的指導事項 | 指導【知識及び技能⑫】<br>向かってくるボールの正面に移動することができる。  | 指導【知識及び技能⑬】<br>ベース(コーン)に向かって全力で走り、かけ抜けることができる。 |
| 活動内容    | <p>○あいさつ</p> <p>○準備運動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など</li> <li>・ねらったところにボールを蹴る遊び</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 150px;"> <p>【蹴り方のコツ】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・蹴る方をよく見て</li> <li>・蹴る足と反対の足をボールの横に</li> </ul> </div> </div>   |  |
|         | <p>【学習課題】 作戦をうまく成功させる、ボールの扱い方やコーンへの走り方のコツを知ろう。</p> <p>【課題に迫る発問】 動きのコツは何か？</p> <p style="text-align: center;">【ボール操作や走塁のコツの例】</p> <p>○ボールを蹴る</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・守りの様子をよく見て人がいない場所を探す。(※できるときは、蹴るときに向きを変えてフェイントも有効)</li> <li>・人がいない場所の方を向いて体が正面となるように立つ⇒蹴る方と反対の足をボールの横に置くようにし、利き足を真っ直ぐ振って蹴る。</li> </ul> <p>○ボールを捕る</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・向かってくるボールの正面に移動し、両腕でボールを捕る。</li> <li>・ゴロのボールは腰を十分に落として、バウンドしたボールはタイミングを合わせて捕る。</li> <li>・ノーバウンドのボールは膝を軽く曲げ、ボールを包むように捕る。</li> </ul> <p>○走塁の仕方</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ボールを蹴ったらすぐに、まっすぐ走る。</li> <li>・走りながらボールが飛んだ方向を確認し、仲間の声を聞き、タッチするコーンを決める。</li> <li>・ホームに戻る規則の場合は、コーンの手前で少しスピードを緩め、大回りしないように向きを変え、ホームベースで止まらずにかけぬける。</li> </ul> <p>※高学年のように技能の高まりに対する課題解決を直接目指すのではなく、子供の実態に応じていい動きの例とし、チーム内で互いに声を掛け合い、教え合うよう押さえる。</p> <p>※本時は、ボールを蹴る動きはもちろんであるが、ボールを捕る動きと走塁のコツを意識的に声かけを行い、動きを高めていきたい。</p> <p>※前時の引き続きで、楽しくできる場や決まりを選択してゲームを行うことから、既習内容である勝敗にこだわらず仲良くゲームを行うことについて再度押さえる。</p> <p>※前時の作戦例から、本時に試す作戦をチームで選ばせ、チーム内で確認するよう押さえる。</p> <p style="text-align: center;">【発問】 ゲームの中で動きのコツを試してみよう。</p> <p>※試す作戦をチームで確認する。</p> <p>※最終回の守り時の活動への意欲が持続できるように、「守りがアウトを取った〇点」のルールを設定する。</p> <p>《教師が示した規則でのゲーム1》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>※全員が蹴ったら攻守を交代することとする。攻守の交代が3回程度できる1ゲームの時間を設定する。</li> <li>※よい姿やよい動き、声掛けが見られる子供を称賛し、全体に紹介する。</li> <li>※やり方がわからない子供がいなければ確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。</li> <li>※技能面で支援が必要な子供を計画的に回り、必要な場合は動きのコツを直接指導する。</li> </ul> <p>《教師が示した規則でのゲーム2》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>※試す作戦の変更等の有無を確認する。</li> <li>※全員が蹴ったら攻守を交代することとする。攻守の交代が3回程度できる1ゲームの時間を設定する。</li> <li>※よい姿やよい動き、声掛けが見られる子供を称賛し、全体に紹介する。</li> <li>※やり方がわからない子供がいなければ確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。</li> <li>※技能面で支援が必要な子供を計画的に回り、必要な場合は動きのコツを直接指導する。</li> </ul> <p style="border: 1px dashed black; padding: 5px;">※時間が確保できるときは、ゲーム1と2の間に、「友だちのよい動きをまねしよう」として、技能のコツに沿った友だちのよい動きを紹介し合い、全体で共有し、次のゲームでまねをしていこうと押さえる。