

#### 4 単元指導計画及び展開例

【1月】

単元名 体の動きを高める運動 全6時間

巧みな動きを高めるための運動・動きを持続する能力を高めるための運動（A 体づくり運動）

##### （1）単元のねらい

- 知・運 : 体の動きを高める運動では、その行い方を知るとともに、ねらいに  
て、力強い動きすることができる。
- 思・判・表 : 自己の体の状態や体力に  
て、運動の行い方を工夫するとともに、自己  
や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。
- 学・人 : 運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合  
て運動をしたり、仲間の考  
えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配  
たりすることができる。

##### （2）運動の仕方等

- ・巧みな動きを高めるための運動とは、人や物の動き、または場所の広さや形状などの環境の変化に対応して、タイミングやバランスよく動いたり、リズムカルに動いたり、力の入れ方を加減したりする体の動きを高めることをねらいとして行う運動である。
- ・動きを持続する能力を高めるための運動とは、一つの運動又は複数の運動を組み合わせ  
て一定の時間続けて行ったり、一定の回数を反復して行ったりすることによって、動きを  
持続する能力を高めることをねらいとして行う運動である。

##### （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）

	<ul style="list-style-type: none"><li>○児童がねらいをもち、自ら課題に取り組めるようにするために、教師は体づくり運動のねらいを明確にするとともに、運動の場や用具の使い方などの工夫の視点（人数、回数、距離、時間、姿勢、用具、方向など）を示し、児童が進んで運動の行い方を工夫することができるようにする。</li><li>○動きの高まりが実感できるよう、まずは、正しい動きが大切であることを押さえる。また、活動を見合ったり、気付きを伝え合ったりし、自分の動きについて振り返ることができるようにする。さらに動きを工夫し、自分の体力に合った運動を選ぶことができるようにする。</li><li>○運動が単調にならないように、運動を得点化、数値化、ゲーム化する等の方法が考えられるが、運動のねらいからそれないよう留意する。</li></ul>
--	---

運動例	<p>○人や物の動き，場の状況に対応した運動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・様々の道具を並べたコースやゴム紐をコーンやパイプいすに結び「蜘蛛の巣」のような状態にしたものを移動する。</li> <li>・コーンをジグザグに配置して、それを順番にタッチする。</li> <li>・グループで円や列になりリズムに合わせて移動したり、指示に合わせて移動したりする。</li> </ul> <p>○用具などを用いた運動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・フープを転がし、そのフープに足を入れたり出したりしたり、くぐったりする。</li> <li>・ボールを投げて、姿勢を変えてキャッチする。（座ってとる、地面にタッチしてとる、前転してとる等）</li> <li>・短縄や長縄を回旋の仕方やリズムを変えた、人数を変えながら跳ぶ。また、跳びながら、ボールを操作したりする。</li> </ul>
-----	--

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

知識及び運動	
つまずきの例	手立て・配慮
<p>○人や物の動きに対応して動くことが苦手</p> <p>○用具を操作する運動が苦手</p> <p>○短なわや長なわを用いて跳び続けることが苦手</p> <p>○一定の時間続けて走ることが苦手</p> <p>○一定の動きを繰り返しながら続けて行うことが苦手</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・動きをリードする児童が動作に合わせた言葉がけをしたり、ゆっくりとした動作をしたりする。</li> <li>・器具・用具や行い方を変えながら繰り返し行い、易しい動きから徐々に動きが高まっていくようにする。</li> <li>・用具を操作することが得意な児童が、苦手な児童に補助をしやすいよう、ペアやグループの編成の仕方を工夫する。</li> <li>・自分が得意な跳び方で行い、自分に合ったペースで一定時間連続したり、中断しながらでも延べ回数を増やしたりする。</li> <li>・自己のペースで無理のない速さで走り、段階的に課題を設定するよう助言したり、息をしっかりと吐くことや、腕をリズムよく振ることができやすくなるよう個別に言葉がけをしたりする。</li> <li>・リズムに合わせて動くことができるようBGMを利用したり、ペアやグループで一緒に動いたりすることができるようにする。</li> </ul>
思考力、判断力、表現力等	
他者に伝える場面	内容例
<p>○心や体の変化に気付いたり、みんなで行って楽しいと感じたりした運動を他者に伝える</p> <p>○体の動きを高めるためにグループで工夫した運動の行い方を他のグループに紹介する</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動を行うと心と体が軽やかになったことやみんなでリズムに乗って運動をすると楽しさが増したことを学習カードに書いたり、振り返りの時間に発表したりすること。</li> <li>・グループで工夫した長なわ跳びをしながらボールを投げたり捕ったりする運動の行い方を他のグループの仲間に例示して見せたり、言葉で伝えたりすること。</li> <li>・活動後の感想を伝える場面で、言葉のかけ方や並び方などの条件を工夫することで、グループのみんなが楽しく運動が行えたことを他のグループに説明すること。</li> </ul>

学びに向かう力、人間性等	
つまずきの例	手立て・配慮
<p>○仲間との身体接触を嫌がる児童</p> <p>○仲間と共に活動することに意欲的に取り組めない</p> <p>○自己の課題を見付けることに意欲的に取り組めない</p> <p>○課題の解決の仕方がわからないために運動に意欲的に取り組めない</p> <p>○達成感をもてないために運動に意欲的に取り組めない</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• バトンやひもなどの用具を用いて触れ合う運動を工夫する。</li> <li>• 仲間と一緒に運動をすると楽しさが増すことを体験できるようにしたり、気持ちも弾んで心の状態が軽やかになることを感じることができるよう言葉がけをしたりする。</li> <li>• 仲間の行い方を見て真似をしながら運動を行ったり、仲間へ気付きを言ってもらったりし、徐々に自己の課題を見付けていくことができるようにする。</li> <li>• 自己の課題を仲間に伝え、仲間からの助言を受けたり、同じような課題をもっている仲間の行い方の真似をしたりすることができるよう、ペアやグループの編成の仕方を工夫する。</li> <li>• 運動の記録をとるようにしたり、わずかな変化を見付けて称賛したりしながら、自己の体の動きが高まっていることに気付くことができるようにする。</li> </ul>

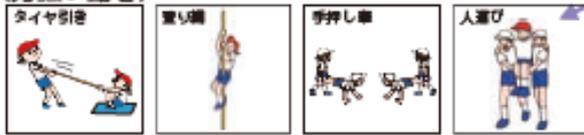
(5) 楽しい学習とするための場の設定や規則、用具等の工夫

**基 になる 動き** 学習を進めるとき参考にして

**〈巧みな動き〉**



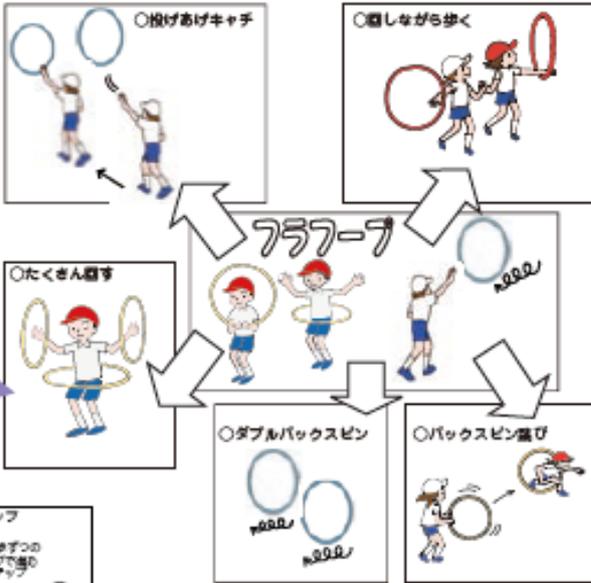
**〈力強い動き〉**



**〈動きの持続〉**

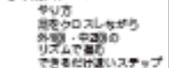
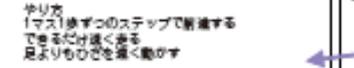


それぞれのもとなる動きの例を示し、児童がどの運動をするとどの体力が高まるか、分かるような資料を用意します。

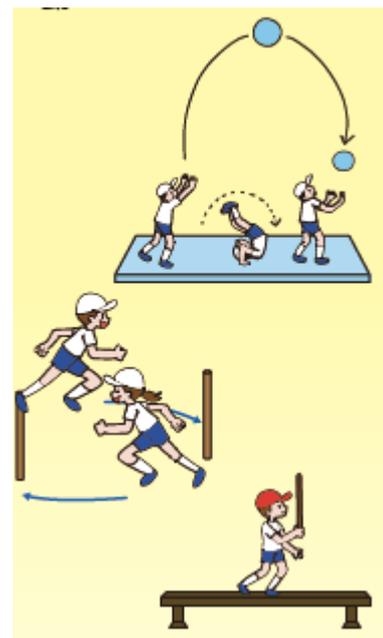
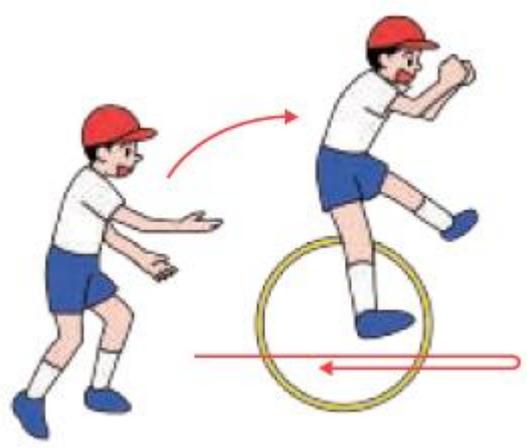
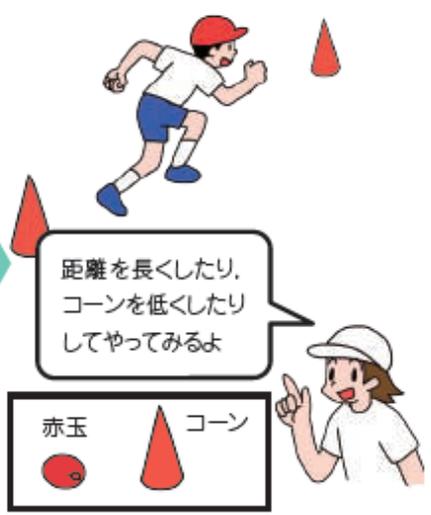
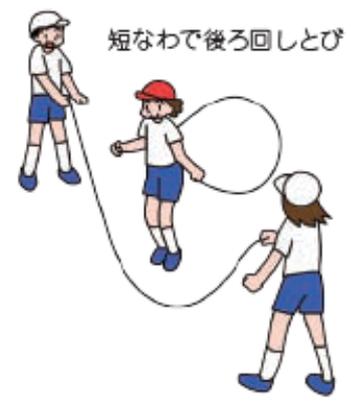
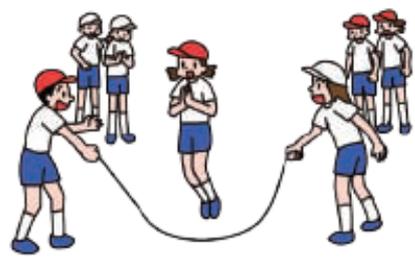


巧みな動きについては、基になる動きについて、条件を変化させた例を示すと、取り組む動きが広がります。

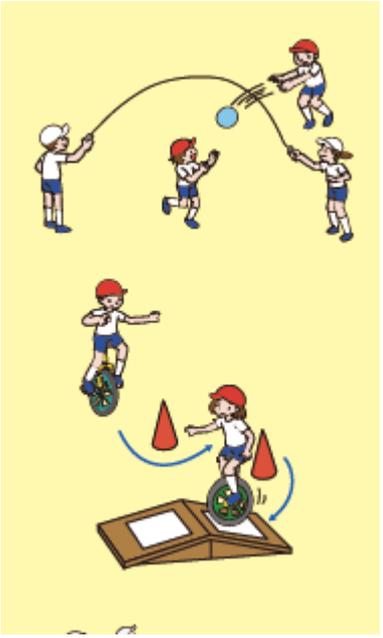
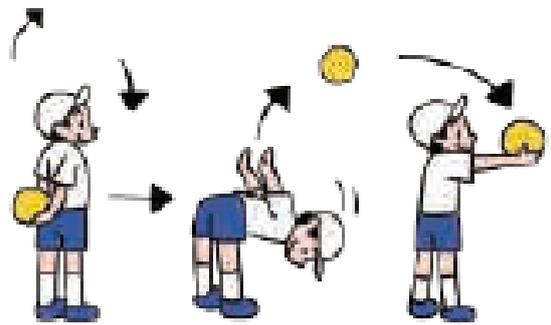
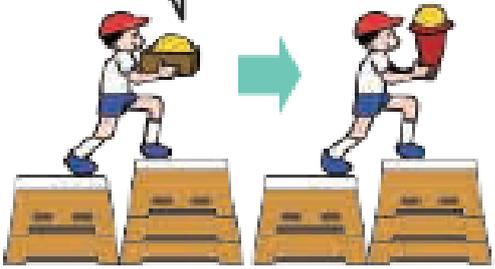
示した例について、一度できたら「できた」ではなく、繰り返し取り組み、何度かできるまでやるのが大切です。

<p>○前跳ジャンプ</p> <p>やり方 1マスごとに跳ぶ 高くも速く跳ぶ 速いジャンプとスピードで</p> 	<p>○両足バックジャンプ</p> <p>やり方 後ろ向きで両足ジャンプ できるだけ高く</p> 	<p>○サイドステップ</p> <p>やり方 横向きで1マスは歩かず 速く 速いジャンプとスピードで</p> 	<p>○ターンステップ</p> <p>やり方 1マスは歩かずの ステップで速く 速いステップ</p> 
<p>○半周ステップ</p> <p>やり方 足をもつロスレジャラ 外側・中側の リズムで速く できるだけ速いステップ</p> 	<p>やり方 【マス】歩かずのステップで前進する できるだけ速く走る 足ふりもひざを高く動かす</p> 	<p>○交互ステップ</p> <p>やり方 1マスは歩かずの ステップで速く 速いステップ</p> 	
<p>○ツイストジャンプ</p> <p>やり方 ジャンプして足を180° 回転させた状態で着地 同じ方向に回転し続け</p> 	<p>○サイドターンステップ</p> <p>やり方 横向きで1マスは歩かずの ステップで速く 速く180°回転し続け 速いジャンプとスピードで</p> 	<p>○片足ジグザクジャンプ</p> <p>やり方 片足で中回り・多1回の リズムで速く できるだけ速く</p> 	<p>○ジグザクジャンプ</p> <p>やり方 両足で中回り・外回り リズムで速く できるだけ速く</p> 

用具などを用いた運動

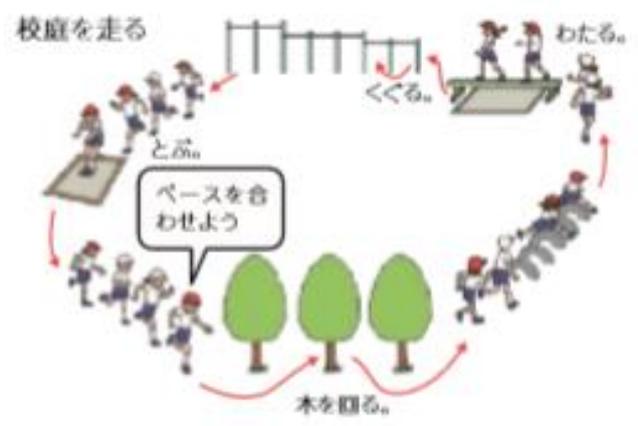
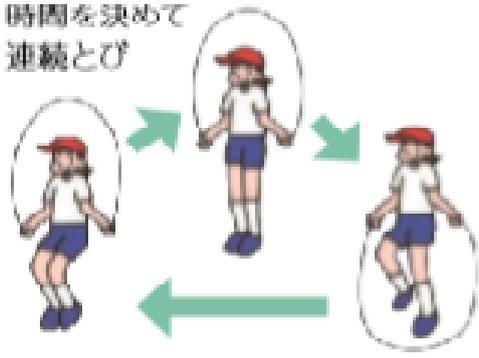


