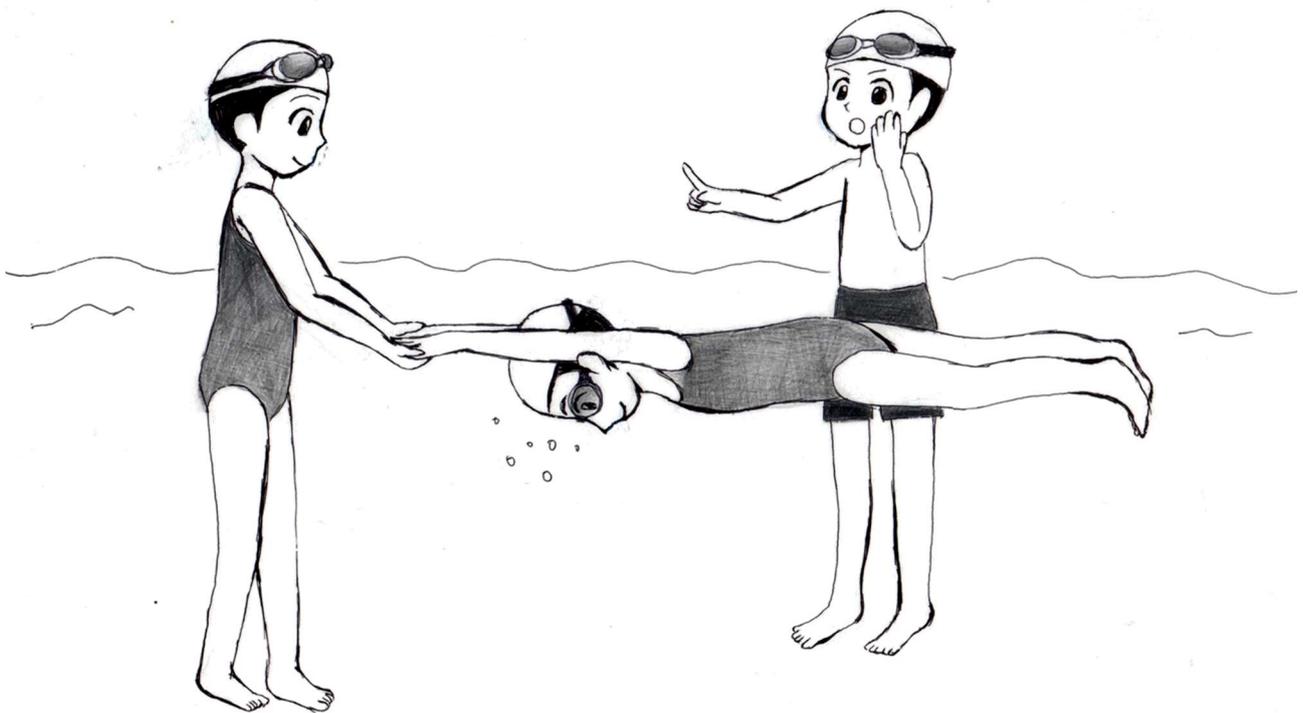


平成29年度 東京都小学校体育研究会 水泳系領域部会

東京都小学校体育研究会 研究主題

三つの資質・能力の関係性を明確にし、
運動や健康についての課題に主体的・協働的に取り組む児童の育



授業日	平成29年9月7日(木) 午後1時40分
会場	江戸川区立西葛西小学校 プール
授業者	吉田 行宏 主任教諭 真坂 祐子 教諭 三木 聡子 主任教諭 石井 大地 主幹教諭
单元名	第5学年「 みんなで目指そう!!マイスイム 」
講師	板橋区教育委員会 指導主事 水谷 知由 先生

平成 29 年度 東京都小学校体育研究会 水泳系領域部

～ 指導案 目次 ～

1	研究主題	1
2	主題設定の理由	1
3	研究の視点	1
4	主題設定の理由を受けた部としての考え方	1
5	研究の視点についての部としての考え方	2
6	研究主題にせまる手立て	4
7	研究構想図	4
8	研究の内容	5
9	一単位時間の指導の例	9
	学習指導案	14
	資料	20

1 研究主題

「三つの資質・能力の関係性を明確にし、

運動や健康についての課題に主体的・協働的に取り組む児童の育成」

2 主題設定の理由

本研究会では、これまでの研究の成果と課題及び新学習指導要領の改訂の基本方針を踏まえ、目指すべき体育の学習に取り組む児童の姿を「自ら課題解決に取り組む姿」、自ら課題解決に取り組めるようにするために重視する学習活動を「主体的・協働的な学習活動」と捉えた。児童には、運動やスポーツ、健康な生活の実践、体力向上を自らの生活の中に位置付け、これらに関する課題を自ら解決するために必要な力を育み、自らの生活の向上を図るための三つの資質・能力をバランスよく身に付ける学習が必要である。こうした学習を繰り返して行うことにより、児童は生涯にわたって能動的に学び続けることができるようになる。このことが、体育や保健の見方・考え方を働かせて、課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現することにつながると考え、本研究主題を設定した。

3 研究の視点

新学習指導要領の全面実施までの移行措置期間に当たる時期となるため本研究主題を3年間継続し、以下の視点によって年次を追って研究を進めて行くこととする。

(1) 研究の視点1 = 1年次の中心となる視点

- 三つの資質・能力の体育科における具体的な学習状況（児童の学びの姿）

(2) 研究の視点2 = 2年次の中心となる視点

- 三つの資質・能力の関係性を踏まえた学習過程の在り方

(3) 研究の視点3 = 3年次の中心となる視点

- 三つの資質・能力を育むための指導と評価

4 主題設定理由を受けた部としての考え方

昨年度までに児童の発達段階に応じた課題解決的な単元計画を作成し実施することで、児童の態度、技能、思考・判断の変容が見られた。友達と協力して学び合いながら、自己の課題を設定し、活動を選択していく学習の流れを確立することができた。

今年度は、新しい学習指導要領の趣旨を踏まえ、より主体的な**課題解決的な学習について検討し**、三つの資質・能力を育むことのできる学習活動を構築する。「知識」「表現力」「学びに向かう力・人間性」等の要素を踏まえ、発達段階に応じた**三つの資質・能力の内容について明確にする**。既習事項を生かしながら学習を進める水泳系の系統性を大切に**した指導を展開し**、主体的・協働的に育む児童を育成していく必要がある。

三つの資質・能力が育つような**学習活動を考案し、検証すること**を通して主体的・協働的に取り組む児童を育成する。単元計画のどこでどんな力を育むことができるのか、そのために教師はどのような関わり、声かけをしていくか、**各時間の重点として指導する内容を考え**、実践し検証する。

5 研究の視点についての部としての考え方

(1) 研究の視点1「三つの資質・能力の具体的な学習状況」についての考え方

水泳系の運動は、浮く、進む、呼吸をするなどそれぞれの動きの組み合わせによって成立している。これらの動きは繰り返し行うことで習熟する。しかし、自分の動きを見るのが難しい。そのため、本部会では、ペアやトリオなどの小集団での学習を行い三つの資質・能力を育成・涵養していく。

知識及び技能は、密接なかかわりがあると考え。本部会では、「分かってできる」、「できて分かる」水泳学習を目指し、「学び合い」を実践してきた。「学び合い」では、知識や技能が発揮され、さらに学びが深まる。「学び合い」を大切に学習過程では、運動の行い方の理解が大きなポイントを占める。そのため、この行い方を技能と関連させ知識として習得できるようにする必要がある。

思考力、判断力、表現力等については、知識及び技能を獲得する過程で発揮される力であると考え。自己の課題を設定し、活動を選択しながら取り組むことで、技能の向上や知識の理解を図ることができる。また、その過程で表現力が重要な役割を果たす。他者と伝え合ったり、振り返ったりする活動を通して、学びがさらに深まると考える。そのため、表現力の発揮場面を効果的に設定する必要がある。

学びに向かう力、人間性等については、学びを進める原動力となると考える。個人的な達成型の運動と考えられる水泳ではあるが、本部会ではグループ学習を通して、他者を認める、共に成長する喜びを味わうという共生の視点を大切にしている。また、生命にかかわる運動で安全に対する意識・態度については、「水泳の心得」として単元を通して大切にすることが必要である。