(時間の確保が難しいときは、本時のまとめで取り扱う)</p> <p>《整理運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・手首・足首・首のストレッチ</li> </ul> <p>《振り返り(学習カード記入、発表)》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループの得点を発表し、勝敗を確認し、選んだ作戦でゲームを行ったできばえなどを発表させる。</li> <li>・友達と声を掛け合っていた子供やよい動きが見られた子供、技能に伸びが見られた子供を紹介し、称賛する。</li> </ul> <p style="text-align: center;">【まとめ】 キックベースでは、ボールを蹴る動きの他に、ボールを捕る動きやコーン(ベース)に向かったりコーンを回ってホームに戻ったりする動きがあり、それぞれのコツができるようになることが大切だね。</p> <p>《片付け》</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <p>図:文部科学省 小学校体育まるわかりハンドブック</p> </div> |  |
| 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⑤⑥】<br>友達のよい動きや変化を見付け、運動のポイントや友達の動き   | 指導【学びに向かう力、人間性⑤】ゲームやそれらの練習の中で互いに動きを見合ったり、話し合ったりして見付けた動きのよさや課題を伝え合う際に、友達の考えを認めようとしている。  |
| 5<br>10<br>15<br>20<br>25<br>30<br>35<br>40<br>45 | <p>○あいさつ<br/>○準備運動<br/>・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など<br/>・ねらったところにボールを蹴る遊び</p> <p>【学習課題】 作戦をうまく成功させるために、友達のいい動きやよい言動を見つけて伝え合おう。<br/>【課題に迫る発問】 友達のいい動きやよい言動とはどんなものがあるかな？</p> <p>【友達のいい動きやよい言動の例】</p> <p>○ボールを蹴るとき<br/>・守りの様子をよく見て人がいない場所を探して蹴る。<br/>・人がいない場所の方を向いて体が正面となるように立つ⇒蹴る方と反対の足をボールの横に置くようにし、利き足を真っ直ぐ振って蹴る。</p> <p>○ボールを捕るとき<br/>・向かってくるボールの正面に移動し、両腕でボールを捕る。<br/>・ゴロのボールは腰を十分に落として、バウンドしたボールはタイミングを合わせて捕る。<br/>・ノーバウンドのボールは膝を軽く曲げ、ボールを包むように捕る。</p> <p>○走塁の仕方<br/>・ボールを蹴ったらすぐに、まっすぐ走り、コーンやホームベースを走り抜けるように走る。</p> <p>○その他<br/>・チーム内で、動きの指示の言葉を掛けている。</p> <p>※ゲームやそれらの練習で、互いに動きを見合ったり話し合ったりする中で、見付けた友達のいい動きやよい言動、課題を伝え合うことが、チームで楽しく活動することにつながることを押さえる。その際に、自分の考えだけにとらわれることなく友達の考えを認めながら互いの考えを伝え合うことが必要なことを指導する。<br/>※既習の作戦例から、本時に試す作戦をチームで選ばせ、チーム内で確認するよう押さえる。</p> <p>「指導【思考力、判断力、表現力等⑤、⑥】」 「指導【学びに向かう力、人間性⑤】」</p> <p>《教師が示した規則でのゲーム1》<br/>※試す作戦をチームで確認する。<br/>※全員が蹴ったら攻守を交代することとする。攻守の交代が3回程度できる1ゲームの時間を設定する。<br/>※よい姿やよい動き、声掛けが見られる子供を称賛し、全体に紹介する。<br/>※やり方がわからない子供がいないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。<br/>※技能面で支援が必要な子供を計画的に回り、必要な場合は動きのコツを直接指導する。</p> <p>【課題に迫る発問】 友達に伝えられた自分のいい動きやよい言動を紹介して欲しいな？</p> <p>※ゲーム1で、友達から自分へ伝えられた内容とその時の気持ちを引き出し、正の感情を共有する。その際、負の感情が出されたときは、チーム内で誰もが楽しくゲームを行うことがねらいであることを、再度、全体で共有する。</p> <p>《教師が示した規則でのゲーム2》<br/>※試す作戦の変更等の有無を確認する。<br/>※全員が蹴ったら攻守を交代することとする。攻守の交代が3回程度できる1ゲームの時間を設定する。<br/>※よい姿やよい動き、声掛けが見られる子供を称賛し、全体に紹介する。(教師も意図的に声掛けを行う)<br/>※やり方がわからない子供がいないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。<br/>※技能面で支援が必要な子供を計画的に回り、必要な場合は動きのコツを直接指導する。</p> <p>《整理運動》<br/>・手首・足首・首のストレッチ<br/>《振り返り(学習カード記入、発表)》<br/>・グループの得点を発表し、勝敗を確認し、ゲーム2で見付けた友達のいい動きやよい言動を発表させる。