ダンボールからコーンに用具を変えてやってみよう。



時間やコースを決めて行う全身運動

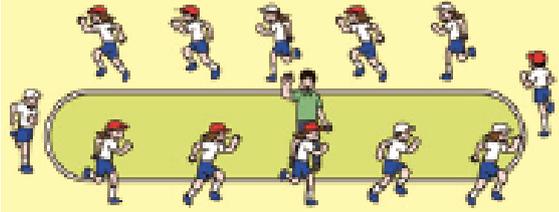
時間を決めて  
連続とび



例) エアロビクス



例) 5～6分程度の持久走



## (6) 単元構想

### ①目指す子供の姿

長なわの中で短なわを跳んだり、ボールをついたりすることができるようになりました。



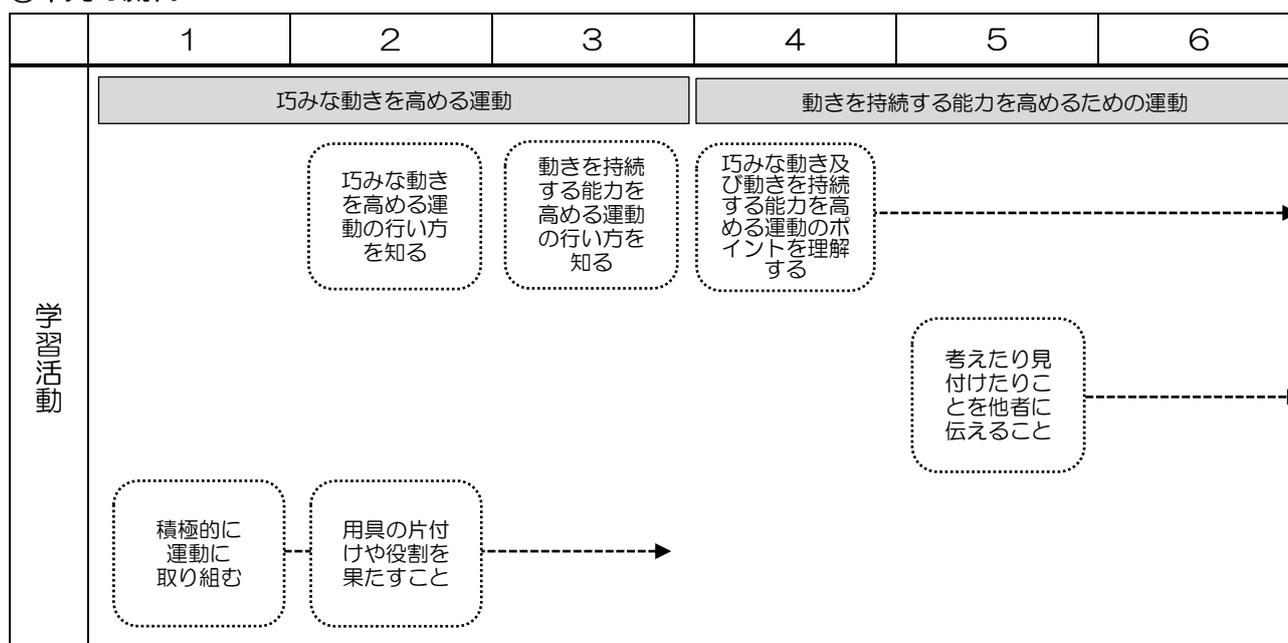
グループのみんなで助け合って活動できました。〇〇さんに動きを見てもらいました。



前回はこのコースを30秒で折り返すのが楽になったので、今日は、5秒短いペースにしてみました。



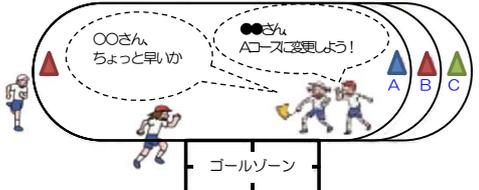
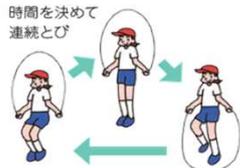
### ②単元の流れ

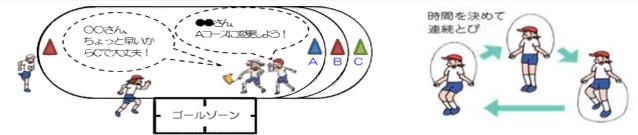


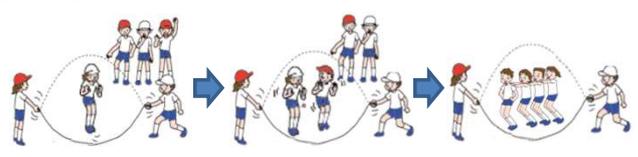
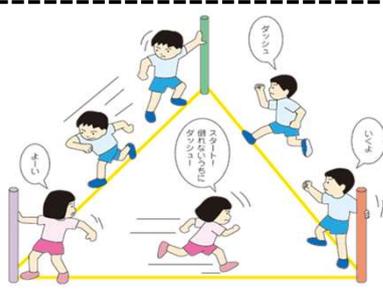
### ③単元計画及び指導と評価の計画

時間	(○) 重点的な指導内容, (●) 学習を深める活動	重点的指導事項	評価
1	○体の動きを高める運動に積極的に取り組むこと。	学・人①	
2	○巧みな動きを高める運動の行い方を知る ○場の設定や用具の片付けなどの分担された役割を果たすこと。	知・技④ 学・人③	知・技④
3	○動きを持続する能力を高めるための運動の行い方を知ること。	知・技⑧	知・運⑧ 学・人①
4	○人や物の動き, または場所の広さや形状などの環境の変化に対応して, タイミングやバランスよく動いたり, リズミカルに動いたり, 力の入れ方を加減したりする体の動きを高めること。 ○一つの運動又は複数の運動を組み合わせると一定の時間続けて行ったり, 一定の回数を反復して行ったりすることによって, 動きを持続する能力を高めること。	知・技⑤  知・技⑨	学・人③
5	○体の動きを高めたりするために, 考えたり見付けたりことを他者に伝えること。	思・判・表③	思・判・表③
6	●学習における自分の力の伸びを確かめる。		知・技⑤ 知・技⑨

(8)展開例

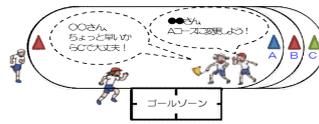
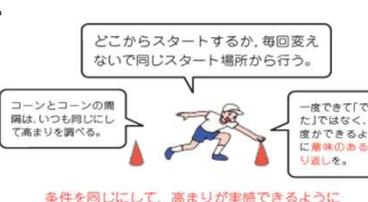
<p>時間</p> <p>重点的指導事項</p>	<p>1 時間目 (全 6 時間)</p> <p>指導【学びに向かう力、人間性等①】 体の動きを高める運動に積極的に取り組むこと。</p>
<p>5</p> <p>10</p> <p>15</p> <p>活動内容</p> <p>20</p> <p>25</p> <p>30</p> <p>35</p> <p>40</p> <p>45</p>	<p>【学習課題】今の自分の力を確かめて、力を高めるために大切なことを考えよう。 指導【学びに向かう力、人間性等①】</p> <p>《体の動きを高める運動で大切なことを知る》 ※5年生 3学期 体の柔らかさを高める運動 第1時参照 ※体を調子よく動かして様々な巧みな運動ができることは、いろいろな運動の基本となり、スムーズな動きができるよう力を高めることの大切さを知らせ、本単元では、タイミングやバランスよく動いたり、リズムカルに動いたり、力の入れ方を加減したりする運動を学習することを押さえる。 ※体の動きを持続する運動とは、運動を一定時間続けて行ったり、一定の回数を反復して行ったりする力を高める運動で、特に筋肉や肺の持久力を高めることにつながることを知らせる。(さまざまな運動があり、持久走だけではなく、楽しく継続することが大切なことを押さえる。 ※まずは、自分の今の体の様子を知って、自分の課題を見つけ、どんな動きを高めるために運動しているのかを明確にし、自己の力に応じて、少しずつ負荷を高めて繰り返し運動することが大切なことを押さえる。 ※小学校の段階では、楽しく動きを高めるいろいろなやり方をわかることが大切であり、ここでわかったことが中学校での学習につながることを押さえる。また、小学校の段階では、特に体の柔らかさ及び巧みな動きを高めるのに適した段階であること、この学習が終わっても学習したことを生かして運動を継続すること等が大切なことを知らせる。</p> <p>【発問】様々な運動をやってみて、自分の力を確かめよう。</p> <p>《自分の力を知る1:動きを持続する運動》 ※学級の実態や学校行事との関連から選択して設定してください。</p> <p>【行い方の例1：持久走（4～5分程度）】 ①Bのコース1周の時間を基準として、4分～5分程度走り続けるときに全部で何週走ることとなるかを計算しておく。 (例：Bコース1周100m 40秒⇒7周 280秒(4分40秒)) ②例の場合：7週走ったとき(4分40秒走ったとき)に、ゴールゾーンにゴールできたら合格。 ③ペアで活動し、教師は目安となる時間を周回ごとに知らせ、ペアは相手のペースを見てA・B・Cのコースの選択をアドバイスする。決定は本人が行って走る。(各週のコースの記録を取っておく⇒最終的に走った距離がわかり、伸びを調べる。</p> <p>【行い方の例2：短なわ持久跳び（3～4分程度）】 ①短なわ跳びの跳び方を選択(両足跳び、かけ足跳び、交差跳び、あや跳びなど)し、学級の実態に応じて跳び続ける時間を設定する。(3分～5分程度) ②一つの技に取り組む、時間ごとに技を変えて3種類の跳び方で行う、など子供の様子から決定する。 ③初回に失敗した時間を記録とし、その後も決められた時間までは続ける。⇒初回に失敗したときの時間を記録しておき、伸びを調べる。</p>   <p>時間を決めて連続とび</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・持久とびであるので、ゆっくりと力を抜いてなわに引っかからないように跳び続けるよう押さえる。</li> <li>・いくつもの技に取り組むことが難しい場合は、両足跳びに固定するなどし、伸びを調べていくことを知らせる。</li> <li>・短なわの技に特化した指導内容は設定されていないことに留意し、学校行事との関連や遊びの紹介として、技の進級カードを配布するなどして取り組ませる。</li> </ul> <p>※運動を試すときは、健康観察を確実にし、一度、心拍数があがるような運動を行う。 ※やり方がわからない子供やチームがないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。 ※運動を正確に精いっぱい行うよう指導する。また、楽しく運動を行うための約束例についても適宜声掛けを行う。</p> <p>《自分の力を知る2:巧みな動きを高める運動》</p> <p>【行い方の例3：コーンタッチ（1分程度）】 ①三角コーンを少しのステップで届く程度の距離で置く。 ②時間を決めて(30秒～1分程度)何回コーンにタッチできるか記録を測る。⇒数を記録しておき、伸びを調べる。 ※同じ場を前後に5列ほど作り、すべてのコーンにタッチしてゴール数る時間を測るやり方もある。</p>  <p>どこからスタートするか、毎回変えないで同じスタート場所から行う。</p> <p>コーンとコーンの間隔は、いつも同じにして高まりを調べる。</p> <p>一度できて「できた」ではなく、程度ができるように意味のある繰り返しを。</p> <p>条件を同じにして、高まりが実感できるように</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・タイマーを設置し、トリオで活動する。その場合、①運動する人 ②片方のコーンのタッチの数を数える人 ③もう片方のコーンのタッチの数を調べる人 と、係を決めて、最後に数を合計して記録を出すようにするとよい。</li> </ul> <p>※場の準備を協力して行うよう押さえる。 ※やり方がわからない子供やチームがないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。 ※運動を正確に精いっぱい行うよう、時間内で繰り返し何度も行うよう、指導する。また、楽しく運動を行うための約束例についても適宜声掛けを行う。</p> <p>※単元を通じた活動で、単元の最後(または毎時間)にどれくらい力が高まったか、を確かめるもので、例として示しているの、伸びをみとることができる他の運動を、学級の状況に応じて設定してください。</p> <p>《振り返り(学習カード記入、発表)》</p> <p>【まとめ】 巧みな動きや動きを持続する力を高めるには、まず自分の課題を知って運動に取り組むことが大切だね。また、多少負荷があっても進んで運動に取り組んで継続することが大切だね。</p> <p>※運動に何度も繰り返し取り組んでいた子供やいい動きができていた子供を紹介し、全体で称賛する。 《片付け》</p>
<p>評価事項</p>	<p>図：文部科学省・体育まるわかりハンドブック 参照</p>

時間	2 時間目 (全 6 時間)	
重点的指導事項	指導【知識及び技能④】 巧みな動きを高める運動の行い方を知ること。	指導【学びに向かう力、人間性等③】 場の設定や用具の片付けなどの分担された役割を果たすこと。
5	<p>○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り。 ・その場両足ジャンプ（心拍数を上げる） ⇒持久走or短なわ持久跳び</p>  <p>【学習課題】巧みな動きを高める運動の行い方を知って、仲間と協力して運動を行い、力を高めよう。</p> <p>【課題に迫る発問】仲間と一緒に運動を行うときに大切なことは何か？</p>	
10	<p>【考える例】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・場の安全を確かめて、安全に気をつける。</li> <li>・自分の力に合わせ、少しずつ回数や距離等を伸ばしていく。</li> <li>・仲間と声を掛け合いながら繰り返し運動に取り組む。</li> <li>・行い方や仲間に適したやり方、互いの良さ等を教え合う。</li> <li>・場の設定や用具の片付けなどで、分担された役割を果たすこと。</li> </ul>	<p>※これまでに学習したことを押さえ、本時では、仲間と一緒に使用する用具の準備や片付けを行ったり、役割を決めて動きのきばえを見合ったりすることの大切さについて重点的に指導する。</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>【楽しく運動を行うための約束例】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・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）</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>・動きが高まるようにペアやグループで協力して活動する。など</li> </ul>
15	<p>指導【学びに向かう力、人間性等③】</p> <p>【課題に迫る発問】どんなやり方があるか紹介するよ。うまくできるかな？</p>	
20	<p>※4年生時 3学期 多様な動きを作る運動（移動・組合せ）既習</p> <p>《短なわを使って》</p>  <p>○技と進級表の内容を知る ・両足跳び、交差跳び、あや跳び、二重跳び、前跳び～後跳びに変えて</p> <p>1人で技に挑戦（30秒での回数）</p>  <p>2人組でペアなわ跳び</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・掛け声を出して2人のタイミングを合わせて跳ぶ。</li> <li>・前、後ろ、2人で変えて</li> <li>・相手のなわを片方持つて</li> </ul>	<p>指導【知識及び技能④】</p> <p>※代表の子供をお手本にしてやり方を説明する。 ※無理な技の選択ややり方とせず、もう少しできそうなもの、リズムよく2人がそろってできそうなものを目標として行うことや安全面に留意することを指導する。</p> <p>※やり方がわからない子供やチームがいらないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。</p> <p>※いい動きが見られた子供を称賛し、全体で紹介する。</p>
25	<p>《コーンタッチのやり方を工夫して》</p>  <p>距離・高さを 変えて</p>  <p>距離を長くしたり、コーンを低くしたりしてやってみよう</p>	<p>※代表の子供をお手本にしてやり方を説明する。 ※前時と同様に、タイマーを設置し、トリオで活動する。その場合、①運動する人 ②片方のコーンのタッチの数を図る人 ③もう片方のコーンのタッチの数を調べる人 と、係を決めて、最後に数を合計して記録を出すようにするとよい。</p> <p>※やり方がわからない子供やチームがいらないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。</p> <p>※いい動きが見られた子供を称賛し、全体で紹介する。</p>
30	<p>《用具を工夫して》</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・転がす⇒キャッチができたなら、ヘアとの距離を伸ばす</li> <li>・別のヘアと協力して、連続で輪くぐり</li> </ul> <p>輪を転がしてこくる（ヘアで）⇒距離を延ばす</p>  <p>2人で一緒に輪を離し、移動して相手の輪をつかむ⇒グループで（輪を倒さないように）⇒仲間との距離を延ばす</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・寝転んで</li> <li>・足でボールを上げ手で捕る</li> <li>・手を広げて、片手でボールを上げて逆の手で捕る</li> </ul> <p>ボールを投げ上げて移動して捕る ⇒距離を延ばす⇒スタートの姿勢を変える ⇒前向きにボールを投げ上げる⇒後向きに</p>	<p>※代表の子供をお手本にしてやり方を説明する。 ※前時と同様に、タイマーを設置し、トリオで活動する。その場合、①運動する人 ②片方のコーンのタッチの数を図る人 ③もう片方のコーンのタッチの数を調べる人 と、係を決めて、最後に数を合計して記録を出すようにするとよい。</p> <p>※やり方がわからない子供やチームがいらないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。</p> <p>※いい動きが見られた子供を称賛し、全体で紹介する。</p>
40	<p>※小学校最後の体力を高める運動であることから、他の学年で学習した楽しい運動等の子供から聞き取り、運動を選択して設定し、楽しさが高まるよう工夫する。</p> <p>※代表の子供をお手本にしてやり方を説明する。 ※無理な距離ややり方とせず、もう少しできそうなものを目標として行うことや安全面に留意することを指導する。</p> <p>※やり方がわからない子供やチームがいらないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。</p> <p>※いい動きが見られた子供を称賛し、全体で紹介する。</p> <p>評価【知識及び技能④】</p>	
45	<p>《振り返り(学習カード記入、発表)》</p> <p>評価【知識及び技能④】</p> <p>【まとめ】動きを高めるには、行い方を知って、場の設定や用具の片付けなどの分担された役割を果たすとともに、互いのできばえを教え合うなど協力して運動に取り組むことが大切だね。</p> <p>※示された運動の行い方を正確に行ったり友達に教えたりしていた子供やいい動きができていた子供を紹介し、全体で称賛する。</p> <p>《片付け》</p> <p>図：文部科学省：体育まるわかりハンドブック 参照</p>	
評価事項	<p>評価【知識及び技能④】 巧みな動きを高める運動の行い方がわかる。（観察・発言、学習カード）</p>	