本部会では、6年間を通して育まれる水泳学習における三つの資質・能力について以下のようにとらえた。

＜運動領域・水泳系領域における三つの資質・能力の学習状況＞

	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
運動領域	<ul style="list-style-type: none"> 各種の運動が有する特性や魅力に応じた知識や技能 各種の運動の行い方に関する基礎的な知識 各種の運動を行うための基本的な技能 	<ul style="list-style-type: none"> 自己の能力に適した課題をもち、活動を選んだり工夫したりする思考力・判断力・表現力等 自己の能力に適した課題に気付く力 自己の課題を解決するための活動を選んだり、運動の行い方を工夫したりする力 思考し判断したことを、言葉や動作等で他者に伝える力 	<ul style="list-style-type: none"> 運動の楽しさや喜びを味わい、明るく楽しい生活を営むための態度 進んで学習活動に取り組む・約束を守り、公正に行動する 友達と協力して活動する 自分の役割を果たそうとする 友達の考えや取組を認める 安全に気を配る
水泳系領域	<p><1・2年></p> <ul style="list-style-type: none"> 水遊びを楽しく行うための基本的な動きや運動遊びの行い方を理解することができる。 水遊びを通して各種の運動の基礎となる動きを身に付けることができる。 	<p><1・2年></p> <ul style="list-style-type: none"> 水中での運動遊びの場や行い方を選んだり、工夫したりしている。 友達のよい動きを見付けたり、まねしたりしている。 	<p><1・2年></p> <ul style="list-style-type: none"> 水遊びに進んで取り組む 順番や決まりを守り仲よく運動をしようとする。 水遊びの心得を守って安全に気を付けようとしている。
	<p><3・4年></p> <ul style="list-style-type: none"> 浮く・泳ぐ運動を楽しく行うための基本的な動きや各種の運動の行い方を理解することができる。 浮く・泳ぐ運動を楽しく行うための基本的な動きや各種の運動を身に付けることができる。 	<p><3・4年></p> <ul style="list-style-type: none"> 自分の力に合った課題をもっている。 動きを身に付けるための運動の行い方を工夫している。 運動の行い方を他者に伝えている。 	<p><3・4年></p> <ul style="list-style-type: none"> 浮く・泳ぐ運動に進んで取り組む 仲よく運動をしようとする。 浮く・泳ぐ運動の心得を守って安全を確かめようとしている。
	<p><5・6年></p> <ul style="list-style-type: none"> クロール、平泳ぎについて、続けて長く泳ぐための運動の行い方を理解することができる。 クロール、平泳ぎについて、続けて長く泳ぐための基本的な技能を身に付けることができる。 	<p><5・6年></p> <ul style="list-style-type: none"> 自分の力に合った課題をもっている。 課題解決のための練習の仕方や記録への挑戦の仕方を工夫している。 運動の行い方を他者に伝えている。 	<p><5・6年></p> <ul style="list-style-type: none"> 水泳の楽しさや喜びに触れることができるよう、進んで取り組む 友達と助け合って水泳をしようとしている。 水泳の心得を守って安全に気を配ろうとしている。

それぞれの資質・能力は、単元全体を通して育成、涵養されるものであると考える。単元前半「つかむ段階」と単元後半「取り組む段階」での具体的な学習状況を以下のように設定した。

＜第5学年「水泳」における三つの資質・能力の具体的な学習状況＞			
	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
つかむ段階	<ul style="list-style-type: none"> ・浮く方法, 進む方法, 呼吸の方法を知る ・呼吸しながら進む ・クロール, 平泳ぎで泳ぐ 	<ul style="list-style-type: none"> ・課題に気付き, 設定する ・解決方法を予想し, 考える ・比較して考える ・自分の考えを伝える ・振り返る 	<ul style="list-style-type: none"> ・やってみたい, 挑戦してみたいと思う ・粘り強く取り組む ・自己の役割を果たす ・水泳運動の心得を守る ・友達の意見を受け入れる ・友達と励まし合う ・友達や仲間を認め, 共に課題達成, 成長を喜び合う ・安全・健康に気を配る
取り組む段階	<ul style="list-style-type: none"> ・続けて長く泳ぐ方法を理解する ・呼吸しながら進む ・クロール, 平泳ぎで泳ぐ 	<ul style="list-style-type: none"> ・課題に気付き, 設定する ・練習方法を選択する ・解決策を実施する ・活動を工夫する ・自分の考えを伝える ・振り返る 	

(2) 研究の視点2「三つの資質・能力の関係性を踏まえた学習過程の在り方」についての考え方

2学年を通した課題解決的な学習過程を考える。2年間を通してねらいを達成することができるような学習過程を構成する。高学年の場合、5年生は「課題をつかむ」、6年生は「工夫して課題に取り組む」ことを重点的に取り上げる。

学年	第1学年		第2学年	
段階	知る(1~7)	楽しむ(8~12)	楽しむ(1~4)	楽しみを広げる(5~12)
学習活動	水に慣れる遊びで楽しむ		水に慣れる遊びで楽しむ	
	浮く・もぐる遊びを知る	遊びを工夫して楽しむ	浮く・もぐる遊びを楽しむ	友達と協力して遊びを工夫して楽しむ

学年	第3学年		第4学年	
段階	知る(1~6)	取り組む(7~10)	知る(1~5)	取り組む(6~10)
学習活動	リズム水泳・浮く・泳ぐゲーム		リズム水泳・浮く・泳ぐゲーム	
	オリエンテーション 浮く・泳ぐ運動の行い方を知る(浮く重点)	課題を選んで取り組む	浮く・泳ぐ運動の行い方を知る(泳ぐ重点)	課題を選び, 練習方法や場を選んで取り組む

学年	第5学年		第6学年	
段階	つかむ(1~7)	取り組む(8~10)	つかむ(1~3)	取り組む(4~10)
学習活動	オリエンテーション リズム水泳・スイム駅伝		リズム水泳・スイム駅伝・○分間泳	
	3人組で, 続けて長く泳ぐ方法を見付ける	見つけた泳ぎ方に取り組む	課題を把握する	課題を設定し, 解決を図るために, 3人組で協力して取り組む

(3) 研究の視点3 「三つの資質・能力を育むための指導と評価」についての考え方

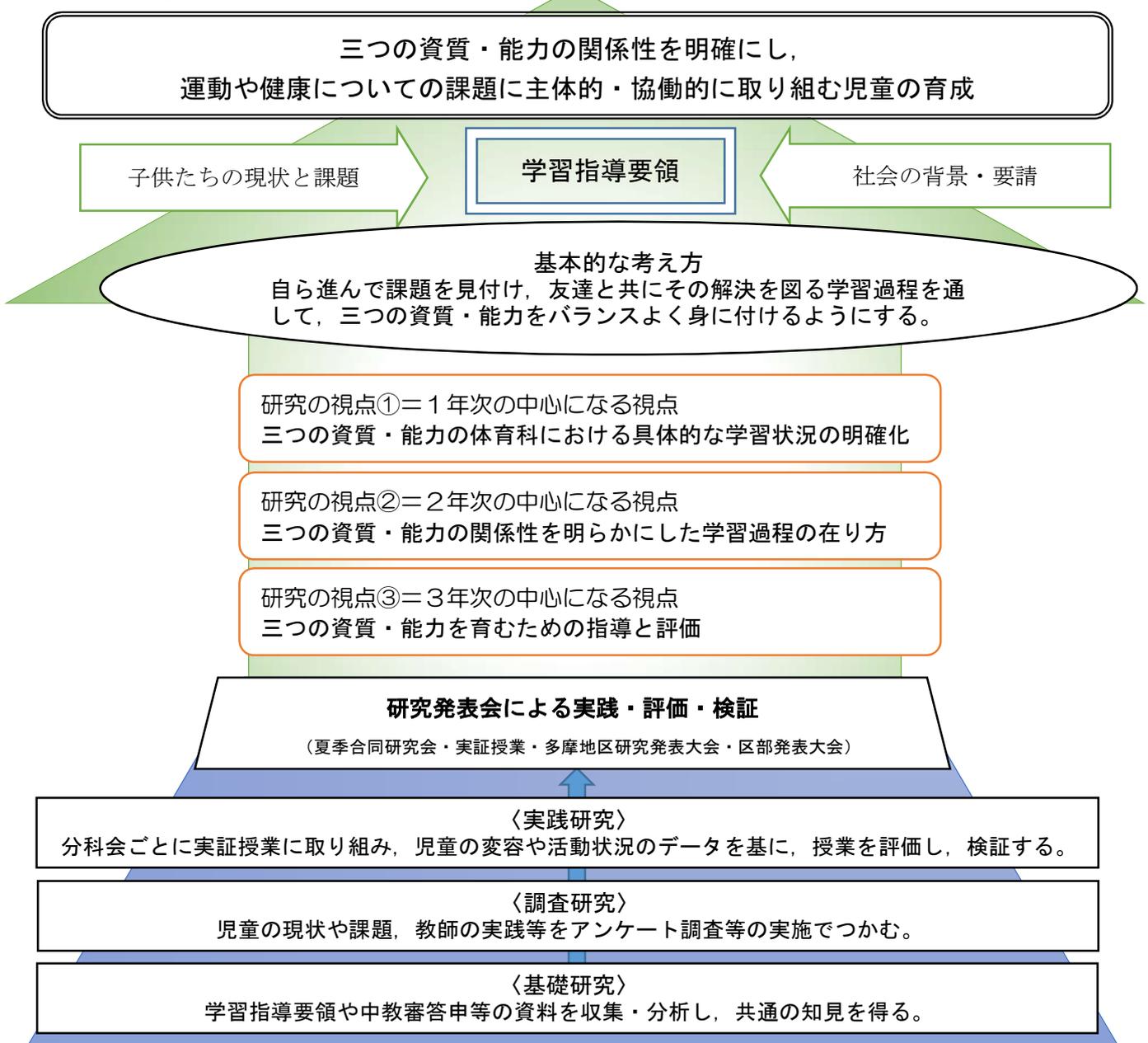
児童の主体的、協働的な学びがより充実したものになるために、児童の気付きを促すような発問、言葉かけを行い、指導と評価の一体化を図る。また、学習カードや学習資料の充実を図り、知識及び技能、思考力、判断力、表現力等の学習状況を見とる手立てとして活用する。また、児童が自ら学ぶことができる学習の手立てとする。

