

3 学習指導案

第6学年 体育科学学習指導案

日時：令和元年11月5日（火）
 5校時（13：40～14：25）
 会場：府中市立府中第十小学校
 対象：第6学年1組34名
 授業者：古川 皓介 主任教諭

(1) 単元名 体づくり運動「体の動きを高める運動」

(2) 単元の目標

知識及び運動	自己の体の状態や体力に応じて、運動の行い方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。
思考力、判断力、表現力等	ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動をすることができるようにする。
学びに向かう力、人間性等	運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動したり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。

(3) 単元の評価規準

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
単元の評価規準	体の動きを高めるため必要性や行い方を理解するとともに、体の動きを高める運動のねらいに合った動きができる。	自分の体の状態や体力に応じて、運動の行い方を工夫したり選んだりするとともに、動きのポイントや選び方について仲間に言葉や動作で伝えている。	運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動したり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりしている。
学習活動に即した評価規準	①体力の必要性や体の動きを高めるための運動の行い方を理解することができる。 ②体の柔らかさを高めるための運動のねらいに合った動きができる。 ③巧みな動きを高めるための運動のねらいに合った動きができる。 ④力強い動きを高めるための運動のねらいに合った動きができる。 ⑤動きを持続する能力を高めるための運動のねらいに合った動きができる。	①自己の体の状態や体力に応じて、自己やグループで体の動きを高めるための運動の課題を選んでいる。 ②体の動きを高めるために適した運動の行い方を選んだり、工夫したりしている。 ③体の動きを高めるために自己やグループで運動の行い方を他者に伝えている。	①体の動きを高める運動に積極的に取り組もうとしている。 ②約束を守り、仲間と助け合って運動しようとしている。 ③場や用具の安全に気を配っている。 ④仲間の取組を認めようとしている。 ⑤運動の場の危険物を取り除くとともに、用具の使い方や周囲の安全に気を配っている。 ※②～⑤は個人内評価とする。

(4) 運動の特性

- 自分の思い通りに体を動かすことができたときに楽しさや喜びを感じる運動である。
- 運動を工夫したり、新しい動きを考えたりしたときに楽しさや喜びを感じる運動である。
- 運動のポイントを見付け、自己の動きが向上したときに楽しさや喜びを感じる運動である。

(5) 児童の実態

男女ともに活発で、体を動かすことが好きな児童が多い。1学期の陸上運動、水泳運動のグループ、ペア学習などを通して、自己の課題を見付け、その課題に合った練習を行ったり、互いの考えを伝え合ったりしながら学習を進めてきた。そして、第5学年、体の動きを高める運動では、第一時のオリエンテーションで学習した「体力を高める必要性や適時性」、「体力要素」「体の動きの高め方」、「動きの工夫の視点」について単元全体を通して理解を深めてきた。また、「どうやったらできた?」「動きのポイントは?」、「何の工夫をしたの?」など、仲間同士で伝え合う学習を行ってきた。以上のような経験を生かし、自分の力に合った動きを選んだり、工夫したりする、自分の考えを他者に伝えたり、仲間の取組を認めたりしながら、体の動きを高めていく学習を展開していく。

第六時までの児童の変容

○第一時 動きのポイント、動きの工夫に注目させる。

余計な情報はあまり与えずに行った。オリエンテーションでは、体力の四要素、巧みな動きの四つは、頭の中に残っていた。学習カードに書かれていた内容を見ていくと、「高めたい、高まった動き」、「動きのポイント」が書かれている児童が5名ほどいた。前年からの学習の積み重ね、2学年で行うことでの思考の深まりを感じた。ただし、目的意識をもって取り組めていない児童もいるので、言葉かけを行い、何のために行っているのかを促していくことが必要。

○第二時 自己と向き合う。体の動きを高める目的、必要性を確かめる。

【ボール転がし】まずは、「ゆっくり!"を行うことを意識するように」と伝えた。「体の柔らかさを高めるためのポイントって何だろうか?」の問いに、「ちゃんと手を伸ばす」、「どこが伸びているか考える。」などの返しがあつた。「柔らかさが高まるような工夫」=「動く範囲が広がるような工夫」をしようと声をかけた。学習カードでは、柔らかさに関するコメントが多くあつた。