時間	3 時間目 (全 6 時間)	
重点的指導事項	<b>指導【知識及び技能⑧】</b> 動きを持続する能力を高めるための運動の行い方を知ること。	
5	○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り。 ・その場両足ジャンプ（心拍数を上げる） ⇒持久走or短なわ持久跳び	
	<b>【学習課題】動きを持続する動きを高める運動の行い方を知って、仲間と協力して運動を行い、力を高めよう。</b>	
	<b>【課題に迫る発問】どんなやり方があるか紹介するよ。うまくできるかな？</b>	
	※4年生時 3学期 多様な動きを作る運動（移動・組合せ）既習	
	≪長なわを使って≫	
10	 <p>3分間8の字跳び（1人）      3分間8の字跳び（2人）      1分間グループ跳び跳び</p>	※代表の子供をお手本にしてやり方を説明する。 ※無理な技の選択ややり方とせず、もう少しできそうなもの、リズムよく2人がそろってできそうなものを目標として行うことや安全面に留意することを指導する。 ※やり方がわからない子供やチームがいないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。 ※いい動きが見られた子供を称賛し、全体に紹介する。
15	<b>評価【知識及び技能⑧】</b>	
	≪前半の活動を振り返る≫	
	※友達との教え合いの様子を引き出しながら、自分の動きに変化が見られたか、など全体で感想を述べ合い、再度、体をうまく調整して用具の動きに合わせる事、それがスムーズにできるようになることが大切なことを押さえる。	
20	※いい動きの子供の様子を全体で紹介する。その後、後半は、グループ対抗で、「棒は倒さんぞ！」競争のやり方を知らせ、全員が棒を倒さないで勝つための作戦を考える。	
	<b>【発問】4年生の時に学習した「棒は倒さんぞ！」の行い方を変えて、動きを持続する力を高める運動としてみよう。</b>	
	<b>【考える例】</b>	
	①3名を1グループとし、各自が棒をもって三角形をつくる。（なわを使って3辺の合計の長さがわかるようにする） ②3名それぞれの棒が倒れる前に走ることができる距離をイメージして相談し、三角形の辺の長さを決め、なわにしるしを付けておく。 ③3名が一斉に手を離し、次の棒に移動して、倒れる前に棒を持つ。すべての棒が倒れなかったらクリア。すぐに元の位置に戻り、すべての棒が倒れなかったらクリア。時間を決めて繰り返し、クリアできた回数＋全員が持つことができた3辺の長さの合計点で競う。（例） （成功したグループのなわのしるしまでの長さを比べて長い方のグループの得点が高い）	
30	※「1回戦」「次は2回戦」と教師の指示で競争を進める。その際、作戦タイム⇒競争⇒作戦タイムと繰り返し行い、作戦を成功させるために、考えたことや気付いたことを伝え合う場面を設ける。	
35	※いい動きの子供や良い声掛けのグループの様子を全体で紹介する。	
	<b>評価【学びに向かう力、人間性等①】</b>	
40	≪振り返り(学習カード記入、発表)≫	
	<b>【まとめ】動きを高めるには、行い方を知って、正確に運動を行うことが大切だね。</b>	
	※示された運動の行い方を正確に行ったり友達に教えたりしていた子供やいい動きができていた子供を紹介し、全体で称賛する。	
45	≪片付け≫	
	図:文部科学省 小学校体育まるわかりハンドブック、日本スポーツ協会 遊びプログラム～運動遊び～ 参照	
評価事項	<b>評価【知識・技能⑧】</b> 動きを持続する能力を高めるための運動の行い方がわかる。 (観察・発言、学習カード)	<b>評価【学びに向かう力、人間性等①】</b> 体の動きを高める運動に積極的に取り組もうとする。 (観察・発言、学習カード)

時間	4 時間目 (全 6 時間)													
重点的指導事項	<b>指導【知識及び技能⑤】</b> 人や物の動き、または場所の広さや形状などの環境の変化に対応して、タイミングやバランスよく動いたり、リズムカルに動いたり、力の入れ方を加減したりする体の動きを高めること。	<b>指導【知識及び技能⑨】</b> 一つの運動又は複数の運動を組み合わせることで一定の時間続けて行ったり、一定の回数を反復して行ったりすることによって、動きを持続する能力を高めること。												
5	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>○あいさつ ○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。</li> <li>・その場両足ジャンプ（心拍数を上げる） ⇒持久走or短なわ持久跳び</li> </ul> </div> <div style="width: 45%; text-align: center;"> </div> </div>													
10	<p>【学習課題】自分が高めたい動きやもっとやってみたい動きを選んで、友達と協力して運動に取り組もう。</p>													
15	<p>【課題に迫る発問】動きを高めるためには、どんなことに気を付けて運動に取り組むことが大切だろうか？</p>													
10	<p style="text-align: center;">【考える例】</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="width: 45%; border: 1px dashed gray; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">【巧みな動きを高める運動】</p> <p>○タイミングやバランスよく動いたり、リズムカルに動いたり、力の入れ方を加減したりするして、用具の動きなどに体の動きを合わせる。</p> <p>○同じ動きでも、素早く、スムーズにできるようになるなど、動きを高めていくことが必要。(例:少ない動きで回数が増えるなど)</p> </div> <div style="width: 45%; border: 1px dashed gray; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">【動きを持続する力を高める運動】</p> <p>○負荷を大きくし過ぎず、運動を一定時間続けて行ったり、一定の回数を反復して行ったりする。</p> <p>○自分の力の応じて、少しずつ負荷を高めて、繰り返し運動したり、距離を延ばしたり、時間を延ばしたりすることが大切。</p> </div> </div>													
15	<p>※それぞれの力を高めるにあたっての留意事項を押さえる。その際、力の高め方として、腕は？」「足は？」「体は？」「視線は？」など視点を示すが、動き方があまりに詳しくなり過ぎないように留意する。</p> <p>※活動の場が広がるので、再度、安全面に留意すること、速くなり過ぎないようにして無理なく運動を続けることを指導する。</p> <p>※巧みな動きと動きを持続ものを前半と後半で交代しながら活動することを知らせる。</p>													
20	<p>※それぞれの動きを高めるにあたって、本時から3時間でどんな運動に取り組むのかをペアと相談して決めておく。その際、1時間に2つ程度、3時間で4つ程度となるよう選んでおくこと（2時間で全部の運動をしなければならないということではない）を知らせておく。</p> <p>⇒計画を聞いて、ペアを編成し直す方法もある。子供の意欲や、学級の実態によって、設定の仕方を工夫する。</p>	<div style="border: 1px dashed gray; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>指導【知識及び技能⑤、⑨】</b> </div>												
25	<p>【評価【学びに向かう力、人間性等③】】</p>	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td rowspan="4" style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">ステージ</td> <td>【巧みな動きを高める】</td> <td>【巧みな動きを高める】</td> </tr> <tr> <td>短なわ</td> <td>短なわ</td> </tr> <tr> <td>コーンタッチ</td> <td>長なわ</td> </tr> <tr> <td>輪・棒</td> <td>棒 (「棒は園さんぞ」)</td> </tr> <tr> <td></td> <td>ボール</td> <td></td> </tr> </table>	ステージ	【巧みな動きを高める】	【巧みな動きを高める】	短なわ	短なわ	コーンタッチ	長なわ	輪・棒	棒 (「棒は園さんぞ」)		ボール	
ステージ	【巧みな動きを高める】	【巧みな動きを高める】												
	短なわ	短なわ												
	コーンタッチ	長なわ												
	輪・棒	棒 (「棒は園さんぞ」)												
	ボール													
30	<p>【評価【学びに向かう力、人間性等③】】</p>													
35	<p>【評価【学びに向かう力、人間性等③】】</p>													
40	<p>【評価【学びに向かう力、人間性等③】】</p>													
45	<p>【評価【学びに向かう力、人間性等③】】</p>													
45	<p>【評価【学びに向かう力、人間性等③】】</p>													
45	<p>【評価【学びに向かう力、人間性等③】】</p>													
45	<p>【評価【学びに向かう力、人間性等③】】</p>													
45	<p>【評価【学びに向かう力、人間性等③】】</p>													
45	<p>【評価【学びに向かう力、人間性等③】】</p>													
45	<p>【評価【学びに向かう力、人間性等③】】</p>													



時間	6 時間目 (全 6 時間)										
重点的指導事項	●前時の学習を継続して指導し、学習を深める。										
活動内容	<p>○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り。 ・その場両足ジャンプ（心拍数を上げる） ⇒持久走or短なわ持久跳び ※記録の伸びをカードに記入する。</p>  <p>「○○さん、ちょっと早いぞ、SOCAさん！」 「○○さん、もう少し遅くしよう！」</p> <p>時間を決めて連続とび</p> <p>「動きを持続する力の高まりを確認する」</p> <p>評価【知識及び運動⑨】</p>	<p>5</p> <p>【学習課題】自分が高めたい動きやもつとやってみたい動きを選んで、どんどん友達と考えたことを伝え合い、動きを高めよう。</p>									
	<p>10</p> <p>「前半の活動を行う」 ※協力して場を準備し、※前時の続きで、ペアで考えを伝え合い活動する。 ※ペアやグループで友達の動きを見て考えたことを教え合い、必要なときは動きを手伝うことを押さえる。 ※いい動きの子供やペアでのよい声掛けを称賛し、全体に紹介する。</p> <p>評価【知識及び運動⑨】</p>	<p>ステージ</p> <table border="1"> <tr> <td>【巧みな動きを高める】</td> <td>【巧みな動きを高める】</td> </tr> <tr> <td>短なわ</td> <td>短なわ</td> </tr> <tr> <td>コーンタッチ</td> <td>長なわ</td> </tr> <tr> <td>輪・棒</td> <td rowspan="2">棒 （「棒は倒さんぞ」）</td> </tr> <tr> <td>ボール</td> </tr> </table>	【巧みな動きを高める】	【巧みな動きを高める】	短なわ	短なわ	コーンタッチ	長なわ	輪・棒	棒 （「棒は倒さんぞ」）	ボール
	【巧みな動きを高める】	【巧みな動きを高める】									
	短なわ	短なわ									
	コーンタッチ	長なわ									
	輪・棒	棒 （「棒は倒さんぞ」）									
ボール											
<p>15</p> <p>「前半の活動を振り返る」 ※友達との教え合いの様子を引き出しながら、自分の動きに変化が見られたか、など全体で感想を述べ合い、再度、体をうまく調整して用具の動きに合わせることで、それがスムーズにできるようになることが大切なことを押さえる。 ※後半に、今の様子から取り組む運動を変更したい子供が見られる場合は、ペアを調整する。</p>											
<p>20</p> <p>「後半の活動を行う」 ※無理な高さ、距離、回数などとせず、もう少しでできそうな目標を決めて行うことや安全面に留意することを指導する。 ※やり方がわからない子供やチームがいないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。 ※いい動きが見られた子供を称賛し、全体に紹介する。</p> <p>評価【知識及び運動⑨】</p>											
<p>25</p> <p>30</p> <p>「巧みな動きの高まりを確認する」※1時間目と同じ運動をトリオで行う。</p> <p>【行い方の例：コーンタッチ（1分程度）】 ①三角コーンを少しのステップで届く程度の距離で置く。 ②時間を決めて（30秒～1分程度）何回コーンにタッチできるか記録を測る。⇒数を記録しておき、伸びを調べる。 ※同じ場を前後に5列ほど作り、すべてのコーンにタッチしてゴール数る時間を測るやり方もある。</p>  <p>どこからスタートするか、毎回変えないで同じスタート場所から行う。</p> <p>コーンとコーンの間隔は、いつも同じにして高まりを測る。</p> <p>一度できて「できた」ではなく、程度ができるように意味のある繰り返しを。</p> <p>条件を同じにして、高まりが実感できるように</p> <p>・タイマーを設置し、トリオで活動する。その場合、①運動する人 ②片方のコーンのタッチの数を数える人 ③もう片方のコーンのタッチの数を調べる人 と、係を決めて、最後に数を合計して記録を出すようにするとよい。</p>											
<p>35</p> <p>※場の準備を協力して行うよう押さえる。 ※やり方がわからない子供やチームがいないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。</p> <p>評価【知識及び運動⑨】</p>											
<p>40</p> <p>「振り返り(学習カード記入、発表)」</p> <p>【まとめ】体の動きを高める運動に取り組むときは、自分に合ったやり方や目標を決めて、運動を続けて行っていくことが大切だね。また、体力テストの結果などを活用して、自分の課題を伸ばし、バランスのよい体力とすることが大切だね。</p> <p>※示された運動の行い方を正確に行ったり友達に教えたりしていた子供やいい動きができていた子供を紹介し、全体で称賛する。</p> <p>45</p> <p>「片付け」</p>											
評価事項	<p>評価【知識及び運動⑤】 人や物の動き、または場所の広さや形状などの環境の変化に対応して、タイミングやバランスよく動いたり、リズムカルに動いたり、力の入れ方を加減したりする体の動きを高めることができる。（観察）</p>	<p>評価【知識及び運動⑨】 一つの運動又は複数の運動を組み合わせて一定の時間続けて行ったり、一定の回数を反復して行ったりすることによって、動きを持続する能力を高めたか。（観察）</p>									

#### 4 単元指導計画及び展開例

【1月】

単元名 跳び箱運動 (B 器械運動) 全8時間

##### (1) 単元のねらい

知・技 : 跳び箱運動では, その行い方を理解し, 繰り返し系や回転系の基本的な技を安定して行ったり, その発展技を行ったりすることができる。

思・判・表 : 自己の能力に適した課題の解決の仕方や技の組み合わせ方を工夫するとともに, 自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。

学・人 : 運動に積極的に取り組み, 約束を守り助け合って運動をしたり, 仲間の考えや取組を認めたり, 場や器械・器具の安全に気を配ったりすることができる。

##### (2) 運動の仕方等

跳び箱運動では, 自己の能力に適した繰り返し系や回転系の基本的な技を安定して行ったり, その発展技に取り組んだりする。

##### (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)

開脚跳び	○踏み切り ・比較的長めの助走(8~10歩程度)から両足で強く踏み切る。 ・手を斜め前に振り上げる。 ・最後の一步を遠くから踏み切り, 足裏全体で低く強く踏み切る。	○着手 ・足を左右に開いて手を着く。 ・両手を揃えて手を着く。 ・跳び箱の中央より奥に手を着く。 ・上から強く叩きつけるイメージで。	○姿勢 ・跳び箱を手で押。 ・肘を曲げず, 腕を伸ばす。 ・遠く見るように顔を上げる。 ・着手した場所より, 肩を前に出す。	○着地 ・両足を揃えて着地する。 ・膝を曲げて着地し, 静止する。
かかえ込み跳び	○踏み切り ・助走から両足で踏み切る。	○着手 ・両足を通すために, 少し広めに手を着く。	○姿勢 ・踏み切り後, 素早く両膝を胸に近づける。 ・体を小さくする。 ・下を見ず, 目線は少し前にする。	○着地 ・両足を揃えて, 膝を曲げて着地し, 静止する。

屈伸跳び	○踏み切り ・助走から両足で踏み切る。	○着手 ・膝を伸ばしたまま手を着く。	○姿勢 ・手の突き放しと足の素早い引き寄せで屈伸姿勢をとる。 ・腰の位置が高くなるので、前のめりにならないよう、屈伸姿勢の後で頭を起こす。	○着地 ・両足を揃えて、膝を曲げて着地し、静止する。
台上前転	○踏み切り ・比較的短い助走(3~5歩)から両足で踏切板の真上からのイメージで強く踏み切る。	○着手 ・跳び箱の中央より手前に手を着く。 ・腰の位置を高く保って手を着く。 ・頭の後頭部から着く。 ・そっと支えるイメージで。	○回転 ・腕を伸ばして、体をしっかり支える。 ・腹の前に空間を空ける。 ・あごをひいて、背中を丸くする。	○着地 ・両足を揃えて着地する。 ・膝を曲げて着地し、静止する。
伸膝台上前転	○踏み切り ・助走から両足で強く踏み切る。	○着手 ・跳び箱の中央より手前に手を着く。 ・足を伸ばしたまま腰の位置を高く保って手を着く。	○回転 ・背中を丸くする。 ・勢いよく回る。 ・膝を伸ばしたまま回る。	○着地 ・両足を揃えて着地する。 ・膝を曲げて着地し、静止する。
首はね跳び	○踏み切り ・助走から両足で強く踏み切る。	○着手 ・跳び箱の中央より手前に手を着く。 ・足を伸ばしたまま、腰の位置を高く保って手を着く。 ・頭の後頭部から着く。 ・手でしっかり支えるイメージで。	○回転 ※上記に加えて ・背中が跳び箱に着いたら腕と腰を伸ばして体を反らせながら跳ね起きる。	○着地 ・両足を揃えて着地する。 ・膝を曲げて着地し、静止する。
頭はね跳び	○踏み切り ・助走から両足で強く踏み切る。	○着手 ・跳び箱の中央より手前に手を着く。 ・足を伸ばしたまま腰の位置を高く保って手を着く。	○回転 ・伸膝台上前転を行うように腰を上げ回る。 ・両手で支えながら頭頂部を着く。 ・尻が頭を越えたら腕と腰を伸ばし、体を反らせながら回る。	○着地 ・両足を揃えて着地する。 ・膝を曲げて着地し、静止する。

前方屈腕倒立回転跳び	○踏み切り ・助走から両足で強く踏み切る。	○着手 ・跳び箱の中央付近に手を着く。 ・足を伸ばしたまま腰の位置を高く保って手を着く。	○回転 ・腕を曲げた倒立姿勢になり、腕で体重を支えた後に、腕を伸ばす。	○着地 ・両足を揃えて膝を曲げて着地する。
------------	--------------------------	--	--	--------------------------