<br/>・友達と声を掛け合っていた子供やよい動きが見られた子供、技能に伸びが見られた子供を紹介し、称賛する。</p> <p>【まとめ】 見付けたよい動きや変化を友達に伝えたり、動きがうまくできない友達に運動のポイントを伝えたりすることで、ゲームで動きがよくなるし、気持ちもいいよね。その時、文句を言わず友達の考えをまず認めることが大切だね。</p> <p>《片付け》</p> |   <p>【蹴り方のコツ】<br/>・蹴る方をよく見て<br/>・蹴る足と反対の足をボールの横に</p> <p>的当て</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力等⑤⑥】</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力等⑤⑥】</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力等⑤⑥】</p> <p>図:文部科学省 小学校体育まるわかりハンドブック</p> |
| 評価事項  | 評価【思考力、判断力、表現力等⑤⑥】<br>友達のよい動きや変化を見付け、運動のポイントや友達の動きのよさを友達に伝えている。(発言・観察、学習カード)   |  |



|         |   |   |
|---------|---|---|
| 時間      | 7 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④】<br>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。 |   |
| 活動内容    | 5   | <p>○あいさつ<br/>○準備運動<br/>・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など<br/>・ねらったところにボールを蹴る遊び</p>   <p>【蹴り方のコツ】<br/>・蹴る方をよく見て<br/>・蹴る足と反対の足をボールの横に</p> <p>的当て</p> <p>【学習課題】 試してきた簡単な作戦から自分たちのチームにあいそうないろいろな作戦を選び、ゲームをしよう。</p> <p>【課題に迫る発問】 作戦を選ぶときに大切なことは何だろう？</p> <p>指導【思考力、判断力、表現力等④】</p>                                |
|         | 10  | <p>【作戦を選ぶときに押さえてほしいことの例】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○チームの誰もがやり方がわかりやすいか。</li> <li>○動きが簡単で、成功しやすいか。</li> <li>○チームの作戦として、複数準備しておく。</li> <li>○攻めの作戦と守りの作戦を選んで決めておくことが大切ではあるが、本単元では、攻めでたくさん得点が入り、誰もが活躍できることがねらいである。</li> </ul> <p>【攻めの作戦の例】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○守りの位置を見て、蹴る方向を決める。</li> <li>・人がいないところをねらって蹴る。</li> <li>・守りが集まりにくい場所をねらって蹴る。</li> <li>・守りの後ろをねらって蹴る。</li> <li>○蹴る直前に、蹴る方向を変える。</li> <li>○蹴る強さを変える。(強く、弱く)</li> </ul> |
|         | 15  | <p>※得点をたくさん入れる喜びや楽しさを味わうことを中心に単元を仕組むことから、攻めの作戦について重点的に指導し、守りの作戦については触れる程度で、チームの状況によって取り扱うようにする。</p> <p>※これまで試したゲームの結果について、上記の例を視点としてチームで振り返り、チームの作戦を選ぶことを押さえる。</p> <p>【守りの作戦の例】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○打者によって守り方を変える。</li> <li>○誰がどこを守るか決めておく。</li> <li>○集まる場所の指示の声を出す人を決める。</li> <li>○打者がボールを蹴ったら、ボールの方向に守っている者以外はボールが飛んだ方向へ走り出す。</li> </ul>  |
|         | 20  | <p>【発問】 チームの得意な作戦を選ぼう。</p> <p>※4時間目～前時までの感想等を出し合い、チームの作戦を決める。</p> <p>※話し合いが円滑に進んでいるか確認し、必要な場合は教師も話し合いに入り、アドバイスを行う。</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力等④】</p>   |
|         | 25  | <p>《チームで選んだ作戦でのゲーム1》</p> <p>※全員が蹴ったら攻守を交代することとし、教師の提示をもとに全体で選んで決めた規則でゲームを行う。</p> <p>※よい姿やよい動き、声掛けが見られる子供を称賛・全体に紹介し、その作戦のやり方をチーム内で教え合うことが大切なことを押さえる。</p> <p>※やり方がわからない子供がいらないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。</p> <p>評価【学びに向かう力、人間性等⑤】</p>  |