○第三時 「高めたい動き、高まった動き」に注目させる。

【長なわ】学習カードで、前回よりもできた。という子がいた。できたということは高まっているということ。目的意識をもって取り組んだことで得ることのできた達成感を感じ取ることができた。【ケンステップ走路】工夫の視点を選び、工夫したい動きをその子なりに書くことができた。特に、リズムカルな動きが高まったという記述がたくさんあつた。

○第四時 「かつどん」の「つ」に注目させる。①

【ゴムひも】前回の「ボール転がし」、昨年度の経験から、「ゴムひも」のポイントもすんなりと出てきて、「柔らかさを高めるため」に動いていた。後半には、より体の動く範囲を広げる工夫(ゴムの高低、幅)が見られた。仲間とコミュニケーションをとっている姿が動きの中で見られた。伝えることに重点を置いたため、「高まりや高めたい動き」の記述は少なくなった。

○第五時 「かつどん」の「つ」。② 伝えることで思・判・表を伸ばす。

【ロールマットずもう】初体験の運動との出会い。新鮮があり、子供たちの興味は大きかつた。ワクワク感はず子供たちから感じました。最初、男女はお互い気を使っている様子。徐々にほぐれてはきた。ポイントはすぐに見つけられた。学習カードには、「青の線でやると強く押せる。」というような記述が何名かいた。

○第六時 「かつどん」の「つ」。③ 伝えることで得るものあり。

【人運び】ポイントを意識して動くことができていく。「どこに力が入っている?」、「どうやったらできた?」の問いにも答えることができていた。学習カードの記述より、「伝える」ことができた児童は格段に増えた。

たくみな動き

タイミングよく動く

バランスよく動く

リズムカルに動く

力の入れ方を加減して動く

「かつどん」の「つ」

①何が高まりそう?

②何の工夫をしたの?

③どうやったらできた?

手立て 「高めたい動き、高まった動き」に注目させるために、その視点に絞り前時の振り返りで提示した。何を考えて運動することが大切なのかを伝える。

手立て 「どうやったらできたの?」、「何がポイントだと思う?」、「どんな工夫をしたの?」、「この動きで何が高まりそう?」、「なんで〇〇が高まると思ったの?」などの言葉をかける。

	不明	主体的 B ⁻	主体的 B、思判表 B	主体的 A、思判表 B	主体的 A、思判表 A
第1時	0	2	27	5	0
第2時	0	2	15	8	9
第3時	0	1	8	13	12
第4時	1(欠)	0	16	4	13
第5時	2(欠)	0	13	1	18
第6時	1(欠)	0	11	0	22

手立て 学習カードの記述では、高まったこと、高めたいことが減っている。児童に聞いてみると、高まりはそれぞれに感じていた。重点を「伝える」に置いていたこともあり、夢中になってしまった。




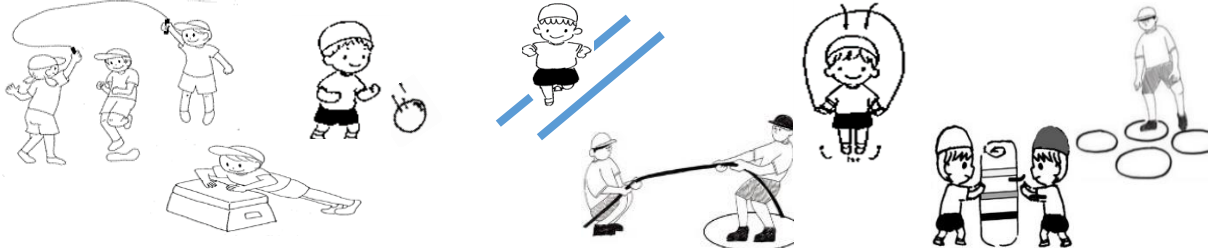
手立て 前時の振り返り、授業中のフリップによる問いかけ、振り返りでの言葉かけにより、伝え合いが活性化し、高まりを実感できている児童が増えた。問い返しが大事。

手立て 子供同士の言葉掛けが多くなったことで、高まりへの意識は大きくなった。次時へ向けて、目的意識をもたせるための声かけ、個別へのコミュニケーションを心がける。

(6) 単元の指導と評価の計画 (※「体ほぐしの運動」は省略)

第6学年「体の動きを高める運動」

時間	1	2	3	4	5	6
指導のねらい	体力の必要性や体の動きを高めるための運動の行い方を理解するとともに、運動のポイントを見付けながら運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができる。			体の動きを高めるために適した運動の行い方を選んだり、工夫したりして、運動に積極的に取り組み、体の柔らかさ、力強い動きを高めるための運動を行うことができる。		
学習活動	オリエンテーション	 柔 ボール転がし		 柔 ゴムひも		ボール転がし ゴムひもから 運動を選択
	 巧 長なわ	 巧 ケンステップ走路	 巧 長なわ 巧 ケンステップ走路	 力 人運び	 力 ロールマット相撲	 力 人運び 力 ロールマット相撲
知識・技能	①	②		④	②	
思考・判断・表現			①			②
主体的に学習に取り組む態度	①			①		
評価する(価値付ける)内容	ポイントを見付ける動きの工夫	体の動きを高めるための目的意識	体の動きの高まりの実感(できた・楽になった)	力強い動きを高めるためのポイントやどこに力が入っているかの伝え合い		体の動きの高まりの実感(できた・楽になった)
主発問	「どうやったらできた?」 「何を工夫しているの?」	「何を高めるためにその運動はやっているのかな?」	この運動では、何が高まりそうかな? 「どうして、〇〇が高まったと思う?」	「グループの仲間に『どうやったら伸びたかな?』、『どうやったら力が入れやすかった?』、『どこを伸ばしているの?』、『どこに力を入れているの?』、『何を高めるために運動しているの?』を聞き合おう。」		
かつどんの観点	「か・つ・どん・できた!」の 「か(考える)」			「か・つ・どん・できた!」の 「つ(伝える)」		





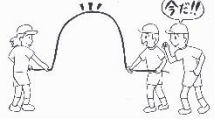
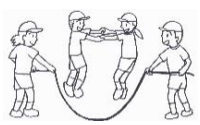

7	8	9(本時)	10
<p>体の動きを高めるために適した運動の行い方を選んだり、工夫したりして、運動に積極的に取り組み、巧みな動き、力強い動き及び動きを持続する能力を高めるための運動を行うことができる。</p>			
<p style="text-align: center;">持エアロビクス</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">    </div>			
<p style="text-align: center;">巧みな動きを高めるための運動、力強い動きを高めるための運動から運動と動きを【選択】 ※巧みな動きを高めるための運動を1つ、もしくは2つ選択すること</p>			
<p>巧 ・長なわ ・ドリブル移動 ・バンブーステップ ・短なわ ・ケンステップ走路</p>			
			
<p>力 ・腕立て伏臥腕屈伸 ・人運び ・ロールマット相撲</p>			
	④	③	⑤
①	③		③
①		①	
<p>自己の体力に応じた課題と運動の行い方の選択</p>	<p>考えた運動の行い方を他者に伝えること</p>	<p>仲間の考えや取組を認めること</p>	<p>動きの高め方の伝え合い</p>
<p>「自分が行っている運動は何を高めるために行っているのかな?」</p>	<p>「自分が高めたい◇◇の動きを高めるには、どの運動の行い方を選ぶとよいか? どう動きを工夫するといよいか?」</p>	<p>「友達は何の動きを高めるために運動の行い方を選んだり、動きを工夫したりしているのかな?」</p>	<p>「自分や〇〇さんが、さらに◇◇の動きを高めるには運動の行い方をどうしたらいいかな?」</p>
<p>「か・つ・どん・できた!」の 「㊦(どんでんやろう)」</p>		<p>「か・つ・どん・できた!」の 「㊦(できた)」</p>	