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

知識及び技能		思考力、判断力、表現力		学びに向かう力、人間性等	
つまずきの例	手立て・配慮	他者に伝える場面	内容例	つまずきの例	手立て・配慮
○開脚跳びが苦手。	・マットを数枚重ねた上に跳び箱1段を置いて、手を着きやすくしたり、跳び越しやすくしたりして、踏切り-着手-着地までの動きが身に付くようにする。	○観察し合っていて見つけたコツやわかったことを他者に伝える。	・グループの中で互いの役割を決めて観察し合ったり、学習カードやICT機器を活用したりして、つまずいていた技や演技のこつやわかったことを、文字や図で書いたり、映像を活用して発表したりするなどして、仲間やグループに伝える。	○痛みへの不安感や技への恐怖心をもっている。	・ぶつかったり、落ちたりしても痛くないように、器械・器具の横や下などにマットを敷いたり、補助者を付けたりする場を設定する。
○かかえ込み跳びが苦手。	・マットを数枚重ねた場を設置して、手を着きやすくしたり、跳び越しやすくしたり、体育館のステージに向かって跳び乗ったりして、跳び越しやすい場で踏切り-着手-着地までの動きが身に付くようにする。			○技に対する苦手意識が強い。	・必要な体の動かし方や運動感覚が身に付くように、取り組む技と類似した動き方をする運動遊びに取り組む
○台上前転が苦手。	・マットを数枚重ねた場で前転したり、マット上にテープなどで跳び箱と同じ幅にラインを引いて、速さのある前転をしたり、真っ直ぐ回転する前転をしたりして、腰を上げて回転する動きが身に付くようにする。				
○伸膝台上前転が苦手。	・マットを数枚重ねた場や低く設置した跳び箱で腰を上げたり、速さのある前転をしたりして、膝を				

<p>○首はね 跳びが 苦手。</p>	<p>伸ばして回転する動きが身に付くようにする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• マットを数枚重ねた場や低く設置した跳び箱、ステージなどを利用して体を反らせてブリッジをしたり、場をつくった段差と補助を利用して首はね起きを行ったりしながら、体を反らしてはねたり、手で押ししたりする動きが身に付くようにする。</li> </ul>			<p>○仲間と うまく関 わって学 習を進め ることが 難しい。</p>	<p>時間や場を設定する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 技を観察するポイントや位置を示し、気付いたことなどを仲間に伝える時間や場を設定する。</li> </ul>
<p>○頭はね 跳びが 苦手。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• マットを数枚重ねた場や低く設置した跳び箱、ステージを利用して体を反らせてブリッジをしたり、場をつくった段差と補助を利用して頭はね起きを行ったりしながら、体を反らしてはねたり、手で押ししたりす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

#### 運動の行い方の工夫

跳び箱は、児童が日頃あまり接する機会がないだけに、馬跳びやタイヤ跳びなどの遊びを日常的に取り組めるようにし、動きや感覚を体験できるようにしておくことが大切です。

児童の発達の段階から、一人で行うことに加えて、ペアやグループなど集団で取り組み、動きをそろえて演技する活動を取り入れることも有効です。

#### 運動の場の工夫

児童が基本的な技を練習したり、発展技に取り組んだりできるように、自分の力に応じた練習の場や方法を選べるようにします。すべての児童が一通り技の動きを体験し、運動の楽しさや喜びに触れられるように、抵抗感を低減する易しい課題の場や補助具を用意し、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。

みんなで連続して跳びよく跳んでみよう



8の字にして連続で跳ぼう



かかえ込み跳びのために



踏み切り位置を高くして、腰を上げやすく

着地を高くして抵抗感を低減

首はね跳びのために



はねるタイミング・感覚を養う

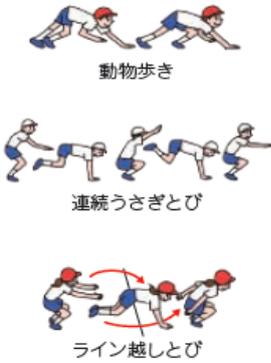
ステージから、はねとつき放しの感覚を養う

易

難

繰り返し系の技 ~安定した開脚跳び・大きな開脚跳び・かかえ込み跳び~

易しい運動の例  
技のもとになる動きづくり



**安定した開脚跳び**

**動きのポイント**

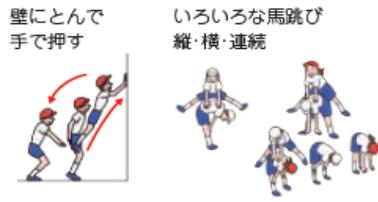
- 両足で強く踏み切り、手を斜め前に振り上げます。
- 跳び箱の奥の方(マットに近い方)に両手いっしょに手を着き、強くつき放します。
- 手を前に出し、遠くを見るように顔を上げます。
- ひざを曲げて着地し、静止します。

**かかえ込み跳び**

肩より腰が高くなるようにします。

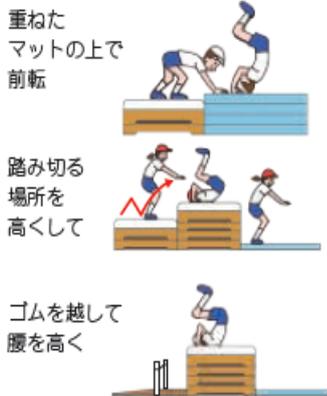
ひざを胸にすばやく引きつけます。

手で強く突き放し、顔を上げます。



回転系の技 ~安定した台上前転・大きな台上前転~ → 更なる発展技 ~首はね跳び・頭はね跳び~

易しい運動の例  
技のもとになる動きづくり



**安定した台上前転**

**動きのポイント**

- 両足で強く踏み切り、腰を高く上げて、跳び箱の手前に両手を着いて、しっかりと体を支え、腹の前に空間を空けるようにします。
- あごを引いて背中を丸め、手を着いた場所のそばに頭の後ろを着け、膝を伸ばしたまま前転します。

**更なる発展技：首はね跳び**

踏み切った後、あごを引き、膝をしっかり伸ばして「くの字」姿勢で着台します。勢いよく体を開くとともに力強く両手で押して空中にはね出し、体を伸ばしたまま着地します。体のはねと手の押しを同時に行うことがポイント。

課題の解決の仕方がイメージできるように言葉がけを具体的に示す

児童が基本的な繰り返し系の技や回転系の技に取り組み、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、毎時間の指導のねらいを明確にし、児童の課題の解決に結びつく言葉がけを具体的に示すようにします。

踏切調整板を増やして遠くから跳んでみましょう。

ゴムひもを張って腰を高くするようにしてみましょう。

マットに線を付けて着地を遠くにするようにしてみましょう。

「大きな開脚跳び」の図です。どんな場で練習するとできるようになるかな？

## (6) 単元構想

### ①目指す子供の姿



### ②単元の流れ

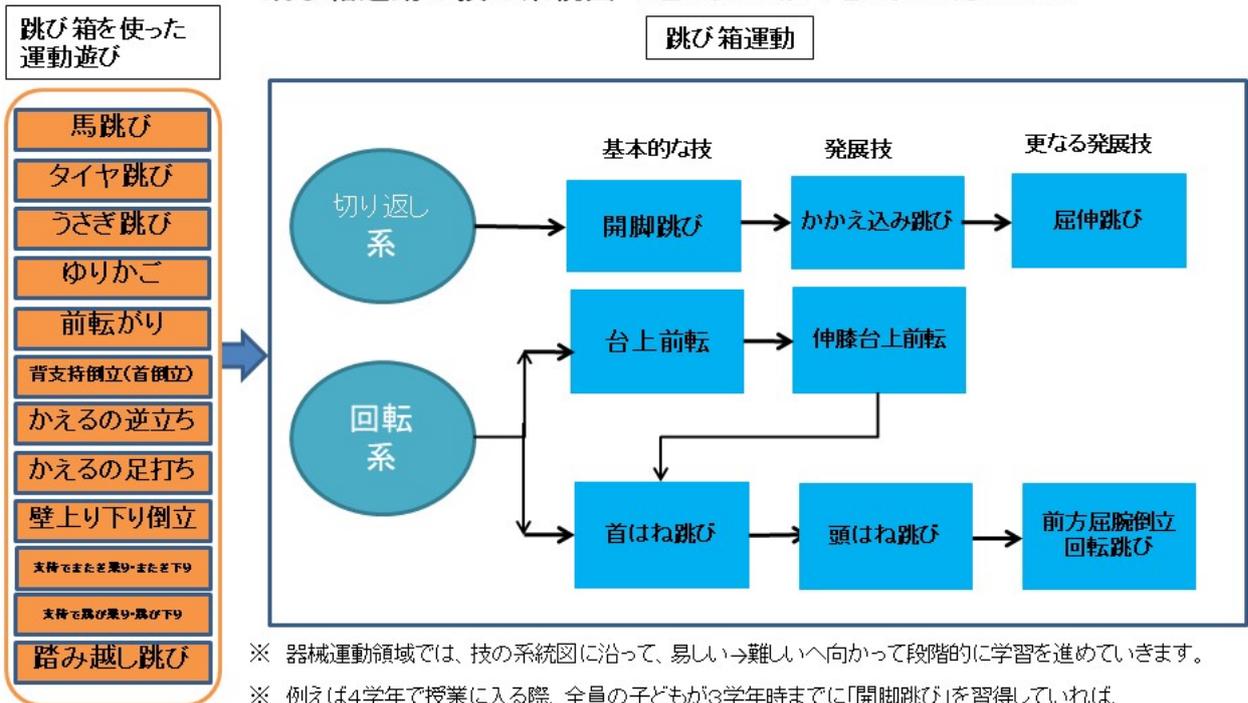
	1	2	3	4	5	6	7	8	
単元計画	行い方と技能の理解						練習	発表会	
	切り返し系の技に取り組む			回転系の技に取り組む					
		自己の課題を見つける	自分が考えたことを他者に伝える	自己の課題を見つける	自分が考えたことを他者に伝える				
		分担された役割を果たす。	友達の考えを認める		積極的に取り組む				

### 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	○切り返し系の基本的な技や発展技の仕方やポイントを理解する。	知・技⑦	
2	○動きのポイント等から自己の課題を見つけて、課題に適した練習の場を選ぶ。 ○準備・片付けなどで、分担された役割を果たす。	思・判・表① 学・人③	思・判・表①
3	○課題やその解決について、自分や仲間が考えたことを他者に伝える。 ○仲間の考えや取組を認める。	思・判・表③ 学・人④	思・判・表③
4	○回転系の基本的な技や発展技の仕方やポイントを理解する。	知・技⑧	学・人③
5	○動きのポイント等から自己の課題を見つけて、課題に適した練習の場を選ぶ。 ○基本的な技や発展技に積極的に取り組む。	思・判・表① 学・人①	思・判・表①

6	○課題やその解決について，自分や仲間が考えたことを他者に伝える。	思・判・表③	思・判・表③ 学・人④
7	●グループ発表会に向けて練習をする。		学・人①
8	●グループ発表会をする。		知・技⑦，⑧

跳び箱運動の技の系統図 ※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「開脚跳び」を習得していれば、切り返し系の発展技「かかえ込み跳び」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「切り返し系」もしくは「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

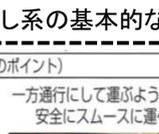
跳び箱運動の主な技の例示

系	グループ	基本的な技 (主に小5・6で例示)	発展技
切り返し系	切り返し跳び	開脚跳び → かかえ込み跳び →	開脚伸身跳び → 屈身跳び →
回転系	回転跳び	頭はね跳び →	前方屈腕倒立回転跳び → 前方倒立回転跳び

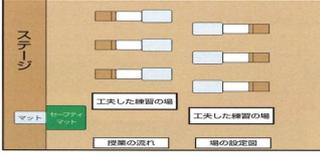
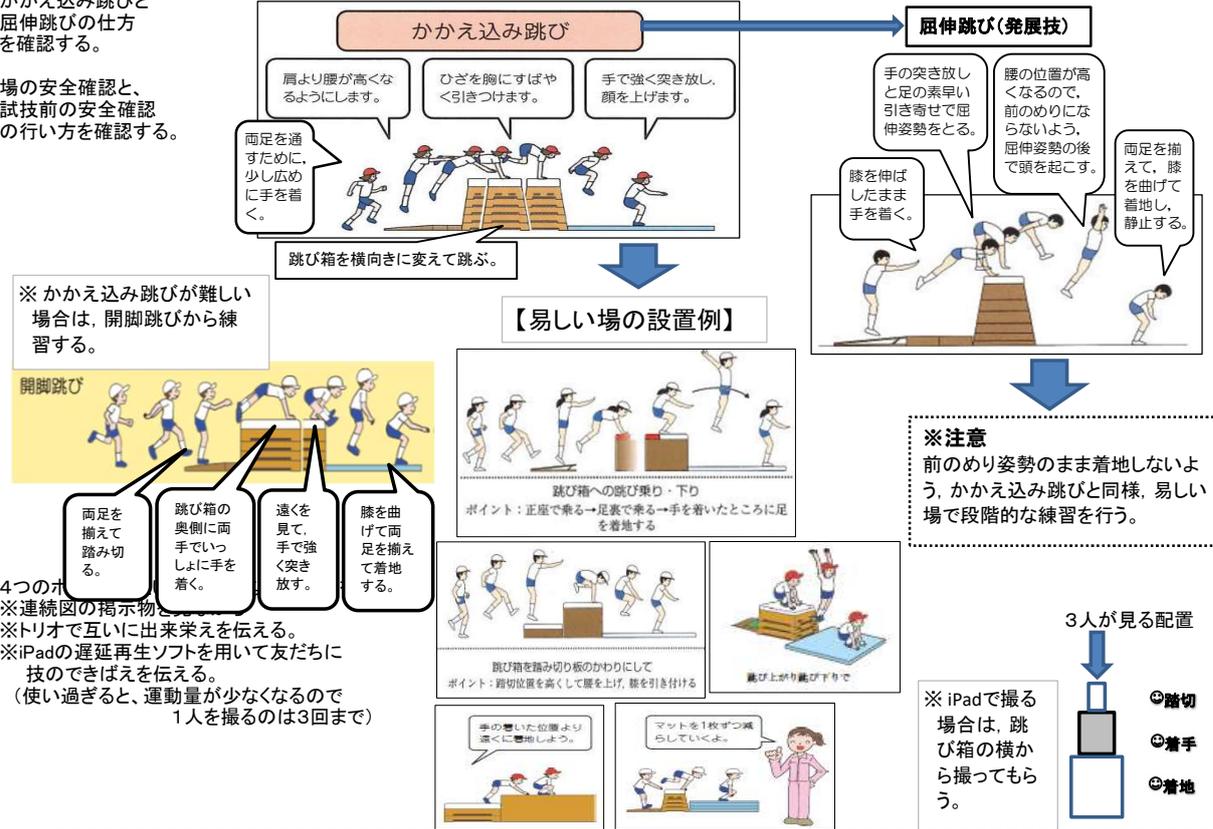
跳び箱運動の主な技の例示

系	グループ	基本的な技 (主に中1・2で例示)	発展技
切り返し系	切り返し跳び	開脚跳び → かかえ込み跳び →	開脚伸身跳び → 屈身跳び →
回転系	回転跳び	前方屈腕倒立回転跳び →	前方倒立回転跳び → 側方倒立回転跳び

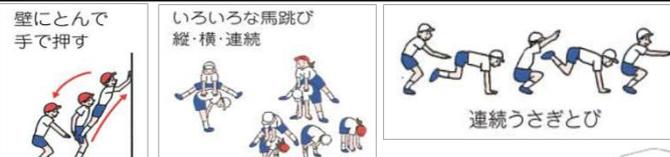
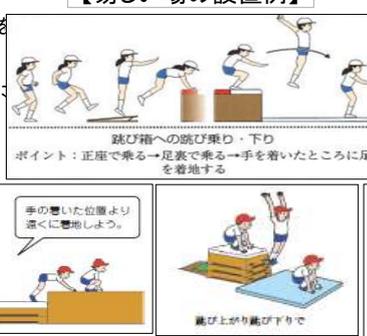
(8)展開例