6 研究主題に迫る手だてについて

研究主題、研究の視点を受け、本部会では以下の活動を行う。

- | | |
|------------------|------------------------|
| (1) 課題解決的な学習 | (2) 単元を通して行う小集団学習 |
| (3) オリエンテーションの設定 | (4) 基礎的・基本的な感覚、動きを育む活動 |
| (5) 自己の記録に挑戦する活動 | (6) 小集団による学び合いのサイクル |
| (7) 振り返りの工夫 | |

7 研究構想図



8 研究の内容

研究の視点1

「三つの資質・能力の体育科における具体的な学習状況」
水泳系における三つの資質・能力の具体的な学習状況を、単元の学習段階ごとに設定し、指導にあたる。

(1) 課題解決的な学習

知・技 思, 判, 表
課題に向かって試行錯誤しながら取り組み、検証、修正する学習を展開する (P5)



(2) 単元を通して行う小集団学習

知・技 思, 判, 表 学び, 人間性
3人の小集団でそれぞれに役割をもって学び合いに取り組む(P6)



(3) オリエンテーションの設定

知・技 思, 判, 表 学び, 人間性
「解決したい課題」を見付けられるようにする (P6)



(高学年 水泳の学習過程)

学年	第5学年		第6学年	
段階	つかむ (1~7)	取り組む (8~10)	つかむ (1~3)	取り組む (4~10)
学習活動	オリエンテーション	リズム水泳・スイム駅伝	リズム水泳・スイム駅伝・〇分間泳	
	3人組で、続けて長く泳ぐ方法を見付ける	見つけた泳ぎ方に取り組む	課題を把握する	課題を設定し、解決を図るために、3人組で協力して取り組む

研究の視点2

「三つの資質・能力の関係性を踏まえた学習過程の在り方」についての考え方
2学年を通じた課題解決的な学習過程を考える。高学年の場合、5年生は「課題をつかむ」、6年生は「工夫して課題に取り組む」ことを重点的に取り上げる。

(4) 基礎的・基本的な感覚、動きを育む活動の設定
知・技 学び, 人間性
単元を通して行う「リズム水泳」(P7)



知識及び技能	・浮く方法, 進む方法, 呼吸の方法を知る ・呼吸しながら進む ・クロール, 平泳ぎで泳ぐ					・続けて長く泳ぐ方法を理解する ・呼吸しながら進む ・クロール, 平泳ぎで泳ぐ					
思考力, 判断力 表現力等	・課題に気付き, 設定する・解決方法を予想し, 考える・比較して考える ・自分の考えを伝える・振り返る (相手と, 自分と)					・課題に気付き, 設定する・練習方法を選択する ・解決策を実施する・活動を工夫する ・自分の考えを伝える・振り返る					
学びに向かう力 人間性等	・やってみよう, 挑戦してみようと思う ・粘り強く取り組む ・自己の役割を果たす ・水泳運動の心得を守る ・友達の見解を受け入れる ・友達と励まし合う ・友達や仲間を認め, 共に課題達成, 成長を喜び合う ・安全・健康に気を配る										
段階	泳法の行い方を知り, 自己の課題をつかむ段階							自己の課題を設定して取り組む段階			
時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
学習活動	オリエンテーション	感覚づくりの運動「リズム水泳」 今もっている力で取り組む「スイム駅伝」									
一単位時間の流れ	グループ学習 1時…映像をもとに泳法のポイントをグループで共有し, 試す 2~5時…1時のポイントを検証する。繰り返し行い, 運動の行い方の理解を図る 6時…2~5時で出た気づきを, 学年全体で確かめる 7時…学年で共有した泳ぎのポイントから, 自己の課題を見付ける 学習の振り返り: グループで本時の学習を振り返る					グループ学習 個人の課題の解決を図るために活動を選択して取り組む。(3人組で見合う) 確かめ泳(各グループで) 学習のまとめをする					
評価の重点	関心・意欲・態度	○	○		○						
	思考・判断	○		○		○		○		○	
	運動の技能						○			○	

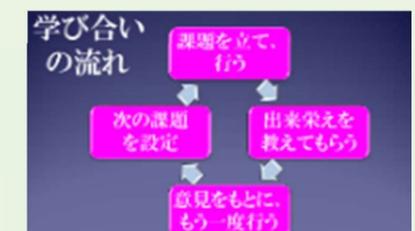
(5) 自己の記録に挑戦する活動の設定

知・技 学び, 人間性
単元を通して行う「スイム駅伝」(P7)



(6) 小集団による学び合いのサイクル

知・技 思, 判, 表 学び, 人間性
課題解決的な学習を充実させる小集団学習の学習サイクル (P8)

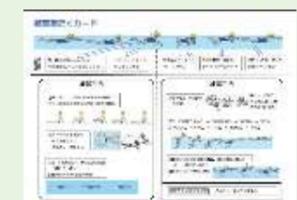


研究の視点3 「三つの資質・能力を育むための指導と評価」

児童の主体的, 協働的な学びがより充実したものになるために, 「指導のねらい」「評価の重点」を明確にし, 児童の気づきを促すような発問, 言葉かけを検討し, 指導と評価の一体化を図る。学習カードの工夫, 学習資料の充実を図る。

(7) 振り返りの工夫

知・技 思, 判, 表 学び, 人間性
取り組みや成果を小集団で振り返る (P8)

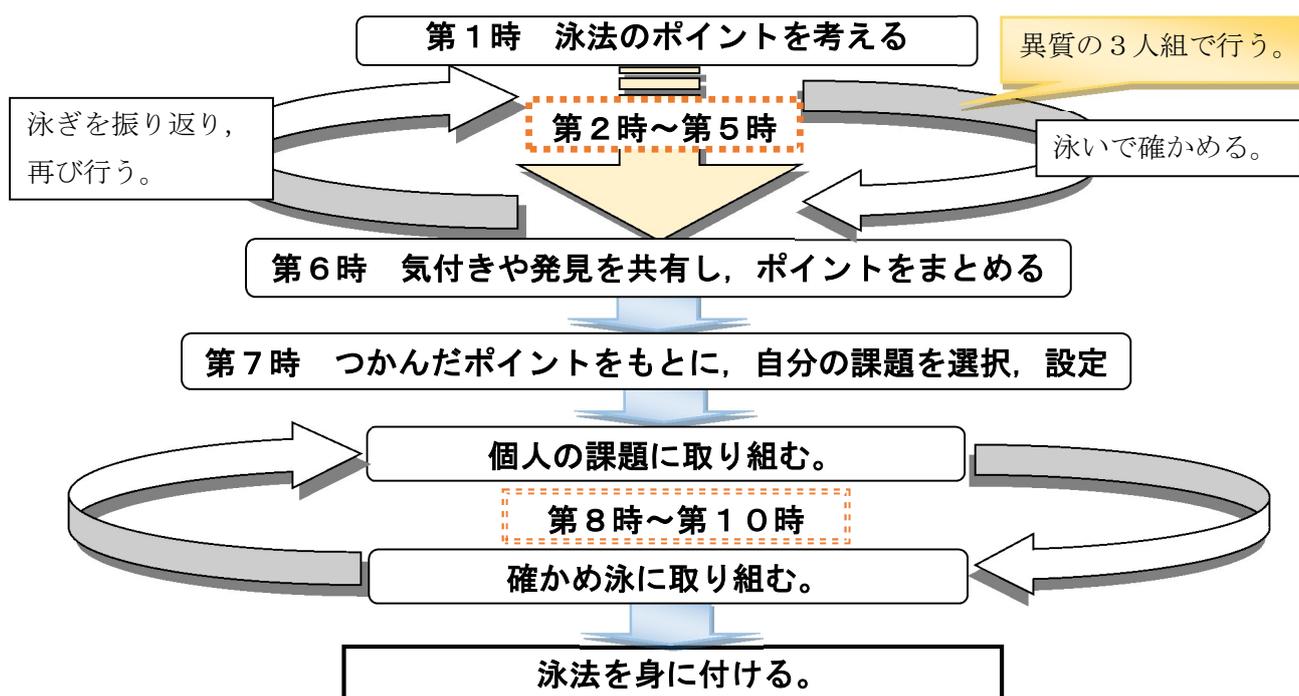


(1) 課題解決的な学習 知・技 思, 判, 表 学び, 人間性

単元前半では、第1時に自分たちで考えた泳法のポイントを押さえた泳ぎを実践し、別の泳ぎ方と比較することで、自分たちが考えたポイントが正しいかどうかを考える。(例; クロールの手のかきで遠くに手を入れ、ももまでかく際に近くでかく、遠くでかくを比べ、どちらがよいか考える。) 泳ぎのポイントを何度も試行錯誤しながら取り組み、検証することで、気づき、修正していく。

また、児童が実践した気づきや発見を学年全体で共有し、続けて長く泳ぐためのポイントを第6時でまとめる。自分たちがつかんだポイントをもとに、第7時では自分が解決したい課題を選択、設定する。