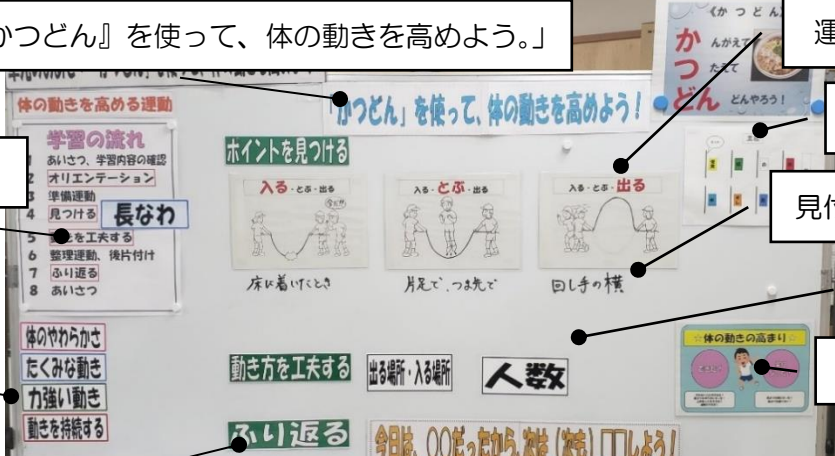
(7) 第6学年 (1/10時間)

①目標

体力の必要性や体の動きを高めるための運動の行い方を理解するとともに、運動のポイントを見付けながら運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。

②展開

学習活動	○指導上の留意点	☆評価(評価方法)
<p>1 オリエンテーションを行う。 ○体の動きを高める必要性、体力要素、体の動きの高め方を理解する。</p> <p>2 単元のめあてを確認する</p>	<p>○プレゼンテーションソフトやリーフレットを活用してオリエンテーションを行う。</p>	
<p>かつどんを使って体の動きを高めよう。</p>		
<p>3 準備運動を行う。</p> <p>4 巧みな動きを高める運動に取り組む。[ポイントを見付ける] ○長なわ 8の字跳び</p>   <p>5 動きを工夫する運動に取り組む。 【例】逆回し跳び 【例】二人跳び</p>    <p>6 整理運動を行う。</p> <p>7 学習の振り返りを行う。 ○オリエンテーションについて振り返り、学習カードに記入する。</p>	<p>○各部位を意識して運動するよう声を掛ける。</p> <p>○長なわの動きのポイントを見付けるよう声を掛けよう。</p> <p>○工夫の視点を、「方向」「人数」に限定して動きを工夫するよう声を掛ける。</p>  <p>・どんな工夫をしたの？ ・この運動で何が高まりそう？ (タイミング・バランス、リズム、力の調整)</p> <p>○「今日は○○だったから、次は(も)□□しよう。」という振り返り方ができるよう声を掛ける。</p>	<p>☆体の動きを高める運動に積極的に取り組もうとしている。(観察・発言)</p> <p>☆体力の必要性や体の動きを高めるための運動の行い方を理解することができる。(観察・発言)</p>



単元のめあて「『かつどん』を使って、体の動きを高めよう。」

運動のイラスト

場の作り方

見つけたポイント

工夫の視点

動きの高まり

1 単位時間の流れ

体力の4要素



振り返りの仕方(書き方)「今日は(も)○○だったから、次は(も)□□しよう。」

(8) 第6学年 (3/10時間)

①目標

体力の必要性や体の動きを高めるための運動の行い方を理解するとともに、運動のポイントを見付けながら運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。

②展開

学習活動	○指導上の留意点	☆評価(評価方法)
1 前時の振り返りを確認する。 2 本時のめあてを確認する	○前時の学習カードから高まった動きについて振り返りができている内容を紹介し、体の動きの高まりについて押さえる。	例 ケンステップ走路では、リズムカルにつま先でステップすることができた。次は、ケンステップの位置を変えて姿勢を変えてやってみよう。
<div style="border: 2px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> 「ボール転がし」「長なわ」 「ケンステップ走路」で、体の動きを高めよう。 </div>		
3 準備運動を行う。 4 体の柔らかさを高める運動に取り組む。 ○ボール転がし	○体の各部位の可動範囲が広がることが柔らかさの高まりであることを押さえる。  <ul style="list-style-type: none"> ・体のどこが伸びているかな? ・どうするとボールをうまく転がせるかな? ・呼吸を止めないでやってみよう。 	☆自己の体や体力に応じて、自己やグループで体の動きを高めるための運動の課題を選んでいる (観察・発言)
5 巧みな動きを高めるための運動に取り組む。 ○長なわ ○ケンステップ走路	○自己の体力に応じて動きを工夫するよう声を掛ける。  <ul style="list-style-type: none"> ・この運動では、何が高まりそうかな?(タイミング・バランス、リズムカル、力の調整) ・どうしたらできたの? ・どんな工夫をしたの? ・何が高まったの? ・なぜ高まったと思ったの? 	☆約束を守り助け合って運動したり、場の用具の安全に気を配ったりしている。 (観察・発言)
6 整理運動を行う。 7 学習の振り返りを行う。 ○工夫した動きやそのポイント、体の動きの高まりについて学習カードに記入する。	○「今日は○○だったから、次は(も)□□しよう。」という振り返り方ができるよう声を掛ける。	

本時のめあて『「ボール転がし」「長なわ」「ケンステップ走路」で体の動きを高めよう。』

1 単位時間の流れ

動きの高まり

振り返りの仕方(書き方)「今日は(も)○○だったから、次は(も)□□しよう。」

児童の振り返りの紹介(前時)

運動のイラスト

見付けたポイント





工夫の視点

(9) 第6学年 (6/10時間)

①目標

体の動きを高めるために適した運動の行い方を選んだり、工夫したりして、運動に積極的に取り組み、体の柔らかさ、力強い動きを高めるための運動を行うことができるようにする。

②展開

学習活動	○指導上の留意点	☆評価(評価方法)
1 前時の振り返りを確認する。 2 本時のめあてを確認する	○前時の学習カードからよい振り返りができている内容を紹介し、体の動きの高まりについて押さえる。	例 ボール転がしでは、息吐きながらゆっくりと体を前に倒すと、上半身をより伸ばすことができた。次は、ボールの大きさを変えてやってみよう。
<p>「ゴムひも」「ボール転がし」「人運び」 「ロールマットずもう」で、体の動きを高めよう。</p>		
3 準備運動を行う。 4 体の柔らかさを高める運動に取り組む。 ○ゴムひも ○ボール転がし 	○もとの動きから、さらに体のどの部位の可動範囲が広がっているのかを仲間に伝えるよう促す。  <ul style="list-style-type: none"> ・呼吸の仕方はどうするとよかったかな？ ・体のどこが伸びているかな。 ・工夫した動きとポイントを伝え合おう。 	☆体の動きを高めるために適した運動の行い方を工夫したり、選んだりしている。 (観察・発言)
5 力強い動きを高めるための運動に取り組む。 ○人運び ○ロールマットずもう 	○自己の体力に応じて動きを工夫することを仲間に伝えるよう促す。  <ul style="list-style-type: none"> ・どんな工夫をしたの？ ・どうしたら力が入った？ ・体のどこに力が入ってるかな？ 	
6 整理運動を行う。 7 学習の振り返りを行う。 ○体の動きの高まりについて学習カードに記入する。	○「今日は○○だったから、次は(も)□□しよう。」という振り返り方ができるよう声を掛ける。	

本時のめあて『「ゴムひも」「ボール転がし」「人運び」「ロールマットずもう」で体の動きを高めよう。』

1 単位時間の流れ

児童の振り返りの紹介(前時)

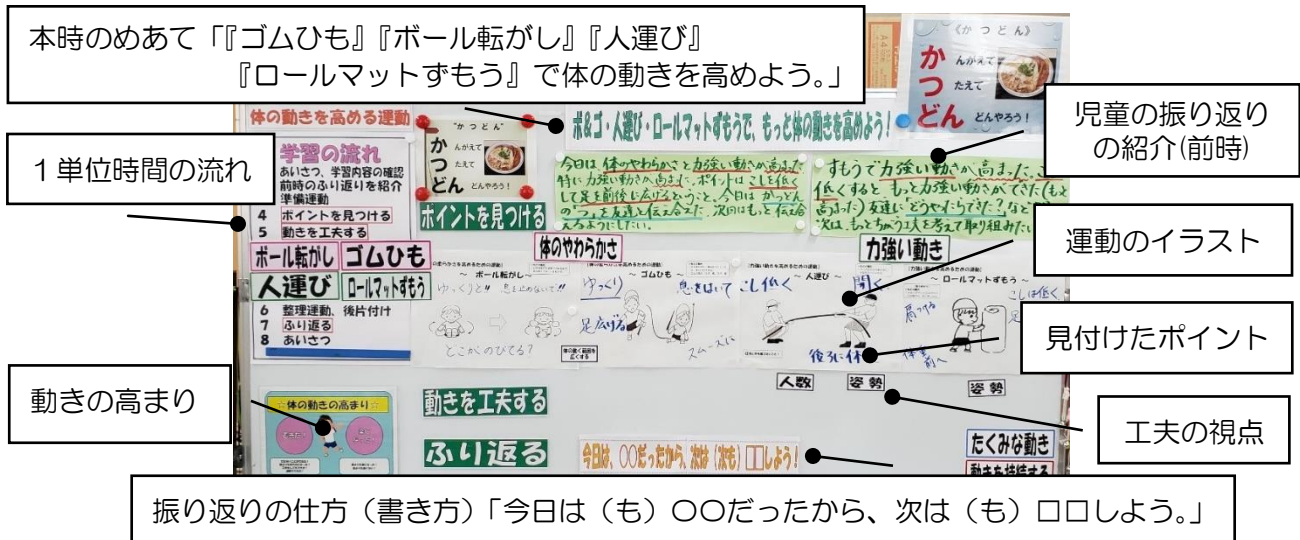
運動のイラスト

見つけたポイント

動きの高まり

工夫の視点

振り返りの仕方(書き方)「今日は(も)○○だったから、次は(も)□□しよう。」






(10) 第6学年 (9/10時間) 本時

①目標

体の動きを高めるために適した運動の行い方を選んだり、工夫したりして、運動に積極的に取り組み、巧みな動き、力強い動き及び動きを持続する能力を高めるための運動を行うことができるようにする。

②展開

学習活動	○指導上の留意点	☆評価(評価方法)
1 前時の振り返りを確認する。 2 本時のめあてを確認する	○前時の学習カードからよい振り返りができている内容を紹介し、体の動きの高まりについて押さえる。	例 登り棒では体をギュッと締めて登るとよいことを〇〇さんから教えてもらってできたから、次は私もポイントを仲間に伝えたいです。
<p style="border: 1px solid black; padding: 5px;">自分に合った動きを選んだり、工夫したりして体の動きを高めよう。</p>		
3 準備運動を行う。 4 動きを持続する能力を高める運動に取り組む。 ○エアロビクス  5 巧みな動き及び力強い動きを高めるための運動に取り組む。 [8つの運動から、選択して取り組む]	○リズムカルにステップを踏んだり、腕を振ったりできるような声を掛ける。  <ul style="list-style-type: none"> ・呼吸の仕方はどうするとよかったかな？ ・声を掛けたり手拍子をしたりして、一緒にリズムをとってみよう。 ○自己の体力に応じて動きを工夫するよう声を掛ける。  <ul style="list-style-type: none"> ・どの動きを高めるためにこの運動をしているの？ ・どんな工夫を友達と伝え合ったかな？ ・体のどこに力が入ってるかな？ 	☆仲間に称賛や励ましの声を掛けながら、仲間の取組を認めようとしている。 (観察・発言)
6 整理運動を行う。 7 学習の振り返りを行う。 ○体の動きの高まりについて学習カードに記入する。	○「今日は〇〇だったから、次は(も)□□しよう」という振り返り方ができるよう声を掛ける。	☆巧みな動きを高めるための運動のねらいに合った運動をしている。 (観察・発言)

8つの運動のイラスト

※ 8つの運動の選択は一例です。