時間	1 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	<b>指導【知識及び技能⑦】</b> 切り返し系の基本的な技や発展技の仕方やポイントを理解する。	
5	準備運動 共通メニュー(かえるの足打ち・ウサギ跳び・馬跳び)  体育館いっばいに広がって準備運動を行う ⇒その場で共通メニューも行う ※声を出し合いながら、元氣よく行う ※音楽は意欲アップに効果的	 <p>①両手を肩幅に開いてマットに着き、着いた手の少し前を見る</p> <p>②両足をそろえてマットを敷き、腰を高く上げる</p> <p>③できるようにになったら、片足で踏み切っていく</p> <p>また、足を大きくするようにして、回数を増やすようにする</p> <p>①前方に跳んで両手を着き、体を起こして着地する</p> <p>②できるようにきたら、前方に大きく跳んで両手を着き、手を着いた位置よりさらに前方に着地する</p> <p>③グループで馬の列をつくり、跳び越して後に馬になって繰り返し進むようにする</p> <p>○着いた手の少し前を見るようにする</p> <p>○両手を肩幅の広さで着く</p> <p>○着地をするときは、手を前に出して体を起こすようにする</p> <p>○馬になる児童は、足首を持ち、へそを見て頭を入れる</p> <p>○跳び越す児童は、両手をしっかりと着く</p>
10	場の設定を図で確認する 場の準備を行う ※1つの跳び箱に4～6人になるようにグループや跳び箱を用意する。 ※準備、片付けの役割分担をして場の準備を行う。 ※基本の2人組を決め、運ぶもの大きさにより、×2、×3と組み合わせを増やす。 ※滑り止めマットは下記参照。	<p><b>【学習課題】 切り返し系の基本的な技や発展技の仕方やポイントを知ろう。</b></p> <p>(運ぶときのポイント)</p> <p>2人もしくは4人で1枚をもつようにする</p> <p>一方通行にして運ぶようにすると安全にスムーズに運べる。</p> <p>(1段目の運び方)</p> <p>(2段目の運び方)</p> <p>【キャスター付きの板がない場合の運び方】</p>  <p>跳び箱は1段目を2人で運び、その際、裏返しにして安定した状態で運ぶようにするとよい。またそれ以外の段は、2人でまとめて運ぶようにするとよい。</p>
15	<場の設定> 切り返し系では、跳び箱と踏切板の間に調整箱を置くと、助走を速めて跳びやすくなる。	<p><b>安全に跳ぼう。</b></p> <p>調整板を1、2個、間にに入れて跳ぶ。</p> <p>【安全確認】</p> <p>・跳び終わった後は、マットなどのずれを直すなど、場の安全を確認してから、次の人へ合図を送ります。</p>  <p>いいよ。</p> <p>はいよ。</p> <p>やくそく</p> <p>もみじの手</p> <p>やくそく</p> <p>とびおるときはひょう屋でちやうどしよう。</p>
20	4年生で行った開脚跳びで試技をしながら、場の安全確認と、試技前の安全確認の行い方を知る。  大きな開脚跳び 【ポイント】 ①両足をそろえて強く踏み切る。 ②両手を奥に着き、空中姿勢を水平にする。 ③手で強く突き放し、体を起こす。	<p>【課題に迫る発問】 上手に跳ぶためのポイントがいくつあるか</p> 
30	<場の設定の例> 	<p><b>かかえ込み跳び</b></p> <p>肩より腰が高くなるようにします。</p> <p>ひざを胸にすばやく引きつけます。</p> <p>手で強く突き放し、顔を上げます。</p> <p>両足を通すために、少し広めに手を着く。</p> <p>跳び箱は横向</p> <p>【注意】 前のめり姿勢で着地しないよう、低い段やセーフティマットを使う。</p> <p><b>屈伸跳び(発展技)</b></p> <p>手の突き放しと足の素早い引き寄せで屈伸姿勢をとる。</p> <p>膝を伸ばしたまま手を着く。</p> <p>腰の位置が高くなるので、前のめりにならないよう、屈伸姿勢の後に頭を起こす。</p> <p>両足を揃えて、膝を曲げて着地し、静止する。</p>
32	指導【知識及び技能⑧】  【易しい】 跳び箱への跳び乗り・下り ポイント：正面で乗る→足裏で乗る→手を着いたところに足を着地する	<p>手の着いた位置より遠くに着地しよう。</p> <p>跳び箱を踏み切り板のかわりにして</p> <p>ポイント：踏み切位置を高くして腰を上げ、膝を引き付ける</p> <p>マットを1枚ずつ減らしていくよ。</p> 
37	振り返り(学習カード記入、発表) ※どんなポイントがあったのか発表させる。 ※話形を例示しておくとう発表がスムーズにできる。	<p><b>【まとめ】 切り返し系の技は4つのポイントに気をつけると、練習しやすくなるね。</b></p> 
45	整理運動(手首・足首・首のストレッチ) ※ゆっくりと、使った部位をしっかりと伸ばしたり、曲げたりさせる。 片付け ※iPadを2時以降使えるといいので、他の教科で、ビデオの撮影と再生の操作に慣れておくとスムーズに行く。	<p>滑り止めマットを跳び箱とマットの両方に重ねるように置くことで、さらにマットがすれにくくなる</p> <p>図：まるわかりハンドブック(文部科学省) 器械運動の手引き(文部科学省)</p>

(8)展開例

時間	2 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	<b>指導【思考力、判断力、表現力①】</b> 動きのポイント等から自己の課題を見付けて、課題に適した練習の場を選ぶ。	<b>指導【学びに向かう力、人間性等③】</b> 準備・片付けなどで、分担された役割を果たす。
5	準備運動 共通メニュー (ウサギ跳び・馬跳び・壁に跳んで手を押す) 体育館いっばいに広がって準備運動を行う ⇒その場で共通メニューも行う ※声を出し合いながら、元気よく行う ※音楽は意欲アップに効果的	
12	場の設定を図で確認する 場の準備を行う ※1つの跳び箱に4~6人になるようにグループや跳び箱を用意する。 ※準備、片付けの役割分担をして場の準備を行う。	<場の設定> 切り返し系では、跳び箱と踏切板の間に調整箱を置くと、助走を速めて跳びやすくなる。  滑り止めマットを跳び箱とマットの両方に重ねるように置くことで、さらにマットがずれにくくなる
12	<b>指導【学びに向かう力、人間性等③】※準備</b> <b>【学習課題】</b> 友達と協力して場の準備・片付けをし、動きのポイント等から自分の課題を見つけて、課題に合った場を選択し	
活動内容	<b>指導【思考力、判断力、表現力】</b> <b>【課題に迫る発問】</b> できているかどうか確認するにはどうすればいいかな？ 前時で自分ができていなかったポイントをとくにみてもらおう。 ↓ 3人の友達にチェックしてもらおう。 iPadでビデオに撮って見ればいい。(約束例:今日は1人3回まで)  ※ かかえ込み跳びが難しい場合は、開脚跳びから練習する。 ※連続図の指示物 ※トリオで互いに出来栄を伝える。 ※iPadの遅延再生ソフトを用いて友だちに技のできばえを伝える。(使い過ぎると、運動量が少なくなるので1人を撮るのは3回まで) ※注意 前のめり姿勢のまま着地しないよう、かかえ込み跳びと同様、易しい場で段階的な練習を行う。 ※iPadで撮る場合は、跳び箱の横から撮ってもらおう。 3人が見る配置 ◎踏切 ◎着手 ◎着地	
30	<b>【まとめ】</b> ・自分の課題に合った場を選択すると、早く上手になるね。	
35	振り返り(学習カード記入、発表) ※自分が取り組んだ技・課題・場を発表させる。 <b>評価【思考力、判断力、表現力①】</b> ※話形を例示しておく発表がスムーズにできる。	
45	整理運動(手首・足首・首のストレッチ) ※ゆっくと、使った部位をしっかりと伸ばしたり、曲げたりさせる。 片付け <b>指導【学びに向かう力、人間性等③】</b> ※片付	図:まるわかりハンドブック(文部科学省) 器械運動の手引き(文部科学省)
評価事項	<b>評価【思考力、判断力、表現力①】</b> 動きのポイント等から自己の課題を見付けて、課題に適した練習の場を選んでいたか。(学習カード・観察)	

(8) 展開例

時間	3 時間目 (全 8 時間)
重点的指導事項	<p>指導【思考力、判断力、表現力③】 課題やその解決について、自分や仲間が考えたことを他者に伝える。</p> <p>指導【学びに向かう力、人間性等④】 仲間の考えや取組を認める。</p>
5	<p>準備運動 共通メニュー (ウサギ跳び・馬跳び・壁に跳んで手を押す) 体育館いっばいに広がって準備運動を行う ⇒その場で共通メニューも行う ※声を出し合いながら、元氣よく行う ※音楽は意欲アップに効果的</p> 
12	<p>場の設定を図で確認する 場の準備を行う ※1つの跳び箱に4~6人になるようにグループや跳び箱を用意する。 ※準備、片付けの役割分担をして場の準備を行う。</p> <p>&lt;場の設定&gt; 切り返し系では、跳び箱と踏切板の間に調整箱を置くと、助走を速めて跳びやすくなる。</p>  <p>滑り止めマットを跳び箱とマットの両方に重ねるように置くことで、さらにマットがすれにくくなる</p> <p>【学習課題】課題やその解決について、自分や仲間が考えたことを友達に伝えよう。</p> <p>①つまづいていた技、②演技のこつ、③わかったことを他のグループの友達に伝えよう。 ※偶数のグループを作っておき、後半で、2グループずつで互いに発表し合う。</p> <p>指導【思考力、判断力、表現力③】</p> <p>【課題に迫る発問】どうすればうまく伝わるかな？ 図解イラストに文字や図で書いたり、映像を活用したりすればいい。</p> <p>開脚跳び</p>  <p>両足を揃えて踏み切る。 跳び箱の奥側に両手でしっかりと手を着く。 遠くを見て、手で強く突き放す。 膝を曲げて両足を揃えて着地する。 肩より腰が高くなるようにします。 ひざを胸にすばやく引きつけます。 手で強く突き放し、顔を上げます。 手の突き放しと足の素早い引き寄せで屈伸姿勢をとる。 腰の位置が高くなるので、前のめりにならないよう、屈伸姿勢の後に頭を起こす。 両足を揃えて、膝を曲げて着地し、静止する。</p> <p>【易しい場の設置例】</p>  <p>跳び箱への跳び乗り・下り ポイント：正座で乗る→足裏で乗る→手を着いたところに足を着地する</p> <p>跳び箱を踏み切り板のかわりにして ポイント：踏切位置を高めて腰を上げ、膝を引き付け</p> <p>手の着いた位置より遠くに着地しよう。 跳び上がり跳び下りで マットを1枚ずつ減らしていきよ。</p> <p>※注意 前のめり姿勢のまま着地しないよう、かかえ込み跳びと同様、易しい場で段階的な練習を行う。</p> <p>3人が見る配置 ※ iPadで撮る場合は、跳び箱の横から撮ってもらう。 ◎踏切 ◎着手 ◎着地</p>
活動内容	<p>場の安全確認と、試技前の安全確認の行を確認する。</p> <p>4つのポイントを互いに見合いながら練習を ※連続図の掲示物を見ながら ※トリオで互いに出来栄を伝える。 ※iPadの遅延再生ソフトを用いて友だちの技のきばえを伝える。 (1人を撮るのは3回まで)</p> <p>できるようになったのか 指導【学びに向かう力、人間性等④】 ③練習を繰り返しながらわかったことを他のグループの友達に伝えよう。</p> <p>&lt;進め方&gt;・上の①~③のどれかを自分でワークシート(図解イラスト)にまとめる。 ※iPadを活用する児童はその準備もする。 ・2グループずつで互いに発表し合う。 ・発表が1人終わるごとに、拍手をしたり、感想を述べたりする。(短めに)</p>
30	<p>【まとめ】友達は自分の鏡！友達の考えを聞くと、いろいろな技を練習するときの参考になるね。</p> <p>振り返り(学習カード記入、発表)※友達にどんなアドバイスをしたか発表させる。 ※話形を例示しておく発表がスムーズにできる。</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力③】</p>
35	<p>整理運動(手首・足首・首のストレッチ) ※ゆっくりと、使った部位をしっかりと伸ばしたり、曲げたりさせる。</p> <p>片付け</p> <p>図：まるわかりハンドブック(文部科学省) 器械運動の手引き(文部科学省)</p>
45	<p>評価【思考力、判断力、表現力③】 課題やその解決について、自分や仲間が考えたことを他者に伝えていたか。(学習カード・観察)</p>

(8)展開例

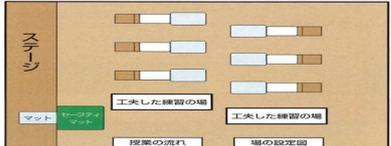
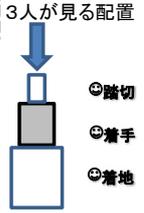
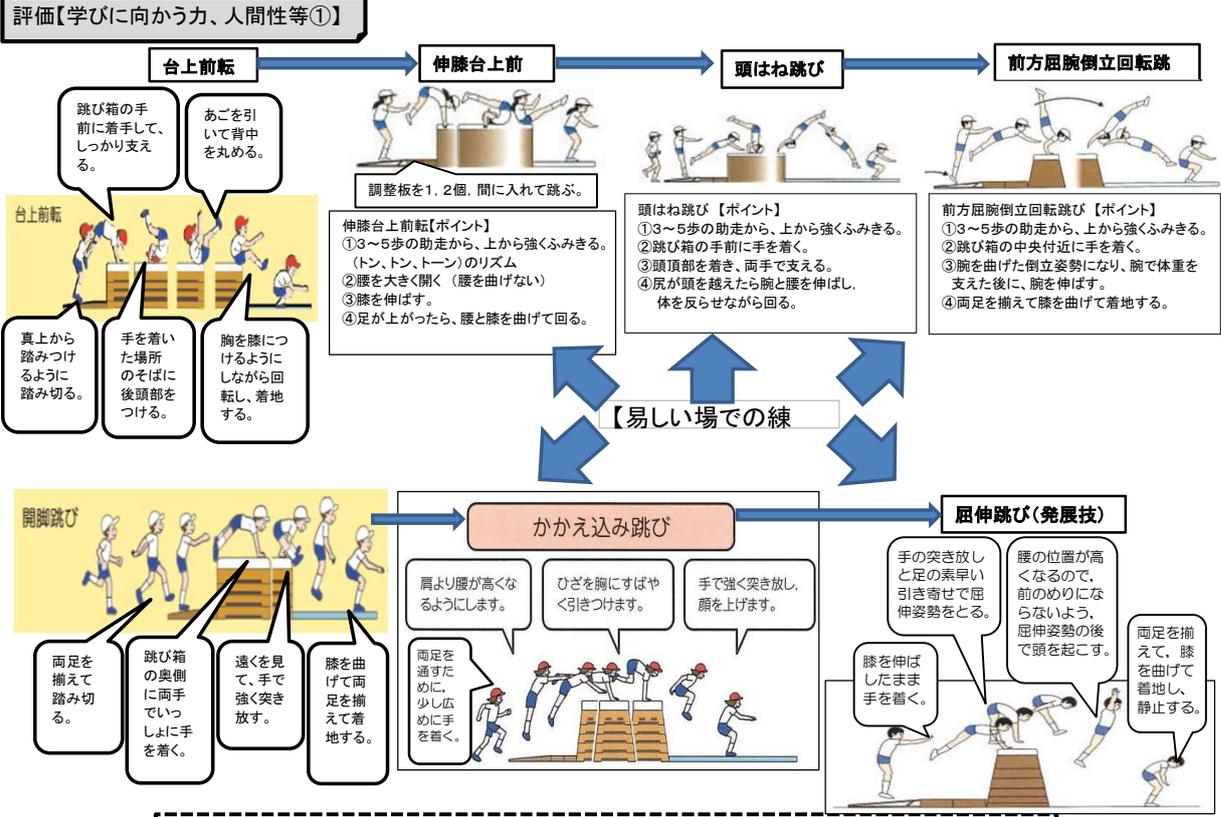
時間	4 時間目 (全 8 時間)		
重点的指導事項	指導【知識及び技能⑧】 回転系の基本的な技や発展技の仕方やポイントを理解する。		
5	準備運動 共通メニュー(かえるの足打ち・馬跳び・壁に跳んで手で押す) 体育館いっばいに広がって準備運動を行う →その場で共通メニューも行う ※声を出し合いながら、元気よく行う ※音楽は意欲アップに効果的	かえるの足打ち	いろいろな馬跳び 縦・横・連続 壁にとんで手で押す
	場の設定を図で確認する 場の準備を行う ※1つの跳び箱に4~6人になるようにグループや跳び箱を用意する。 ※準備、片付けの役割分担をして場の準備を行う。 評価【学びに向かう力、人間性等③】 ※準備		
	【学習課題】 回転系の基本的な技や発展技の仕方やポイントを知ろう。 指導【知識及び技能⑧】		
	【課題に迫る発問】回転系の技には、どんな動きのポイントがあるかな。 場の安全確認と、試技前の安全確認の行い方を確認する。 動きのポイントを互いに見合いながら練習をする。 ※通常のできない児童は、その児童に合った場へ移動して教え合う。 ※先生が、苦手な児童数名を取り出して、 易しい場で指導してもいい。		
活動内容	台上前転 真上から踏みつけるように踏み切る。 跳び箱の手前に着手して、しっかり支える。 あごを引いて背中を丸める。 手を着いた場所のそばに後頭部をつける。 胸を膝につけるようにしながら回転し、着地する。	伸膝台上前転 調整板を1、2個、間に入れて跳ぶ。	【ポイント】 ①3~5歩の助走から、上から強くふみきる。(トン、トン、トーン)のリズム ②腰を大きく開く(腰を曲げない) ③膝を伸ばす。 ④足が上がったら、腰と膝を曲げて回る。
	【易しい場の設置例】 一後半 頭はね跳びの説明を全体で行う。 ※伸膝台上前転ができていない児童に易しい場で練習から行わせる。		
	頭はね跳び 【易しい場の設置例】	頭はね跳び 【ポイント】 ①3~5歩の助走から、上から強くふみきる。 ②跳び箱の手前に手を着く。 ③頭頂部を着き、両手で支える。 ④尻が頭を越えたら腕と腰を伸ばし、体を反らせながら回る。	①セーフティマットの上で前転 → 1歩助走(いっばポン!)のリズムで前転 ②2つの跳び箱の上にマットを敷いて谷間で前転 ③跳び箱の上から前転して下り
30	【まとめ】 回転系の技は4つのポイントに気をつけると、安全に早く上手にな		
35	振り返り(学習カード記入、発表) ※どんなポイントがあったか発表させる。 ※話形を例示しておく発表がスムーズにできる。		
45	整理運動(手首・足首・首のストレッチ) ※ゆっくりと、使った部位をしっかりと伸ばしたり、曲げたりさせる。 片付け 評価【学びに向かう力、人間性等③】 ※片付け	図: まるわかりハンドブック(文部科学省) 器械運動の手引き(文部科学省)	
評価事項	評価【学びに向かう力、人間性等③】 準備・片付けなどで、分担された役割を果たしていたか。(観察)		