|         | 30  | <p>《チームで選んだ作戦でのゲーム2》</p> <p>※作戦を変更するときは、チーム内で再度確認をしてゲームを始めるよう押さえる。</p> <p>※全員が蹴ったら攻守を交代することとし、教師の提示をもとに全体で選んで決めた規則でゲームを行う。</p> <p>※よい姿やよい動き、声掛けが見られる子供を称賛・全体に紹介し、その作戦のやり方をチーム内で教え合うことが大切なことを押さえる。</p> <p>※やり方がわからない子供がいらないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。</p> <p>評価【学びに向かう力、人間性等⑤】</p>  |
|         | 35  | <p>《整理運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・手首・足首・首のストレッチ</li> </ul> <p>《振り返り（学習カード記入、発表）》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループの得点を発表し、勝敗を確認し、選んだ作戦でゲームを行ったできばえなどを発表させる。</li> <li>・友達と声を掛け合っていた子供やよい動きが見られた子供を紹介し、称賛する。</li> </ul> <p>評価【思考力、判断力、表現力等④】</p>   |
|         | 40  | <p>【まとめ】 ゲームに勝つためには、自分たちのチームにあった作戦をどんどん選んでゲームを行うともっと楽しくゲームをすることができるね。その時、友達の考えを認めて作戦を変えることも大切だね。</p> <p>《片付け》</p> <p>評価【学びに向かう力、人間性等⑤】</p> <p>図：文部科学省 小学校体育まるわかりハンドブック</p>  |
|         | 45  | <p>評価【思考力、判断力、表現力等④】</p> <p>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んでいる。(発言・観察、学習カード)</p> <p>評価【学びに向かう力、人間性等⑤】</p> <p>ゲームやそれらの練習の中で互いに動きを見合ったり、話し合ったりして見付けた動きのよさや課題を伝え合う際に、友達の考えを認</p>   |

|                  |  |  |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|------------------|--|--|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 時間               | 8 時間目 (全 8 時間)   |  |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
| 重点的指導事項          | ●学習したことを生かしてキックベースボール大会をする。  |  |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
| 活<br>動<br>内<br>容 | 5  | <p>○あいさつ</p> <p>○準備運動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など</li> <li>・ねらったところにボールを蹴る遊び</li> </ul>  <p>【蹴り方のコツ】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・蹴る方をよく見て</li> <li>・蹴る足と反対の足をボールの横に</li> </ul> <p>的当て</p> <p>【学習課題】試してきた簡単な作戦から自分たちのチームにあいそうないろいろな作戦を選び、ゲームをしよう。</p>   |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|                  | 10   | <p>【ルール例】</p> <p>①蹴る人は、ボールを選択できる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ドッジボール・ソフトドッジボール・スポンジボール・サッカーボールなど</li> </ul> <p>②攻撃は、コーンを置く数と距離を変え、それによって得点を変える。</p> <p>③コーンにタッチしてホームに戻ることができたら得点を倍にする。</p> <p>④ラッキーマンがセーフの時は得点を倍にする。</p> <p>⑤全員が得点できたらボーナス5点加算。</p> <p>⑥守りがアウトを捕ったら1点。 など</p> <p>※子供とやりとりをしながら、全体のルールとして教師が決定する。</p> <p>※子供の技能の状況を把握し、勝敗の未確定性を図るよう工夫する。また、みんなが楽しく活動できる、苦手な子供も活躍できるチャンスがあるゲームとすることが大切であり、そのために工夫した規則で競争した結果の勝敗は認めることが必要であることを指導する。</p> <p>【対戦例】</p> <table border="1"> <tr> <td>1回戦</td> <td>2回戦</td> <td>3回戦</td> </tr> <tr> <td>A-B</td> <td>A-D</td> <td>A-E</td> </tr> <tr> <td>C-D</td> <td>B-E</td> <td>B-C</td> </tr> <tr> <td>E-F</td> <td>C-F</td> <td>D-F</td> </tr> </table> | 1回戦 | 2回戦 | 3回戦 | A-B | A-D | A-E | C-D | B-E | B-C | E-F | C-F | D-F |