単元後半の第8時～第10時では、練習方法や泳力に合った場を選択して学び合う。



知識及び技能	・泳ぐ方法、進む方法、呼吸の方法を知る ・呼吸しながら進む ・クロール、平泳ぎで泳ぐ					・続けて長く泳ぐ方法を理解する ・呼吸しながら進む ・クロール、平泳ぎで泳ぐ					
思考力、判断力 表現力等	・課題に実行き、設定する・解決方法を予想し、考える・比較して考える ・自分の考えを伝える・振り返る(相手と、自分と)					・課題に気づき、設定する・練習方法を選択する ・解決策を実施する・活動を工夫する ・自分の考えを伝える・振り返る					
学びに向かう力 人間性等	・やってみよう、挑戦してみようと思う ・粘り強く取り組む ・自己の役割を果たす ・水泳運動の心得を守る ・友達の意見を受け入れる ・友達と励まし合う ・友達や仲間を認め、共に課題達成、成長を喜び合う ・安全・発散に気を配る										
段階	泳法の行い方を知り、自己の課題をつかむ段階					自己の課題を設定して取り組む段階					
時習	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
学習活動 一単位時間の流れ	泳法のポイントを考える	自分たちで考えた泳法のポイントを試す				ポイントまとめる	自らの課題を見付ける	練習方法や泳力に合った場を選択して学び合う			
評価の基準	知・技・類	○	○		○						
	思考・判断	○		○		○		○	○		
	運動の技能					○				○	

(2) 単元を通して行う小集団活動 知・技 思, 判, 表 学び, 人間性

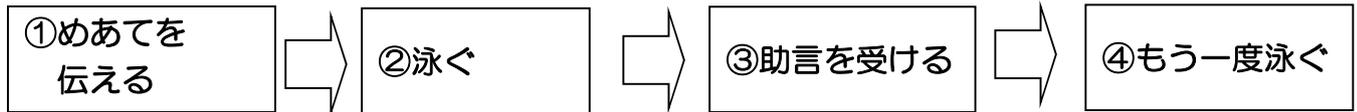
今年度は、単元を通して泳力が異なる3人での固定された小集団を設定した。それぞれに役割をもって学び合いに取り組むようにした。課題解決に向けてできばえや意見を伝え、励まし合い、助け合うことで、友達や仲間の成長を認め、共に課題達成する喜びを味わえるようにした。

○3人組の組み方について

これまでの経験から、泳力の上位・中位・低位の児童が組めるように配慮した。また、泳力の他に活発な学び合いを行うことができるよう、他者に考えたことを伝えることができる児童を配慮して組むようにした。

○学びのサイクル (P9 - (6) 小集団による学び合いのサイクル参照)

全時間で以下の学びのサイクルを活用した。



1人が①～④の活動を行ってから次の児童に代わるようにした。1人の泳ぎを、2人がその様子を見ることで、より細かくできばえをつかめるようにした。このサイクルを全時間を通して行うことで、学びが深まっていくようにした。

(3) オリエンテーションの工夫 知・技 思, 判, 表 学び, 人間性

単元始めに設定したオリエンテーションで、学習への見通しをもてるよう、教師が以下の内容について指導を行う。

①単元全体での約束の確認

《水泳の心得》 ・ 生命を守るための約束 ・ バディ (トリオ) システム	《学習の進め方》 ・ 学習の流れ ・ 単元を通してのねらい	《小集団での学び方や場の使い方》 ・ 学び合いの方法 ・ 相手に伝える際の約束 ・ 場の選び方, 使い方
---	-------------------------------------	---

②クロール, 平泳ぎの映像の導入

以下の理由のために、クロール, 平泳ぎを泳ぐ映像を導入した。

○基本的な技能のイメージの共有

水泳系領域にとって、学び合い、見合いをしながら協働学習をすることは必要不可欠である。水泳は、水中という限られた条件の中で行う活動で、互いの運動を観察する眼が必要だからである。しかし、正しい泳法に関する知的理解もないまま学び合いの学習をしても意味のあるものにはならない。だからこそ、泳法に関するイメージやポイントをしっかりと共有するために映像を見せるという手立てを行った。映像を見せたうえで時間をかけて運動のポイントをつかむようにした。

課題をつかむ活動に時間をかけ、ポイントを押さえることは後の課題解決に向けた練習段階で役に立つと考えた。また、単元を通しての水泳学習のゴールイメージをもち、「このようになりたい」「もっと上手になりたい」と考える学ぶ意欲を喚起できるようにした。

○児童の気付きが生まれるためのしかけ

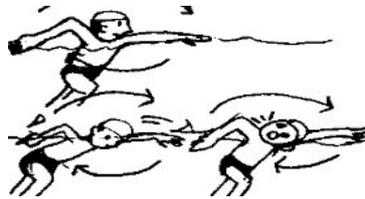
映像を見せる際に、学びをより深めるための問いかけをすることで児童自身の気付きが生まれるようにする。問いかける際には、4学年までに学習した経験を踏まえて言葉を選ぶようにした。また、見付けた泳法のポイントをグループで共有し、第2時からそのポイントが妥当であったかを確認する。さらに、くり返し行うことで運動の行い方を具体的に理解していくようにする。

〈今年度実証授業対象校におけるオリエンテーションで気付いた泳法のポイント〉



(4) 基礎的・基本的な感覚、動きを育む活動の設定 (リズム水泳) 知・技 学び, 人間性

「リズム水泳」では、音楽に合わせて、一単位時間の導入として、児童が楽しみながら、中学年までに学習する浮いたり、もぐったりする動きや高学年のクロールや平泳ぎにつながるような手や足の動き等の水泳における基礎的・基本的な動きを養えるように設定した。児童が楽しんで行うことができるようにした。



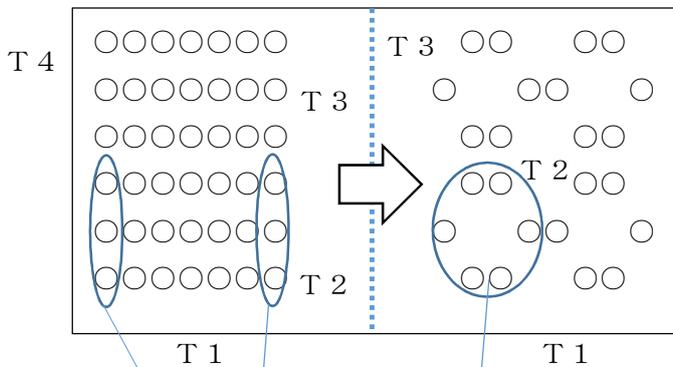
水の特性である「浮力」「水圧」「抵抗」を感じる多様な動きを短時間で行える。

繰り返し行うことで、単元後半になるにつれ、クロールの手のかきが、より腰の下までかくようになるなど動きが洗練化される。

6人組で揃えて、クロールの手のかきを行う動き、他にも、グループで行う動きはグループで工夫する自由を与えることで、より意欲的に学習に取り組める。

(場の例)

(前半) (後半) T 4



トリオが並ぶ

2つのトリオが組み、6人グループになる

- ・前半は、プールの中で6列に並び、後半は6人グループで、音楽に合わせて、水の中で楽しく体を動かす。
- ・T 1は全体指揮を行う。
- ・T 2, T 3は水中で個別指導を行う。
- ・T 4はプールサイドで安全管理、音楽機器操作と児童への指導を行う。

(5) 自己の記録に挑戦する活動の設定 (スイム駅伝) 知・技 学び, 人間性

「スイム駅伝」では、単元を通して設定されているトリオを活用し、毎時間固定の6人グループにして行う。プールの横方向を使い、ビート板を使った足で一人片道(約10m)ずつ引き継いで泳いでいく。5分間で合計何m進めたかを数え、毎時間グループでその距離を伸ばすことを目指す。グループで設定されるめあてに友達と励まし合いながら、粘り強く取り組むことができるようにした。



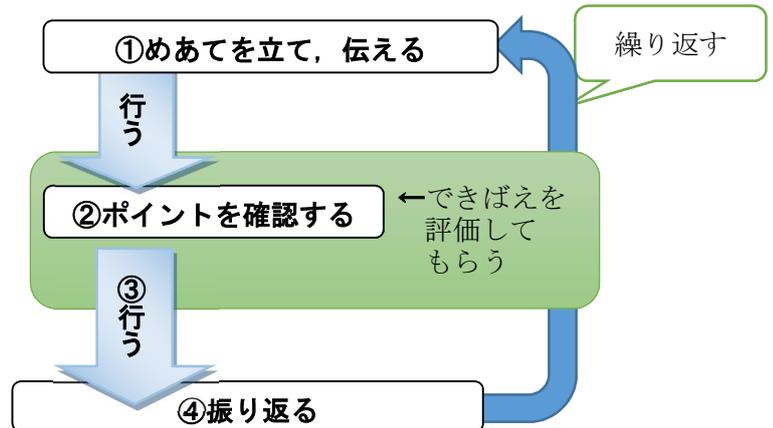
(場の例)

同じ記号は、同じグループを示す

(6) 小集団による学び合いのサイクル 知・技 思, 判, 表 学び, 人間性

泳力異質の3人組でそれぞれの課題達成を目指して、役割をもって学び合うようにする。学び合いの流れは以下のように行う。

- ① 自分に合った**めあてを立て**、グループの友達に**伝え**、**行う**。
- ② 仲間からできばえを評価してもらい、気を付ける**ポイントを確認**する。
- ③ 仲間からの意見をもとに、もう一度**行う**。
- ④ やって見た時の気づきを仲間と**振り返り**、次のめあてを立てる。



〔学び合いのようす〕

(例) クロールの手を水中でかく練習の場面



Aさん「クロールで水中で手をかくとき、ももまでかききっているか見てね。」

①めあてを立て、伝える

Bさん「わたしは、横からももにふれているか見るよ。」
Cさん「わたしは、上から両方の手がふれているか見るよ。」

注目する部分を分担して観察する



Aさん (やってみて) 「どうだった。」

行い、できばえを評価してもらう

Bさん「しっかり、親指がももにふれていたよ。」
Cさん「右はできていたけど、左は途中であげていたからかききるといいよ。」

②ポイントを確認する



Aさん「じゃあ、次は両手をももまでかききってみるよ。」
(もう一度行う)

③行う

④振り返る

(7) 振り返りの工夫 知・技 思, 判, 表 学び, 人間性

小集団で学び合いながら課題を解決できるよう、1人が泳いだ後に、小集団で振り返り、次の泳ぎにつなげたり、めあてを立てたりするようにする。また、授業の終わりにも、全体で振り返りを行い、できたことや新たに発見したことを共有したりするようにする。単元の前半では、ポイントを整理することで、正しい泳ぎ方を確認していく。単元の後半では、第6時までに作成した泳法のポイントや練習の選択方法を表にまとめ、学び合いの最中にできたかどうかを振り返られるようにする。そうした形成的評価を繰り返し、活動後に学習の成果を振り返り、総括的な評価をすることで、次時の課題設定につなげられるようにする。

9 一単位時間の指導の例

(1) 「つかむ」段階の指導例 (1 / 10)

◎ねらい ・水泳の心得を知り，安全を保持することに気を配り，学習の見通しをもって，進んで学習に取り組む。(態度)

・クロールや平泳ぎの泳ぎのポイントを考え，仮説を立てる。(思考・判断)

学習活動	◎評価○教師の支援
<p>1 オリエンテーション</p> <p>○単元全体での約束の確認</p>	<p>◎学習の見通しをもてるようにする。</p>
<p>《学習の進め方》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習の流れ ・単元を通してのねらい <p>《水泳の心得》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・生命を守るための約束 ・バディ (トリオ) システム <p>《小集団での学び方や場の使い方》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学び合いの方法 ・相手に伝える際の約束 ・場の選び方，使い方 	
<p>2 クロール，平泳ぎの映像の導入</p> <p>○見付けた泳法のポイントをグループで共有する。</p> <p>(学習状況に応じた具体的な指導の例)</p>	<p>○泳法に関するイメージやポイントを共有できるようにする。</p>
<p>映像を見る際の視点を示す。</p> <p>《クロール》 ○ばた足の際のクロールの足の動きに注目しよう。</p> <p style="padding-left: 2em;">○水中や水上での手のかき方に注目しよう。</p> <p style="padding-left: 2em;">○呼吸はどのタイミングでしているか注目しよう。</p> <p>《平泳ぎ》 ○かえる足の動き，足首の動きに注目しよう。</p> <p style="padding-left: 2em;">○手や足，呼吸のタイミングに注目しよう。</p> <p style="padding-left: 2em;">○手や足，呼吸の仕方に注目しよう。</p>	
<p>3 トリオでの人数確認・準備運動・シャワーを浴びる。</p> <p>4 試しの泳ぎを行う。</p> <p>(以下略)</p>	<p>◎クロールや平泳ぎの泳ぎのポイントについて仮説を立てているか。</p> <p>【思考・判断】(観察・学習カード)</p> <p>◎水泳の心得を守り，安全を保持することに気を配っているか。</p> <p>【関心・意欲・態度】(観察・学習カード)</p>

(2) 「つかむ」段階の指導例 (2 / 10)

◎ねらい ・水泳の心得を守って、友達と協力しながら進んでクロールの動きを身に付ける。(態度)

学習活動	◎評価◎教師の支援
<p>(略)</p> <p>5 グループ学習を行う。 トリオで考えたポイント(泳法)が「続けて長く泳ぐ」のに適したものか確かめる。 (学習状況に応じた具体的な指導の例)</p>	<p>◎水泳の心得とグループでの学習の仕方を確認する。</p>
<p>○進んで練習に取り組めない…トリオでの学び方や役割分担を伝えたり、進んで学んでいる児童を取り上げたりする。</p> <p>○ポイント(泳法)の確かめ方がわからない…トリオで考えた手や足の動かし方と違う動かし方も確かめてみるよう助言する。</p> <p>○運動が苦手な児童…陸上や水中で動きの確認をしてから取り組ませたり、補助具を使ったりする。</p>	
<p>6 退水・トリオで人数確認をする。 7 学習の振り返りをする。 (以下略)</p>	<p>◎体の調子を確認してから泳ぐなど水泳の心得を守り、安全に保持することに気を配っている。 【関心・意欲・態度】(観察・学習カード) ◎続けて長く泳ぐことができるように、進んで練習に取り組んでいる。 【関心・意欲・態度】(観察・学習カード)</p>

(3) 「つかむ」段階の指導例 (5 / 10)

◎ねらい ・平泳ぎの泳法のポイントを知り、自分の課題を見付ける。(思考・判断)

学習活動	◎評価◎教師の支援
<p>(略)</p> <p>5 グループ学習を行う。 グループで互いを見合いながら、自分の立てた泳法のポイントを検証する。一人が泳ぎ、2人が見る。(プールの横方向を使って行う。) (学習状況に応じた具体的な指導の例)</p>	<p>◎水泳の心得とグループでの学習の仕方を確認する。</p>
<p>○見合うことができていない…泳者のめあてを確認し、観察者の視点を考えさせる。</p> <p>○ポイントを知らない…上手な児童の手と足と呼吸のタイミングがどうなっているか観察させる。</p> <p>○できばえをうまく伝えられない…めあてに対して、できていたかどうかを確認させる。</p> <p>○運動が苦手な児童…陸上や水中で動きの確認を確認してから取り組ませたり、補助具を使ったりする。</p>	
<p>6 退水・トリオで人数確認をする。 7 学習の振り返りをする。 (以下略)</p>	<p>◎平泳ぎの泳法のポイントを知り、自分の課題を見付けている。 【思考・判断】(観察・学習カード) ○平泳ぎのポイントを確かめようとしたり、課題に気付いたりしているグループを取り上げ、その良さを広めるようにする。</p>

(4) 「つかむ」段階の指導例 (6 / 10)

- ◎ねらい ・クロールで手を左右交互に伸ばして水をかいたり、リズムカルなバタ足をしたりして泳ぐ。
 ・平泳ぎで両手で円を描くように左右に開いて水をかいたり、両足の親指を外側に開いて、足裏全体で水を押し出したりして泳ぐ。(技能)

学習活動	◎評価◎教師の支援
<p>(略)</p> <p>5 グループ学習を行う 異なる泳力の3人でグループを組んで行う。 <前半>クロール ・手、足、呼吸、それぞれのポイントに気を付け、交代で泳ぐ。 <後半>平泳ぎ ・手、足、呼吸、それぞれのポイントに気を付け、交代で泳ぐ。</p> <p>(学習状況に応じた具体的な指導の例)</p>	<p>◎児童から前時までに挙げたポイントの掲示物を使い、整理する。 ◎T1が、動きのポイント、見る視点、補助の仕方を提示する。 ◎T2, 3は、水中で補助や助言をする。 ◎泳ぎのポイントが上手にできている児童を称賛し、他の児童やグループに紹介したりする。 ◎クロール…手を左右交互に伸ばして水をかいたり、リズムカルなバタ足をしたりすることができる。【技能】(観察)</p>
<p>○できばえをうまく伝えられない…めあてに対して、できていたかどうかを確認させる。 ○運動が苦手な児童…必要に応じて補助具の活用や補助をするように促す。 ○苦手で意欲が低い…できていた点を伝えるようにグループに促す。 ○見る視点がわからない…めあてをもとに、水中で見た方が良いか、プールサイドから見た方が良いか考えさせる。 ○水泳が得意な児童…自分の泳ぎのポイントを言語化させる。</p>	
<p>6 退水・トリオで人数確認をする。</p> <p>7 学習の振り返りをする。</p> <p>(以下略)</p>	<p>◎平泳ぎ…両手で円を描くように左右に開いて水をかくことができる。両足の親指を外側に開いて、足裏全体で水を押し出すことができる。【技能】(観察) ○できたこと、分かったことを振り返らせる。 ◎教師が見取った児童のよい動きやよい学び合いの様子などを紹介する。</p>

(5) 「つかむ」段階の指導例 (7 / 10)

- ◎ねらい ・友達と動きを見合い、めあてのできばえや課題解決について気付いたことを伝え合う。
- ・クロールや平泳ぎの泳ぎのポイントを知り、自分の課題を見付けている。(思考・判断)

学習活動	◎評価◎教師の支援
<p>(略)</p> <p>5 グループ学習</p> <p>異なる泳力の3人でグループを組んで行う。</p> <p><前半>クロール <後半>平泳ぎ</p> <p>○前時で出たポイントから、うまく出来なかったところを確認する。</p> <p>① 自分のめあてを伝え、泳ぐ。</p> <p>② 友達からできばえを伝えてもらい、ポイントを確認する。</p> <p>③ もう一度泳ぐ</p> <p>④ 振り返る</p> <p>児童は交代して取り組み、この流れを繰り返す、課題を見付ける。</p> <p>(学習状況に応じた具体的な指導の例)</p>	<p>○T1が、動きのポイント、見る視点、補助の仕方を提示する。</p> <p>○T2～4は、水中で補助や助言をする。</p> <p>○課題が見付けられていない児童がいるグループには、課題を見付けているグループの課題を紹介する。</p> <p>◎友達と動きを見合い、めあてのできばえや課題解決について気付いたことを伝え合っている。【思考・判断】(観察・発言分析)</p> <p>◎クロールや平泳ぎの泳ぎのポイントから自分の課題を見付け、めあてを立てている。【思考・判断】(学習カード)</p>
<p>○泳法のポイントがわからない…掲示物や資料を提示し、確認させる。</p> <p>○できばえをうまく伝えられない…めあてに対して、できていたかどうかを確認させる。</p> <p>○運動が苦手な児童…必要に応じて補助具の活用や補助をするように促す。</p> <p>○見る視点がわからない…めあてをもとに、水中で見た方が良いか、プールサイドから見た方が良いか考えさせる。</p> <p>○課題を設定できない…掲示物や学習資料を提示し、グループでの話し合いをもとにそれぞれの動きのできばえを確認させる。</p> <p>○水泳が得意な児童…自分の泳ぎのポイントを言語化させる。</p> <p>より続けて長く泳げるような泳ぎに対するめあてを設定させる。</p>	
<p>6 退水・トリオで人数確認をする。</p> <p>7 学習の振り返りをする。</p> <p>(以下略)</p>	<p>○教師が見取った児童のよい動きやよい学び合いの様子などを紹介する。</p>

(6) 「取り組む」段階の指導例 (10/10)

- ◎ねらい
- ・クロールで肩のローリングを用いて顔を横に上げて呼吸をし、続けて泳ぐことができる。
 - ・平泳ぎで足の親指を外側に開いて、足裏全体で水を押し出したり、手と足の動きのタイミングを合わせ、呼吸をしながら泳ぐことができる。【技能】(観察) 足の親指を外側に開いて、足裏全体で水を押し出すことができる。

学習活動	◎評価 ○教師の支援
<p>(略)</p> <p>5 グループ学習を行う。</p> <p>クロール又は平泳ぎのどちらに取り組むか決め、めあてを立てて練習に取り組む。グループで交互を見合いながら、自分の泳ぎを練習する。1人が泳ぎ、2人を見る。2回泳いだら交代する。</p> <p>【めあての立て方の例】</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>泳法の 動きの種類 のとき クロールの 呼吸 のとき からだの部位 を どうする 顔を を 横に向ける。</p> </div> <p>(学習状況に応じた具体的な指導の例)</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>○気付いたことを伝えられない…教師と一緒に見て、気付いたことを児童に伝えている姿を見せたり、泳ぎの手のかき数を数えたりするよう助言する。</p> <p>○運動が苦手な児童…陸上や水中で歩きながら動きの確認をする。補助具を使う。 「手をかいて、蹴って、伸びる」などの助言をする。</p> <p>○技能が十分に満足できる状況の児童…長く続けて泳ぐことができるような伸びのある泳ぎを意識させる。 自分の動きや意識している動きについて自分の言葉で説明するように助言をする。</p> </div>	<p>◎評価 ○教師の支援</p> <p>○コースロープで3つの場に分け、自分の課題に応じて場を選んで泳ぐように伝える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ロングコース (25m) ・スイムコース (15m) ・プル・キックコース (10m) <div style="text-align: center; margin: 10px 0;"> <p>場の例</p>  </div> <p>◎クロールで肩のローリングを用いて顔を横に上げて呼吸をし、続けて泳ぐことができる。【技能】(観察)</p> <p>◎平泳ぎで足の親指を外側に開いて、足裏全体で水を押し出したり、手と足の動きのタイミングを合わせ、呼吸をしながら泳ぐことができる。【技能】(観察)</p>
<p>6 確かめ泳を行う。</p> <p>1人1分間泳で10mを泳いで、互いに見合う。プールで向かい合いの6人組が交互に泳ぐ。計6回行う。めあてのできばえ、かき数、距離等を確認、伝え合う。</p> <p>7 学習の振り返りをする。</p> <p>8 退水・トリオで人数確認をする。 (以下略)</p>	<p>○進んで課題を解決している児童や、協力して課題解決しているグループを取り上げ、その良さを広めるようにする。</p> <p>○単元全体のまとめ、学習を通して教師が良かったと感じた点を称賛し、次年度以降の学習への期待をもたせる。</p>

第5学年 体育科学習指導案

日 時：平成29年9月7日（木）

場 所：江戸川区立西葛西小学校 プール

学 級：第5学年 126名

指導者：吉田 行宏 真坂 祐子

三木 聡子 石井 大地

1 単元名 水泳「 みんなで目指そう！！ マイスイム 」

2 単元の目標

技能	クロール，平泳ぎを続けて長く泳ぐことができるようにする。
態度	運動に進んで取り組み，助け合って水泳をしたり，水泳の心得を守って安全に気を配ったりすることができるようにする。
思考・判断	自己の能力に適した課題の解決の仕方や記録への挑戦の仕方を工夫できるようにする。

3 単元及び学習活動に即した評価規準

観 点	単元の評価規準	学習活動に即した評価規準
運動への 関心・意欲・態度	<ul style="list-style-type: none"> ・続けて長く泳ぐ楽しさや喜びに触れることができるように，進んで練習に取り組もうとしている。 ・友達と助け合いながら協力して練習をしようとしている。 ・体の調子を確認してから泳ぐなど水泳の心得を守り，安全を保持することに気を配ろうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ①続けて長く泳ぐことができるように，進んで練習に取り組もうとしている。 ②友達と見合い，助け合いながら協力して練習しようとしている。 ③体の調子を確認してから泳ぐなど水泳の心得を守り，安全を保持することに気を配ろうとしている。
運動についての 思考・判断	<ul style="list-style-type: none"> ・運動の行い方や課題解決の仕方を知るとともに，自分の課題にあった練習の場や方法を選び工夫している。 	<ul style="list-style-type: none"> ①クロールや平泳ぎの泳ぎのポイントを知り，自分の課題を見付けている。 ②自分の課題に合った練習の場を選んで取り組んでいる。 ③友達と動きを見合い，めあてのできばえや課題解決のための助言を伝え合っている。
運動の技能	<ul style="list-style-type: none"> ・クロールでは，手と足の動きに呼吸を合わせながら，続けて長く泳ぐことができる。 ・平泳ぎでは，手と足の動きに呼吸を合わせながら，続けて長く泳ぐことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ①クロールで手を左右交互に伸ばして水をかいたり，リズムカルなバタ足をしたりすることができる。 ②クロールで肩のローリングを用いて顔を横に上げて呼吸をし，続けて泳ぐことができる。 ③平泳ぎで両手を円を描くように左右に開いて水をかくことができる。 ④足の親指を外側に開いて，足裏全体で水を押し出すことができる。 ⑤手と足の動きのタイミングを合わせ，呼吸をしながら泳ぐことができる。

4 児童の実態

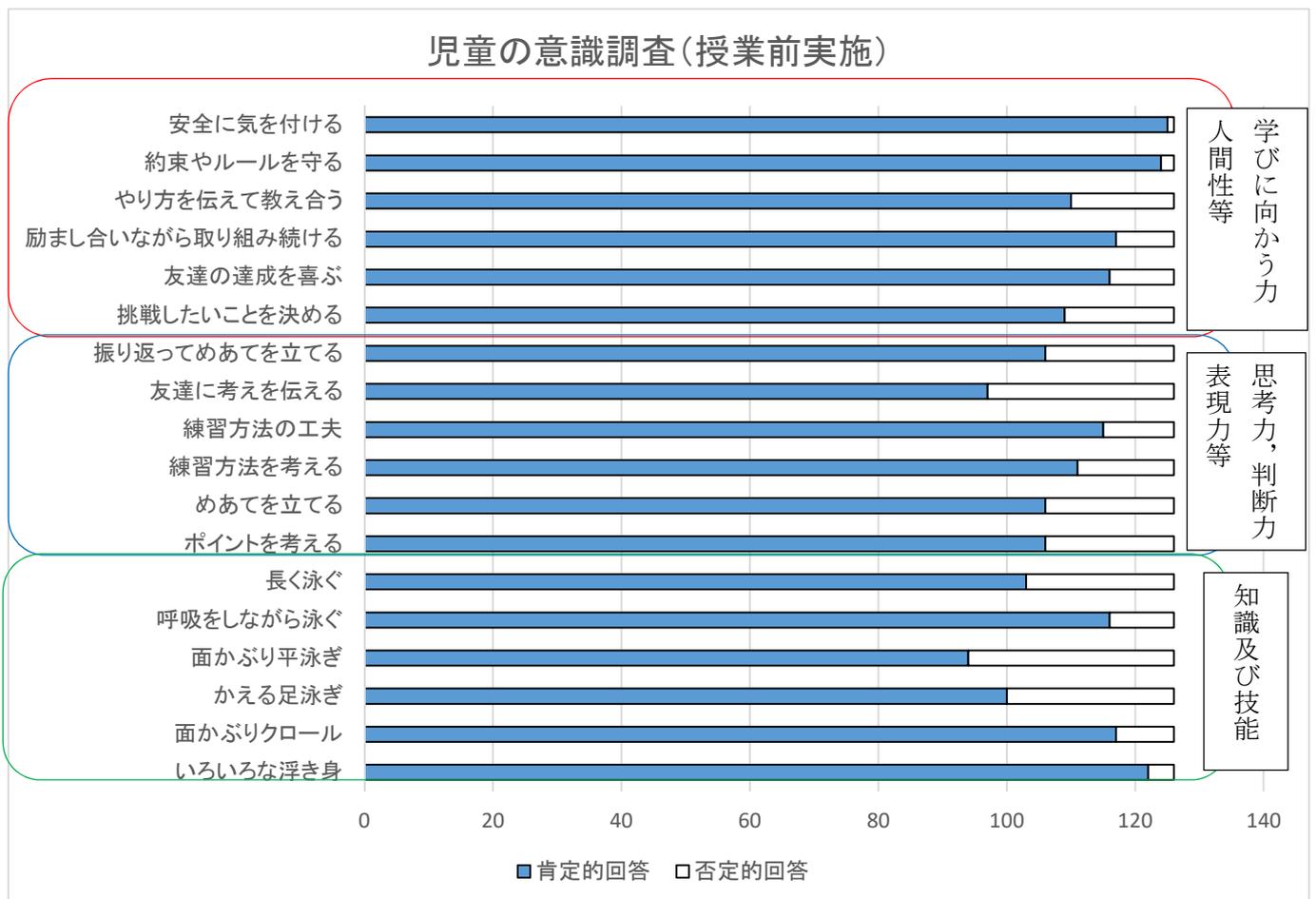
(1) 事前調査

児童の学習前、学習中、学習後の意識調査を行い、三つの資質・能力の具体的な学習状況の姿に関する児童自身の意識を把握するために以下の調査を行った。

(質問紙調査 実施時期 6月中旬 対象児童 西葛西小学校5年生 126名)

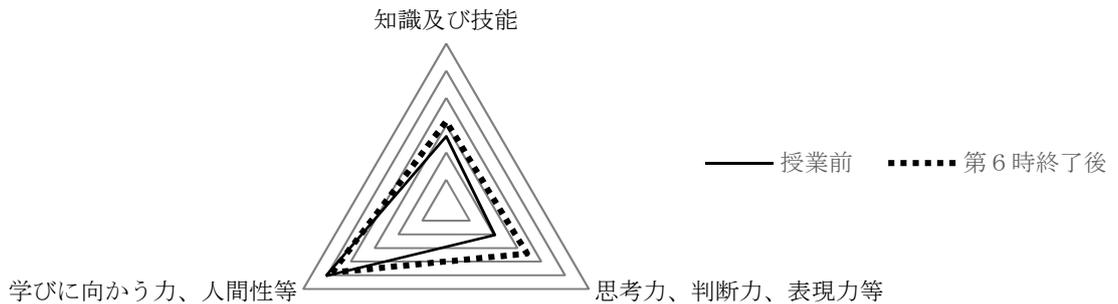
設問内容		4	3	2	1
知識及び技能	①だるま浮き、伏し浮きなど色々な姿勢で浮くことができる。	105	17	2	2
	②面かぶりクロールができる。	94	23	6	3
	③かえる足泳ぎで泳ぐことができる。	79	21	11	15
	④面かぶり平泳ぎができる。	78	16	16	16
	⑤呼吸しながら泳ぐことができる。	103	13	5	5
	⑥長く泳ぐことができる。	78	25	12	11
思考力 判断力 表現力 等	①泳ぎ方のポイントを考えることができる。	66	40	13	7
	②自分の課題に気付いて、めあてを立てることができる。	70	36	18	2
	③めあてを達成するために、練習方法を自分たちで考えることができる。	76	35	9	6
	④選んだ練習方法を、時には変えたり工夫したりしながら行うことができる。	67	48	8	3
	⑤運動について考えたことを友達に伝えることができる。	58	39	21	8
	⑥自分が活動したことを振り返って、次回のめあてを立てることができる。	60	46	19	1
学びに向かう力 人間性等	①自分や友達がめあてを達成するために、やってみたいことや挑戦してみたいことを見付けようとする。	76	33	13	4
	②友達のめあてが達成できたことを、自分のことのように喜ぶことがある。	82	34	7	3
	③めあてに向かって、友達と励まし合いながら取り組み続けようとする。	81	36	7	2
	④友達が泳いだ後に、やり方を伝えて教え合おうとする	71	39	13	3
	⑤水泳の約束やルールを守ることができる。	109	15	2	0
	⑥安全に気を付けることができる。	109	16	1	0

(4…あてはまる 3…ややあてはまる 2…ややあてはまらない 1…あてはまらない)



(2) 中間調査 (第7時「つかむ」段階終了時)

〈三つの資質・能力にかかわる児童の意識の変容〉



授業前と第6時を終了した時点での児童の意識の変容をみると、最も大きな変容が見られたのは「思考力、判断力、表現力等」にかかわる設問内容である。

【思考力、判断力、表現力等にかかわる変容】

- 最も意識の高い変容が見られた項目は「自分の課題に対してめあてを立てる」という項目である。本単元の前段階の学習では、課題に気付くこと、そして自己の能力に合っためあてを立てることに時間を多くかけて行ってきた。このことが児童の意識の変容につながっている可能性がある。
- 次いで、大きな変容が見られた項目は「自分が活動したことを振り返って、次回のめあてを立てることができる」という項目である。学習過程として課題解決的な学習を繰り返し行っていることが定着してきていることにかかわりがあると思われる。
- 変容があまり見られなかった項目は「選んだ練習方法を、時には変えたり工夫したりしながら行うことができる。」であった。学習過程として練習方法を選択する段階にないことが要因と考えられる。今後、自己の力に合った課題を設定し、解決を図る中で必要とされる力の一つである。指導と評価の一体化を図り、適切な練習方法を選択することができるように指導を行う必要がある。

【知識及び技能にかかわる内容】

- 最も大きな変容が見られた項目は「面かぶり平泳ぎができる」という項目であった。4年生までの既習事項ではあるがその技能の定着は高いとは言えない状況で学習が始まっており、泳法のポイントを探る学習を通してこれまでのかえる足泳ぎや面かぶり平泳ぎを丁寧に繰り返し経験できたことが「できる」という意識の向上につながったと考えられる。
- 一方で肯定感が低く、変容があまりみられていない項目が「かえる足泳ぎで進むことができる。」である。授業開始前の調査で概ね80%の児童が肯定的な回答をしているものの、第6時終了時点で否定的な回答数は8%の減少に留まった。今後の学習の中で、かえる足の技能習得につまずく児童が想定される。グループ内で適切な練習方法の選択や助言ができるよう指導を行う必要がある。

【学びに向かう力、人間性等に関する内容】

- 一方で授業前の肯定的回答が最も多かった（肯定率約92%）「学びに向かう力、人間性等」であったが、第6時終了時点での調査では、肯定率は1%の減少となった。
- 特に肯定的な回答が減少したのが「めあてに向かって、友達と励まし合いながら取り組み続けようとする。」という項目である。肯定的な回答数が5%減少している。実際に学習が始まり、思うように学習が進んでいない状況のグループがあることも考えられる。教師として各グループの学びに向かう力が持続するよう、励ましの声掛けをはじめ、学習の様相に応じた学び合いが円滑に進む支援を行う必要がある。

5 単元指導計画

時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
段階	泳法の行い方を知り、自己の課題をつかむ段階							自己の課題を設定して解決を図る段階				
学習活動・一単位時間の流れ	オリエンテーション 良い泳ぎの映像を見て、泳法の行い方を知る。 ・クロール、平泳ぎ、それぞれに仮説を立てる。(どうしたら、映像のような泳ぎに近づけられるか。) 以下の内容を知る。 ・学習のめあて ・単元の構成 ・1時間の流れ ・グループについて 試しの泳ぎを行う。	感覚づくりの運動「リズム水泳」 ・音楽に合わせて、個人やペア、グループの友達と一緒に、リズムに乗って水泳の基になる動きを楽しむ。 (2～7時) リズム水泳の動きを知り、個人やペア、リズムに乗って動きを楽しむ。							(8～10時) 曲の後半で6人グループになり、動きの一部をグループで考える。リズムに乗って、友達と動きを揃えて楽しむ。			
		今もっている力で取り組む「スイム駅伝」 ・6人グループで行う。 ・5分間行う。 ・プールの横方向を使い、一人片道(10m)ずつ引き継いで泳ぐ。 ・5分間で、合計何m進めたかを数え、毎時間グループでその距離を伸ばすをことをめざす。 ・ビート板をバトン代わりにして、引き継いでいく。										
		グループ学習 1時で立てた泳ぎのポイントを確認する。 泳力異質の3人でグループを組んで行う。							グループ学習 個人の課題に取り組む。 前半と同じグループで行う。			
		2時	3時	4時	5時	6時	7時	8時	9時	10時		
<泳ぎのポイントを試す1> クロール ・ストローク ・キック ・呼吸、コンビネーション		<泳ぎのポイントを試す2> 平泳ぎ ・ストローク ・キック ・呼吸、コンビネーション		<泳ぎのポイントを共有し、明確にする。> 2～5時で出した気付きを、学年全体で確かめる。 ・クロール 手, 足, 呼吸 ・平泳ぎ 手, 足, 呼吸		<課題を見つける> 学年で共有した泳ぎのポイントから、自分の課題を見付ける。		グループでお互いに見合いながら、自分の課題に向けた練習をする。1人が泳ぎ2人が見る。2回泳いだら、交代する。 ①めあてを伝える ② 泳ぐ ③助言を受ける ④ もう一度泳ぐ				
クロール ・ストローク ・キック ・呼吸、コンビネーション		平泳ぎ ・ストローク ・キック ・呼吸、コンビネーション		クロールか平泳ぎを選択 ・ストローク ・キック ・呼吸、コンビネーション		確かめ泳(各グループで) 1人1分間を泳いでグループ内でめあてのできばえやかき数、泳いだ距離を確認する。						
学習の振り返り：グループで本時の学習を振り返る												
即した評価規準	態	①③	①③		①②			①				
	思	①		①		①	②③		②③			
	技							①③		②④⑤		

5 本時の学習（本時 9 / 10）

(1) ねらい

- ・平泳ぎの自分の課題に合った場や練習方法を選びながら，課題解決を図る。
- ・友達の課題に合わせて，泳ぎのできばえや解決方法について気付いたことを伝え合う。

(2) 展開

時間	学習活動	◎評価，○教師の支援				
0	1 挨拶・トリオでの人数確認・準備運動・シャワーを浴びる。 2 めあて，本時の流れを確認する。	○児童の健康状態を確認しながら，手，足首，首，関節系を中心に準備運動を行う。 ○シャワーを浴びた後，6人組で1つ，ビート板を用意しておく。				
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> 友達と協力して，平泳ぎについての自分の課題を解決しよう。 </div>						
7 10	3 リズム水泳「Uptown Funk」を行う。 4 スイム駅伝を行う。 6人組で5分間，プール横10mをビート板をバトン代わりにして泳ぐ。	○進んで運動に取り組めるように，前時よりも協力できているグループを称賛する。 ○前時よりも距離が伸びているグループを称賛する。				
15	5 グループ学習を行う。 平泳ぎの練習に取り組む。グループで交互を見合いながら，自分の泳ぎを練習する。1人が泳ぎ，2人が見る。2回泳いだら交代する。	○コースロープで3つの場に分け，自分の課題に応じて場を選んで泳ぐように伝える。 <ul style="list-style-type: none"> ・ロングコース（25m）長く楽に泳ぐ ・スイムコース（15m）呼吸法を身に付ける ・プル・キックコース（10m） 				
	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; margin-bottom: 10px;"> (1) 自分のめあてを伝える (2) 泳ぐ (3) 助言を受ける (4) もう一度泳ぐ </div> (学習状況に応じた具体的な指導の例)	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> 場の例 <table style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 5px;"> <tr> <td style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ロングコース（長く楽に泳ぐ）</td> </tr> <tr> <td style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="border: 1px solid black; padding: 2px;">プル・キックコース</td> <td style="border: 1px solid black; padding: 2px;">スイムコース</td> </tr> </table> </td> </tr> </table> </div> ◎自分の課題に合った練習方法や場を選んで，取り組んでいる。 【思考・判断】（観察・学習カード）	ロングコース（長く楽に泳ぐ）	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="border: 1px solid black; padding: 2px;">プル・キックコース</td> <td style="border: 1px solid black; padding: 2px;">スイムコース</td> </tr> </table>	プル・キックコース	スイムコース
ロングコース（長く楽に泳ぐ）						
<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="border: 1px solid black; padding: 2px;">プル・キックコース</td> <td style="border: 1px solid black; padding: 2px;">スイムコース</td> </tr> </table>	プル・キックコース	スイムコース				
プル・キックコース	スイムコース					
○気付いたことを伝えられない…教師と一緒に見て，気付いたことを児童に伝えている姿を見せたり，泳ぎの手のかき数を数えたりするよう助言する。 ○練習の場が適切でない…自分のめあてを確認させ，どの場が適切か考えさせる。 ○練習方法が適切でない…泳ぎのポイントや練習選択カードを参考に，適切な選択ができるよう助言する。 ○運動が苦手な児童…陸上や水中で歩きながら動きの確認をする。補助具を使う。「手をかいて，蹴って，伸びる」などの助言をする。						
32	6 確かめ泳を行う。 1人1分間泳で10mを泳いで，互いに見合う。プールで向かい合いの6人組が交互に泳ぐ。計6回行う。めあてのできばえ，かき数，距離等を確認，伝え合う。	◎友達と動きを見合い，めあてのできばえや課題解決のための助言を伝え合っている。 【思考・判断】（観察・学習カード）				
40	7 退水・トリオで人数確認をする。 8 学習の振り返りをする。 9 整理運動・挨拶・シャワーを浴びる。	○進んで課題を解決している児童や，協力して課題解決しているグループを取り上げ，その良さを広めるようにする。				

資料

(1) 学習カード (第1時)

水泳学習カード 第1時 ()月()日()グループ 年 組()

「**楽に美しく長く泳ぐ**」ためには、どのようにしたらよいだろうか?

<クロール>



<平泳ぎ>



(第2時～第5時)

水泳学習カード ()グループ 年 組()

時	2 <small>時</small> /	3 <small>時</small> /	4 <small>時</small> /	5 <small>時</small> /
めあて	「 楽に美しく長く泳ぐクロール 」のための 手や足の動かし方を見つけよう		「 楽に美しく長く泳ぐ平泳ぎ 」のための 呼吸の仕方を見つけよう	
駅伝	スィム	スィム	スィム	スィム
運動方法				
振り返り	安全	◎・○・△	安全	◎・○・△
	友達と協力	◎・○・△	友達と協力	◎・○・△
	手や足の動かし方	◎・○・△	呼吸の仕方	◎・○・△

(第6時, 第7時)

水泳学習カード		()グループ 年 組 ()	
6 <small>分</small> / <small>分</small>		7 <small>分</small> / <small>分</small>	
めあて	自分たちで考えたクロールや平泳ぎの泳ぎ方をたしかめてみよう	自分の課題をつかもう	
スイム	m	m	
運動方法	【クロール】	【クロール】	【自分の課題】
	目	◎・○・△	
	目	◎・○・△	
	呼吸	◎・○・△	
	【平泳ぎ】	【平泳ぎ】	【自分の課題】
	目	◎・○・△	
目	◎・○・△		
呼吸	◎・○・△		
振り返り	泳ぎのポイントを知る,	◎・○・△	自分の課題をつかむ,
	友達に伝える,	◎・○・△	友達に伝える,
	安全,	◎・○・△	安全,

(第8時～第10時)

水泳学習カード		()グループ 年 組 ()	
8 <small>分</small> / <small>分</small>		9 <small>分</small> / <small>分</small>	10 <small>分</small> / <small>分</small>
めあて			
スイム	m	m	m
運動方法	【クロール】	【平泳ぎ】	【クロール】
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>手、足・呼吸を組み合わせて練習</p> <p>←</p> <p>手や足の練習 呼吸の練習</p> <p>→</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>手、足・呼吸を組み合わせて練習</p> <p>←</p> <p>手や足の練習 呼吸の練習</p> <p>→</p> </div>	【平泳ぎ】
振り返り	課題を解決できたか,	◎・○・△	課題を解決できたか,
	友達に伝える,	◎・○・△	友達に伝える,
	自分に合った練習だったか,	◎・○・△	自分に合った練習だったか,

(2) 練習選択カード (クロール)

練習選たくカード

クロール

課題

- 太ももまで手をかけていない。
- 水に入れた時にひじが伸びていない。
- 呼吸すると足が止まったままになる。
- 横向きの呼吸ができない。
- 呼吸をしたときに、前に出した手が下がってしまう。

練習方法

練習方法

①かべにつかまって、手のかきの練習。

②ビート板を使って、手のかきの練習。
〈右手のみ→左手のみ→交互〉

③友達に支えてもらって、手のかきの練習。

④面かぶりのクロール。

練習方法

①ビート板バタ足。
・前を向いて呼吸。
・手をかいて呼吸。
呼吸のあと、すぐにバタ足をする。

②友達に支えてもらって、バタ足。
・前を向いて呼吸。
・手をかいて呼吸。

③面かぶりのクロール (呼吸あり)。
・前に出した手の肩に耳をつけるようにする。
・呼吸のあとすぐに、あごを胸につける。

練習方法

続けて長く泳ぐために、
④少ないかき数で、泳ぎきる。
・肩を前に出して、できるだけ先の水をかく。
・ビート板を足にはさんで、手のかきを練習する。
・呼吸のリズムを一定にする。
(1、2、バ、4)

(平泳ぎ)

練習選たくカード

課題

- 足の親指が外側を向かない。水をはさみ、伸びの姿勢にならない。
- ひざがおしりよりも前にきてしまう。
- 手を肩よりも後ろへかいてしまう。
- 手足の動きと呼吸のタイミングが合わない。
- 足をけた後、すぐに手をかいてしまう。

練習方法

練習方法

①床に座って、足首の形を見ながら練習。
②こしかけかえる足でひざから曲げて練習。

③かべもちかえる足で、動きを確認する。
〈補助あり→補助なし〉

④ビート板を使って、かえる足の練習。
〈顔上げ→顔つけ〉

⑤面かぶりのかえる足の練習。

練習方法

①その場で、手のかきの練習。

②立った状態で「かく」→「地面をける」→「伸びる」→「立つ」
③「けのび」→「かく」→「ける」→「伸びる」→「かく」

④面かぶりのかえる足の練習。(息つきを入れる)。
〈ビート板あり→なし〉

⑤面かぶりの平泳ぎの練習。

続けて長く泳ぐために、
④少ないかき数で泳ぎきる。