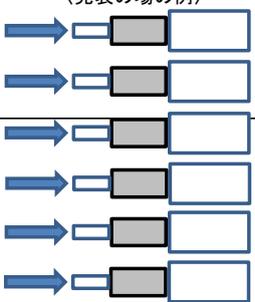
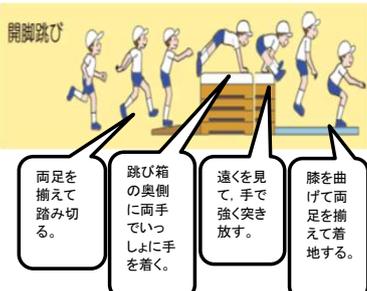
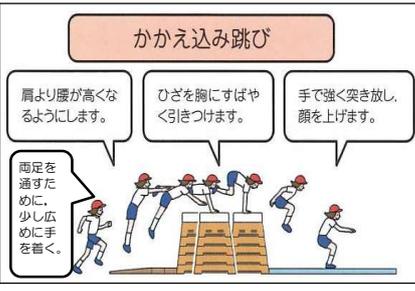
(8)展開例

時間	6 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	<b>指導【思考力、判断力、表現力③】</b> 課題やその解決について、自分や仲間が考えたことを他者に伝える。	
5	準備運動 共通メニュー (かえるの足打ち・馬跳び・壁に跳んで手を押す) 体育館いっばいに広がって準備運動を行う ⇒その場で共通メニューも行う ※声を出し合いながら、元気よく行う ※音楽は意欲アップに効果的	いろいろな馬跳び 縦・横・連続 壁にとんで 手で押す かえるの足打ち
12	場の設定を図で確認する 場の準備を行う ※1つの跳び箱に4~6人になるように グループや跳び箱を用意する。 ※準備、片付けの役割分担をして場の 準備を行う。	<場の設定> 回転系の発展技では、跳び箱と踏 切板の間に調整箱を置くと、助走を 強めて 滑り止めマットを跳び箱と マットの両方に重ねるように 置くことで、さらにマット がずれにくくなる
活動内容	<b>【学習課題】課題やその解決について、自分や仲間が考えたことを友達に伝えよう。</b> ①つまづいていた技、②演技のこつ、③わかったことを他のグループの友達に伝えよう。 ※偶数のグループを作っておき、後半で、2グループずつで互いに発表し合う。	
30	<b>評価【学びに向かう力、人間性等④】</b> <b>【まとめ】</b> 友達の考えを伝えてもらうと、技の課題がよくわかるね。	
35	<b>評価【思考力、判断力、表現力③】</b> 振り返り(学習カード記入、発表) ※自分の考えたアドバイスを発表させる。 ※話形を例示しておくとう発表がスムーズにできる。	
45	整理運動(手首・足首・首のストレッチ) ※ゆっくりと、使った部位をしっかりと伸ばしたり、曲げたりさせる。 片付け	図:まるわかりハンドブック(文部科学省) 器械運動の手引き(文部科学省)
評価事項	<b>評価【思考力、判断力、表現力③】</b> 課題やその解決について、自分や仲間が考えたことを他者に伝えていたか。(学習カード・観察)	
	<b>評価【学びに向かう力、人間性等④】</b> 仲間の考えや取組を認めていたか。(観察)	

(8)展開例

時間	7 時間目 (全 8 時間)		
重点的指導事項			
5	<p>準備運動 共通メニュー (かえるの足打ち・馬跳び・壁に跳んで手を押す) 体育館いっばいに広がって準備運動を行う ⇒その場で共通メニューも行う ※声を出し合いながら、元氣よく行う ※音楽は意欲アップに効果的</p>  <p>かえるの足打ち</p>	<p>いろいろな馬跳び 縦・横・連続</p> 	<p>壁にとんで 手で押す</p> 
12	<p>場の設定を図で確認する 場の準備を行う ※1つの跳び箱に4～6人になるようにグループや跳び箱を用意する。 ※準備、片付けの役割分担をして場の準備を行う。</p>  <p>【学習課題】 切り返し系や回転系の技に積極的に取り組んで、できえを高めたり、できる技を増やした 【課題に迫る発問】 練習するときには、自分が気を付ける技のポイントをしっかりと友達に伝えて 3人の友達にチェックしてもらおう。(iPadでビデオ撮影OK。今日ばかり3回まで) 自分の課題に合った易しい場で練習する。</p>  <p>場の安全確認と、試技前の安全確認の行い方を確認する。 技のポイントを互いに見合いながら練習をする。 ※連続図の掲示物を見ながら ※トリオで互いに来栄えを伝える。 ※iPadの遅延再生ソフトを用いて友だちに技のできえを伝える。</p>		
活動内容	<p>評価【学びに向かう力、人間性等①】</p>  <p>台上前転 → 伸膝台上前 → 頭はね跳び → 前方屈腕倒立回転跳び</p> <p>【易しい場での練習】</p> <p>開脚跳び → かかえ込み跳び → 屈伸跳び(発展技)</p>		
30	<p>【まとめ】 積極的に技の練習に取り組むと、技が上手になったりできるようになる</p>		
35	<p>振り返り(学習カード記入、発表) ※自分の課題、選択した場、その結果を発表させる。 ※話形を例示しておく発表がスムーズにできる。</p>		
45	<p>整理運動(手首・足首・首のストレッチ) ※ゆっくりと、使った部位をしっかりと伸ばしたり、曲げたりさせる。</p> <p>片付け</p>	<p>図:まるわかりハンドブック(文部科学省) 器械運動の手引き(文部科学省)</p>	
評価事項	<p>評価【学びに向かう力、人間性等①】 基本的な技や発展技に積極的に取り組んでいたか。(観察)</p>		

(8) 展開例

時間	8 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	●グループ発表会をする。	
5	<p>準備運動 共通メニュー (かえるの足打ち・馬跳び・壁に跳んで手を押す) 体育館いっばいに広がって準備運動を行う →その場で共通メニューも行う ※声を出し合いながら、元気よく行う ※音楽は意欲アップに効果的</p>	<p>〈発表の場の例〉</p> 
10	<p>場の設定を図で確認する 場の準備を行う</p>	<p>〈場の設定〉 隣との間隔を十分空ける。</p>
12	<p>【学習課題】 今まで取り組んできたことを生かして、技のできばえを確かめよう。</p>	
活動内容	<p>15分間練習をして、発表会をしよう。</p> <p>【課題に迫る発問】 自分が気を付ける技のポイントは何だったかな？しっかりと友達に伝えて練習しよう。</p> <p>自分が課題としていたことを意識しながら練習する。</p> <p>場の安全確認と、試技前の安全確認の行い方を確認する。 動きのポイントを互いに見合いながら練習をする。</p> <p>↓</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>みんなで場所を移動しながら、見て拍手を送る。</li> <li>技能の評価を行う。</li> <li>跳べなかった児童に着いては、それまでにできるようになったことを紹介して、みんなで頑張りを認める。</li> </ul> <p>評価【知識及び技能⑨】</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="694 1019 1061 1310"> <p>開脚跳び</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>両足を揃えて踏み切る。</li> <li>跳び箱の奥側に両手でしっかりと手を着く。</li> <li>遠くを見て、手で強く突き放す。</li> <li>膝を曲げて両足を揃えて着地する。</li> </ul> </div> <div data-bbox="1133 996 1428 1142"> <p>台上前転【ポイント】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①3～5歩の助走から、上から強くふみきる。(トン、トン、トン)のリズム</li> <li>②手前に着手</li> <li>③あごを引く。</li> <li>④後頭部を着ける。</li> </ol> </div> <div data-bbox="1133 1153 1428 1299"> <p>伸膝台上前転【ポイント】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①3～5歩の助走から、上から強くふみきる。(トン、トン、トン)のリズム</li> <li>②腰を大きく開く(腰を曲げない)</li> <li>③膝を伸ばす。</li> <li>④足が上がったら、腰と膝を曲げて回る。</li> </ol> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 20px;"> <div data-bbox="239 1366 630 1691"> <p>屈伸跳び(発展技)</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>手の突き放しと足の素早い引き寄せで屈伸姿勢をとる。</li> <li>腰の位置が高くなるので、前のめりにならないよう、屈伸姿勢の後に頭を起す。</li> <li>両足を揃えて、膝を曲げて着地し、静止する。</li> <li>膝を伸ばしたまま手を着く。</li> </ul> </div> <div data-bbox="662 1355 1077 1646"> <p>かかえ込み跳び</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>肩より腰が高くなるようにします。</li> <li>ひざを胸にすばやく引きつけます。</li> <li>手で強く突き放し、顔を上げます。</li> <li>両足を通すために、少し広めに手を着く。</li> </ul> </div> <div data-bbox="1133 1310 1428 1456"> <p>頭はね跳び【ポイント】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①3～5歩の助走から、上から強くふみきる。</li> <li>②跳び箱の手前に手を着く。</li> <li>③頭頂部を着き、両手で支える。</li> <li>④尻が頭を越えたら腕と腰を伸ばし、体を反らせながら回る。</li> </ol> </div> </div> <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る</p> <p>振り返り(学習カード記入、発表)※できるようになった技、練習の工夫、友達のアドバイスを発表させる。 ※話形を例示しておくとう発表がスムーズにできる。</p> <p>整理運動(手首・足首・首のストレッチ) ※ゆっくりと、使った部位をしっかりと伸ばしたり、曲げたりさせる。</p> <p>片付け</p> <p>図: まるわかりハンドブック(文部科学省)</p>	
評価事項	<p>評価【知識及び技能⑨】 切り返し系と回転系の基本的な技や発展技の仕方やポイントを理解していたか。(観察)</p>	

#### 4 単元指導計画及び展開例

【2月～3月】

単元名 ソフトボールを基にした簡易化されたゲーム (E ボール運動) 全8時間

##### (1) 単元のねらい

知・技 : ベースボール型では、その行い方を理解するとともに、ボールを打つ攻撃と隊形をとった守備によって、簡易化されたゲームをすることができる。

思・判・表 : ルールを工夫したり、自己やチームの特徴に応じた作戦を選んだりするとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。

学・人 : 運動に積極的に取り組み、ルールを守り助け合って運動をしたり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができる。

##### (2) 運動の仕方等

ベースボール型では、静止したボールやゆっくりとした速さで投げられたボールを打つ攻撃や、捕球したり送球したりする守備などのボール操作と、チームとして守備の隊形をとったり走塁をしたりするボールを持たないときの動きによって、攻守交代が繰り返し行える簡易化されたゲームをする。

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

攻 撃 面	<p>○ボールを打つとき</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・足は肩幅に開く。</li> <li>・しっかりとボールを見る。</li> <li>・バットを寝かせて構える。</li> <li>・腰を回して、へその前でボールを打つ。</li> </ul>	<p>○走塁をするとき</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・塁間は全力で走る。</li> <li>・ベースの手前で少し膨らみ、内側に体を傾けながらベースを回る。</li> <li>・走りながらボールの方向を見て、どの塁までいけるかを考えて走る。</li> </ul>
守 備 面	<p>○ボールを投げるとき</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・投げる手と反対の足を一步前に踏み出してボールを投げる。</li> <li>・ボールを離す位置を考えて投げる。</li> <li>・全身を使ってオーバーハンドで投げる。</li> <li>・相手の胸を目がけて投げる。</li> </ul>	<p>○ボールを捕るとき</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・打球方向に動き、体の正面でボールを捕る。</li> <li>・ゴロは腰を落として(少し膝を曲げて)ボールを捕る。</li> <li>・フライは顔から胸の前でボールを捕る。</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>○上手にボールを投げる事ができない。</p> <p>○上手にボールを捕ることができない。</p> <p>○上手にボールを打つことができない。</p> <p>○打球方向に移動し、補給することができない。</p> <p>○守備の隊形が分からない。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 投げる手と反対の足を一歩前に踏み出して投げる。</li> <li>• ボールの正面に体を移動する。</li> <li>• 腰を回して、へその前でボールを打つ。</li> <li>• ゆっくりと投げられたボールを移動して手に当てたり、柔らかいボールを素手で捕ったりする練習をする。</li> <li>• 練習の中で、守備位置やその役割を確認したり、互いに言葉がけをしたりする。</li> </ul>	<p>○課題の改善に向けた練習や本時のまとめ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 運動のポイントや友達の動きのよさなどを学習カードなどに記入したり、振り返りの時間に発表したり、感想文を書いたりする。</li> </ul>	<p>○味方や相手が投げるボールに恐怖心を抱くためにゲームに意欲的に取り組めない。</p> <p>○チームの中で何をすればよいか分からないためにゲームに意欲的に取り組めない。</p> <p>○場やルールが難しいためにゲームに意欲的に取り組めない。</p> <p>○新しく提示した動きが分からないためにゲームに意欲的に取り組めない。</p> <p>○技能が高いにもかかわらずゲームに意欲的に取り組めない。</p> <p>○ゲームに負け続けるためにゲームや練習に意欲的に取り組めない。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 柔らかいボールや大きなボール、ゆっくりとした速さになるボールを用意する。</li> <li>• チーム内で分担する役割を確認する。</li> <li>• 場の設定やルールをチームで一つずつ確認する。</li> <li>• 代表の児童やチームが行う見本を観察したり、ゲーム中のポジションを確認したり、その動きを動画で確認したりする場を設定する。</li> <li>• リーダーとしてチームをまとめるようにしたり、仲間に動きのアドバイスをする役割を担うようにしたりする。</li> <li>• チームに合った作戦を選び直したり、新たな作戦を試したりすることを促す。</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

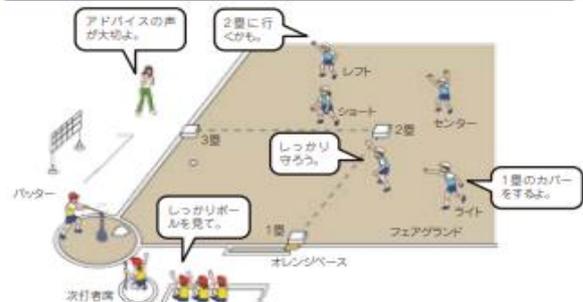
### 解説に例示として示されている運動(抜粋) → 解説 P.74・75 第8集 P.75～80

※1チーム4人～7人を基本としています。用具を工夫するともっと少ない人数でも可能です。

#### ソフトボールを基にした簡易化されたゲーム



#### ティーボールを基にした簡易化されたゲーム



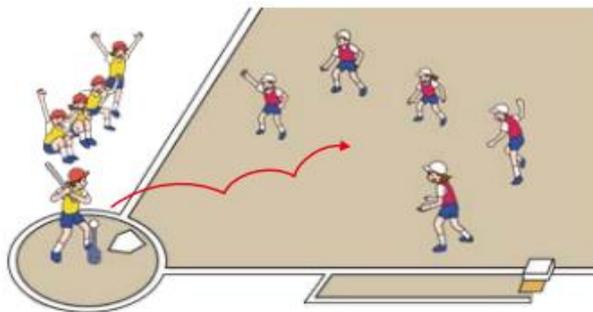
#### 四角ベース型でのゲームの例

- ①ソフトボールでは、ピッチャーが投げた山なりのゆっくりとしたボールをバットを用いて打ちます。ティーボールでは、ティーの上に置いた止まったボールを打ちます。
  - ②攻撃側は、1塁→2塁→3塁→本塁まで走ります。
  - ③塁上にいる走者は、打者が打ったら必ず進塁します。フライで打者がアウトになった場合、走者はもとの塁にもどります。
  - ④チーム全員に打順が回ったら攻守を交代します。(時間制での攻守交替のルール可)
  - ⑤本塁に帰ってきたら4点。ただし、攻守を交代するときに塁上に走者がいた場合(残塁)は、それぞれ走者がいた塁の数を得点として加えます。
  - ⑥守備側は、打者や走者が進塁するよりも先にその塁上にいる守り手へボールを送球し、塁上の守りがボールを捕ることができたらアウト。(アウトにできたら守備側へ1点加えるというルールも可)
- ※盗塁、三振、フォアボールはなし。  
**★味方の応援、次の打者の待機は、バッターから離れた決められた場所で行うこと、守備側は前に出てバッターに近づいて守備をしないことなどの安全面の指導は、単元を通してしっかりと行いましょう。**

取り扱う学年や児童の実態によって、設定したゲームに困難さを感じる場合は、易しいものから段階的に設定します。

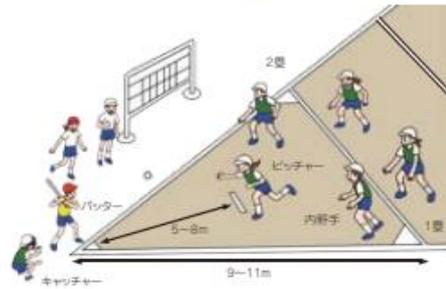
#### 1ベースでのゲーム

守るチームは1塁でアウトにする。攻め側は1塁でセーフになったら1点。



#### 三角ベースでのゲーム

5人～6人の少ないプレーヤー数の設定。本塁に帰ってきたら1点。外野にある一定のラインを引き、打者が打った打球がノーバウンドで越えたらアウト。(またはホームラン)



### 楽しさや喜びに触れることができるようにルールや運動の場を工夫する

児童がゲームの楽しさや喜びに触れることができるよう、どの児童もボールに触れる機会が多く、児童が立てたチームの特徴に合った作戦が成功しやすい状況を作ることが必要です。ベースボール型は経験が少ない児童が多いことから、攻撃や守備の技能を軽減し、得点しやすいルールを工夫したり、コートや人数を工夫したりして、十分運動量も確保できる場の設定も重要です。