|                  | 1回戦  | 2回戦  | 3回戦 |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|                  | A-B  | A-D  | A-E |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|                  | C-D  | B-E  | B-C |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
| E-F              | C-F  | D-F  |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
| 15               | <p>《1回戦》</p> <p>※友達とコツがうまくできているか声を掛け合いながら何度も運動に取り組むよう押さえ、そのような子供を称賛し、全体に紹介する。</p> <p>※技能において努力が必要な子供がいらないか評価の結果を生かし、必要な場合は技能のポイントを直接指導する。</p> <p>※ゲームの様相から必要な場合は、ルールの変更を教師が行う。</p> <p style="text-align: right;">評価【知識及び技能⑫】</p>   |  |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
| 20               | <p>《2回戦》</p> <p>※友達とコツがうまくできているか声を掛け合いながら何度も運動に取り組むよう押さえ、そのような子供を称賛し、全体に紹介する。</p> <p>※技能において努力が必要な子供がいらないか評価の結果を生かし、必要な場合は技能のポイントを直接指導する。</p> <p>※ゲームの様相から必要な場合は、ルールの変更を教師が行う。</p> <p style="text-align: right;">評価【知識及び技能⑬】</p>   |  |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
| 30               | <p>《3回戦》</p> <p>※友達とコツがうまくできているか声を掛け合いながら何度も運動に取り組むよう押さえ、そのような子供を称賛し、全体に紹介する。</p> <p>※技能において努力が必要な子供がいらないか評価の結果を生かし、必要な場合は技能のポイントを直接指導する。</p> <p>※ゲームの様相から必要な場合は、ルールの変更を教師が行う。</p> <p style="text-align: right;">評価【知識及び技能⑫⑬】</p>  |  |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
| 40               | <p>《整理運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・手首・足首・首のストレッチ</li> </ul> <p>《振り返り（学習カード記入、記録の記入、発表）》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・見つけた友達のいい動きや伸び、ゲームの楽しさを発表し合い、共有する。</li> <li>・対戦と勝敗、得点から、可能であれば全体の順位も決める。</li> </ul> <p>【まとめ】規則を工夫してゲームを行ったり、ゲームや練習で互いに教え合ったり励まし合ったりすると楽しく運動ができるね。また、体育の時間だけでなく、休み時間も遊びとして幅跳びを行うことで、健康な生活を送ることにつながるね。次の単元でも、いろいろな工夫をして楽しく活動しようね。</p> <p style="text-align: right;">図：文部科学省 小学校体育まるわかりハンドブック 参照</p> |  |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
| 45               | <p>《片付け》</p>   |  |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
| 評価事項             | <p>評価【知識及び技能⑫】</p> <p>向かってくるボールの正面に移動することができる。<br/>(観察・動画)</p>   | <p>評価【知識及び技能⑬】</p> <p>ベース(コーン)に向かって全力で走り、かけ抜けることができる。</p>  |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |