

4 単元指導計画及び展開例

【4月】【9月】【1月】

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

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

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

知識及び運動	
つまずきの例	手立て・配慮
○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、表現力等	
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。	・基本的な動きを身に付けるための運動のポイントや行い方について、友達と考え合う際に、自己の気付きを発表したり、大切だと感じたことを友達に教えたりすること。 ・体を動かすと心が軽くなることや体の力を抜くと気持ちがよいこと、運動の仕方によって気持ちが変わることなどの気付きや、行ってみ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。
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。	・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。

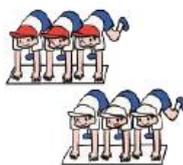
(5) 楽しい学習とするための場の設定や規則

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。

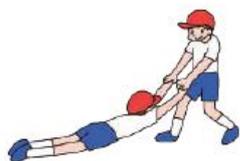


となりの人の手をたたいたり自分のひざをたたいたり変化をつけて

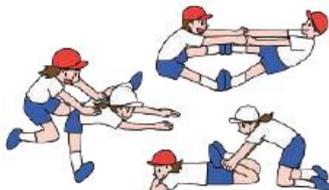


リズムによって、かけ声をかけて

互いの体に気付き合いながらペアでのストレッチング



気持ちのよいところまで押しやり引っ張ったり

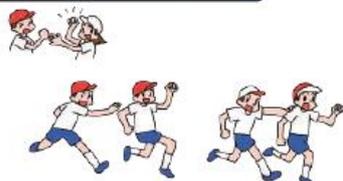


全身の力を抜いて

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 つかまえたら、逃げる。(つかまったら、追いかける。)

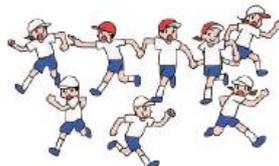


横一列でタイミングを合わせて

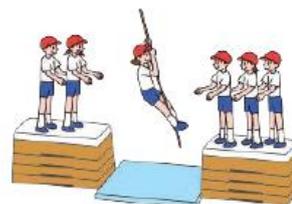
伝承遊びや集団による運動



仲間が引き抜かれないように



手つなぎ鬼



島から島へ

(6) 単元構想

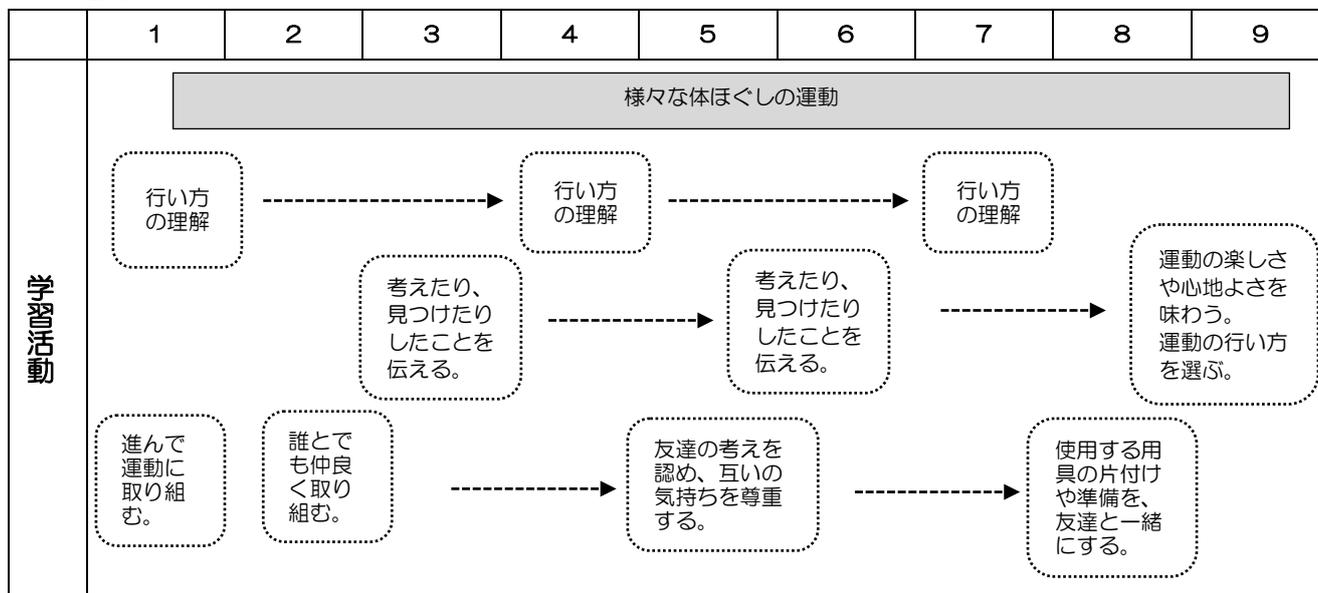
①目指す子供の姿

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

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

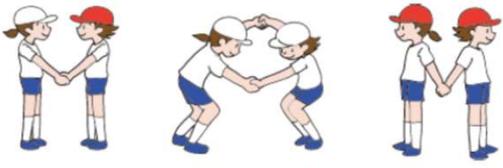
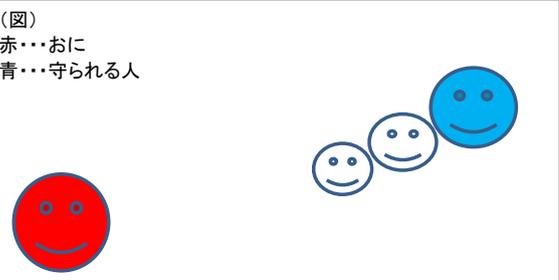
友達と交流することを意識して運動しました。アドバイスをしたり、アドバイスしてもらったりして工夫して運動しました。

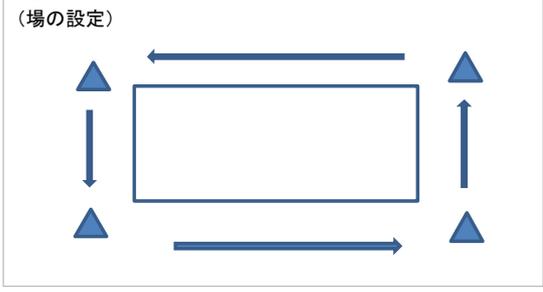
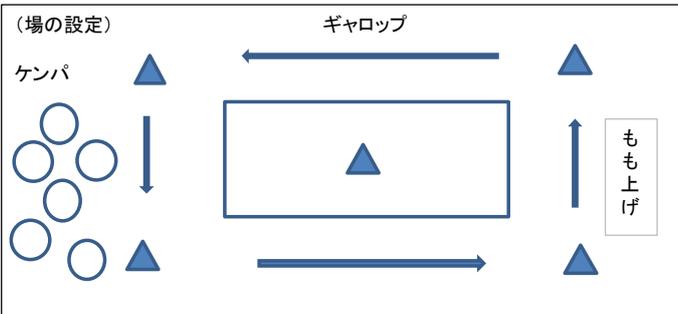
②単元の流れ

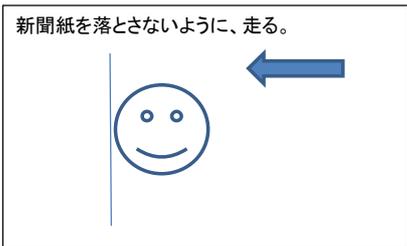
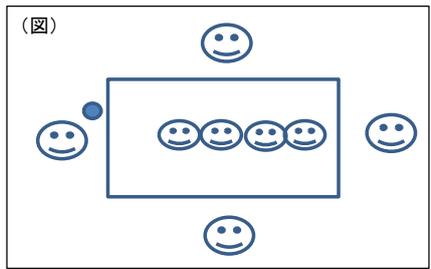


③単元計画及び指導と評価の計画

時間	(○) 重点的な指導内容、(●) 学習を深める活動	重点的指導事項	評価
1	○いろいろな体ほぐしの運動の行い方を知る。 ○体ほぐしの運動に進んで取り組む。	知・技① 学・人①	人間性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。	学・人②	知・技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 学・人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 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。	学・人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 人間性③

時間	7 時間目 (全 9 時間)	
重点的指導事項	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>【知識・技能(運動)①】体ほぐしの運動の行い方を知る。</p> </div> <p style="text-align: right;">【本時: 友達との交流を主とした活動】</p>	
5	<<準備運動>> <<ひざにタッチ>>	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-right: 10px;"> <p>ひざタッチ</p> <p>片手をつなぎ、相手のひざにさわる</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-right: 10px;"> <p>相手にひざをさわられないよう、逃げながら相手のひざをさわろう</p> </div> <div style="flex-grow: 1;"> <p>ひざにタッチ いろいろなペアで試してみよう</p> <p>※右手で握手したまま、左手で相手のひざをさわる。先にさわった方が勝ち。ぶつからないように、広がってやる。</p> </div> </div> 
10	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>【学習課題】いろいろな体ほぐしの運動の行い方を知ろう。</p> </div> <<なべなべそこぬけ>> ・2人～(人数を増やす) ・相手が痛がらない強さであることを伝える。 ・できたペア同士をくっつけ、4人、6人と増やしていく。	 <p style="text-align: center;">なべなべそこぬけ</p>
15	<<振り返り>> (うまくいった児童の紹介や、児童の感想や気づきを発表させる。) ・まず2人、そして4人と人数を増やしていく。	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>【課題に迫る発問】友達と一緒に運動をするとき、楽しくするために大切にしたいことはなんですか？</p> </div> <p>※子供いろいろな考えを引き出しながら、「やり方をしっかりとわかること」「決まりを守ること」が大切なことを押さえる。また、加えて、友達に声掛けをしたり、易しく簡単でみんなが楽しむことができる決まりの見直しも効果的であることを押さえる。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;"> <p>指導【知識・技能(運動)①】</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>ころとおに</p> <ul style="list-style-type: none"> ・おにはフェイントをかけながら、1番後ろの子を捕まえる。 ・先頭の子たちは、おにと向かい合って、後ろの子を守る。 ・後ろの子は、かたから手を離さないように注意。 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>※やり方がわからない子供には、教師と一緒に動いて教えたり、遊びを一時的にストップして決まりを確認するなどする。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>(図) 赤・・・おに 青・・・守られる人</p>  </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>評価【知識・技能(運動)①】</p> </div>
20	<<ころとおに>> ・手が離れないように指示する。 ・隣のグループとぶつからないようにする。	
25		
30		
35		
40	<<振り返り>> ・学習カードの記入。 ・うまくいった児童の紹介や、児童の感想や気づきを発表させる。	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>【まとめ】遊びのやり方をわかり、決まりを守っていろいろな体ほぐしの運動をやると楽しくなるね。</p> </div>
45	<<整理運動>> ・手首、足首、首のストレッチなど。 <<片付け>>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>図: 体育まるわかりハンドブック<<文部科学省>></p> </div>
評価事項	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>評価【知・技(運動)①】 いろいろな体ほぐしの運動の行い方を知る。(観察・動画)</p> </div>	

時間	8 時間目 (全 9 時間)	
重点的指導事項	<p>【学びに向かう力、人間性等③】 使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にする。</p> <p>【本時: 友達との交流を主とした活動】</p> <p>ひざタッチ 片手をつなぎ、相手のひざにさわる</p> <p>相手にひざをさわられないよう、逃げながら相手のひざをさわろう</p> 	
5	<p>《準備運動》</p> <p>《ひざにタッチ》 ひざにタッチ いろいろなペアで試してみよう</p> <p>※右手で握手したまま、左手で相手のヒザをさわる。先にさわった方</p>	
10	<p>【学習課題】友達と協力して活動しよう。</p> <p>《じゃんけんすごろく(簡易版)》</p> <p>○基本ルール</p> <ul style="list-style-type: none"> ・四方に置かれた4つのコーン(約15m四方)を、左回りで進んでいく。 ・初めは各コーンにランダムで散らばる(偶数がよい)コーンの場所で相手を見つけて、じゃんけんをする。勝ったら隣のコーンへ移動し、負けたら別の相手とじゃんけんをする。 ・3周したら、「上がり」となり、コーンの場所に座って、じゃんけんマンとなる。 <p>(場の設定)</p> 	
15	<p>《振り返り》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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。 <p>【課題に迫る発問】もっと楽しい運動とするために、場を広げて用具も増やし、やり方を変える。そこで、チームで協力して準備してほしいのだけれども、どのように準備を進めればよいか?</p> <p>※子供いろいろな考えを引き出しながら、次のことを押さえる。また、加えて、友達に声掛けをしたり、自分の分担が早く終わったら手伝ったりすることでさらに心が温かくなり、それも運動の良さであることを押さえる。</p> <p>指導【学びに向かう力、人間性等③】</p> <p>【子供とのやり取りの中で押さえないこと】</p> <ul style="list-style-type: none"> ※準備はチーム内で分担して行うこと。 ※周囲の状況を確認して、危なくないようにすること。 ※用具を置く場所が分からない人がいるときは、教えてあげること。 ※走らず、でも素早く準備をすること。 	
20	<p>《振り返り》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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。 <p>《片付け》</p> <ul style="list-style-type: none"> ※チームで分担し、協力して準備を行ったが、片付けも同様に友達と一緒にすることが大切であることを押さえ、安全面に気を付けて片付けをさせる。 <p>《整理運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手首、足首、首のストレッチなど。 <p>《まとめ》 【まとめ】運動をするときは、友達と協力して準備や片付けをすることが大切だね。そうやって、協力すると気持ちがよく、運動が一層楽しくなるね。</p> <p>評価【学びに向かう力、人間性等③】</p> <p>○ルール工夫の例</p> <ul style="list-style-type: none"> ・じゃんけんの仕方、足じゃんけんや全身じゃんけんなどにアレンジする。 ・じゃんけんで負けたら、コーン中央へケンケンや手足走りなど指定した動きで移動してから、かえる足打ちや開脚ジャンプなどの運動をし、元の場所に戻って、またじゃんけんをする。 ・1つ進んで1ポイント(1周で4ポイント)というポイント制に <p>(場の設定)</p> 	
25	<p>・チームで協力して場の準備(作り替え)を行う。</p> <p>《じゃんけんすごろく(発展版)⇒簡易版から場を広く設定する、輪・ケンステップ等の用具も増える》</p>	
30	<p>《振り返り》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習カードの記入。 ・うまくいった児童の紹介や、児童の感想や気づきを発表させる。 	
45	<p>図: 体育まるわかりハンドブック《文部科学省》</p>	
評価事項		

時間	9 時間目 (全 9 時間)	
重点的指導事項	【思考力・判断力・表現力等②】 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。	
5	≪準備運動≫ ≪つま先フェンシング≫ ・相手のつま先を触ったら勝ち。 ・強くふみすぎないようにする。	 <p>つま先フェンシング 両手をつなぎ、相手のつま先に足でさわると</p> <p>相手のつま先に足で軽くさわるとイメージでかもう</p>
10	【学習課題】楽しく運動ができるように、行い方を選ぼう。 ≪体にべったんこりレー≫(新聞紙を使って) ・新聞紙が落ちないように、走る。 ・まず、一人でやる。 ・できた人を集め、二人でやらせる。 ・怪我を防止するために、同じ方向から走らせる。 ≪必要な道具≫ ・新聞紙 ・コーン	 <p>新聞紙を落とさないように、走る。</p>
15	≪振り返り (うまいった児童の紹介や、児童の感想や気づきを発表させる。) 【課題に迫る発問】もっと楽しく運動ができるようにするためには、どんなことを工夫するといいいかな？ ※子供いろいろな考えを引き出しながら、工夫の視点を例示し、後半のムカデドッジボールの決まりを決め、全体で確認する。	指導【思考力・判断力・表現力等②】
20	【工夫の例示】 (児童の実態に応じて、選択して例示する) ※グループの人数を増減させる。 ※安全地帯(休憩ゾーン)を設ける。 ※ソフト跳び箱等の隠れ場所の設定。 ※コートの変えを変える。 ※Bチームは転がすだけ。 ※Bチームは座ってボールを扱う。 ※ボールの大きさや種類を変える。 ※復活ルールを設定する。 ※Aチームは分割あり。(1人はダメ) ※ボールの個数を変える。 (ボールを当てられた人は〇で〇をしたら復活して列に戻るができる)	
25	≪ムカデドッジボール≫ <ルールの例> ①6m四方のコートを用意する。 ②4人グループを2つ(AとB)作り、Aは中に入り、先頭を決めて、前の人の肩に手を置いて列をつくる。 ③Bはコートの外に出て、パスをつなげながら、Aの一番後ろの子にボールを当てる。 ④Aは一番後ろの子以外にボールが当たっても、セーフ。 ⑤両方のチームが中に入り、短い時間でボールを当てたチームが勝ち。列から手が離れたら、ボールが当たったことと同じとする。 ※顔を狙わないように指導する。	 <p>(図)</p>
30		評価【思考力・判断力・表現力等②】
35	≪振り返り≫ ・学習カードの記入。 ・うまいった児童の紹介や、児童の感想や気づきを発表させる。 ≪まとめ≫ 【まとめ】友達と声をかけ合ったり、人数や用具をなどの条件を変えたりして運動すると楽しくできるね。	
40	≪整理運動 ・手首、足首、首のストレッチなど。 ≪片付け≫ ・新聞紙、コーン、ボール、ラインカーなど。	体力を高める運動例2 ≪長崎県教育委員会≫ 図: 体育まるわかりハンドブック ≪文部科学省≫
45	評価【思考力・判断力・表現力等②】 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。(観察・学習カード)	評価【学びに向かう力、人間性等③】 使用する用具の準備や片付けを、友達と一緒にする。(観察)

4 単元指導計画及び展開例

【1月】

単元名 ポートボールをもとにした易しいゲーム（ゴール型ゲーム）（E ゲーム） 全8時間

（1）単元のねらい

知・技 : ゴール型ゲームでは、その行い方を知るとともに、基本的なボール操作とボールを持たないときの動きによって、易しいゲームをすることができる。

思・判・表 : 規則を工夫したり、ゲームの型に応じた簡単な作戦を選んだりするとともに、考えたことを友達に伝えることができる。

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

（2）運動の仕方等

ゴール型ゲームでは、基本的なボール操作とボールを持たないときの動きによって、コート内で攻守入り交じって、ボールを手でシュートしたり、空いている場所に素早く動いたりする易しいゲームをすること。

（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）

ボールを持っているとき	<p>○ボールのキャッチ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・両手をしっかり開いてとる。 <p>○パス</p> <ul style="list-style-type: none"> ・味方がとりやすい強さや高さに気をつけて投げる。。 ・守っている人をかわすためにバウンドさせるなどして投げる。 ・パスをする相手との距離を考えて、両手や片手でパスをする。 	<p>○シュート</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゴールマンがとりやすいような強さで投げる。 ・守っている人にとられないように山なりのボールを投げる <p>○ドリブル</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バウンドに合わせて、高くならないようにボールをつく。
ボールを持っていないとき	<p>○攻めている場面</p> <ul style="list-style-type: none"> ・相手がいらない場所に動いてパスをもらえる場所に移動する。 ・相手がいなくてシュートが打てる場所に移動する。 	<p>○守っている場面</p> <ul style="list-style-type: none"> ・相手のゴールマンに背を向けて守る。 ・ボール保持者や攻めている人をよく見て守る。

ゲームを楽しむためのよい作戦や個人の動きのポイントを押さえる

よい動きや作戦などが見られた場合は、「相手のいない場所を見つけて動いたからパスにつながったんだね。」と具体的に賞賛したり、学級全体にその時の動きや作戦のよさを紹介したりしていくことが大切です。



相手のいない場所に動いてパスをもらうの、よい動きだったね。ここで動いてみせて!



課題に気付くように言葉かけを具体的にする

ゲームを楽しく行うために、意図的に「シュートを決めやすい動き方」のポイントを教師が例示したり、ゲーム中に具体的に助言したりすることが大切です。

【シュートを続けるための位置どりに気付かせたい場面】

シュートがなかなか入らないな。

味方がシュートしたボールを拾って、続けてシュートするにはどうしたらいいかな?

- ・シュートの際、ゴール裏側で待つといいね。
- ・ゴール裏にフリーシュートゾーンを設定するといね。

【シュートしやすい位置どりに気付かせたい場面】

どの場所でパスをもらってシュートしたら決めやすいかな?

- ・この(赤田みの)位置でパスをもらおうと相手がいらないから決めやすいね。

(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
○パスを出したり、シュートをしたりすることが苦手。	○ボールを保持する条件を易くするとともに、ボールを保持した際に周囲の状況が確認できるように言葉かけを工夫する。	○課題のために考えたことを、友達に伝える。	○易しいゴール型ゲームで、友達の動きのよさを、動作や言葉、絵図などを使って、友達に伝える。	○ボールが固くて恐怖心を抱いたり、小さくて操作しにくかったりするために、ゲームに意欲的に取り組めない。	○柔らかいボールを用意したり、大きなボールやゆっくりとした速さになる軽めのボールを用意したりする
○ボール保持者と自分の間に守る者がいない空間に移動することが苦手。	○守る者の位置を見るように言葉かけを工夫する。			○学習の仕方が分からないために、ゲームに意欲的に取り組めない。	○学習への取組の手順を掲示物で確認できるようにする。
				○場や規則が難しいと感じ、ゲームに意欲	○文字やイラスト等を用いて掲示しながら説明したり、

				<p>的に取り組めない。</p> <p>○新しく提示した動きが分からないために、ゲームや練習に意欲的に取り組めない。</p> <p>○審判の判定に納得しなかったり、ゲームに勝てなかったりすることで、ゲームに意欲的に取り組めない。</p> <p>○ゲームに参加している実感がなく、楽しさを味わえない。</p>	<p>より易しい規則に変更したりする。</p> <p>○よい動きの友達やチームを観察したり、掲示物などの具体物を用いて説明したりする。</p> <p>○判定に従うことやフェアなプレイの大切さについて、継続して伝えていく。</p> <p>○チームの人数を少なくして、役割を明確にしたり触球回数を増やせるようにしたりする。</p>
--	--	--	--	---	---

(5) 楽しい学習とするための場の設定や規則、用具等の工夫

解説に例示として示されている運動(抜粋)

手を使ったゴール型ゲーム

【ハンドボールを基にした易しいゲーム】



コートは、20m×10m程度
1チームは4名程度
ゲーム時間は6～10分

はじめの規則の例

- 相手チームの的に当てれば得点。
- ボールを持って4歩以上歩いたら反則。
- 的を守るキーパーは2名。

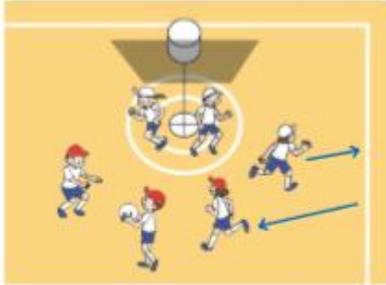
易しいゲームとなるように規則や運動の場を工夫する

みんなが攻防の楽しさを味わえるように、少人数やそれに合わせたコートにおいて易しい動きで行えるゲームを位置付けたり、必要に応じてゲームを楽しむための動きを身に付ける運動を取り入れたりすることが大切です。

<規則や運動の場、用具を工夫した例>

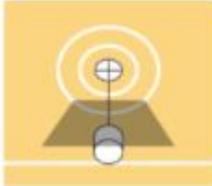
<ゲームにつながる運動例>

【攻撃しやすくするために人数を工夫】



攻撃側に人数的な優位性を持たせるために、ゲーム人数を一時的に「3対2」とし、守備側のプレイヤーを少なくする工夫

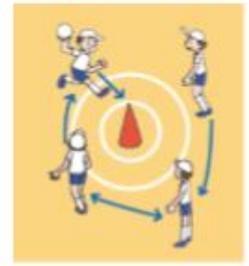
【得点が入りやすくなるために場を工夫】



シュート機会を多くし、得点が入りやすくなるために、ゴール裏に「フリーシュートゾーン」を設け、守備側は入れないようにすることで、邪魔されずにシュートができる。



児童の実態に合わせ、柔らかい素材のボールや空気を少し抜いたゴム製ボールを使用するとよい。



パス回しからのシュートの経験を重ねることで、パスの受け取り方や味方が取りやすいパスの仕方を学習できます。

(6) 単元構想

①目指す子供の姿

相手がいないゴールの裏に動いてからパスをもらって、シュートを決めることができました。



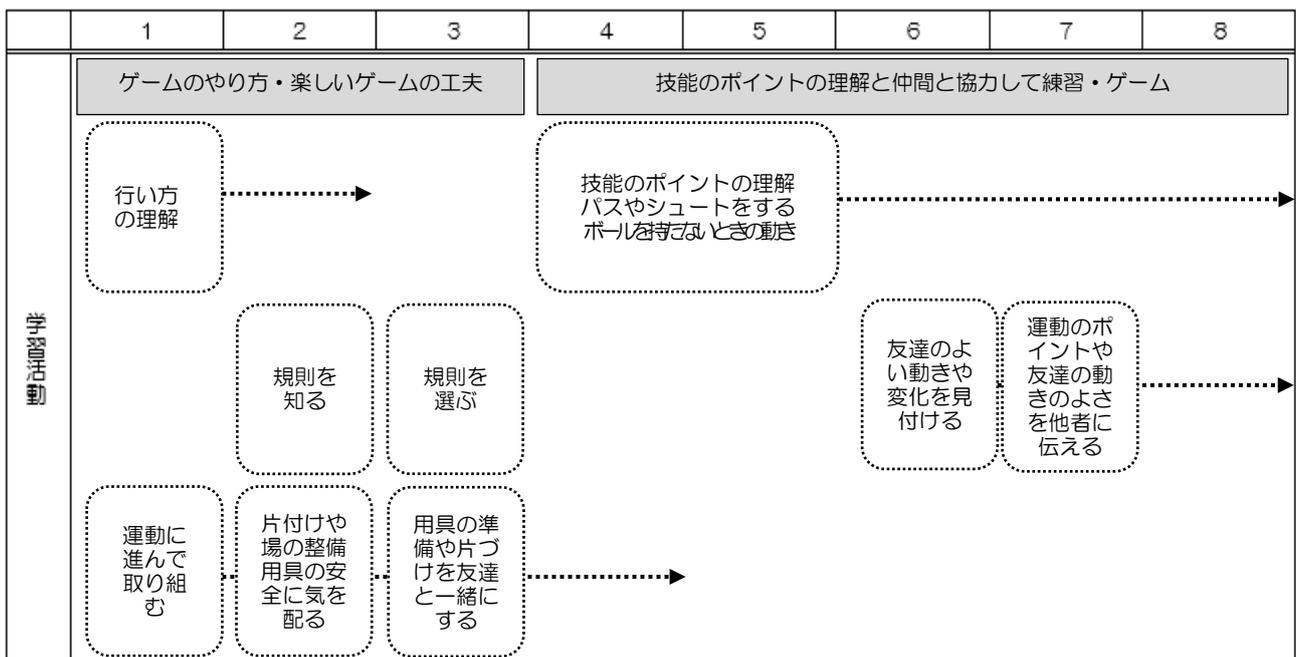
負けたのは悔しいけれど、みんなががんばれたから楽しかったです。次は勝ちたいです。



作戦で「空いている場所からシュートしよう」と決めて攻撃したら、いつもよりたくさん得点できました。



②単元の流れ

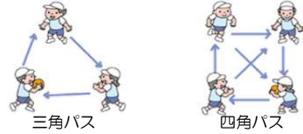


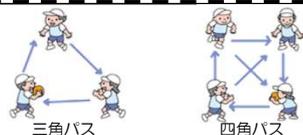
③単元計画及び指導と評価の計画

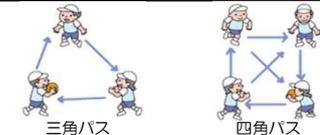
時間	(○) 重点的な指導内容、(●) 学習を深める活動	重点的指導事項	評価
1	○ゴール型ゲームの行い方を知る。 ○易しいゴール型ゲームに進んで取り組む	知・技① 学・人①	知・技①
2	○誰もが楽しくゲームに参加できるような規則を知ること。 ○ゲームやそれらの練習の際に、使用する用具などを片付けて場の危険物を取り除くなど、周囲を見て場や用具の安全を確かめること。	思・判・表① 学・人⑥	思・判・表① 学・人①
3	○誰もが楽しくゲームに参加できるような規則を選ぶ。 ○ゲームで使用する用具などの準備や片付けを、友達と一緒にすること。	思・判・表② 学・人③	思・判・表② 学・人⑥
4	○味方にボールを手渡したり、パスを出したり、シュートをしたり、ゴールにボールを持ち込んだりする。	知・技③	学・人③
5	○ボール保持者と自分の間に守る者がいない空間に移動すること。	知・技④	
6	○友達のよい動きや変化を見付けること。	思・判・表⑤	思・判・表⑤
7	○運動のポイントや友達の動きのよさを友達に伝えること。	思・判・表⑥	思・判・表⑥ 知・技③
8	●これまでに学習した技能のポイントを使って、ゲームを行う。		知・技④

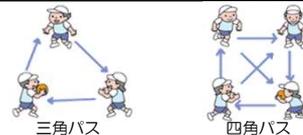
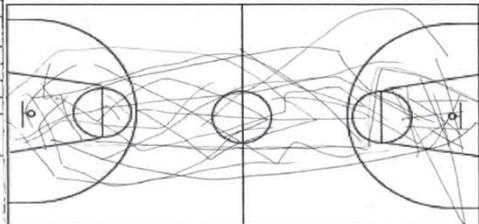
(8)展開例

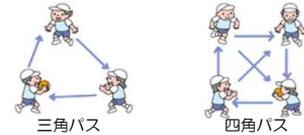
時間	1 時間目 (全 8 時間)
重点的指導事項	指導【知識及び技能①】 ゴール型ゲームの行い方を知る。
5	指導【学びに向かう力、人間性等①】 易しいゴール型ゲームに進んで取り組む。
10	【学習課題】 易しいポートボールのゲームの行い方を知り、進んでゲームや練習に取り組もう。
15	【学習課題】 ゲームの行い方を説明するよ。
20	【ルールの例】 ○ゲームの出場人数は7人。ディフェンダー（守り）とフィールダー（攻め）、ゴールマンの3つのポジションがあり、ディフェンダーは守備を担うことができるプレイヤーで2人、フィールダーは攻撃専門のプレイヤーで3人、ゴールマンはパスを受け取り得点となるプレイヤーで2人。 （在籍人数が多いときは、出場9人、ディフェンダー3人、フィールダー4人も可能） ⇒ゲームごとに、ディフェンダーとフィールダー、ゴールマンを順に交代する。（本時はゴールマン1人設定で交代しながら） ○バスケットコートを使用するが、攻めと守りの制限ゾーンを設ける。また、ゴールゾーン（ゴールマン以外は入ることができない）を設ける。 ○得点が入ったら、再度ミッドラインから。サイドラインからボールが外に出たときや反則があったときは、近くのサイドラインからボールを入れる。 ⇒サイドラインからボールを入れるときは、相手チームは必ずボールを入れる人の前に1人立つ。（1m程度離れて） ○ゲームスタートは、じゃんけんして勝ったチームが中央から自陣のミッドラインから。 ○ドリブルなし。（パスをとるときに、2、3度ボールをつくのはOK） ○ボールは、ポートボール用や柔らかいボールなど軽く操作しやすいものを使用する。 ○主な反則（ファウル） ・ディフェンダーがフリーゾーンに入って守ったとき。 ・ディフェンダーが相手の制限ゾーンに入って攻めたとき。 ・フィールダーが自陣の制限ゾーンに入って守ったとき。
25	※易しいゲームとは、ゲームを児童の発達段階を踏まえて、基本的なボール操作で行え、プレイヤーの人数（プレイヤーの人数を少なくしたり、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、塁間の距離、プレイ上の緩和や制限（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、身体接触の回避、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、児童が取り組みやすいように工夫したゲームをいう。
30	サイドライン ミッドライン Aチームの攻めの方向 (Bチームは逆方向の攻め) 制限ゾーン ゴールゾーン ゴールマン台
35	【コート工夫例】 （ミッドライン、ゴールゾーンは、ラインテープを貼るなどする） ※ディフェンダーは、黄色の制限ゾーンのみで動くことができる。 ※フィールダーは、緑のゾーンで攻め、自陣の守りの制限ゾーンには入ることはできない。ゴールマンはゴールゾーンのみ。 ※シュートゾーンは、ディフェンダーは入ることができない。
40	指導【知識及び技能①】
45	※得点係、審判、ディフェンダー、フィールダー、ゴールマンを、順番に交代しながら行うよう押さえる。（セルフジャッジも可） ※ボールはかごに入れる、応援・得点係はサイドラインから離れるなど、安全面について留意することを押さえる。 ※審判の判定に従うよう指導するが、迷ったらじゃんけんまたはやり直しとする。（反則は厳しくとり過ぎないように約束する） ※教師が実際にやって見せながらもとになるやり方を知らせる。動きについてグループを指名して、教師の説明しながらお手本をさせる。 ※他の行い方を工夫する際は、3人対3人を基本としながら、攻めが守りを上回る人数となる場面ができるようにするなど、子供の技能にかかわらずゴール下に空間が自然と生まれるようにする。
50	【課題に迫る発問】 試しのゲームをやってみよう。楽しくゲームを行うために大切なことは何かな？
55	【考える例】 ・規則を守り、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。 ・勝敗に関係なく進んで何度も運動に取り組む。 ・友達を応援し、文句を言わない。 ・準備や後片付けなど協力して行う。 ・互いの良さ等を教え合う。
60	※子供とやりとりをしながら、本時は特に、うまくできないことがあっても、チームで声を掛け合い、あきらめずに進んで運動に取り組むことが必要なことを押さえる。他の事項にも触れる。
65	【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 ・友達のいい動きや取組をほめる（ナイス、上手など） ・友達の失敗を責めない。（ドンマイ、次がんばろう） ・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
70	指導【学びに向かう力、人間性等①】
75	≪ゲームを試す≫ ※簡単に体の使う部位をほぐし、短い時間のゲーム設定で試しのゲームを行う。 ※ゲームの行い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、規則を教え合うよう指導する。 ※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、安全面に留意している子供とともに称賛し、全体で紹介する。 ※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。
80	評価【知識及び技能①】
85	≪整理運動≫ ・手首・足首・首のストレッチ ≪振り返り(学習カード記入、発表)≫ ・友達よい姿やよい動き、ゲームの楽しさ、難しい点などを発表させる。 ・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。
90	評価【知識及び技能①】
95	【まとめ】 ゲームの行い方をわかって、勝敗にかかわらず、友達と協力して進んでゲームに取り組むと楽しくなるね。
100	≪片付け≫
105	評価【知識及び技能①】 ゴール型ゲームの行い方がわかる。（観察・発言、学習カード）

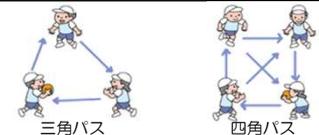
時間	2 時間目 (全 8 時間)																																																																																	
重点的指導事項	指導【思考力、判断力、表現力等①】 誰もが楽しくゲームに参加できるような規則を知る。	指導【学びに向かう力、人間性等⑥】 ゲームやそれらの練習の際に、使用する用具などを片付けて場の危険物を取り除くなど、周囲を見て場や用具の安全を確かめること。																																																																																
5	○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など ・パスゲーム(30秒で何回パスをできるか記録に挑戦 ⇒相手がとりやすいパスをする(チェストパスand/バウンドパス)	 <p>三角パス 四角パス</p>																																																																																
	【学習課題】安全に気をつけながら、誰もが楽しくゲームに参加できるような規則のゲームを試してみよう。																																																																																	
	【課題に迫る発問】安全に気を付けるためには、どんな約束が必要かな？																																																																																	
	<p>【考える例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ボールはかごに入れる、得点板に乗らない。 ・応援、得点係はサイドラインから離れる。 ・パスやシュートの練習は、仲間とぶつからないように周りの状況を確認したり声を掛け合ったりする。 ・ボールの受渡しやパスは、相手がとりやすいように強さや速さを調整する。 ・易しいポートボールでは、相手と接触するとファールであることから、ぶつかったり押しついたりしないようにし、一定の距離を保って守る。 	<p>※子供とやりとりをしながら、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を重点的に指導する。(指導する内容は掲示する)</p>																																																																																
	<p>【課題に迫る発問】誰もが楽しくゲームに参加できるようなルールの工夫とは、どんなものがあるかな？</p> <p>【楽しくできるルールの工夫例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①ボールを選択する。 ・ドッジボール・ソフトドッジボール・スポンボール・ポートボールなど ②設置するゴール台数とゴールマンの人数を増やし2台(人)とする。 ③ゴールのエリアをフリーゾーンとしてゴール台の場所をチームで自由に決めることができる。(守りは入れない) ④ラッキーマンの得点を倍にする。 ⑤全員が得点できたらボーナス5点加算。 など 	 <p>フリーゾーン</p> <p>ゴールのエリアをフリーゾーンとして自由に決めることができる。</p>																																																																																
<p>※本時は、場や決まりを工夫する楽しさを知る時間であることを押さえ、ゲームを進めながら教師の提案によって、工夫例を加えていく。</p> <p>※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。</p> <p>※選んだ規則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> <p>※ディフェンダーとフィールド、ゴールマンの係を順番に行うよう順番を決める。</p> <p>※本時は、4~5分のゲームを4回行う。(交代1分程度を加える)</p>	<p>指導【学びに向かう力、人間性等⑥】</p> <p>指導【思考力、判断力、表現力等①】</p>																																																																																	
20	<p>1回戦:用具の工夫①を設定しゲームを行う。</p> <p>2回戦:コート上の工夫②③を加えてゲームを行う。</p> <p>3、4回戦:実態に応じて④⑤を加えてゲームを行う。</p>	<p>■ゲームでの役割分担表の例(ゲームごとの役割に○を付ける)</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2"></th> <th>名前⇒</th> <th>Aさん</th> <th>Bさん</th> <th>Cさん</th> <th>Dさん</th> <th>Eさん</th> <th>Fさん</th> <th>Gさん</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="4">前半</td> <td rowspan="2">1</td> <td>フィールド</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>ディフェンダー</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>○</td> <td>○</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td rowspan="2">2</td> <td>ゴールマン</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>○</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>フィールド</td> <td>○</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td rowspan="4">後半</td> <td rowspan="2">3</td> <td>フィールド</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td></td> </tr> <tr> <td>ディフェンダー</td> <td>○</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>○</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">4</td> <td>ゴールマン</td> <td></td> <td>○</td> <td>○</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>フィールド</td> <td></td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>※単元を通して、ディフェンダーとフィールドの偏りがないように決める。</p>			名前⇒	Aさん	Bさん	Cさん	Dさん	Eさん	Fさん	Gさん	前半	1	フィールド	○	○	○					ディフェンダー				○	○			2	ゴールマン						○	○	フィールド	○							後半	3	フィールド				○	○	○		ディフェンダー	○						○	4	ゴールマン		○	○					フィールド		○	○	○			
		名前⇒	Aさん	Bさん	Cさん	Dさん	Eさん	Fさん	Gさん																																																																									
前半	1	フィールド	○	○	○																																																																													
		ディフェンダー				○	○																																																																											
	2	ゴールマン						○	○																																																																									
		フィールド	○																																																																															
後半	3	フィールド				○	○	○																																																																										
		ディフェンダー	○						○																																																																									
	4	ゴールマン		○	○																																																																													
		フィールド		○	○	○																																																																												
25	<p>※工夫した規則のゲームの行い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。</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らないか確認をし、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。</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>評価【学びに向かう力、人間性等①】</p>																																																																																
40	<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、発表)》</p> <p>・工夫したルールの楽しさ、今後も選択したいルールなどを学習カードで選択し、話し合う。</p> <p>・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、安全面に留意した声掛けの姿等を紹介し、称賛する。</p>	<p>評価【思考力、判断力、表現力等①】</p>																																																																																
45	<p>【まとめ】規則を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、使用する用具の片付けや整理整頓をするなど用具の安全に気を配ることも大切だね。</p> <p>《片付け》</p>	<p>図：文部科学省 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【思考力、判断力、表現力等①】</p> <p>誰もが楽しくゲームに参加できるような規則がわかっている。(観察・発言、学習カード)</p>	<p>評価【学びに向かう力、人間性等①】</p> <p>易しいゴール型ゲームに進んで取り組もうとする。(観察・発言、学習カード)</p>																																																																																

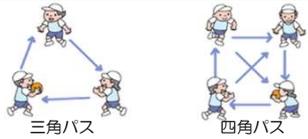
時間	3 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	指導【思考力、判断力、表現力等②】 誰もが楽しくゲームに参加できるような規則を選ぶ。	指導【学びに向かう力、人間性等③】 ゲームで使用する用具などの準備や片付けを、友達と一緒にす
活動内容	5	<p>○あいさつ ○準備運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など ・パスゲーム(30秒で何回パスをできるか記録に挑戦 ⇒相手がとりやすいパスをする(チェストパスandバウンドパス)  <p>三角パス 四角パス</p> <p>【学習課題】誰もが活躍できる規則を選んで、楽しくゲームをしよう。</p> <p>【課題に迫る発問】チーム全員が活躍できて楽しくなる規則はどれを選んだらいいかな？</p>
	10	<p>【運動の特性を意図して教師が設定する規則】</p> <ul style="list-style-type: none"> ※基本のルールに次のものを加える。 ・設置するゴール台数とゴールマンの人数を増やし2台(人)とする。 ・ゴールのエリアをフリーゾーンとして守りは入れない。 ※なかなか得点ができない子供がいるときは、ラッキーマンを設定し、優先的にそのような子供をラッキーマンとするようチームに促す。 <p>【子供が選んで変更してよい規則の例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ※ボールの変更。 ※ゴール台を置く場所。 ※ラッキーマンの得点、ボーナス点の追加。
	15	<p>※学習を深めるために、教師が決定する規則を知らせ、それは変更しないことを押さえる。</p> <p>※前時の学習から、ゲームが楽しくなると感じたルールについて全体で話し合い、前半のゲームのルールを決定し、掲示しておく。 (全チームここで決めた規則で前半のゲームを行う。)</p> <p>※学級の実態に応じて、1ゲーム5～6分、前半2ゲーム、後半2ゲームを行う。</p> <p>【指導【思考力、判断力表現力等②】】</p> <p>【課題に迫る発問】ゲームを楽しく行うために大切なことをもう一つお話しするよ。</p>
	20	<p>※1時間目に学習した態度面の内容を振り返り、チームで協力することの大切さを押さえる。その際、チーム内及びチーム同士の声の掛けや教え合いだけでなく、ゲームを行う場の設定や用具の準備や片付けなどで、役割を分担して自分の役割をきちんと行うことも大切であることを指導する。</p> <p>【指導【学びに向かう力、人間性等③】】</p> <p>《前半のゲーム》</p> <ul style="list-style-type: none"> ※規則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。 ※役割を分担して準備を行っているチームや教え合いを活発に行っているチームを称賛しながら全体に紹介する。
	25	<p>【発問】前半の規則を見直してみよう。</p>
	30	<p>※前半の得点の入り方や得点差、個人の技能への対応、楽しさの度合いなどを振り返りことを全体で押さえる。</p> <p>※見直しの必要がないか対戦相手チーム同士で話し合いをし、規則を変更したり新たに選んだりして後半のゲームの規則を設定する。その際、得点差が大きく負けているチームの考えを優先して規則を選ぶことを押さえる。</p> <p>【評価【学びに向かう力、人間性等⑥】】</p>
	35	<p>《後半のゲーム》</p> <ul style="list-style-type: none"> ※規則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。 ※役割を分担して準備を行っているチームや教え合いを活発に行っているチームを称賛しながら全体に紹介する。 <p>【評価【思考力、判断力、表現力等②】】</p>
	40	<p>《整理運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手首・足首・首のストレッチ <p>《振り返り(学習カード記入、発表)》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・工夫した規則の楽しさ、次時に選択したい規則などを学習カードで選択し、話し合う。 ・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、安全面に留意した声掛けの姿等を紹介し、称賛する。 ・次時のゲームの規則を全体で選んで決める。 <p>【まとめ】ルールを選んでゲームをすると楽しくなるね。また、ゲームを行うときは、役割を分担して協力することが大切だね。</p>
	45	<p>《片付け》</p> <p>図：文部科学省 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	評価【思考力、判断力、表現力等②】 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)

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③】 味方にボールを手渡ししたり、パスを出したり、シュートをしたり、ゴールにボールを持ち込んだりする。
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 ・パスゲーム(30秒で何回パスをできるか記録に挑戦 ⇒相手がとりやすいパスをする(チェストパスandバウンドパス)</p>  <p>【学習課題】フィールドーになったら、味方の動きをよく見て、パスをつなごう。</p> <p>【課題に迫る発問】「パスをつなぐことができそうな味方」って、どんな位置にいる人かな？</p>
10	<p>【考える例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・守りがくっついていない人。 ・守りが動いても、届かない位置にいる人。 ・自分と味方との間に、守りがおらず、頭越えの高いパスをしなくてもパスが通りそうな人。 
15	<p>※子供に役割を決めて、コート内に立たせて状況を設定し、パスをつなぐことができそうな人＝フリーの味方であることを知らせ、そのような人はどの位置にいる人か？子供とやり取りをしながら指導する。 ※ボールを持ったら、まず、味方と相手がどこにいるかよく見ることを押さえる。 ※味方にそれぞれマークがついているときは、自分がフリーとなっているので、シュートチャンスであることを押さえる。 ※パスをもらうときは、ボールを持った味方が自分の位置が分かるように声を出すなどして合図をすることも大切なことを押さえる。</p> <p style="text-align: right;">指導【知識及び技能③】</p>
20	<p>《ハーフコートを使って、ゲーム形式で動きを確認する》 ※コート进行り当てて、ディフェンダーとフィールドー、ゴールマンを順に交代しながら役割を分担し、3対2のゲーム形式で動きを確認する。(チーム数が多い場合は、2チームが協力して互いに教え合いながら行う) ※やり方がわからないチームや動きがわからない子供がいらないか確認をし、状況に応じて教師も一緒に活動する。 ※フリーの味方を見つけてパスを出している子供を称賛し、全体にも紹介する。</p> <p style="text-align: right;">評価【学びに向かう力、人間性等③】</p>
25	<p>《友達のよい動きを共有する》 ※確認ゲームで見られた良い動きを全体に紹介し、動きのポイントを再度確認する。 ※ボールを持った時の動きに焦点を当て、チームで前半の動きを振り返り、後半の活動へのアドバイスをし合う。</p>
30	<p>《前時に選んで決めた規則でゲームをする》 ※同じチームと2回戦行う。(次時まで含めて4回戦分の役割を決めておく) ※フリーの味方にパスをするときに味方と相手の動きをよく見るなど、失敗しても学習したことを積極的に行うよう押さえる。 ※やり方がわからないチームや動きがわからない子供がいらないか確認をし、状況に応じて教師も一緒に活動する。 ※フリーの味方を見つけてパスを出している子供を称賛し、全体にも紹介する。</p>
35	
40	<p>《整理運動》 ・手首・足首・首のストレッチ 《振り返り(学習カード記入、発表)》 ・よい動きが見られた子供の様子やチーム内またはチーム同士で協力していた姿等を紹介し、称賛する。</p> <p>【まとめ】ボールを持ったときは、味方や相手の位置、動きをよく見て、近くにいるフリーの味方にパスを出すといひぬ。</p> <p>《片付け》</p> <p style="text-align: center;">評価【学びに向かう力、人間性等③】</p>
45	<p style="text-align: center;">図：文部科学省 学校体育実技指導資料 第8集「ゲーム及びボール運動」・小学校体育まるわかりハンドブック、茨城県教委 学校体育指導資料 第36集 参照</p>
評価事項	評価【学びに向かう力、人間性等③】 ゲームで使用する用具などの準備や片付けを、友達と一緒にしようとする。(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	指導【知識及び技能④】 ボール保持者と自分の間に守る者がいない空間に移動すること。																																													
5	○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など ・パスゲーム(30秒で何回パスをできるか記録に挑戦) ⇒相手がとりやすいパスをする(チェストパスandバウンドパス)	 <p>三角パス 四角パス</p>																																												
10		【学習課題】 ボールを奪われないような位置でパスをもらってパスをつないで攻めよう。 【課題に迫る発問】 ボールをもっている味方と自分を一本の見えない糸でつないでみよう。その間に守りがいせらどうなるだろう？ ※子供に役割を決めて、コート内に立たせて状況を設定する。 ※間に守りがいる味方まで、長縄を張って、パスができない(通らない)ことを確認する。 【発問】 パスをもらうときは、どの位置がしいかな？(4年1学期ゴール型ゲームで既習) ※子供の考えを引き出しながら、なわを動かし、パスをつなぐためには、ボール保持者と自分の間に守る者がいない空間に移動することがポイントであることを押さえる。 ※パスをもらうときは、ボールを持った見方が自分の位置が分かるように声を出すなどして合図をすることも大切なことを押さえる。 ※ボールを持った人は、ゴールに体を向け、素早くシュートをすることが大切なことに触れる。																																												
15	指導【知識及び技能④】																																													
20	≪ハーフコートを使って、ゲーム形式で動きを確認する≫ ※コート割り当て、ディフェンダーとフィールダーを順に交代しながら役割を分担し、3対2のゲーム形式で動きを確認する。(チーム数が多い場合は、2チームが協力して互いに教え合いながら行う) ※やり方がわからないチームや動きがわからない子供がいなければ確認をし、状況に応じて教師も一緒に活動する。 ※ボール保持者と自分の間に守る者がいない空間を見付け、フリーでパスをもらうことができる位置に動いている子供を称賛し、全体にも紹介する。																																													
25	≪仲間のよい動きを共有する≫ ※確認ゲームで見られた良い動きを全体に紹介し、動きのポイントを再度確認する。 ※ボールを持った時の動きに焦点を当て、チームで前半の動きを振り返り、後半の活動へのアドバイスをし合う。																																													
30	≪ゲームをする≫ ※同じチームと2回戦行う。(前時のルールを基本とするが、勝敗の状況等によっては教師が変更する) ※フリーの味方にパスをするときに味方と相手の動きをよく見るなど既習の内容と併せ、技能のポイントを活用して進んでゲームを行うよう押さえる。 ※やり方がわからないチームや動きがわからない子供がいなければ確認をし、状況に応じて教師も一緒に活動する。 ※よい動きができていない子供を称賛し、全体にも紹介する。 ※次時の学習へ向けて、ゲームの様子をICT機器で定点録画する。 (難しいときは、触球数やボールの軌跡等を調べ)	<table border="1" data-bbox="686 1321 941 1635"> <thead> <tr> <th>オフェンス</th> <th>ボールにふれた数</th> <th>シュート</th> <th>成功数</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aさん</td> <td>正</td> <td>○</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>Bさん</td> <td>正</td> <td>○</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>Cさん</td> <td>正</td> <td>○</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>Dさん</td> <td>正</td> <td>○</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>Eさん</td> <td>正</td> <td>○</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>Fさん</td> <td>正</td> <td>○</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>Gさん</td> <td>正</td> <td>○</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>Hさん</td> <td>正</td> <td>○</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>Iさん</td> <td>正</td> <td>○</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>Jさん</td> <td>正</td> <td>○</td> <td>○</td> </tr> </tbody> </table> <p>ボールにふれた数「正」を印していく シュート→成功 ○ 失敗 ×</p> <p>ゲームの結果 7対4 (引・負)</p> <p>(戻ったことや次の課題) ○高ぶってパスをしようとする ○はやくボールをパスをしようとする ○ボールが入ったと思う</p>	オフェンス	ボールにふれた数	シュート	成功数	Aさん	正	○	○	Bさん	正	○	○	Cさん	正	○	○	Dさん	正	○	○	Eさん	正	○	○	Fさん	正	○	○	Gさん	正	○	○	Hさん	正	○	○	Iさん	正	○	○	Jさん	正	○	○
オフェンス	ボールにふれた数	シュート	成功数																																											
Aさん	正	○	○																																											
Bさん	正	○	○																																											
Cさん	正	○	○																																											
Dさん	正	○	○																																											
Eさん	正	○	○																																											
Fさん	正	○	○																																											
Gさん	正	○	○																																											
Hさん	正	○	○																																											
Iさん	正	○	○																																											
Jさん	正	○	○																																											
35	 <p>【触球数調べの例】</p> <p>【ボールの軌跡図の例】</p>																																													
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、発表)≫ ・よい動きが見られた子供の様子やチーム内またはチーム同士で協力していた姿勢を紹介し、称賛する。																																													
45	【まとめ】 ボールを持っていないときは、ボールを持っている味方と自分との間に敵がいないところに動いて、フリーでパスをもらうことが大切だね。 ≪片付け≫																																													
評価事項	図：文部科学省 学校体育実技指導資料 第8集「ゲーム及びボール運動」・小学校体育まるわかりハンドブック、茨城県教委 学校体育指導資料 第36集 参照																																													

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⑤】 友達のよい動きや変化を見付けること。	
5	○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など ・パスゲーム(30秒で何回パスをできるか記録に挑戦 ⇒相手がとりやすいパスをする(チェストパスandバウンドパス)	
	【学習課題】 楽しいゲームを通して、友達のよい動きや変化、伸びを見つけよう。	
	【課題に迫る発問】 どの動きや変化、伸びを見付けるには、どんなところを見ていたらいいかな？	
	【よい動きの例】 ○パスやシュートするときに、フリーとなるように、味方と相手の間を守る者がいない空間に移動する、できるように動きのアドバイスを行っている。 ○コートの中だけでなく、コートの端も使って守る者がいない場所を見付けて移動している。 ○味方が相手のマークがあって、パスが出せないとき、パスを出しやすくするために味方が守りの者の前に手を広げて立って助けている。 ○チーム内で、ボール操作やボールを持たないときの動きのポイント、「いいぞ!、ナイス!、ドンマイ!」などの声掛けをしている。	※前時の様子(録画したもの)から、例示をもとに、友達のよい動きや声掛けを見付けるよう押さえる。 ※子供とやり取りをしながら、再度、動きのポイントを押しさえ、少しの動きの変化や伸びも含むことを知らせる。また、動きがうまくできないチームの仲間の伸びが見られるようにチーム内で協力することも大切なことを押さえる。 ※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。 ※ICT機器を活用することはもちろんであるが、子供同士ができればえやって見せるなどしてわかりやすく教え合いを行うよう指導する。
	指導【思考力、判断力、表現力等⑤】	
10	【発問】 チームの友達のよい動きを、チーム内でまねたいことを話し合おう。	
	※前時のゲームの様子(動画等の記録)から、チームの友達のよい点を話し合い、次のゲームで取り組む(まねたいこと)ことを決める。 ※話し合いの内容にずれが見られる場合には、再度、例示した視点を確認させる。	
	評価【思考力、判断力、表現力等⑤】	
15	「ゲームを行い、自分や仲間のよい動きや変化、伸びを見つける」 ※同じチームと2~3回戦行う。(前時の規則を基本とするが、勝敗の状況等によっては教師が変更する) ※やり方がわからないチームや動きがわからない子供がいらないか確認をし、状況に応じて教師も一緒に活動する。 ※よい動きができていない子供への声掛けやチーム内での教え合い等の声掛けを称賛し、全体にも紹介する。 ※まとめへ向けて、ゲームの様子をICT機器で定点録画する。(難しいときは、触球数やボールの軌跡等を調べる)	
	「まとめ」 チームの力を高めるためには、仲間のよい動きや変化を見付けたり、自分もまねたりすることが大切だね。 また、自分の伸びを知ることも大切だね。	
20	<<整理運動>> ・手首・足首・首のストレッチ <<振り返り(学習カード記入、発表)>> ・ゲームの様子(動画、触球数等の記録)から、自分や仲間の動きの変化や伸びを見付けるチームのよい点や改善が必要なことを話し合い、学習カードにまとめる。 ・自分や仲間の動きの変化や伸びを全体に紹介し、共有する。	
	評価【思考力、判断力、表現力等⑤】	
25	【まとめ】 チームの力を高めるためには、仲間のよい動きや変化を見付けたり、自分もまねたりすることが大切だね。 また、自分の伸びを知ることも大切だね。	
	<<片付け>>	
30	図：文部科学省 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【思考力、判断力、表現力等⑤】 友達のよい動きや変化を見付けている。(観察・発言、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⑥】 運動のポイントや友達の動きのよさを友達に伝えること。	
5	○あいさつ ○準備運動 ・ジャックナイフストレッチ、股割り、押し相撲など ・パスゲーム(30秒で何回パスをできるか記録に挑戦 ⇒相手がとりやすいパスをする(チェストパスandバウンドパス)	
10	【学習課題】 チームの中で、運動のポイントや友達の動きのよさを伝え合い、チームの力を高めよう。	
15	【課題に迫る発問】 どんなことを、どのように伝えたいのかな？	
10	【よい動きの例】 ○パスやシュートするとき、フリーとなるように、味方と自分の間に守者がいない空間に移動する、できるように動きのアドバイスを行っている。 ○コートの中だけでなく、コートの端も使って守者がいない場所を見つけて移動している。 ○味方が相手のマークがあって、パスが出せないとき、パスを出しやすくするために味方が守りの者の前に手を広げて立って助けている。 ○チーム内で、ボール操作やボールを持たないときの動きのポイント、「いいぞ!、ナイス!、ドンマイ!」などの声掛けをしている。	※前時の振り返りをもとに、例示を参考にしてよい動きを押さえる。 ※子供とやり取りをしながら、再度、動きのポイントを控え、「○○の場面では、どのように動くとよいか」と問いながらパスをもらうためには、ボール保持者と自分の間に守者がいない空間に移動することが最も必要なことであることを押さえる。 ※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、動画等を見ながらよい動きを伝えることができるようにする。 ※ICT機器を活用することはもちろんであるが、子供同士ができればえやってみせるなどしてわかりやすく教え合いを行うよう指導する。
15	指導【思考力、判断力、表現力等⑥】	
20	【発問】 前半のゲームの振り返りをして、課題の解決に向けて動き(解決の方法)を話し合おう。	
25	※前半のゲームの様子(動画等の記録)から、友達のよかった点やチームの改善が必要なことを話し合い、次のゲームで取り組むことを決める。 ※例示をもとに「○○さんの○○がいいね。○○のときは、○○さんのようにしたらいいね。」といったように、チームの友達がわかりやすく伝えることが大切なことを押さえる。その際、考えを伝え合うときは、実際にやってみせる、声の掛け方などを役割を決めてやってみる、図で伝える、などの工夫も大切なことに触れる。	
30	【発問】 前半のゲームの振り返りをして、課題の解決に向けて動き(解決の方法)を話し合おう。	
35	【まとめ】 ボールを持っていないときは、ボール保持者と自分の間に守者がいない空間に移動することが大切だね。また、チーム内で友達のよい動きや伸びを教え合い、自分もまねをしていくと、チームの力も高まるね。	
40	※ゲームの様子をICT機器で定点録画する。(難しいときは、触球数やボールの軌跡等を調べる)	評価【知識及び技能③】
45	【発問】 前半のゲームの振り返りをして、課題の解決に向けて動き(解決の方法)を話し合おう。	
40	【まとめ】 ボールを持っていないときは、ボール保持者と自分の間に守者がいない空間に移動することが大切だね。また、チーム内で友達のよい動きや伸びを教え合い、自分もまねをしていくと、チームの力も高まるね。	
45	【まとめ】 ボールを持っていないときは、ボール保持者と自分の間に守者がいない空間に移動することが大切だね。また、チーム内で友達のよい動きや伸びを教え合い、自分もまねをしていくと、チームの力も高まるね。	
40	【まとめ】 ボールを持っていないときは、ボール保持者と自分の間に守者がいない空間に移動することが大切だね。また、チーム内で友達のよい動きや伸びを教え合い、自分もまねをしていくと、チームの力も高まるね。	
45	【まとめ】 ボールを持っていないときは、ボール保持者と自分の間に守者がいない空間に移動することが大切だね。また、チーム内で友達のよい動きや伸びを教え合い、自分もまねをしていくと、チームの力も高まるね。	
45	【まとめ】 ボールを持っていないときは、ボール保持者と自分の間に守者がいない空間に移動することが大切だね。また、チーム内で友達のよい動きや伸びを教え合い、自分もまねをしていくと、チームの力も高まるね。	
評価事項	評価【思考力、判断力、表現力等⑥】 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。(観察、学習カード)	評価【知識及び技能③】 味方にパスを出したり、シュートをしたりすることができる。(観察)

時間	8 時間目 (全 8 時間)
重点的指導事項	●これまでに学習した技能のポイントを使って、ゲームを行う。
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 ・パスゲーム(30秒で何回パスをできるか記録に挑戦 ⇒相手がとりやすいパスをする(チェストパスandバウンドパス)</p>  <p>三角パス 四角パス</p> <p>【学習課題】学習したことを生かして、規則を工夫したポートボール大会をしよう。</p>
10	<p>《大会のルールを確認する》(これまでに行ってきた工夫した規則をもとに、教師が設定する) ⇒勝敗の未確定性をより高めることをねらい、全員シュートが入ったらボーナス点を加点、ラッキーマンの得点を倍にする、などを設定したい。 ※前半2回戦、後半2回戦で、前後半で相手を変える。(勝ち3点、引き分け2点、負け1点で、4回戦の得点で順位付けをするなど、工夫する) ※これまでのチームの様子を押さえながら、あらかじめ対戦表を準備しておく。 ※ディフェンダーとフィールダー、ゴールマン、係を順番に行うよう順番を決めさせておく。</p>
15	<p>《前半のゲーム》 ※同じチームと2回戦行う。(1ゲーム：6～7分程度) ※課題が見られるチームを確認をし、解決の方法を助言する。 ※よい動きができていいる子供への声掛けやチーム内での教え合い等の声掛けを称賛し、全体にも紹介する。</p> <p style="text-align: right;">評価【知識及び技能④】</p>
20	<p>《前半のゲームの振り返りを行う》 ※前半のゲームの様子から、チームのよかった点や改善が必要なことを話し合い、次のゲームで取り組むことを決める。 ※前時で学習した例示をもとに「○○さんの○○がいいね。○○のときは、○○さんのようにしたらいいね。」といったように、チームの友達がわかりやすく伝えることが大切なことを押さえる。その際、考えを伝え合うときは、実際にやってみせる、声の掛け方などを役割を決めてやってみる、図で伝える、などの工夫も大切なことに触れる。</p>
25	<p>《後半のゲーム》 ※同じチームと2回戦行う。(1ゲーム：6～7分程度) ※課題が見られるチームを確認をし、解決の方法を助言する。 ※よい動きができていいる子供への声掛けやチーム内での教え合い等の声掛けを称賛し、全体にも紹介する。</p> <p style="text-align: right;">評価【知識及び技能④】</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、発表)》 ・単元を通しての学習の感想を発表し合い、また、良い動きが見られた子供や伸びが見られた子供を紹介する。 ・4年生 ゴール型ゲーム 易しいサッカーゲームで、今回学習したことを生かして、簡単な作戦を立てて学習することを知らせる。</p> <p>【まとめ】学習したことを仲間と協力してチームでできるようにすると、勝敗にかかわらず、大会も楽しくなるね。</p>
40	<p>図：文部科学省 学校体育実技指導資料 第8集「ゲーム及びボール運動」、茨城県教委 学校体育指導資料 第36集 参照</p>
45	<p>《片付け》</p>
評価事項	<p>評価【知識及び技能④】 ボール保持者と自分の間に守る者がいない空間に移動することができる。(観察)</p>

4 単元指導計画及び展開例

【2月】

単元名 跳び箱 (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, その行い方を知り, 繰り返し系や回転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

跳び箱運動では, 自己の能力に適した繰り返し系(開脚跳びなど)や回転系(台上前転など)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む。

(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 ・跳び箱を手で押す。 ・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 ・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 ・跳び箱を手で押す。 ・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。 ・腰を高くし, 着手した後に通過するイメージで。	○着地 ・両足を揃えて着地する。 ・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 ※同上	○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 ・前方に回転する。	○着地 ※同上
--------	--------------	--	------------------	------------

(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。	<ul style="list-style-type: none"> ・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 	○見付けたポイント伝える。	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 	○技への恐怖心がある。	<ul style="list-style-type: none"> ・落ちても痛くないようにマットを敷く。
○抱え込み跳びが苦手	<ul style="list-style-type: none"> ・マットを数枚重ねた場を設置して、手をつきやすくしたり、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。 	○目印を置くなどして、友達の技のできばえを伝える。	<ul style="list-style-type: none"> ・友達の手に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。 	○技への不安感がある。	<ul style="list-style-type: none"> ・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。

<p>○台上前転が 苦手。</p>	<p>・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。</p>				
<p>○伸膝台上前転が苦手</p>	<p>○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、膝を伸ばして回転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.46

易

難

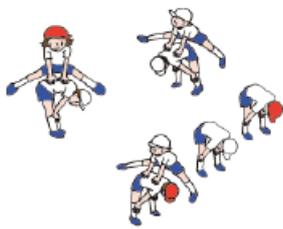
基本的な繰り返し系の技 ~開脚跳び~ → 発展技 ~かかえ込み跳び~



脚を閉じたうさぎとび



脚を開いたうさぎとび



いろいろな馬跳び
縦に・横に・連続で

開脚跳び

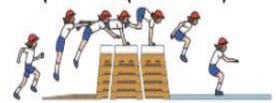


動きのポイント

- 両足をそろえて踏み切る。
- 跳び箱の奥側に両手でいっしょに手を着く。
- 遠くを見て、手で強く突き放す。

かかえ込み跳び

- 馬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、腰を上げます。



跳び上がり跳び下り



丸めたマットで

基本的な回転系の技 ~台上前転~ → 発展技 ~伸膝台上前転~



線を付けたマットでまっすぐに回る



重ねたマットの上で前転

台上前転



動きのポイント

- 跳び箱の手前側に両手を着いて、しっかりと体を支える。
- 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、前転する。
- 胸を膝につけるようにしながら、回転し着地する。

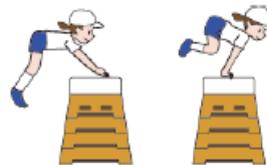
発展技：伸膝 台上前転



助走から両足で強く踏み切り、腰を大きく開くとともに膝を伸ばした姿勢で着手し、台上で回転して着地をする

課題をもてるように言葉がけを具体的にする

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、指導のねらいを明確にし、児童が課題に気付ける言葉がけを具体的にを行うようにします。



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

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易しい動きを体験できるようにしたり、掲示物を用意して動きをイメージできるようにしたりすることが大切です。また、児童が基本的な切り返し系の技や回転系の技を身に付けることができるように、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が体験できるように、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たり、その発展技に取り組んだりすることができるように、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に、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。

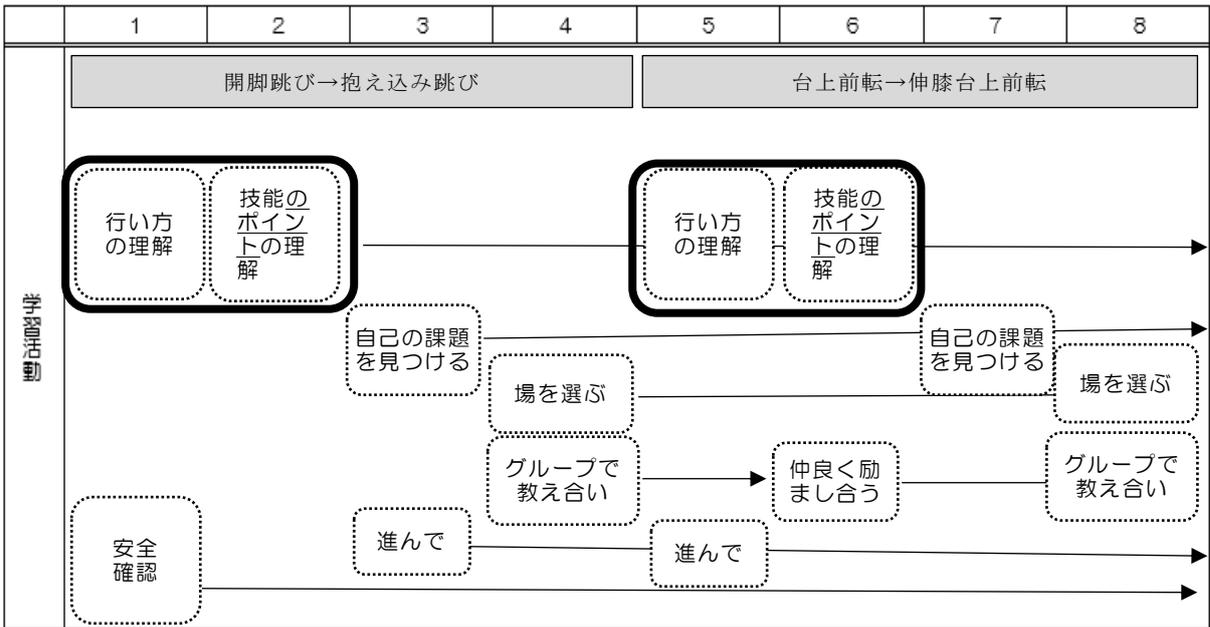


(6) 単元構想

① 目指す子供の姿



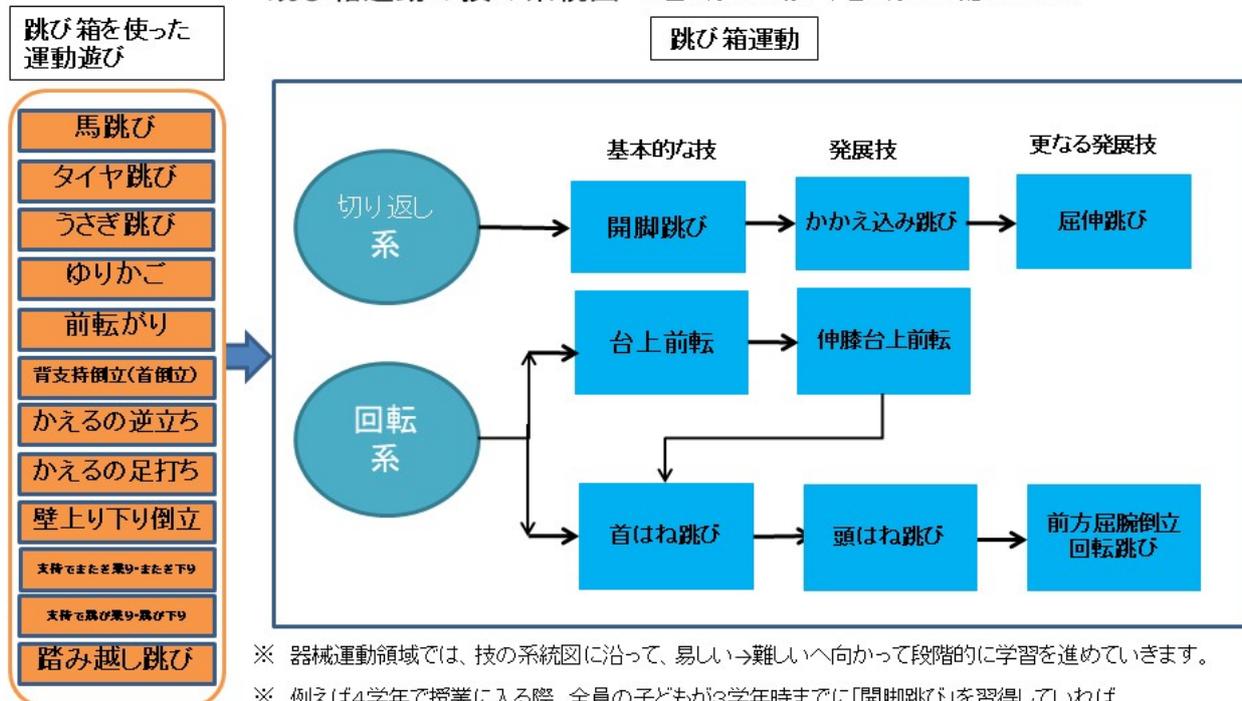
② 単元の流れ



③単元計画及び指導と評価の計画 ※3年生では、首はね跳びは取り扱わない。

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	○開脚跳びの行い方を知る。 ○場の安全を確かめたり、試技の開始前の安全を確かめたりする。	知・技⑦ 学・人⑤	知・技⑦
2	○自己の能力に適した開脚跳びをし、4つのポイントが分かる。	知・技⑧	学・人⑤
3	○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。 ○繰り返し系の技に進んで取り組む。	思① 学・人①	思①
4	○動きのポイントについて見合ったり教え合ったりする。 練習の場を選ぶ。	思②	思② 学・人①
5	○台上前転の行い方を知る。 ○回転系の技に進んで取り組む。	知・技⑦ 学・人①	知・技⑦
6	○自己の能力に適した台上前転をし、5つのポイントが分かる。	知・技⑧	学・人①
7	○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。	思①	思①
8	○動きのポイントについて見合ったり教え合ったりする。 練習の場を選ぶ。 ●グループ発表会をする。	思②	思② 知・技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。

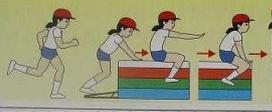
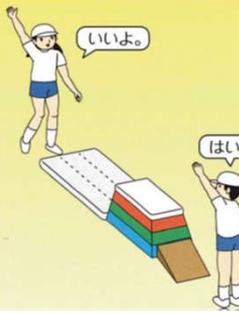
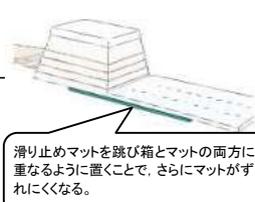
※ 例えば4学年で授業に入る際、全員の子どもが3学年時までに「開脚跳び」を習得していれば、繰り返し系の発展技「かかえ込み跳び」から、授業を開始してよいことになります。

※ 同じ系統である「繰り返し系」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。

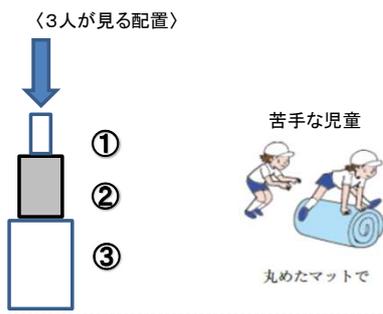
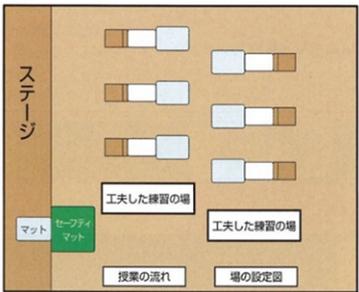
※ 「易しい場」⇔「平坦な場」を繰り返すことにより、技のできばえを確認し、技のポイントや練習方法を見直しながら学習を進め、技の習得につなげていきます。

※ 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つはできるようになることをめざします。

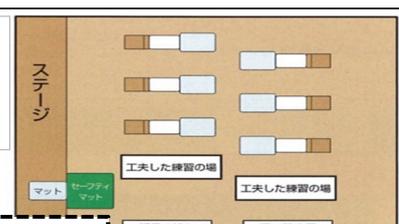
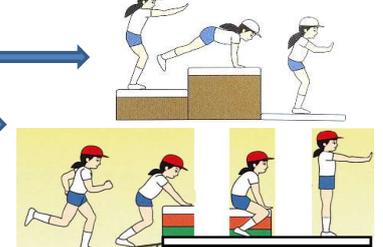
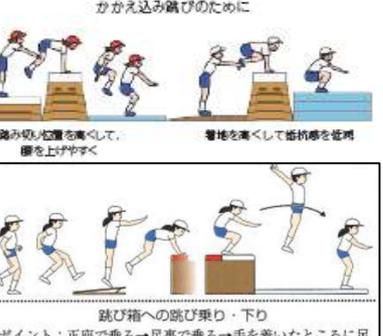
(8) 展開例

時間	1 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	指導【知識及び技能⑦】 開脚跳びの行い方を知る。	指導【学びに向かう力、人間性等⑤】 場の安全を確かめたり、試技の開始前の安全を確かめたりする。
5	<p>準備運動 共通メニュー(うさぎ跳び・カエルの足打ち・馬跳び)</p> <p>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 →馬跳びは、この期間、ペアを決めておく →馬跳びは、体重の重い児童には無理をさせない ※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 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 ②両足をそろえてマットを蹴り、腰を高く上げる ③できるようになったら、片足で踏み切って行う また、足をたたくようにして、回数を増やすようにする</p> <p>ウサギ跳び ①前方に跳んで両手を着き、体を起こして着地する ②できるようになったら、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>馬跳び ①馬の背中に両手をしっかりと着き、両足を開いて跳び越すようにする ②慣れてきたら、着地したら素早く向きを変えてタイミングよく跳び越すようにする 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 ○両手を肩幅の広さで着く ○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 ○馬になる児童は、足首を持ち、へそを見て頭を入れる ○跳び越す児童は、両手をしっかりと着く</p>
10	<p>【学習課題】安全に気を付けながら、開脚跳びの行い方を知ろう。</p> <p>場の設定を図で確認する 場の準備を行う</p> <p>(運ぶときのポイント) 2人もしくは4人で1枚をもつようにする 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) (2段目の運び方)</p>  <p>※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。</p> <p>【課題に迫る発問】安全に跳び箱を行うためには、どんなことに気を付ければよいだろう？</p>	
20	<p>低学年で行った跳び方で試技をしながら、場の安全確認と、試技前の安全確認の行い方を知る。</p> <p>指導【学びに向かう力、人間性等⑤】</p> <p>支持でまたぎ乗りまたぎ下り 助走から両足で踏み切り、跳び箱に両手を着いてまたぎ乗る。またいだ姿勢で腕を支点に体重を移動させ、最後はまたぎ下り</p> 	<p>【跳び方確認】 ・着手 ・着地</p> <p>【安全確認】 ・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>やくそく もみじの手 やくそく とびおるときはひょうごでちやくしよう。</p>
30	<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な。</p> <p>指導【知識及び技能⑦】 開脚跳び</p> <p>評価【知識及び技能⑦】 ※高い段を跳ぶよりも着地までを美しくすることが大事。</p>  <p>両足を揃えて踏み切る。 跳び箱の奥側に両手でいっしょに手を着く。 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。</p> <p>＜場の設定の例＞ ステージ マット 工夫した練習の場 工夫した練習の場 授業の流れ 場の設定図</p>	
32	<p>【まとめ】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。</p>	
37	<p>振り返り(学習カード記入、発表) ※どんなことがポイントだったか、4つのポイントを確認する。 ※話形を例示しておく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。 片付け</p> <p>※iPadを3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いく。</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>  <p>滑り止めマットを跳び箱とマットの両方に重なるように置くことで、さらにマットがずれにくくなる。</p>	
45	<p>評価【知識及び技能⑦】 開脚跳びの行い方がわかってきたか。(観察)</p>	

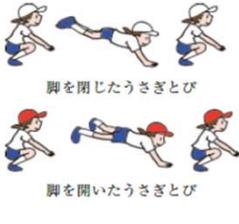
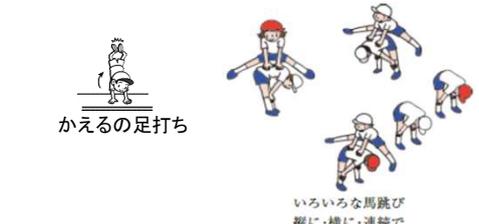
(8)展開例

時間	2 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	指導【知識及び技能⑧】 自己の能力に適した開脚跳びをし、4つのポイントを分かる。	
5	準備運動 共通メニュー(うさぎ跳び・カエルの足打ち・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 ⇒馬跳びは、この期間、ペアを決めておく ⇒馬跳びは、体重の重い児童には無理をさせない ※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>脚を開いたうさぎとび</p> <p>かえるの足打ち</p> <p>いろいろな馬跳び 縦に・横に・連続で</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。	 <p>[キャスト付きの板がない場合の運び方]</p> <p>(1段目の運び方) (2段目の運び方)</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びようとする。またそれ以外の段は、2人でまとめて運びようとする。</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、さらにマットがずれにくくなる</p>
12	【学習課題】 ポイントを確かめながら、自分に合った高さの跳び箱や技を選んで、繰り返し系のの技に取り組もう。	
18	指導 【知識及び技能⑧】 場の安全確認と、試技前の安全確認の行い方を確認する。 前時の上手に跳ぶためのポイントを確認する。	 <p>開脚跳び</p> <p>いいよ、</p> <p>やくそく もみじの手</p> <p>はい、</p> <p>やくそく とびおろるときは ひょうでちやくせし よう。</p> <p>両足を揃えて踏み切る。</p> <p>跳び箱の奥側に両手でいっしょに手を着く。</p> <p>遠くを見て、手で強く突き放す。</p> <p>膝を曲げて両足を揃えて着地する。</p> <p>かかえ込み跳び</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つけます。</p> <p>手で強く突き放し、顔を上げます。</p>
活	練習する。	
動	※①「踏切」 ②「着手」 ③「手の突き放し」 ④「着地」が上手な児童を見つける。	
内容	【課題に迫る発問】 ①どんなリズムで踏み切ると、強く踏み切れる？ ②跳び箱の奥を、両手で強く上から叩いている？ ③跳び箱に着いた手を、その後どうしてる？ ④安定した着地は、膝をどうしたらいい？	
30	上手な児童に試技をさせてみんなで見ながら、4つの発問について板書にまとめる。 ↓ 練習する。	<場の設定の工夫> 跳び箱の位置を体育館中央に向かって助走をとるように設定することで、児童の運動方向が同じになり、教師が多くの児童の動きを把握しやすくなる。
35	①トン・トン・トーンのリズム ②跳び箱の上のラインより奥に着けばいい。 ③手で強く押す。 ④足を揃えて、膝を曲げて止まる。 ↓ ①②③を3人の友達にチェックしてもらおう。 ※④は自分で	 <p><3人が見る配置></p> <p>① ② ③</p> <p>苦手な児童</p> <p>丸めたマットで</p>
45	評価【学びに向かう力、人間性等⑤】	 <p>ステージ</p> <p>マット</p> <p>工夫した練習の場</p> <p>工夫した練習の場</p> <p>授業の流れ</p> <p>場の設定図</p>
30	【まとめ】 ポイントを確かめながら自分に合った高さの跳び箱や技を練習すると、繰り返し系の技が上手になるね。	
35	振り返り(学習カード記入、発表) ※4つのポイントのどれを意識して練習したのか、また、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。	
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	
評価事項	評価【学びに向かう力、人間性等⑤】 場の安全を確かめたり、試技の開始前の安全を確かめたりしていたか。(観察)	

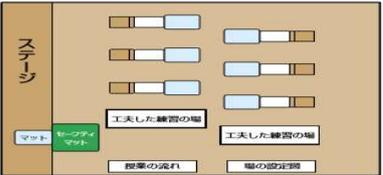
(8)展開例

<p>時間</p> <p>重点的指導事項</p>	<p>3 時間目 (全 8 時間)</p> <p>指導【思考力、判断力、表現力①】 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。</p> <p>指導【学びに向かう力・人間性等①】 切り返し系の技に進んで取り組む。</p>
<p>5</p>	<p>準備運動 共通メニュー(うさぎ跳び・カエルの足打ち・馬跳び)</p> <p>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 ⇒馬跳びは、この期間、ペアを決めておく ⇒馬跳びは、体重の重い児童には無理をさせない ※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>10</p> <p>12</p>	<p>場の設定を図で確認する 場の準備を行う</p> <p>※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><場の設定> 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>【学習課題】動きのポイントと比べて、自分の課題を見つけよう。</p>
<p>活動内容</p>	<p>指導【思考力、判断力、表現力①】 前時で自分ができていなかったポイントをとくに見てもらおう。 指導【学びに向かう力・人間性等①】 3人の友達にチェックしてもらおう。</p> <p>【課題に迫る発問】 できているかどうか確認するにはどうすればいいか</p> <p>iPadでビデオに撮って見ればいい。(約束例:1人3回まで)</p> <p>それぞれの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回撮ったら 課題を確認させ、3回練習して 再度iPadで確認」 などのルールを決める。)</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いっしょに手を着く。 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。</p> <p>かかえ込み跳び</p>  <p>踵の位置を高めて、腰を上げやすく 着地を高めて着地感を軽減</p> <p>かかえ込み跳びのために</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>30</p>	<p>【まとめ】 自分の課題を見つけて意識して練習すると、切り返し系の技が早く上手になるね。</p> <p>振り返り(学習カード記入、発表) ※選んだ技のポイントのどれが自分の課題で、どんな練習をしたかを発表させる。 ※話形を例示しておくとう発表がスムーズにできる。</p>
<p>35</p>	<p>評価【思考力、判断力、表現力①】</p>
<p>45</p> <p>評価事項</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) 器械運動の手引き(文部科学省)</p> <p>評価【思考力、判断力、表現力①】 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ことができていたか。(学習カード・観察)</p>

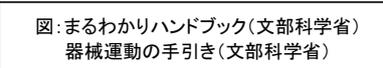
(8)展開例

時間	4 時間目 (全 8 時間)		
重点的指導事項	指導【思考力、判断力、表現力②】 動きのポイントについて見合ったり教え合ったりする。練習の場を選ぶ。		
5	準備運動 共通メニュー(うさぎ跳び・カエルの足打ち・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 ⇒馬跳びは、この期間、ペアを決めておく ⇒馬跳びは、体重の重い児童には無理をさせない ※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>脚を閉じたうさぎとび</p> <p>脚を開いたうさぎとび</p>	 <p>かえるの足打ち</p> <p>いろいろな馬跳び 縦に・横に・連続で</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。		
12	【学習課題】 動きのポイントを友達と見合ったり、教え合ったりしながら、自分の課題にあった場を選んで練習しよう。		
活動内容	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人の友達ににチェックしてもらおう。(iPadでビデオ撮影OK。今日は1人2回まで)		
	指導【思考力、判断力、表現力②】 【課題に迫る発問】友達が苦手としているポイントをよくするために、どうすればうまく伝わるかな。		
	練習しやすい場所を選ぶといい。 開脚跳び ＜自然な体重移動ができず、跳び越えきれない場合＞ 4つのポイントを互いに見合いながら練習をする。 ※通常の場合で跳びこせない児童の場合は、グループでその児童に合った場へ移動して教え合う。 ※失敗しても途中で跳び箱を下りず、最後に手でしっかり突き放して、着地することを約束する。		
	＜場の選択＞ ※跳びこせない場合は、縦の短い跳び箱やロールマットで行う。 ※手の押しが弱い場合は、椅子の場も有効。 ※踏切の練習は、助走後、手を跳び箱に着いたまま、跳んで踏切板の上へお尻をあげるようにする。		
30	評価【学びに向かう力、人間性等①】 かかえ込み跳び 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 横向きの跳び箱 ポイント：顔を上げて、腰を胸に引き付ける 跳び箱を踏切り板のかわりにして ポイント：踏切位置を高くして腰を上げ、腰を引き付ける		
35	【まとめ】 互いに見合ったり、教え合ったりしながら、自分の課題に合った場を選ぶと、練習がしやすくなるね。 振り返り(学習カード記入、発表) ※自分の課題と解決した場を発表させる ※話形を例示しておくとう発表がスムーズにできる。 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)		
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		
評価事項	評価【思考力、判断力、表現力②】 動きのポイントについて見合ったり教え合ったりしていたか。(学習カード・観察) 評価【学びに向かう力、人間性等①】 切り返し系の技に進んで取り組んでいたか。(観		

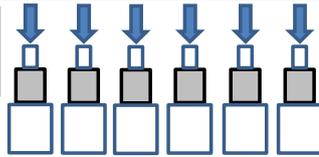
(8) 展開例

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⑦】 台上前転の行い方を知る。	指導【学びに向かう力、人間性等①】 回転系の技に進んで取り組む。
5	<p>準備運動 共通メニュー(うさぎ跳び・カエルの足打ち・馬跳び)</p> <p>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 ⇒馬跳びは、この期間、ペアを決めておく ⇒馬跳びは、体重の重い児童には無理をさせない ※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>	
10	<p>場の設定を図を確認する 場の準備を行う</p> <p>※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>	
12	<p>【学習課題】 台上前転の行い方を知り、進んで取り組もう。</p>	
活動内容	<p>指導【知識及び技能⑦】 ・途中であきらめない。 ・練習しやすい場所を選ぶといい。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等①】</p> <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な。 ・しばらく練習したら、普通の跳び箱に戻って試してみる。(易しい場⇄難しい場)</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。 5つのポイントを互いに見合いながら練習をする。</p> <p>〈場の選択〉 ※跳びこせていない場合は、縦の短い跳び箱やロールマットで行う。 ※手の押しが弱い場合は、椅子の場も有効。 ※踏切の練習は、助走後、手をを跳び箱に着いたまま、跳んで踏切板の上へお尻をあげるようにする。 5つのポイントを互いに見合いながら練習をする。 ※通常の場に戻る場合は、グループで移動して見合う。</p> <p>【易しい場の設置例】</p>  <p>【ポイント】 ①ふみきり (トン、トン、トーン) ②着手(手前に) ③あごを引く ④後頭部を着ける ⑤胸と膝を近づけて</p> <p>動きのポイント ・跳び箱の手前側に両手を着いて、しっかりと体を支える。 ・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、前転する。 ・胸を膝につけるようにしながら、回転し着地する。</p>  <p>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</p>  <p>②2つの跳び箱の上にマットを敷いて谷間で前転</p>  <p>③跳び箱の上から前転して下りる</p> 	
30	<p>評価【知識及び技能⑦】</p> <p>【まとめ】 5つのポイントに気を付けて練習すると、台上前転が上手になるね。</p>	
35	<p>振り返り(学習カード記入、発表) ※どのポイントを意識して練習したか、その結果はどうなったかを発表させる。 ※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【知識及び技能⑦】 台上前転の行い方を知っていたか。(観察)</p>	

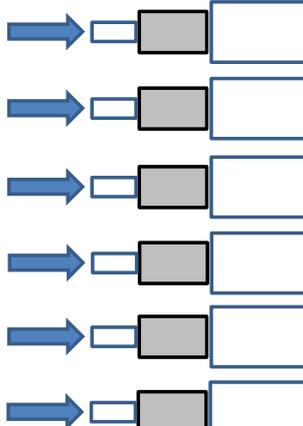
(8) 展開例

時間	6 時間目 (全 8 時間)
重点的指導事項	<p>指導【知識及び技能⑧】 自己の能力に適した回転系の技をし、5つのポイントを分かる。</p>
5	<p>準備運動 共通メニュー(うさぎ跳び・カエルの足打ち・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 ⇒馬跳びは、この期間、ベアを決めておく ⇒馬跳びは、体重の重い児童には無理をさせない ※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>
12	<p>場の設定を図を確認する 場の準備を行う</p>  <p>※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>
活動内容	<p>【学習課題】ポイントを確かめながら、自分に合った高さの跳び箱や技を選んで、回転系の技に取り組もう。</p> <p>前時の上手に跳ぶためのポイントを確認する。</p> <p>指導【知識・技能⑧】</p>  <p>【ポイント】 ①ふみきり (トン、トン、トーン) ②着手(手前に) ③あごを引く ④後頭部を着ける ⑤胸と膝を近づけて</p> <p>真上から踏みつけるように 跳び箱の手前に着手し、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</p> <p>【課題に迫る発問】 ①どんなリズムで踏み切るとよいか？ 助走の距離は？ ②両手を跳び箱のどこに着けばよいか？ ③回転するときどんな姿勢になるとスムーズに回れる？ ④頭のどこを跳び箱に着くとスムーズに回れる？</p> <p>評価【学びに向かう力・人間性等①】</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。</p> <p>5つのポイントを互いに見合いながら練習をする。 ※通常の場で跳びこせない児童の場合は、グループでその児童に合った場へ移動して教え合う。 ※連続図の掲示物を見ながら ※iPadを活用して</p> <p>〈場の選択〉 ※踏切の練習は、3~5歩の短い助走後、手を跳び箱に着いたまま、跳んで踏切板の上へお尻をあげるようにする。</p>  <p>ポイント: 助走から着地まで一連の動作で行う。</p>
30	<p>【まとめ】ポイントを確かめながら、自分に合った高さの跳び箱や技を選んで練習すると、回転系の技が上手になる</p> <p>振り返り(学習カード記入、発表) ※どのポイントを意識して練習し、その結果がどうだったかを発表させる。 ※話形を例示しておくとう発表がスムーズにできる。</p>
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> 
45	<p>評価【学びに向かう力・人間性等①】 回転系の技に進んで取り組んでいたか。(観察)</p>

(8) 展開例

時間	7 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①】 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。</p>	
5	<p>準備運動 共通メニュー(うさぎ跳び・カエルの足打ち・馬跳び)</p> <p>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 ⇒馬跳びは、この期間、ペアを決めておく ⇒馬跳びは、体重の重い児童には無理をさせない ※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>	
10	<p>場の設定を図で確認する 場の準備を行う</p> <p>※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><場の設定> 発表と同じ場で準備をする。 隣との間隔を十分空ける。</p> 
12	<p>【学習課題】動きの5つのポイントで、何が自己の課題なのかを見つけよう。</p>	
活動内容	<p>指導【思考力、判断力、表現力②】</p> <p>自分が、もっと上手にしたい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でビデオ撮影OK。今日は1人3回まで)</p> <p>【課題に迫る発問】どうすれば、上手にしたいポイントをよく見てもらえるかな。</p> <p>自分の一番の課題を伝えてから跳ばせる。 紙やミニホワイトボードに大きい字で書いておくと、みんなにチェックしてもらいやすい。</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。</p> <p>5つのポイントを互いに見合いながら練習をする。 ※通常の場合で跳びこせない児童の場合は、グループでその児童に合った場へ移動して教え合う。 ※連続図の掲示物を見ながら</p> <p>〈場の選択〉 ※踏切の練習は、助走後、手を跳び箱に着いたまま、跳んで踏切板の上方へお尻をあげるようにする。</p> <p>「①ふみきり ②着手 ③あごを引く ④後頭部を着ける ⑤胸と膝を近づけて」が課題のとき</p>  <p>①セーフティマットの上で前転 → 1歩助走(いっぽんりのリズム)で前転</p> <p>「③あごを引く ④後頭部を着ける ⑤胸と膝を近づけて」が課題のとき</p>  <p>「①ふみきり ③あごを引く ④後頭部を着ける」が課題のとき</p> 	
30	<p>【まとめ】友達に見てもらったり、iPadを使って練習すると、自分の課題に気が付きやすくなるね。</p> <p>振り返り(学習カード記入、発表) ※自分の課題、選択した場、練習の結果を発表させる。 ※話形を例示しておくとう発表がスムーズにできる。</p>	
35	<p>評価【思考力、判断力、表現力②】</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【思考力、判断力、表現力①】 動きのポイントと照らし合わせて自己の課題を見つけたか。(学習カード・観察)</p>	

(8)展開例

時間	8 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②】 動きのポイントについて見合ったり教え合ったりする。練習の場を選ぶ。	
活動内容	5	準備運動 共通メニュー(うさぎ跳び・カエルの足打ち・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 ⇒馬跳びは、この期間、ペアを決めておく ⇒馬跳びは、体重の重い児童には無理をさせない ※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
	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。
	12	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> 【学習課題】 技のポイントを意識して友達と見合ったり教え合ったりして練習して、できばえを確かめよう。 </div>
		<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> 指導【思考力、判断力、表現力②】 5分間練習をして、発表会をしよう。 </div>
		<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> 【課題に迫る発問】 自分が気を付ける技のポイントは何か？しっかりと友達に伝えて練習しよう。 </div> <p style="text-align: center;">自分が課題としていたことを意識しながら場を選んで練習する。 5つのポイントをしっかり見て、友達に伝える。</p> <p style="text-align: right;">〈発表の場の例〉</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。 5つ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"> ・低い段のグループから、発表する。 ・みんなで場所を移動しながら、見て拍手を送る。 ・技能の評価を行う。 ・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。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 評価【知識及び技能⑧】 </div>
30	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> 【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！ </div>	
	振り返り(学習カード記入、発表) ※自分の課題、有効だったアドバイス、できるようになった技を発表させる。 ※話形を例示しておくとう発表がスムーズにできる。	
35	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 評価【思考力、判断力、表現力②】 </div>	
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	
評価事項	評価【知識及び技能⑧】 自己の能力に適した開脚跳びや台上前転をし、技のポイントが分かっていたか。(観察)	評価【思考力、判断力、表現力②】 動きのポイントについて見合ったり教え合ったりしていたか。(学習カード・観察)

4 単元指導計画及び展開例

【2月～3月】

単元名 多様な動きをつくる運動：体のバランスをとる運動及び力試し運動（A 体づくり運動）

全8時間

（1）単元のねらい

知・運：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、体のバランスをとる動き、体を移動する動き、用具を操作する動き、力試しの動きをし、それらを組み合わせることができる。

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ができる。

（2）運動の仕方等

体のバランスをとる運動では、姿勢、速さ、リズム、方向などを変えて、這う、歩く、走る、跳ぶ、はねる、登る、下りるなどの動きで構成される運動や、一定の速さでのかけ足などの運動をする。

力試しの運動では、人や物を押す、引く、運ぶ、支える、ぶら下がるなどの動きや、力比べをする。

（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）

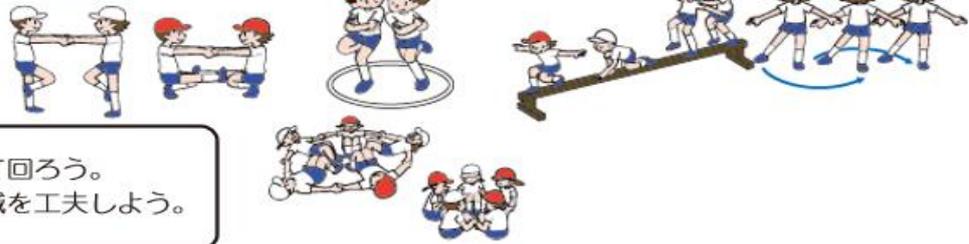
<p>バ ラ ン ス</p>	<p>○回るなどの動きで構成される運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・右回り、左回りをバランスよく行う。 ・つま先に力を入れる。 ・勢いよく体をひねる。 ・目線を決めて回る。 ・回る方向に腕を振って体をひねる。 <p>○寝転ぶ、起きるなどの動きで構成される運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・重心を徐々に回る方に移動させる。 ・寝ころぶ反動を使って起きる。 ・自分のおへそを見よう。 ・手を上にあげて反動をつける。 ・グループで行うときには、手を引き合いながらかけ声をかける。 	<p>○渡るなどの動きで構成される運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・足と手をリズムよく動かす。 ・体の中心に重心をおく感じで歩く。 <p>○座る、立つなどの動きで構成される運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・足がずれないように踏ん張る。 ・ひざを曲げ、相手の背中を自分の背中で押す。 <p>○体のバランスを保つ動きで構成される運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・動きに応じて、足裏で踏ん張ったり、つま先に体重をかけたりするなど力の入れ加減を工夫し、重心を移動してバランスをとる。
<p>力 試 し</p>	<p>○人を押す、引く動きや力比べをするなどの動きで構成される運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・重心を低くして相手を押す、踏ん張る。 ・重心を低くして相手を引っ張る。 	<p>○人を運ぶ、支えるなどの動きで構成される運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・力を入れる時は、腰を落とす。 ・支える時は、ひじを伸ばす。 <p>○物にぶら下がるなどの動きで構成される運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・物を両手や片手で、包むように握る。

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

知識及び運動	
つまずきの例	手立て・配慮
<p>○片足を軸にして回りながら移動する動きが苦手</p> <p>○渡るなどの動きが苦手</p> <p>○バランスを保つ動きが苦手</p> <p>○人を押す、引く動きが苦手</p> <p>○人を運ぶ、支える動きが苦手</p>	<ul style="list-style-type: none"> 片足で回ることを連続して行ったり、ケンケンパで半回転をしたりする。 平面に描いた細い通路や、新聞紙や段ボールなどで作った用具を用いて、広さや高さを易しくした場づくりをする。 一定の距離をケンケンで進んだり、バランスをとりながら単独で立ったりするなど、易しい動きを示す。 膝を曲げて腰を低くした構えで、安定した姿勢で行えるようにする。 補助を受けながらゆっくりと動いたり、手のひらでしっかりと地面や床を押し付けたりして行うことができるようにする。
思考力、判断力、表現力等	
他者に伝える場面	内容例
<p>○運動の楽しさや心地よさを味わい、基本的な動きを身に付けるために考えたり、見付けたりしたことを友達に伝える。</p>	<ul style="list-style-type: none"> これまでの学習で経験した運動の中から選んで、みんなで行うと楽しくなる運動を友達に紹介する。 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。 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ることなどの気づきや、行ってみて楽しかったことなどを学習カードに書いたり、発表したりする。
学びに向かう力、人間性等	
つまずきの例	手立て・配慮
<p>○運動の行い方が分からないために意欲的に取り組めない。</p> <p>○友達と関わり合うことが苦手で運動に意欲的に取り組めない。</p> <p>○運動への興味や関心がもてず意欲的に取り組めない。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 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。 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。 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、用具等の工夫

体のバランスをとる運動



目標を決めて回ろう。
力の入れ加減を工夫しよう。

回るなどの動き

体を手や足で思い切り押して体を小さくして回ろう。
おしりや背中を軸にして、

合図に合わせて、体をひねって、素早く回ろう。
みんなで1回転してポーズ。

みんなでいっしょに

つま先の方を入れよう。1回転ごとに止まって、ポーズを決めよう。

片足を軸にして、右回り・左回りに回ること。

低い姿勢で

ゲームをしてみよう

用具を使って

片足を軸にして、両ひざが移動すること。
※中学年の例示

軸を離したらつま先でぐるぐる回ろう。
1人で、自分の膝を立てたまま回し、1回して着がれぬように回ってキープする。

タイミングを合わせて素早く回ろう。

ゲームをしてみよう

軸を決めて回る。保る方向に軸を回して体をひねる。

1回転してジャンケンポン。

寝ころぶ、起きるなどの動き

体をなるべく小さくして横に回ろう。

足を振り回した反動を活かして、手を引き合いながら、かけ声をかけて友達と動きに合わせて起き上がりよう。

足の裏を合わせて座り、両手で足をもち、背中を床に接触しながら回り、起きること。

膝と手をついて、小さく回って転がる。
姿勢を変えて

ゲームをしてみよう

動きのポイント

- ・重心を徐々に回るかに移動させる。
- ・横こりの反動を使って起きる。

人数を増やして

自分のおへそを見よう。
手を上に向けて、反動をつけてみよう。

友達と両手をつなぎながら、輪転んだり、転がったり、起きたりすること。
※中学年の例示

ゆりかごのあと、立ち上がってジャンケン。

座る、立つなどの動き

声をかけながら、相手の手を引く力やタイミングを考えよう。

いろいろな姿勢で

友達と肩を組んだり背中を合わせたりして、立ったり座ったりすること。

用具を使って

立つ

座る

軽くボールを押すようにしよう。

ボール等をはさんで、

ゲームをしてみよう

動きのポイント

- ・足がずれないように固く踏む。
- ・ひざを曲げ、相手の背中を自分の背中で押す。

人数を増やして

となりの人の腕をグッと引きながら立とう。
つま先を合わせよう。

両手を上に思い切り振りあげて、反動をつかって立とう。

手を合わせて立ち上がる。

立ち上がってジャンケンポン。

※中学年の例示

友と手をつなぎながら、片足で立ったり座ったりすること。
※中学年の例示

バランスを保つ動き

足裏で地面を踏って押れたいようにしよう。

しゃがんだ姿勢で相手のバランスを崩したり、相手の手を引いたりしないようにしよう。

動きを止めて

しゃがんだ姿勢で相手のバランスを崩したり、相手の手を引いたりしないようにしよう。
※中学年の例示

つま先に体重をかけてボールの中心を両手で押してみよう。

ボールを使って

押されたら足を引いて、足裏全体でバランスをとろう。

ボールを使ってバランス崩し。

動きを合わせて

声をかけて、リズムを合わせよう。
ケンケン回ると、人数を増やして。

止まったときに、バランスをとろう。いろいろなポーズで止まってみよう。

合図でストップ。1人で、数人をつなげて。

渡るなどの動き

安全のためにマットを敷くなどの配慮をする。
※中学年の例示

一歩ずつ確かめながら進もう。

友達の手やリズムに合わせて歩こう。

動きを合わせて

平均台などの器具をいろいろな姿勢で渡ること。

動きのポイント

- ・足と手をリズムよく動かす。
- ・体の中心に重心を移して歩こう。

用具を使って

平均台の上から落ちないように並び順を入れ替える。

いろいろな器具で

足元に注意しながらボールを見よう。

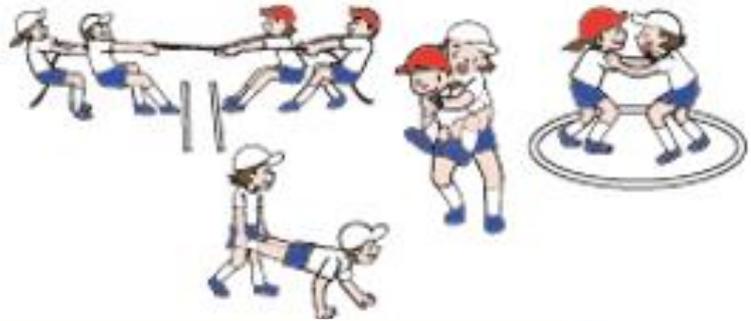
足のひらや足をしっかりと握り締めて歩こう。

手や足を上げてリズムをとりながら渡る。

力試しの運動



力を入れるときは、腰を落とそう。引いたり支えたりするときは、ひじを伸ばそう。



人を押す、引く動きや力比べをする動き

手のひらでしっかり支えてから押し返そう。

相手のおしりが少し浮くように交互に引っ張ってみよう。

協力して

だるま押し

なわをしっかりと握って引っ張ろう。

用具を使って

膝を曲げ、腰を低くして押すようにしましょう。

腰を低くして、息を合わせて、同時に強く引っ張ろう。

すもう遊びで相手を押し出したり、引き合い遊びで引き動かしたりすること。

動きのポイント

- 手や背中に体重を伝えるように足に力を入れたり、腰を落としたりする。

押し合いすもうで、重心を低くして相手を押ししたり、相手から押されないように踏ん張ったりすること。

※中学年の例示

※中学年の例示

※中学年の例示

※中学年の例示

人を運ぶ、支える動き

持つ人は友達の手をしっかりと持とう。

わきからしっかり抱いて後ろにひっぱっていこう。

下の人は落とさないように、太ももをしっかりと持とう。

ジャンケン遊び、鬼ごっこ、コース遊び等、少し遅らしたら交代。

途中で交代するなど負担がかかり過ぎないように留意する。

ゲームや遊びで

「1,2」「1,2」と声をかけて進もう。

腕立て伏臥の姿勢から自分の体を支え、手や足を支点として回ること。

腕立て伏臥の姿勢から自分の体を支え、手や足を支点として回ること。

動きのポイント

- 引かれる人は、肘を伸ばして、腰を上げる、おなかに力を入れる。
- 引く人は、腰を落とす。

生活の品を運ぶ。

荷物運びリレー、動物まわっこ競争等。

※中学年の例示

※中学年の例示

※中学年の例示

※中学年の例示

(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。」



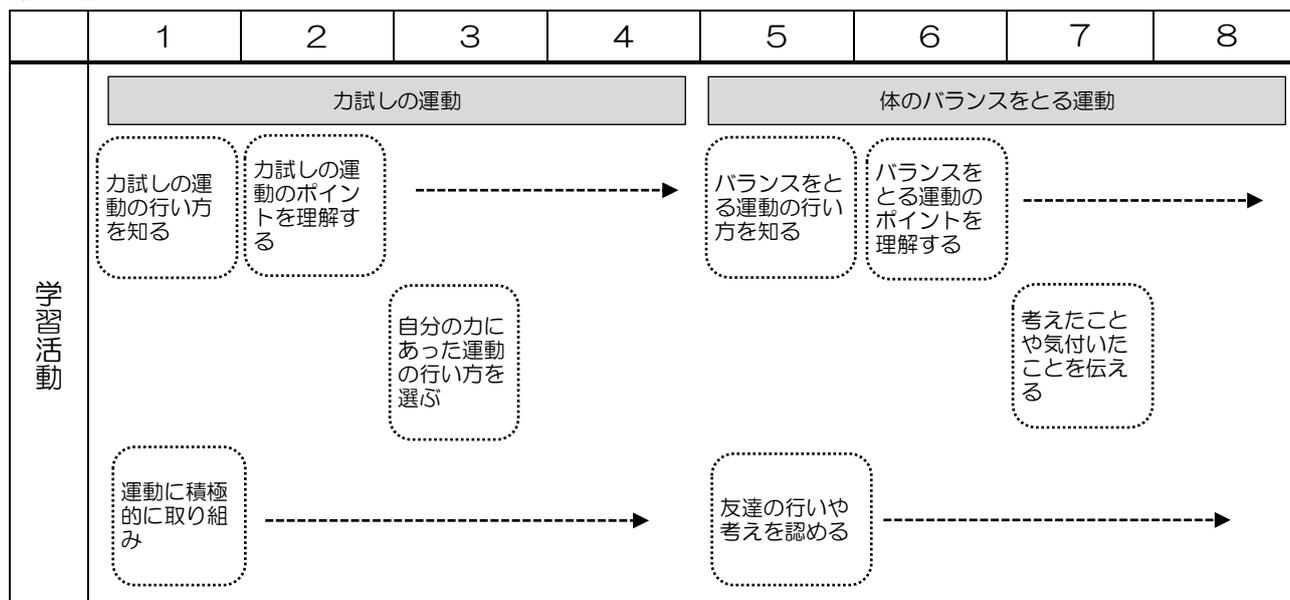
「班のみんなと一緒に励まし合いながら運動することができました。」



「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

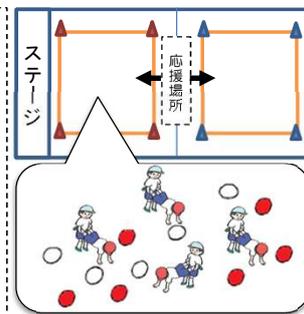
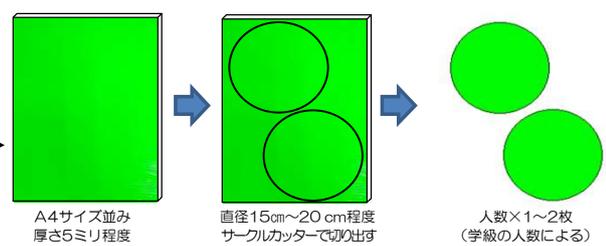


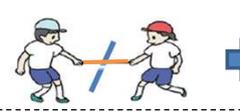
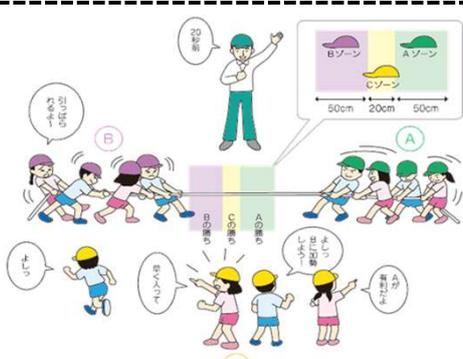
③単元計画及び指導と評価の計画

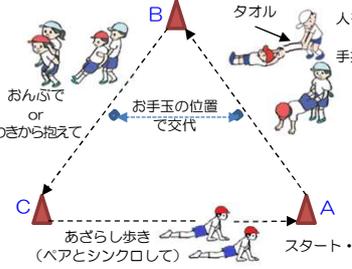
時間	(○) 重点的な指導内容、(●) 学習を深める活動	重点的指導事項	評価
1	○力試しの運動の行い方を知る。	知・技⑧	知・技⑧
2	○運動に進んで取り組む。	学・人①	
3	○人や物を押す、引くなどのさまざまな動きや、力比べをするなどの動きで構成される運動の行い方を知り、力を出し切ったり力の入れ方を加減したりする動きのポイントがわかる。	知・技⑨	学・人①
4	○力試しの運動の行い方を選ぶ。	思・判・表②	思・判・表② 知・技⑨
5	○体のバランスをとる運動の行い方を知る。 ○友達の考えを認めたり、互いの気持ちを尊重し合ったりしようとする。	知・技② 学・人④	知・技②
6	○体のバランスをとる動きで、さまざまな動きで構成される運動を身に付けるポイントを知る。	知・技③	学・人④
7	○体のバランスをとる運動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
8	●今までに学習した技能のポイントを使って、体のバランスをとる運動を行う。		知・技③

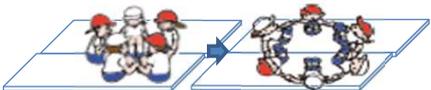
(8)展開例

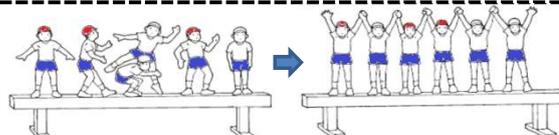
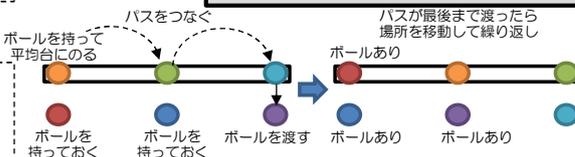
時間	1 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	【知識及び技能⑧】 力試しの運動の行い方を知ること。	
5 10 15 20 25 30 35 40 45	<p>《準備運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行き、心もほぐす) ・腕立てじゃんけん。 <p>(2年生 2学期 多様な動きをつくる運動遊び(バランス・力試し) 参照)</p>  <p>じゃんけんぽん!</p>	
	<p>【学習課題】人を運ぶ力試しの運動のやり方を知って、楽しく運動を行おう。</p> <p>【課題に迫る発問】どんなやり方があるか紹介するよ。うまくできるかな？</p> <p>指導【知識及び技能⑧】</p>	
	<p>《おんぶで運ぶ》(距離を決めて交代して折り返し)</p> <p>【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①体格がおよそ同じ者でペアを組む。(同性がよい) ②友達をおぶって歩き、折り返し地点で交代する。  <p>※おんぶする人は、おんぶした人を落とさないように、太ももをしっかりと持つ。</p>	
	<p>※速さを競うものではなく、おぶった人を落とさないようにしっかりと足の裏を着いて最後までゴールするよう押さえる。 ※全員が終わったら、どんなところの力が必要だったか、いい動きの友達がいなかったか、など全体で感想を述べ合う。</p> <p>《わきから抱えて運ぶ》(距離を決めて交代して折り返し)</p> <p>【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①体格がおよそ同じ者でペアを組む。(同性がよい) ②後ろからわきの下に腕を入れて、抱えるようにする。抱えられるものは足を伸ばして力を抜く。 ③後ろ向きに運び、折り返し地点で交代する。  <p>※後ろ向きに進むので、「大丈夫?」と声をかけながらゆっくりと進む。</p>	
	<p>※代表の子供をお手本にして、やり方を説明する。 ※速さを競うものではなく、抱えた人を腕で支えてしっかりと足の裏を着いて最後までゴールするよう押さえる。 ※全員が終わったら、どんなところの力が必要だったか、いい動きの友達がいなかったか、など全体で感想を述べ合う。</p> <p>《手押し車》(距離を決めて交代して折り返し)</p> <p>【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①体格がおよそ同じ者でペアを組む。 ②友達を持つ人は、友達の膝のあたりをしっかりと持ち、膝が曲がらないようにする。 ③友達の速さに合わせながら押し、折り返し地点で交代する。  <p>※手のひらを置いて置き、両腕で自分の体重を支えながら移動する。</p>	
<p>※代表の子供をお手本にして、やり方を説明する。 ※速さを競うものではなく、抱えた人の膝を持って体を起こして腕を伸ばし、しっかりと足の裏を着いて「イチ、二、イチ、二」と声をかけて進んで最後までゴールするよう押さえる。</p> <p>《力試しメドレーリレー》(距離を決めて交代して折り返し、全体で競争)</p> <p>【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①6人のグループを組み、ペアを作る。 ②もともになる3つの動きのどれをするか、ペアごとに決める。 ③ペアは、折り返し地点で交代することとし、メドレーリレー形式で、すべてのペアがゴールしたら終り。(ゴールの着順で競争) <p>※体格が大きい子供をうまく支えられない状況が見られるときは、同じグループの人と2人で支えるなど、状況に応じて教師が提案する。 ※速さを競うが、無理をせず安全面の決まりを守るよう指導する。 ※いい動きや良い声掛けが見られるペアやグループを称賛し、全体に紹介する。</p> <p style="text-align: right;">評価【知識及び技能⑧】</p>		
<p>《整理運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手首・足首・首のストレッチ <p>《振り返り(学習カード記入、発表)》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習カードで、やり方がわかったものに○を付けさせる。 ・楽しかったやり方を発表し合う。 ・やり方や安全面の決まりを守って活動していた子供を紹介し、称賛する。 <p>【まとめ】楽しく力試しの運動を行うためには、運動の行い方を知って、安全に気を付けて運動を行うことが大切だね。</p> <p style="text-align: right;">評価【知識及び技能⑧】</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、多様な動きをつくる運動(遊び)ハンドブック、学校体育実技指導資料第7集 集まり運動(改訂版) 参照</p>		
評価事項	【知識・技能(運動)⑧】 力試しの運動の行い方がわかる。(観察・発言、ワークシート)	

時間	2 時間目 (全 8 時間)
重点的指導事項	【学びに向かう力、人間性等①】 体ほぐしの運動や多様な動きをつくる運動に進んで取り組むこと。
5	<p>≪準備運動≫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす) ・腕立てじゃんけん。(手を交互に変えて行う) 
10	<p>【学習課題】途中であきらめず、人を運ぶ力試しの運動を進んで何度も行い、楽しく活動しよう。</p> <p>【課題に迫る発問】 みんなで力強い動きを行うときに大切にしてほしいことは？ 指導【学びに向かう力、人間性等①】</p> <p>※力強い動きは、ややもすると途中でやめてしまうことが考えられるので、力を高めるためには、あきらめずに何度も繰り返し進んで運動を続けて行うことが大切であること、また、そのことが健康で元気な体づくりにつながることを押さえる。 ※運動を楽しく行うためには、友達に文句を言ったり友達が嫌なことをしたりせず、約束を守って活動することが必要なことを押さえる。</p>
15	<p>【発問】 手押し車オセロゲームをやろう！やり方を紹介するよ。</p> <p>≪手押し車オセロゲームのやり方を知り、ゲームを行う≫</p> <p>【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①6チームができるように人数を調整する。 ②3チームを1グループとして、チームごとに整列してトリオを決める。 ③時間を決めて3回戦(1回戦ごとに途中交代)行い、ゲームがなく応援の時は、自分のトリオのがんばりを見付ける。(対戦時はチームカラーを決める) ④オセロの要領で手押し車で移動しながらゲームを行い、ゲーム終了時に表になっているチームカラー枚数を数え、その枚数を得点とし、合計得点で勝敗を競う。(1ゲームごとの勝敗数で競うやり方もある) <p>※1枚カードを返したら、必ず移動して違うカードをひっくり返すことを約束する。(同じ場所にずっと留まると運動のねらいから外れるため) ※2年生 3学期 多様な動きをつくる運動(移動)で既習</p>  <p>※トリオの動きを見て、よい動きを見付けるよう声掛けをする。 ※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、活動を止めて再度説明をする。 ※足を落とさないよう、前時に学習した膝の持ち方を押さえ、安全面に配慮する。 ※ゲームごとに、各チームの枚数を聞き、板書する。</p>
20	<p>≪見つけた友達のがんばりを共有する≫</p> <p>※前半のゲームで見つけたトリオのがんばり(あきらめずに続けて動いている、最後まで活動しているなど)を全体で紹介する。その際、いい動きが見られたときは、それも加えるよう触れる。 ※動きが苦手でも最後までよく活動していた子供の様子を知らせ、称賛する。</p> <p>※後半のゲームでは、トリオに応援の声をかけるなど互いに励まし合うこと、前半と後半のゲームのチームカラー枚数の総得点で勝敗が決まることなどを知らせる。</p>
25	<p>≪もう一度、動物変身オセロゲームを行う≫(前半と同じ3チームで)</p> <p>※トリオの動きを見て、励ましの声を掛けるよう押さえる。 ※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。 ※ゲームごとに、各チームの枚数を聞き、板書して勝敗を知らせる。</p>
30	<p>【用具の工夫例(オセロのボード)】 (1年生 2学期 多様な動きをつくる運動遊び(用具操作)既習)</p> <p>※市販の体育用教材(10枚 4,000円程度)を購入することも考えられるが、自作する場合は、次のような方法があります。</p> <p>○カラーボード(片面カラー)から円形に切り出す。 ○段ボールや厚紙の片面に色画用紙を貼ったり色を塗ったりして円形に切り出す。(子供と一緒に作成するときは段ボールカッターを使うなど、安全面に留意する)</p>  <p>A4サイズ並み 厚さ5ミリ程度 直径15cm~20cm程度 サークルカッターで切り出す 人数×1~2枚 (学級の人数による)</p>
35	<p>≪整理運動≫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手首・足首・首のストレッチ <p>≪振り返り(学習カード記入、発表)≫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習カードで、進んで活動できたか○を付けさせる。(トリオのよいところも記述する) ・教師が見つけた進んで活動していた子供を紹介し、称賛する。
40	<p>【まとめ】 力強い動きを高めるためには、途中であきらめず何度も繰り返し活動に取り組むなど、進んで運動を行うことが大切だね。</p> <p>≪片付け≫</p>
45	<p>図：文部科学省 小学校体育まるわかりハンドブック、多様な動きをつくる運動(遊び)/ハンドブック、学校体育実技指導資料第7集 体づくり運動(改訂版) 参照</p>
評価事項	

時間	3 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	【知識及び技能⑨】 人や物を押す、引く、運ぶ、支える、ぶら下がるなどの動きや、力比べをするなどの動きで構成される運動の行い方を知り、力を出し切ったり力の入れ方を加減したりする動きができること。	
5	≪準備運動≫ ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす) ・腕立てじゃんけん。(手を交互に変えて行う) 	
10	【学習課題】力比べをする力試しの運動の行い方を知って、うまくできるようになろう。 【課題に迫る発問】どんな運動があるか紹介するよ。みんなで作ってみよう。 指導【知識及び技能⑨】	
15	≪棒引き≫ (グループ対抗で2人組を作って) 【行い方の例】 ①2つのグループが体育館の床のラインを挟んで向き合い、それぞれ2人組で棒を引き合い、相手を自分のグループの陣地に引っ張ったら勝ち。 ②時間を決めて、勝った人数で勝敗を決める。 ③グループで1人ずつずれて相手を変え、繰り返す。  ※最後まで棒を離さないように指導する。	
20	≪なわ引き≫ (グループ対抗で) 【行い方の例】 ①2つのグループが体育館の床のラインを挟んでなわを持って向き合って立ち、なわの中心が自分のグループの陣地に近い方が勝ち。 ②時間を決めて、勝敗を決める。 ③2対2、3対3、4対4など、回旋ごとに人数を変えるなど工夫する。  ※最後までなわを離さないように指導する。(安全面への配慮)	
25	評価【学びに向かう力、人間性等①】 【課題に迫る発問】綱(棒)引きで、相手に引っ張られないようにするためにはどんなコツがありそうかな？	
30	【考える視点の例】 ・足に力を入れる ・腰を落とす ・肘を伸ばす ・足の指は外側に向ける ・背中を伸ばす ※子供とやり取りをしながら、コツを押さえる。(技能にこだわりすぎず、ポイントを押さえる) ※いい動きが見られた子供を紹介し、全体で共有する。 ※後半は、話し合ったコツを使って、3グループ対抗で腕立てじゃんけん遊びをすることを知らせる。 指導【知識及び技能⑨】	
35	【発問】新しい綱引きのやり方で、動きのコツを試してみよう。 ≪3チームでの綱引き(勝利は我にあり!)≫ (3グループ対抗で) 【行い方の例】 ①前時の6チームで3チーム(例:A、B、C)を1グループとして行う。(1回戦:1分程度×3回戦) ②Aチーム対Bチームで綱引きを30~40秒間行い、Cチームはその状況を見て、負けそうなチームの方に手伝いに入る。(30~40秒経過の合図を出す) ③真ん中のCゾーンで終了すればBチームの勝ち、AゾーンかBゾーンで終了すればAチームあるいはBチームの勝ち。 ④グループでの総当たり戦(3回戦)を行い、勝率が高いチームが優勝。 	
40	※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。 ※動きのコツを押さえたよい動きの子供を称賛しながら全体で紹介する。 ※子供の実態により、3チームでの綱引きが難しいときは、再度、なわ引きをして動きのコツを確かめさせる。	
45	≪整理運動≫ ・手首・足首・首のストレッチ ≪振り返り(学習カード記入、発表)≫ ・学習カードで、わかった動きのコツに○を付けさせる。 ・教師が見つけた子供のいい動きを紹介し、称賛する。 【まとめ】力比べをする力試しの運動で力が高めるためには、足に力を入れたり、腰を落としたりするなど、動きを高めるためのコツが分かっとうまくできるようになることが大切だね。	
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、多様な動きをつくる運動(遊び)/コンプレット、学校体育美技指導資料第7集 体づくり運動(改訂版) 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	評価【学びに向かう力、人間性等①】 多様な動きをつくる運動(力試しの運動)に進んで取り組もうとする。(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	【思考力・判断力・表現力等②】 運動の楽しさや心地よさを味わったり、様々な基本的な動きを身に付けたりするための運動の行い方を選ぶこと。	
5	≪準備運動≫ ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす) ・腕立てじゃんけん。(手を交互に変えて行う) 	
10	【学習課題】力試しの運動の行い方を選んで、力を高めよう。 【課題に迫る発問】やり方を紹介するよ。ペアで相談して取り組む運動を決めよう。	
10	【行い方の例】 ①4～6グループに分かれて、場を設定する。 (三角コーンABC3つ×グループ数) ②AB間：人を引く動きと手押し車から選択、BC間：おんぶで運ぶとわきから抱えて運ぶから選択、CA間：ペアでシンクロしてアザラシ歩きで、AB間とBC間はお手玉の位置で交代。 ③時間内に動きの選択を変えて、繰り返し行う。	 ※スタート前に、ペアで行う動きを決めておく。 ※前のペアがBに着いたら次のペアがスタートする。 ※人を引く動きは1年生、あざらし歩きは2年生で既習。 ※速さではなく、最後までペアが揃ってゴールできるかが大切。 ※前時までに学習した安全面に配慮した動きを押さえる。
15	指導【思考力・判断力・表現力等②】 ※同じ力試しの運動でも、いろいろな動きができるようになることで力が高まることを知らせ、大切なこと、繰り返すごとに違った動きを選ぶよう押さえる。※いい動きが見られた子供を紹介し、全体で共有する。 ※前時に学習した動きのコツを振り返り、再度、押さえる。 ※いい動きが見られた子供を称賛し、全体で紹介する。 ※動きを続けることがうまくできない子供が見られたときは、途中で止まりながら続けるよう声掛けを行う。また、順番を待っているときは、友達のいい動きを見付けたり、励ましの声を掛けたりするよう押さえる。	
20	評価【思考力・判断力・表現力等②】 ≪見つけた友達のがんばりを共有する≫ ※前半の活動で見つけた友達のいい動きやがんばり(あきらめずに続けて動いている、最後まで活動しているなど)を全体で紹介する。 ※動きが苦手でも最後までよく活動していた子供の様子を知らせ、称賛する。 ※後半の活動では、コース上に障害物を置くことを図を掲示して知らせる。	
25	≪障害物を加えたコースや違ったやり方に挑戦する。≫(前半と同じグループ・ペアで) ※障害物のコースや違ったやり方でうまく動きができない時は、横を通り抜けたり途中からコースを変えたりしてもよいことを知らせるが、まずは挑戦して力を試すよう意欲を高める。 ※いい動きが見られた子供を称賛し、全体で紹介する。 ※動きを続けることがうまくできない子供が見られたときは、途中で止まりながら続けるよう声掛けを行う。また、順番を待っているときは、友達のいい動きを見付けたり、励ましの声を掛けたりするよう押さえる。	【加える障害物等の例】 
30	評価【知識及び技能⑨】 【用具の工夫例(ミニハードルの代用)】 (2年生 2学期 体ほぐしの運動遊び 既習)  ①コピー用紙の箱等を2個用意し、3つ穴をあける。 ②ホームセンターで売っている塩ビ管凍結防止カバーや拡大機の丸芯、新聞を丸めて棒状にしたもの等を穴に入れる。 ③設置するときは、段ボールの中に水を入れて大きめのペットボトルを入れて倒れないようにする。 ※子供の恐怖心を取り除いたり、高さの調節を行うことができたりする用具の工夫です。	
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、発表)≫ ・学習カードで、自分が選んだ動きに○を付けさせる。(できれば理由も記述する) ・教師が見つけた子供のいい動きを紹介し、称賛する。 評価【思考力・判断力・表現力等②】	
45	【まとめ】いろいろな力試しの運動のやり方を選んで取り組むと、楽しく活動することができるね。 また、それを繰り返し行うことで力強い動きが高まるね。 ≪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、多様な動きをつくる運動(遊び)パンフレット、学校体育実技指導資料第7集 体づくり運動(改訂版)	
評価事項	評価【知識及び技能⑨】 人や物を押す、引く、運ぶ、支える、ぶら下がるなどの動きや、力比べをするなどの動きで構成される運動の行い方を知り、力を出し切ったり力の入れ方を加減したりする動きができています。(観察)	評価【思考力・判断力・表現力等②】 運動の楽しさや心地よさを味わったり、様々な基本的な動きを身に付けたりするための運動の行い方を選んでいる。(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②】 体のバランスをとる運動の行い方を知ること。	【学びに向かう力、人間性等④】 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。
5	<p>《準備運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす) ・回る遊び(1年生時既習)  <p>足を替えてもできるかな? 足を変えながら</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>①片足で立って、1回転して元の位置でピタッと止まる。 ②軸になる足を反対に変えて再度行う。 ③1回転ずつ足を替えて、2回転行う。</p> </div> <p>【学習課題】体のバランスをとる運動を知って、友達とできばえを相談しながら、楽しく運動を行おう。</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? 指導【知識及び技能②】</p>	
10	<p>※互いのできばえをよく見て、あとで紹介し合うことを知らせておく。(いい動き、こうすればもっとよくなるなど)</p> <p>《バランス相撲1》(2人組で向かい合って) ※1年時既習</p> <p style="text-align: center;">【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①しゃがんで両足の足の裏を着いて向かい合う。(土俵は床のラインや短マットを使う) ②手のひらを合わせ、押したり引いたりしながら相手のバランスを崩す。 ③バランスを崩して足が動いたら負け。 ④グループ内で相手を変えながら、繰り返し行う。  <p>※教師が実際にやって見せながらもともになるやり方を知らせる。 ※顔に腕が当たらないよう胸の前で行うよう安全面に配慮する。</p>	
15	<p>《バランス相撲2》(グループで円になって)</p> <p style="text-align: center;">【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①グループで手をつなぎ、マットの上に両足の足の裏を着いてしゃがむ。 ②教師の合図で、隣の人の腕を引いたり力を抜いたりして、隣の人のバランスを崩す。 ③バランスを崩して足が動いたりおしりを着いたりしたら負け。 ④グループ内で繰り返し行う。  <p style="text-align: right;">評価【知識及び技能②】</p>	
20	<p>【課題に迫る発問】体のバランスをとる運動をやったできばえをグループで話し合おう。 指導【学びに向かう力、人間性等④】</p> <p>※グループで友達のいい動きやすよかったところ、こうすればもっとよくなるなど、話し合うときに大切にしてほしいこととして、友達の考えやアドバイスを認め、後半の動きに取り入れていくよう押さえる。その後、グループでの話し合いを行う。 ※グループで出した意見について全体で紹介する。その時、話し合いのいい様子が見られたグループを教師が紹介する。 ※後半は、用具(棒)を使って体のバランスをとる運動を行うことを知らせ、活動しながらグループ内で教え合いを行うこととし、友達の考えを認め、その考えを生かしてより良い動きにつなげるよう押さえる。</p>	
25	<p>《用具を使って体のバランスをとる》(ペアで交代しながら⇒ペアと手をつないで⇒グループ対抗)</p> <p style="text-align: center;">【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①フープの中で、棒を落とさないように決められた時間たっておくことができるか挑戦する。(ペアが数を数えて時間とする) ②ペアで交代しながら活動するが、交代するときにできばえを伝える。 ③慣れたら、ペアで手をつないで行う。(一緒に数を数える) ④グループ対抗(フープ)で全員一斉にスタートとし、全員で数を数え、最後まで棒を落とさなかった者がいるグループの勝ち。(人数が多い方が勝ち)  <p>棒をのせる体の部位を変えたりなどして挑戦してもおもしろい(手のひら→あご→つま先で、片足で など)</p> <p>ペアで手をつないで グループ対抗で</p>	
30	<p>【用具の工夫例(新聞紙の棒)】(1年生2学期 多様な動きをつくる運動遊び(用具操作)既習) 【材料】○新聞紙 4ページ分 ○セロテープ</p>  <ol style="list-style-type: none"> ①新聞紙見開きで4ページ分を広げて半分に折る。 ②同じ向きに丸めて、細長い棒を作る。 ③ビニールテープをグルグル巻く。 	
35	<p>《整理運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手首・足首・首のストレッチ <p>《振り返り(学習カード記入、発表)》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習カードで、やり方がわかったものに○を付けさせる。 ・楽しかったやり方を発表し合う。 ・やり方や話し合いで友達の考えを認めた発言が見られた子供を紹介し、称賛する。 <p style="text-align: right;">評価【知識及び技能②】</p>	
40	<p>【まとめ】楽しく体のバランスをとる運動を行うためには、運動の行い方を知ることが大切だね。 また、グループで教え合いを行うときは、友達の考えを認め、その考えを生かしてより良い動きにつなげることが大切だね。</p> <p>《片付け》</p>	
45	<p style="text-align: center;">図:文部科学省 小学校体育まるわかりハンドブック、多様な動きをつくる運動(遊び)ハンドブック 岩手県教育委員会 岩手っ子体カアップ運動小学校体育科指導資料ハンドブック 参照</p> <p>評価【知識及び技能②】 体のバランスをとる運動の行い方がわかる。(観察・ワークシート)</p>	

時間	6 時間目 (全 8 時間)
重点的指導事項	【知識及び技能③】 姿勢や方向、人数を変えて、回る、寝転ぶ、起きる、座る、立つ、渡るなどの動きやバランスを保つ動きで構成される運動を通して、体のバランスをとる動きを身に付けること。
5	《準備運動》 ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす) ・回る遊び(1年生時既習)  足を交えてもできるかな？ 足を交えながら2回転してみよう <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> ①片足で立って、1回転して元の位置でピタッと止まる。 ②軸になる足を反対に変えて再度行う。 ③1回転ずつ足を交えて、2回転行う。 </div>
10	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 【学習課題】 平均台の上でも、体のバランスをとる運動ができるようになるろう。 </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 【課題に迫る発問】 体のバランスをうまくとるためのコツは何か？ </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> 【考える例】 ・両足をしっかりと着いて ・膝を軽く曲げて ・おへその位置が足元の上に真っ直ぐなるように戻す ・頭をあまり動かさないで(頭が一番重いので) 平均台⇒整列⇒棒引き⇒棒バランス(グループ生き残り) </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> ※子供とやり取りをしながら、コツを押さえる。 (技能にこだわりすぎず、ポイントを押さえる) ※いい動きが見られた子供を紹介し、全体で共有する。 ※後半は、平均台を使い、話し合ったコツを試して、いろいろな動きに挑戦することを知らせる。 </div>
15	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 【発問】 平均台の上で、考えた動きのコツを試して、体のバランスをとる動きを楽しく行おう。 </div> 《平均台の上に集合!》(グループで) 【行い方の例】 ①初めに身長順で平均台の上に整列する。 ②教師が示す条件に合うようにグループで並び替えができればクリア。落ちたら、再度、落ちる前の状態からやり直す。 ※安全面を考慮して、マットを敷いておく。  例：出席番号順、誕生日順、アルファベット順、好きな教科のアイウエオ順など
20	※代表のグループをお手本にして、やり方を説明する。 ※速さを競うものではなく、グループ内で教え合い、必要なときは動きを手伝うことを押さえる。 ※時間が来たら終了。どんなところが難しかったか、クリアするために協力したことは何か、いい動きの友達がいなかったか、など全体で感想を述べ合う。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 5px;"> 評価【学びに向かう力、人間性等④】 </div>
25	《平均台の上で棒を使ってバランス》(グループで) 【行い方の例】 ①平均台の上に横1列に整列する。 ②片手に棒を立て、教師が終了の合図を出すまで平均台から落ちなければクリア。落ちたら、再度、やり直す。 ※安全面を考慮して、マットを敷いておく。また、グループの人数によっては、半数ずつ交代で行うようにし、隣りとの間隔を開けるようにする。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> ※前時で使った新聞紙で作った棒を使う。 (市販の棒を使う場合は、間隔を広く開ける) ※代表のグループをお手本にして、やり方を説明する。 ※グループ内で一番落ちた回数が少なかった人を立たせ、全員で拍手し称賛する。 ※どんなところが難しかったか、落ちる回数が少なかった友達はどんなやり方をしたのか、など全体で感想を述べ合う。 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 5px;"> 評価【学びに向かう力、人間性等④】 </div>
30	《平均台の上でボールをパスしてボール運び》(グループで) 【行い方の例】 ①初め、平均台の上に間隔を開けて3名が立ち、平均台の下に3名が立つ。(人数は学級の実態に合わせる) ②端の者が持っているボールをパスして、パスを受けたものは反対の端の者までパスをつなぐ。(失敗したら初めの端の者からやり直し) ③反対の端の者はボールを下の者にボールを渡し、全員が一つずつ場所を移動する。(ボールは3個用意しておく) ※安全面を考慮して、マットを敷いておく。また、グループの  <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> ※代表のグループをお手本にして、やり方を説明する。 ※グループ内で一番落ちた回数が少なかった人を立たせ、全員で拍手し称賛する。 ※どんなところが難しかったか、いい動きの友達がなかったか、など全体で感想を述べ合う。 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 5px;"> 評価【学びに向かう力、人間性等④】 </div>
35	【用具の工夫例(平均台の台数が足りない時)】  <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> ①2リットルのペットボトル(角仕様)に水をキャップロまで入れ、キャップをきつく締める。 (水道管用のシールテープなどを巻いてキャップを開けると水が漏れにくくなります) ②向きを揃えて縦一列に並べる。 </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> ③ペットボトルがずれないように、布用ガムテープ等で止める。 ④連結したペットボトルに段ボールを巻く。 ※跳んだり跳ねたりの激しい動きには限度があります。(水が漏れ出す恐れあり) </div>
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、発表)》 ・学習カードで、体のバランスのとりの方のコツがわかったか○を付けさせる。 ・それぞれの活動後の友達の感想を聞いて、なるほど、同じ考えだなど感じたことを発表する。 ・いい動きが見られた子供やよい協力の姿が見られたグループを紹介し、称賛する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> 評価【学びに向かう力、人間性等④】 </div>
45	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 【まとめ】 体のバランスをとる動きをうまく行うためには、足をしっかりついて、おへその位置が足元の上に真っ直ぐなるように戻すようにすることが大切だね。 </div> 《片付け》 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 5px;"> 図:文部科学省 小学校体育まるわかりハンドブック、岩手県教育委員会 岩手っ子体力アップ運動小学校体育科指導資料ハンドブック 参照 </div>
評価事項	評価【学びに向かう力、人間性等④】 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・発言、学習カード)

時間	7 時間目 (全 8 時間)	
重点的指導事項	【思考力、判断力、表現力等③】 体のバランスをとる運動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こと。	
5	<p>《準備運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす) ・回る遊び(1年生時既習) 	 <p>足を交えてもできるかな？ 足を交えながら2回転してみよう</p> <p>①片足で立って、1回転して元の位置でヒタッと止まる。 ②軸になる足を反対に変えて再度行う。 ③1回転ずつ足を交えて、2回転行う。</p>
	【学習課題】平均台を使った体のバランスをとる運動で、楽しく運動しながら、力を高めるいい動きを考えたり見付けたりしよう。	
	【課題に迫る発問】どんなことを考えたり見付けたりすればいいかな？また、どのように友達に伝えたらいいかな？	
10	<p>※前時までの学習をもとに、体のバランスをとるためのいい動き(コツ)の例を再度押さえる。 ※体のバランスをとる運動を身に付けるためには、動きがうまくできない時に「なぜ？」とその理由(課題)を見付けていい動きができていない友だちとやり方を比べたり、うまくできているところを「もっと少ない動きで」「スムーズな動きで」と高めるやり方を考えたり、できばえを確認して伸びを見付けたりすることが大切であることを押さえる。 ※友達に伝えるときは、「〇〇がこうなっているから●●するといいよ」「動きが〇〇のように変わった」など、わかりやすく言葉で伝えたり、実際に動きをやって見せて伝えたりすることが必要なことを板書で例示しながら押さえる。</p>	
	指導【思考力、判断力、表現力等③】	
	【発問】平均台の上で新しい運動のやり方を行って、力を高めるいい動きを考えたり見付けたりしよう。	
15	<p>《平均台渡り1: カニ歩き》</p> <p>【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①平均台の上を落ちないように横向きにわたる。 ②繰り返し行うが、立って⇒中腰⇒しゃがんで、姿勢を変えてクリアできるか挑戦する。 <p>※安全面を考慮して、マットを敷いておく。</p>	 <p>立つ⇒中腰⇒しゃがむ(⇒スムーズに)</p>
	※代表のグループをお手本にして、やり方を説明する。 ※速さを競うものではなく、グループ内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。 ※時間が来たらず。友達からどんなアドバイスや言葉かけを受けたのか、それを受けて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う。	
	評価【思考力、判断力、表現力等③】	
20	<p>《平均台渡り2: 障害物を避けて》</p> <p>【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①平均台の上に障害物(お手玉、空き缶、ペットボトルなど)を置いて、障害物を落とさず平均台を渡る。 ②繰り返し行うが、障害物の個数や間隔、ペットボトルの高さを自由に変えてクリアできるか挑戦する。 <p>※安全面を考慮して、マットを敷いておく。</p>	 <p>お手玉⇒ペットボトル、空き缶(間隔や高さを自由に変えて挑戦)</p>
	※代表のグループをお手本にして、やり方を説明する。 ※速さを競うものではなく、グループ内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。 ※時間が来たらず。友達からどんなアドバイスや言葉かけを受けたのか、それを受けて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う。	
	評価【思考力、判断力、表現力等③】	
25	<p>《平均台渡り3: 動きを組み合わせせて》</p> <p>【行い方の例】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①腕でフープを回しながら平均台を渡る。 ②繰り返し行うが、フープを回す腕を変えてクリアできるか挑戦する。 ③平均台の上にグループが横1列に並んで手をつなぎ、端からフープを受け渡していく。 ④繰り返し行うが、立つ場所を変えたり、フープの数を増やしたりしてクリアできるか挑戦する。 <p>※安全面を考慮して、マットを敷いておく。</p>	 <p>1人でフープを回しながら⇒腕を変えて⇒グループで手をつなぎ輪を渡す</p>
	※代表のグループをお手本にして、やり方を説明する。 ※速さを競うものではなく、グループ内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。 ※時間が来たらず。友達からどんなアドバイスや言葉かけを受けたのか、それを受けて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う。	
	評価【思考力、判断力、表現力等③】	
30	<p>《整理運動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手首・足首・首のストレッチ <p>《振り返り(学習カード記入、発表)》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習カードで、グループの誰に、どんなことを伝えたか、主なものを簡単に記述させる。 ・いい動きが見られた子供やよい協力の姿、声掛けが見られたグループを紹介し、称賛する。 	
	評価【思考力、判断力、表現力等③】	
40	<p>【まとめ】体のバランスをとる動きをうまく行うためには、力を高めるいい動きを考えたり見付けたりしたことを友達と伝え合うことが大切だね。</p> <p>《片付け》</p>	
	図:文部科学省 小学校体育まるわかりハンドブック、岩手県教育委員会 岩手っ子体力アップ運動小学校体育科指導資料ハンドブック 参照	
45	<p>評価【思考力、判断力、表現力等③】 体のバランスをとる運動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ている。(観察・発言、学習カード)</p>	

時間	8 時間目 (全 8 時間)							
重点的指導事項	●今までに学習した技能のポイントを使って、体のバランスをとる運動を行う。							
5	≪準備運動≫ ・学級で決めた準備運動を行う。(リズムよい音楽に乗って行い、心もほぐす) ・回る遊び(1年生時既習)	 <p>足を替えてもできるかな？</p> <p>足を替えながら2回転してみよう</p>	①片足で立って、1回転して元の位置でピタッと止まる。 ②軸になる足を反対に変えて再度行う。 ③1回転ずつ足を替えて、2回転行う。					
	【学習課題】学習した体のバランスをとる運動をみんなで楽しく行い、動きがうまくできるようになろう。							
	10	≪本時の学習の進め方を知る≫ ※設定例：①グループでのバランス相撲 ②棒を使って ③平均台の上で集合！ ④障害物を避けての4つの場を設定する。(子供とやり取りをしながら学級の状況に応じて、運動を選択する) ※前半の活動(2か所)⇒全員で振り返り⇒後半の活動(2か所)の流れで、教師の合図で場をローテーションすることを知らせる。 (最初の活動の場を決めて、時計回りに動くなどの決まりを作る) ※それぞれの場では、学習した行い方を基本とするが、安全面や力の差を考慮してやり方を工夫してもよいことも知らせる。 ※用具を使う場合は、用具を整理整頓して危ない状況とならないように確認することを指導する。	【場の設定例】 <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td rowspan="2" style="writing-mode: vertical-rl;">ステージ</td> <td>グループでのバランス相撲</td> <td>棒を使って</td> </tr> <tr> <td>平均台の上で集合！</td> <td>平均台の上で障害物を避けて</td> </tr> </table>	ステージ	グループでのバランス相撲	棒を使って	平均台の上で集合！	平均台の上で障害物を避けて
	ステージ	グループでのバランス相撲	棒を使って					
		平均台の上で集合！	平均台の上で障害物を避けて					
15	≪前半の場の活動を行う≫ ※安全面に留意しているか観察し、必要に応じて指導する。 ※いい動きをしている子供や、教え合いの良い姿、をみつめて称賛し、全体にも声掛けを行う。 ※動きがうまくできない子供が見られたときは、一緒に動きのポイントを確認する。 ※楽しさが半減している様子が見られたら、教師がやり方を変更を提案する。	時間を決めて録音した音楽を流し、曲が替わったら次の場所に移動するようにすると教師が時間を気にせずに指導と評価活動を行いやすくなる						
20	≪後半の場の活動を行う≫ ※安全面に留意しているか観察し、必要に応じて指導する。 ※いい動きをしている子供や、教え合いの良い姿、をみつめて称賛し、全体にも声掛けを行う。 ※動きがうまくできない子供が見られたときは、一緒に動きのポイントを確認する。 ※楽しさが半減している様子が見られたら、教師がやり方を変更を提案する。	評価【知識及び技能③】						
25	≪前半の活動を振り返る≫ ※グループでの教え合いの様子を全体で紹介し合い、後半の活動で取り入れるよう押さえる。 ※運動の特性に合った運動が楽しくなる工夫例を紹介し、後半の活動で取り入れるよう押さえる。							
30	≪後半の場の活動を行う≫ ※安全面に留意しているか観察し、必要に応じて指導する。 ※いい動きをしている子供や、教え合いの良い姿、をみつめて称賛し、全体にも声掛けを行う。 ※動きがうまくできない子供が見られたときは、一緒に動きのポイントを確認する。 ※楽しさが半減している様子が見られたら、教師がやり方を変更を提案する。	評価【知識及び技能③】						
35								
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、発表)≫ ・遊びで見られた、友達のいい動きだけでなく、単元を通じた感想等についても発表し合う。 ・友達の良いところは、「○○さんの、●●が■●になっていた」というように、具体的に良い動きを紹介し合う。 ・いい動きが見られた子供やよい協力の姿、声掛けが見られたグループを紹介し、称賛する。							
45	【まとめ】体のバランスをとる動きを、いろいろなやり方で行うと楽しく活動することができ、力を高めることにつながるね。							
	≪片付け≫	図:文部科学省 小学校体育まるわかりハンドブック 参照						
評価事項	評価【知識及び技能③】 姿勢や方向、人数を変えて、回る、寝転ぶ、起きる、座る、立つ、渡るなどの動きやバランスを保つ動きで構成される運動を通して、体のバランスをとる動きができる。(観察)							