#### <ルールや運動の場の工夫例>

##### 【用具の工夫】



柔らかいボール  
プラスチックバット



##### 【打ち方の工夫】



次の打者が横から山なりのトスをしたボールを打つ

##### 【その他の工夫】

- 投手は攻撃側が行う。
- ティーを使ってよい者をラッキーマンとして設定。
- 常に、走者を置く設定。(満塁、1・2塁からなど)
- 施設や安全面を考慮しながらコートや使用する用具を設定。(コートの広さに応じてプレーヤー数の変更)
- アウトゾーンを設定し、打者がベースを踏む前にアウトゾーンへボールを送球し、アウトゾーンの守りがボールを捕ることができたらアウトとする。 など

## (6) 単元構想

### ①目指す子供の姿

ボールが来る方向へ素早く動いたら、体の正面でボールを捕ることができました。



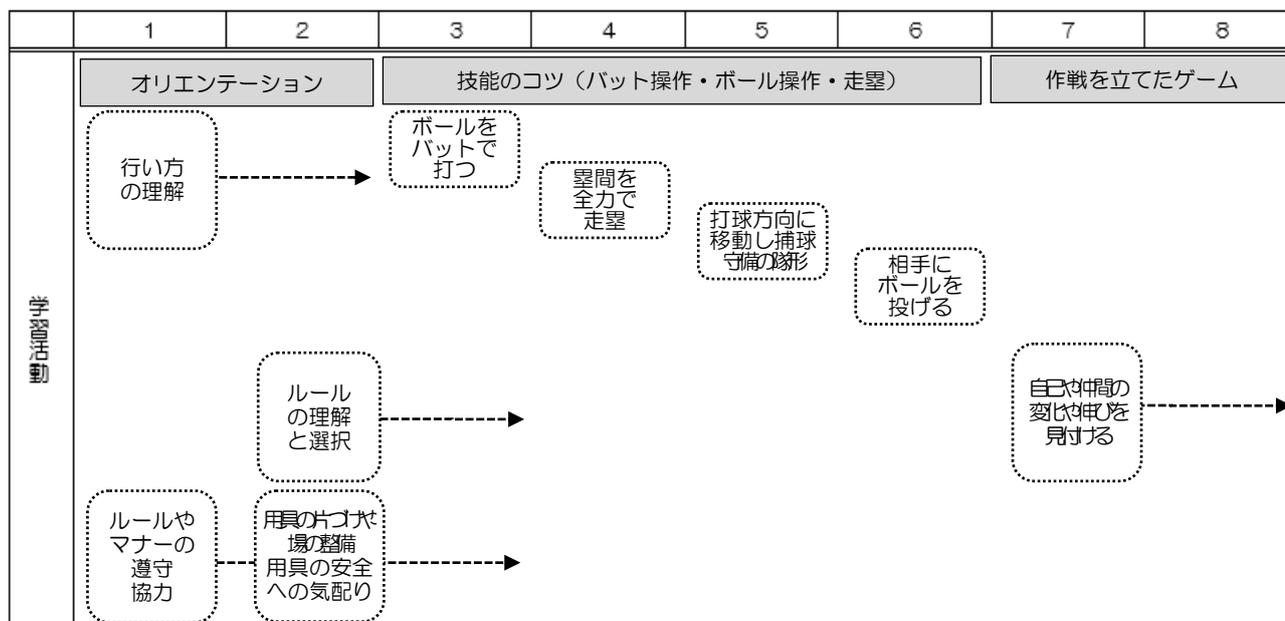
チームで練習やゲームを行うとき、友達にアドバイスをしたり声かけをしたり協力することができました。



作戦を成功させるために、課題にあった練習方法を資料の中から選んで提案しました。



### 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	○ベースボール型のボール運動の行い方を知る。 ○ルールやマナーを守り、仲間と助け合ったりする。	知・技⑫ 学・人②	知・技⑫
2	○いくつかの規則を知った上で、誰もが楽しくゲームに参加できるようなルールを選ぶ。 ○ゲームや練習の際に、使用する用具などを片付けたり場の整備をしたりするとともに、用具の安全に気を配る。	思・判・表①② 学・人⑥	思・判・表①②
3	○止まったボールや易しく投げられたボールをバットでフェアグラウンド内に打つ。	知・技⑬	学・人②
4	○塁間を全力で走塁する。	知・技⑯	学・人⑥
5	○打球方向に移動し、捕球する。 ○守備の隊形をとって得点を与えないようにする。	知・技⑭ 知・技⑰	知・技⑯
6	○捕球する相手に向かって、投げる。	知・技⑮	知・技⑭
7	○自己や仲間の動きの変化や伸びを見付ける。	思・判・表⑤	思・判・表⑤ 知・技⑮
8	●自己やチームの特徴に応じた作戦を立ててゲームを行う。		知・技⑬ 知・技⑰

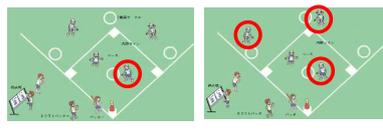
(8)展開例

<p>時間</p> <p>重点的指導事項</p>	<p>1 時間目 (全 8 時間)</p> <p>指導【知識及び技能⑫】 ベースボール型のボール運動の行い方を知る。</p> <p>指導【学びに向かう力、人間性①②】 ベースボール型の簡易化されたゲームや練習に積極的に取り組んだり、ルールやマナーを守り、仲間と助け合ったりする。</p>
<p>5</p>	<p>○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など ・キャッチボール運び 30秒で何個ボールを渡せるか記録に挑戦 (投げる者と捕る者は30秒で交代)</p> <p>※簡易化されたゲームとは、ルールや形式が一般化されたゲームを児童の発達段階を踏まえ、実態に応じたボール操作で行うことができ、プレイヤーの人数(プレイヤーの人数を少なくしたり、攻撃側のプレイヤーの人数が守備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(奥行きや横幅など)、ネットの高さ、塁間の距離、プレイ上の制限(攻撃や守備のプレイ空間、触球方法など)、ボールその他の運動用具や設備などを修正し、児童が取り組みやすいように工夫したゲームをいう。</p> <p>キャッチボール運び</p> <p>【学習課題】ティーボールを基にしたゲームのやり方を知り、仲間と協力し、ルールやマナーを守ってゲームを行う。</p>
<p>10</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?</p> <p>【考える例】 ・ルールを守り、安全に気をつける。 ・失敗しても最後まであきらめずに活動する。 ・勝敗に関係なく積極的に何度も運動に取り組む。 ・仲間を応援し、文句を言わない。 ・準備や後片付け、係などを分担し、協力して行う。</p> <p>※子供とやりとりをしながら、本時は特に、ボールをうまく打ったり捕ったりすることがうまくできないことがあっても、チームで声を掛け合い、あきらめずに積極的に運動に取り組むことが必要なこと、ルールやマナーを守ることを押さえる。他の事項にも触れる。</p> <p>【楽しいゲームにするための約束例】 ・進んで運動に取り組む ・仲間のいい動きや取組をほめる(ナイス、上手など) ・仲間の失敗を責めない。(ドンマイ、次がんばろう) ・悪口を言わない。(それだけしかできないの?、下手など) ・互いに声を出し合って、いい雰囲気をつくる。 ・上手になるようにみんなで協力して教え合う。など</p> <p>指導【学びに向かう力、人間性①、②】</p>
<p>15</p> <p>20</p> <p>25</p> <p>活 動 内 容</p>	<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⑫】</p> <p>《易しいティーボールゲーム》※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4年生で既習) ①1チーム4人。攻撃側が全員2回打ったら攻守を交代する。(1ゲームの時間を決めておく) ②四角ベースでのゲーム。ホームのコーン横のティーに置いたボールを打つ。(フェアゾーンから出たらやり直し、三振はなし) ③攻撃は、アウトになる前に進塁した分だけ得点(1塁が1点、2塁が2点、ホーム3点)。守備は、ボールをキャッチし、アウトゾーンにボールを送球してそのゾーンに送球した人(ボールをキャッチした人)以外が集まってアウトと宣言した時にアウトとする。(ボールをノーバウンドでキャッチした時も同様とする) ④守備がアウトゾーン(フープ)に集まって(フープの周りに座って)アウトと宣言した時点で攻撃側の走塁が終了。それまでに進塁した分が得点となる。</p> <p>※ボールは柔らかいものを使用し、柔らかいティーバットやプラスチックバットを使うなど安全面に配慮する。なお、ゲームはセルフジャッジで行い、判定に迷ったらじゃんけんまたはやり直しとする。 ※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。 ※応援時の整列やボールの始末、バットの等安全面に留意するよう再度押さえる。 ※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> <p>【発問】わかった行い方で試してみよう。</p> <p>※協力して場を準備するよう指導する。仲間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。 ※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。 ※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。 ※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>
<p>30</p> <p>35</p>	<p>【場の設定例】</p> <p>教師の動線例</p> <p>【バットングタームの工夫】</p> <p>評価【知識及び技能⑫】</p>
<p>40</p> <p>45</p>	<p>《整理運動》 ・手首・足首・首のストレッチ 《振り返り(学習カード記入、「はじめの記録」の記入、発表)》 ・ゲームの行い方がわかったか、学習カードで○を付ける。 ・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。 ・友達と声を掛け合っていた子供や失敗しても意欲的に活動していた子供を紹介し、称賛する。 ・協力して片づけを行うよう指導する。</p> <p>【まとめ】楽しいティーボールとするためには、仲間と協力しルールやマナーを守ってゲームを行うことが大切だね。。</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、学校体育実技指導資料 第8集「ゲーム及びボール運動」参照</p> <p>評価【知識及び技能⑫】</p>
<p>評価事項</p>	<p>評価【知識及び技能⑫】 ベースボール型のボール運動の行い方がわかる。(観察・発言、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【思考力、判断力、表現力等①②】 いくつかの規則を知った上で、誰もが楽しくゲームに参加できるような規則を選ぶ。	指導【学びに向かう力、人間性等⑥】 ゲームや練習の際に、使用する用具などを片付けたり場の整備をしたりするとともに、用具の安全に気を配る。
活動内容	5	<p>○あいさつ ○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>・キャッチボール運び</li> </ul> <p>30秒で何個ボールを渡せるか記録に挑戦(投げる者と捕る者は30秒で交代)</p>  <p>キャッチボール運び</p> <p>【学習課題】誰もが楽しく参加できるようなルールを選び、場の安全を確かめてゲームを行おう。</p>
	10	<p>【課題に迫る発問】場の安全を確かめるとは、どんなことに気をつければよいのかな?</p> <p>【考える例】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・応援ゾーンのラインから前に出ない。</li> <li>・打った後にバットを投げず、必ず三角コーンに入れる。</li> <li>・バットを振るときは、周りに人がいないか必ず確認をして、十分な間隔をあける。</li> <li>・ボールやグローブ、バットを置く場所を決めて整理整頓する。</li> <li>・走塁のときに守備の人とぶつからないよう走る方向をよく見る。など</li> </ul> <p>※子供とやりとりをしながら、前時に学習した態度面の内容を振り返り、ゲームを行う場の設定や用具の片付けなど運動をするときは安全に行うことが大切であり、特に使用する用具などを片付けたり場の安全を確かめたりするとともに、用具の安全に気を配ること、ゲーム中の人の動きに注意することを指導する。また、打った後にバットを投げてしまうことがあるので、必ず三角コーンに入れること、不用意にバッターに近づかないことも押さえる。(指導する内容は掲示する) ※安全面の確認もチームで協力して声掛けを行うことにも触れる。</p> <p>指導【学びに向かう力、人間性等③】</p>
	15	<p>【課題に迫る発問】チーム全員が活躍できて楽しくなるルールはどれを選んだらいいかな?</p> <p>【子供が選んで変更してよいルールの例】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ボールの変更。(スポンジボール・ゴムボール小など)</li> <li>・フライを捕ってもアウトとせず、アウトゾーンに送球してアウトとする、またはフライを捕ったら守備側に1点加点する。</li> <li>・ホームに戻ってもアウトとならないときは、2周目の走塁を続け、進塁した分だけ得点を1点ずつ加点する。</li> <li>・ラッキーマンを決め、得点を倍にする。など</li> </ul> <p>【用具の工夫】</p>  <p>※場やルールを工夫することで楽しさが高まることを押さえ、ゲームを進めながら教師の提案によって、工夫例を加えていく。 ※みんなが楽しくゲームを行うためには、最後までどちらが勝つかわからないゲームとすることが大切であることを押さえる。 ※選んだルールをうまく使ってチームの作戦にすることが大いにできることに触れる。</p>
	20	<p>指導【思考力、判断力、表現力等①②】</p>
	25	<p>《ゲームをする》</p> <p>※本時は、ルールを変えながら、同じチームと対戦し、攻撃側が全員2回打ったら攻守を交代する。(1ゲームの時間を決めておく) ※工夫したルールのゲームの行き方がわかることが大切であり、自チームと相手チームの別なく、やり方を教え合うよう指導する。 ※試しているルールが、「どちらが勝つかわからない」「誰もが楽しくなるやり方になる」ことにつながるか、1回戦が終わったら確認をし、そのような視点でルールを選択することが大切であることを知らせる。 ※仲間と声を掛け合いながら積極的に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。 ※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き方を指導する。</p>
	30	<p>※得点板を用意し、得点の状況がわかるようにする。</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、「はじめの記録」の記入、発表)》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・次時に自分が選びたいルールに、学習カードで○をつけ、その理由を記述する。</li> <li>・いろいろなルールで行ったゲームの感想を出し合い、次時からのゲームのルールを全体で選択して決める。</li> <li>・仲間と声を掛け合っていた子供や分担された役割を果たそうとしながら活動していた子供を紹介し、称賛する。</li> </ul> <p>【まとめ】規則を少し変えるだけで、みんなが活躍しゲームを楽しむことができるね。また、ゲームを行うときは、仲間と役割を分担して、自分の役割をきちんと行って協力することが大切だね。</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力等①②】</p>
	45	<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>
	評価事項	<p>評価【思考力、判断力、表現力等①②】</p> <p>いくつかの規則を知った上で、誰もが楽しくゲームに参加できるような規則を選んでいる。(観察・発言、学習カード)</p>

時間	3 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	<b>指導【知識及び技能⑬】</b> 止まったボールや易しく投げられたボールをバットでフェアグラウンド内に打つ。	
5	○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など ・キャッチボール運び 30秒で何個ボールを渡せるか記録に挑戦(投げる者と捕る者は30秒で交代)	 キャッチボール運び
10	<b>【学習課題】</b> たくさん得点ができるよう、ボールを打つときのコツを知ろう。(4年生2学期 ゲーム(ベースボール型ゲーム)既習)	<b>【課題に迫る発問】</b> ボールを打つときの動きのコツは何か?
15	<b>【ボールを打つコツの例】</b> 	<b>指導【知識及び技能⑬】</b> ※教師がやって見せながら、説明する。その際、打った後、コーンにバット等の用具を入れることを再度指導する。 ※バットイングティを打ってボールが飛ばないことが多く見られるので、ティが少し前の位置になるように立つこと、バットをボールに当てるときに腕とバットが直線になるよう(バットの先が下がらないよう)しっかりとバットを握って振ることを押さえる。 ※チーム内で互いに仲間の打ち方を見合い、うまくできているところと改善が必要などところの声を掛け合い、教え合うよう押さえる。 ※見合う視点：バットの握り方と構え、バットを振りながら後ろの足の位置が動いて(浮いて)いないか、腰が回っているか など
20	<b>【発問】</b> ボールを打つコツを使って練習しよう。	
25	※協力して場を準備する。 ※対戦チームとゲーム形式で時間を決めて交代しながら練習する。 ※同じ場で活動するチーム同士で協力して、ボールを打つ動きが高まるように互いに教え合う。 ※互いのチームでボールを打つことが苦手な子供がいたら、その子供の動きが高まるように、うまくできていないところとコツを押さえた声掛けやお手本を見せるなど、チームを越えて協力するよう押さえる。 ※できるときは、守備の人がいないところをねらって打つなど、自分の力に応じてめあてを高くすることを知らせる。	
30	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">評価【学びに向かう力、人間性②】</div>	
35	※時間が確保できるときは、練習とゲームの間に、「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)	
40	<b>《整理運動》</b> ・手首・足首・首のストレッチ <b>《振り返り(学習カード記入、「はじめの記録」の記入、発表)》</b> ・バットを使った打ち方がわかったか、学習カードで○をつけ、自分のできばえを記述する。 ・いい動きが見られた子供を紹介し、全体でいい動きを共有する。 ・チーム内及びチームを越えて教え合いを行っていた子供、打ち方の伸びが見られた子供を紹介し、称賛する。	
45	<b>【まとめ】</b> ボールを打つときは、かまえやバット等の振り方などのコツがあり、そのコツができるようになると、ゲームが楽しくなるし、チームの勝利につながりそうだね。	
45	<b>《片付け》</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
評価事項	<b>評価【学びに向かう力、人間性等②】</b> ルールやマナーを守り、仲間と助け合おうとする。(観察・発言、学習カード)	

時間	4 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	指導【知識及び技能⑩】 塁間を全力で走塁する。	
5	○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など ・キャッチボール運び 30秒で何個ボールを渡せるか記録に挑戦(投げる者と捕る者は30秒で交代)	 キャッチボール運び
【学習課題】たくさん得点ができるように、走塁の仕方考えよう。		
10	【課題に迫る発問】どのように走塁したらベースを速く回ることができるかな？ 指導【知識及び技能⑩】 【走塁の行い方の例】 	※教師がやって見せながら、説明する。その際、ベースの端を踏み、身体を内側に傾けて走ることを押さえる。 ※ベース間を走るときは、少し膨らんだ方が良いが、膨らみすぎると走る距離が長くなってしまふことを、図にひもを当てて比べたり、実際になわを張って比べたりして押さえる。 ※走塁するときも、守備の人と交錯しないよう、走る人が守備の人を避けるよう安全面に留意することを指導する。 ※前に味方の走者がいるときは、追い抜いてはいけないことを知らせる。 ※打球や守備の様子を見て、進塁できるかどうか判断すること、チームでその状況を教え合うことにも触れる。
15	【発問】走塁のコツを使って走る練習をしよう。	
20	※協力して場を準備する。 ※対戦チームとゲーム形式で時間を決めて交代しながら練習する。 ※同じ場で活動するチーム同士で協力して、走塁の動きが高まるように互いに教え合う。 ※互いのチームで走塁が苦手な子供がいたら、その子供の動きが高まるように、うまくできていないところとコツを押さえた声掛けやお手本を見せるなど、チームを越えて協力するよう押さえる。 ※走塁の練習は順番に行うが、次の人がホームからボールを投げてスタートする方法で行うなど、繰り返し行うことができるよう工夫する。 ※守備との交錯を避けるなど安全面に留意するよう押さえる。	
25	※ゲームをする※ゲームのルールは、第2時に全体で選択したもの。(実態によっては教師が変更する) ※全員が2回打ったら攻守を交代することとし、3回または決められた時間までのゲームとする。 ※よい姿やよい動き、声掛けが見られる子供を称賛・全体で紹介し、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。 ※互いのチームでボールを打つことが苦手な子供や走塁がうまくいかない子供がいたら、その子供の動きが高まるように、うまくできていないところとコツを押さえた声掛けやお手本を見せるなど、チームを越えて協力するよう押さえる。 ※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	評価【学びに向かう力、人間性⑥】	
35	※時間が確保できるときは、練習とゲームの間に、「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)	
40	≪整理運動≫ ・手首・足首・首のストレッチ ≪振り返り(学習カード記入、「はじめの記録」の記入、発表)≫ ・走塁のコツがわかったか、学習カードで○をつけ、自分のできばえを記述する。 ・いい動きが見られた子供を紹介し、全体でいい動きを共有する。 ・チーム内及びチームを越えて教え合いを行っていた子供、走塁の伸びが見られた子供を紹介し、称賛する。	
45	【まとめ】走塁するときは、ベースの内側を踏み、体を内側に傾けて、大回りし過ぎないようにして全力で走ることが大切だね。また、守備の人とぶつからないようにすることも必要だね。	
45	評価【学びに向かう力、人間性⑥】	図：文部科学省 小学校体育まるわかりハンドブック 学校体育実技指導資料 第8集「ゲーム及びボール運動」参照
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、使用する用具などを片付けたり場の整備をしたりしようとするとともに、用具の安全に気を配ろうとする。(観察・発言、学習カード)	

時間	5 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	【知識及び技能⑭】 打球方向に移動し、捕球する。	指導【知識及び技能⑰】 守備の隊形をとって得点を与えないようにする。
5	<p>○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など ・キャッチボール運び 30秒で何個ボールを渡せるか記録に挑戦(投げる者と捕る者は30秒で交代)</p>  <p>キャッチボール運び</p> <p>【学習課題】素早くアウトをとる守備の仕方を考えよう。</p>	
10	<p>【課題に迫る発問】どのような方法があるかな？</p> <p>【ボールの捕り方・投げ方の例】</p>  <p>ボールのとり方 体の正面で 正面でボールがとれるように移動する。</p> <p>ボールの投げ方 オーバースロー 構えたところをならって投げる。</p> <p>【守りの位置の例】</p>  <p>打者によって守る場所を変えたり、アウトにするための送球を速く受けることができるようにアウトゾーンの近くで守ったり、打者が打つ前に送球する場所をチームで決めておいたりするなど、守</p> <p>ボールがくる方向をよく見て、素早く動いて、体の正面で両手でボールを捕る。 (利き手と反対の足か前に出ているとなおよい) ※4年生時2学期ゲーム(ベースボール型ゲーム練習)</p> <p>投げる相手を見て、投げる手と反対の足を相手の方に向けて前出し、腕を引いて大きく振って投げる。(相手が捕りやすいように、相手が構えたところに投げる) ※4年生時2学期ゲーム(ベースボール型ゲーム練習)</p> <p>打者によって守る場所を変えたり、アウトにするための送球を速く受けることができるようにアウトゾーンの近くで守ったり、打者が打つ前に送球する場所をチームで決めておいたりするなど、守</p>	
15	<p>※教師がやって見せたり、図を用いたりしながら、説明する。守備の隊形については、アウトの送球を速く受けるには？打者がよく打つ打球の方向を考えるとどうかな？などと子供とやり取りをしながら考えさせ例示して説明する。 ※ボールを捕って投げることで、打者の走塁の状況を見ての判断は関連するので、使うアウトゾーンをあらかじめチームで確認したりチームで指示を出したりすることが大切なことを押さえる。 ※練習は、走塁と併せて前時と同様のやり方で行うが、守備の隊形の練習も含めることから、投げる前に「右に」「左に」「内野ゴロ」「外野の奥」などと宣言して、守りのチームの合図を受けてから行うよう知らせる。</p>	
20	<p>【発問】走塁と併せて、ボールを捕ったり投げたり、守りの位置を考えたりして練習をしよう。</p>	
25	<p>※協力して場を準備する。 ※対戦チームとゲーム形式で時間を決めて交代しながら練習する。 ※同じ場で活動するチーム同士で協力して、走塁とボールを捕ったり投げたりする動き、守りの位置のとり方などの動きが高まるように互いに教え合う。 ※互いのチームでやり方がわからない子供がいたら、いい動きのコツを押さえた声掛けやお手本を見せるなど、チームを越えて協力するよう押さえる。 ※守備との交錯を避けるなど安全面に留意するよう押さえる。</p>	
30	<p>《ゲームをする》※ゲームのルールは、第2時に全体で選択したもの。(実態によっては教師が変更する) ※全員が2回打ったら攻守を交代することとし、3回または決められた時間までのゲームとする。 ※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。 ※互いのチームでボールを打つことが苦手な子供や走塁がうまくいかない子供がいたら、その子供の動きが高まるように、うまくできていないところとコツを押さえた声掛けやお手本を見せるなど、チームを越えて協力するよう押さえる。 ※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。</p>	
35	<p>※時間が確保できるときは、練習とゲームの間に、「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>	
40	<p>《整理運動》 ・手首・足首・首のストレッチ 《振り返り(学習カード記入、「はじめの記録」の記入、発表)》 ・ボールの捕り方や投げ方、守りの位置のとり方のコツがわかったか、学習カードで○をつけ自分のできばえを記述する。 ・いい動きが見られた子供を紹介し、全体でいい動きを共有する。 ・チーム内及びチームを越えて教え合いを行っていた子供、捕り方・投げ方の伸びが見られた子供を紹介し、称賛する。</p>	
45	<p>【まとめ】素早くアウトをとるためには、ボールを捕ったり投げたりするコツをわかってうまくできるようにしたり、チームで協力して守りの位置を考えたり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、学校体育実技指導資料 第8集「ゲーム及びボール運動」参照</p>	
評価事項	<p>評価【知識及び技能⑮】 塁間を全力で走塁することができる。(観察)</p>	

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⑮】 捕球する相手に向かって投げる。	
5	○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など ・キャッチボール運び 30秒で何個ボールを渡せるか記録に挑戦(投げる者と捕る者は30秒で交代)	 キャッチボール運び
5	【学習課題】素早くアウトをとるために学習した動きを高めよう。	
10	<b>【課題に迫る発問】</b> ボールを捕って相手に投げるときに、気をつけることは何だろう？ 指導【知識及び技能⑮】 <b>【ボールの捕り方・投げ方の例】</b> 	※教師がやって見せたり、図を用いたりしながら、説明する。 ※ボールを投げるときは、高さや球の速さなどに気をつけ、相手がとりやすいように相手が構えたところ(胸の位置)に投げるができるようになるよう押さえる。 ※相手に速く球を届けるには、山なりにならないように投げるのが大切であり、場合によってはバウンドの送球をしてもよいことを知らせる。その際も、相手がとりやすいバウンドとなることが大切であることに触れる。
15	ボールがくる方向をよく見て、素早く動いて、体の正面で両手でボールを捕る。(利き手と反対の足が前に出ているとなおよい) <small>※4年生時2学期ゲーム(ベースボール型ゲーム練習)</small> 投げる相手を見て、投げる手と反対の足を相手の方に向けて前に出し、腕を引いて大きく振って投げる。(相手が捕りやすいように、相手が構えたところに投げる) <small>※4年生時2学期ゲーム(ベースボール型ゲーム練習)</small>	※協力して場を準備する。 ※対戦チームとゲーム形式で時間を決めて交代しながら練習する。(特に投げる⇒捕るを中心にできばえを確認する) ※同じ場で活動するチーム同士で協力して、走塁とボールを捕ったり投げたりする動き、守りの位置のとり方などの動きが高まるように互いに教え合う。 ※互いのチームでやり方がわからない子供がいたら、いい動きのコツを押さえた声掛けやお手本を見せるなど、チームを越えて協力するよう押さえる。 ※守備との交錯を避けるなど安全面に留意するよう押さえる。
15	【発問】走塁と併せて、ボールを捕ったり投げたり、守りの位置を考えたりして練習をしよう。	
20	※協力して場を準備する。 ※対戦チームとゲーム形式で時間を決めて交代しながら練習する。(特に投げる⇒捕るを中心にできばえを確認する) ※同じ場で活動するチーム同士で協力して、走塁とボールを捕ったり投げたりする動き、守りの位置のとり方などの動きが高まるように互いに教え合う。 ※互いのチームでやり方がわからない子供がいたら、いい動きのコツを押さえた声掛けやお手本を見せるなど、チームを越えて協力するよう押さえる。 ※守備との交錯を避けるなど安全面に留意するよう押さえる。	
25	※時間確保が難しいときは、本時のまとめで取り扱う	
30	※協力して場を準備する。 ※対戦チームとゲーム形式で時間を決めて交代しながら練習する。(特に投げる⇒捕るを中心にできばえを確認する) ※同じ場で活動するチーム同士で協力して、走塁とボールを捕ったり投げたりする動き、守りの位置のとり方などの動きが高まるように互いに教え合う。 ※互いのチームでやり方がわからない子供がいたら、いい動きのコツを押さえた声掛けやお手本を見せるなど、チームを越えて協力するよう押さえる。 ※守備との交錯を避けるなど安全面に留意するよう押さえる。	
30	※協力して場を準備する。 ※対戦チームとゲーム形式で時間を決めて交代しながら練習する。(特に投げる⇒捕るを中心にできばえを確認する) ※同じ場で活動するチーム同士で協力して、走塁とボールを捕ったり投げたりする動き、守りの位置のとり方などの動きが高まるように互いに教え合う。 ※互いのチームでやり方がわからない子供がいたら、いい動きのコツを押さえた声掛けやお手本を見せるなど、チームを越えて協力するよう押さえる。 ※守備との交錯を避けるなど安全面に留意するよう押さえる。	
35	※時間確保が難しいときは、本時のまとめで取り扱う	
35	※時間確保が難しいときは、本時のまとめで取り扱う	
40	※時間確保が難しいときは、本時のまとめで取り扱う	
45	※時間確保が難しいときは、本時のまとめで取り扱う	
評価事項	評価【知識及び技能⑭】 打球方向に移動し、捕球することができる。(観察)	

図:文部科学省 小学校体育まるわかりハンドブック 参照

時間	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⑤】 自己や仲間の動きの変化や伸びを見付ける。	
活動内容	5	<p>○あいさつ ○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>・キャッチボール運び</li> </ul> <p>30秒で何個ボールを渡せるか記録に挑戦(投げる者と捕る者は30秒で交代)</p>  <p>キャッチボール運び</p> <p><b>【学習課題】</b> 練習やゲームで、自分や仲間の動きがいいところを見付けよう。</p> <p><b>【課題に迫る発問】</b> 運動のポイントや友達のいい動きとはどんなものがあるかな？</p> <p><b>【運動のポイントや友達のいい動きの例】</b></p> <p>○ボールを打つとき</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・線に両足のつま先を向け、足を肩幅に開き、ボールが胸やへその前に来るように立ち、バットを立ててバックスイングを十分に取り、ボールをよく見て、腰を回して打つ。</li> <li>・人がいない場所やアウトゾーンから遠い場所を探して打つ。</li> </ul> <p>○ボールを捕るとき</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>○ボールを投げるとき</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・投げる相手を見て、投げる手と反対の足を相手の方に向けて前に出し、腕を引いて大きく振って投げる。</li> <li>・相手が受けやすいように、高さや速さを考えて送球する。</li> </ul> <p>○走塁の仕方</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ベースの内側を踏んで、駆け抜けたり、体を内側に傾けて少し膨らんで全力で走る。</li> <li>・打球を見て、進塁を決めている。</li> </ul> <p>など</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、友達のいい動きを見付け友達の力の伸びや高まりを認めたり、互いに伝え合ったりするが、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。</p> <p><b>指導【思考力、判断力、表現力等⑤】</b></p> <p>《チームで作戦や守りの位置を話し合い、打つ・捕る・投げる練習》</p> <p>※前時のゲームの結果から、作戦や守りの位置を話し合い、どんな練習をするかチームで確認する。</p> <p>※あ1で協力して、運動のポイントや友達の動きのよさを友達に伝えるよう押さえる。</p> <p>※互いのチームで打つ・捕る・投げるのが苦手な子供がいたら、その子供の動きが高まるように、うまくできていないところとコツを押さえた声掛けやお手本を見せるなど、チームを越えて協力するよう押さえる。</p> <p>※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><b>評価【知識及び技能⑬】</b></p> <p><b>【課題に迫る発問】</b> 友達に伝えられたいい動きを紹介して欲しいな？</p> <p>※練習で、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>※友達のいい動きやよい言動は、後半のゲームでドンドンまねをするよう押さえる。</p> <p><b>評価【思考力、判断力、表現力等⑤】</b></p> <p>《ゲームをする》※第2時に全体で選択したもの。(実態によっては教師が変更する)</p> <p>※全員が2回打ったら攻守を交代することとし、3回または決められた時間までのゲームとする。</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>※互いのチームで打つ・捕る・投げる・走塁が苦手な子供がいたら、その子供の動きが高まるように、うまくできていないところとコツを押さえた声掛けやお手本を見せるなど、チームを越えて協力するよう押さえる。</p> <p>※やり方がわからない子供がいないか確認をし、必要な場合は、活動を止めて再度説明をする。</p> <p>※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><b>評価【知識及び技能⑬】</b></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、「はじめの記録」の記入、発表)》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・見付けた仲間のいい動きや伸びを記述し、紹介し合う。</li> <li>・いい動きが見られた子供を紹介し、全体でいい動きを共有する。</li> <li>・チーム内及びチームを越えて教え合いを行っていた子供、技能の仕方の伸びが見られた子供を紹介し、称賛する。</li> </ul> <p><b>【まとめ】</b> 素早くアウトをとるためには、ボールを捕って投げるときに、相手がとりやすい送球をすることが大切だね。また、送球が山なりになり過ぎないようにすることも必要だね。</p> <p>《片付け》</p> <p><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>
	10	
	15	
	20	
	25	
	30	
	35	
	40	
	45	
	評価事項	評価【思考力、判断力、表現力等⑤】 自己や仲間の動きの変化や伸びを見付けることができたか。(学習カード)

時間	8 時間目 (全 8 時間)													
重点的指導事項	●自己やチームの特徴に応じた作戦を立ててゲームを行う。													
活 動 内 容	5	<p>○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など ・キャッチボール運び 30秒で何個ボールを渡せるか記録に挑戦(投げる者と捕る者は30秒で交代)</p>  <p>キャッチボール運び</p> <p>【学習課題】運動のポイントやこれまでの練習の成果を生かして作戦を立て、ティーボール大会をしよう。</p>												
	10	<p>※前時までのルールで大会を行うが、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ルール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> <th>1回戦</th> <th>2回戦</th> <th>3回戦</th> </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> <p>《ルールの確認と作戦タイム》 ※全体で、ルールを確認した後、作戦と守る位置、打順をチームで確認する。 ※ゲームの中で、相手チームも含めて仲間のいい動きや声掛け、力の伸びなどを見つけて伝え合うよう押さえる。 ※協力して場を設定する。</p>	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》 ※仲間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。 ※技能において努力が必要な子供がいないか評価の結果を生かし、必要場合は技能のポイントを直接指導する。 ※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⑩】</p>													
20	<p>《2回戦》 ※仲間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。 ※技能において努力が必要な子供がいないか評価の結果を生かし、必要場合は技能のポイントを直接指導する。 ※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⑪】</p>													
25	<p>《3回戦》 ※仲間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。 ※技能において努力が必要な子供がいないか評価の結果を生かし、必要場合は技能のポイントを直接指導する。 ※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⑩⑪】</p>													
35	<p>《整理運動》 ・手首・足首・首のストレッチ 《振り返り(学習カード記入、記録の記入、発表)》 ・見つけた仲間のいい動きや伸び、ゲームの楽しさを発表し合い、共有する。 ・対戦と勝敗、得点から、可能であれば全体の順位も決める。</p> <p>【まとめ】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>													
40	<p>《片付け》</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>評価【知識及び技能⑬】 止まったボールや易しく投げられたボールをバットでフェアグラウ</p> <p>評価【知識及び技能⑰】 守備の隊形をとって得点を与えないようにすることができたか。</p>													