Ⅰ　５学年の授業実践

第５学年　体育科学習指導案

令和元年９月１３日（金）第５校時
高知市立十津小学校
男子１４名　女子１４名　計２８名
活動場所　運動場
指 導 者　濵田　茉佑
岡崎　隆太

１．単元名　バトン・スピード・心をつなぐ！Try＆Try（C　陸上運動領域）

２．単元について

〇教材観

高学年の陸上運動は，走る，跳ぶなどの運動で体を巧みに操作しながら，合理的で心地よい動きを身に付けることができる。また，仲間と速さや高さ・距離を競い合ったり，自己の目指す記録を達成したりすることの楽しさや喜びを味わうことができる運動である。記録を達成する学習活動では，自己の能力に適した課題をもち，適切な運動の行い方を知り，記録を高めることができるようにすることが大切である。また，陸上系の領域では，最後まで全力で走ることや思い切り地面を踏み切るなど，体全体を大きく，素早く，力強く動かす経験をすることができるようにすることも大切である。

短距離走・リレーでは，一定の距離を全力で走ったり，滑らかなバトンパスの受渡しをしたりして，記録の向上や対戦相手との勝敗を楽しむ運動である。

〇児童観

本学級の児童は，男子１４名　女子１４名　計２８名である。体育の授業では，きまりを守りながら楽しく活動する姿が見られる。しかし，全力を出して競い合ったり，仲間と話し合ったりして自分の記録に挑戦することには意欲の低い児童が多い現状があり，課題に対して目標をもちながら取り組んでいくことで個人や学級全体の前向きな意欲を育てることが必要となる。一学期には，運動会の練習の中で短距離の練習をグループで行った。少しでもタイムが縮まると嬉しそうに報告してくる姿もみられた。

しかし中には，走ることが苦手で何度も走ることを嫌がったり，記録を伸ばそうとする意欲をもてなかったりする児童もいた。

〈児童の実態〉

〇　男子１４名　女子１４名　計２８名

〇　態度，意識面＜事前アンケート＞

項目	全体評価	評点
楽しむ	１４．９	5
わかる	１２．６	4
できる	１２．２	4
まもる	１４．８	5
合計	１３．６	5

〇　技能面＜５０ｍ走タイム＞

8″00－１　9″00－５　10″00－５　11″00－３
8″25－１　9″25－０　10″25－１　11″25－２
8″50－１　9″50－２　10″50－２　11″50－０
8″75－０　9″75―３　10″75－２　11″75－１
試走タイムの結果，８秒台３名，９秒台１０名，１０秒台９名，１１秒台６名である。

〇　陸上運動についてのアンケートの結果

１　体育が好き	２４人
２　陸上運動が好き	１９人
３　楽しい　うれしい　よかった　と感じるとき できなかったことができるようになった（１６）距離がのびたりタイムが短くなったりしたとき（１０）チームと協力したり達成したり１位になったとき（1）たくさんできるとき（1）	

4　楽しくない　つまらない　いやだな　と感じるとき ない（１１）頑張ってもできない失敗したとき（８）協力してないとき（４）最下位になったとき（１）文句を言われた時（１）つかれたとき（３）	
5　どうすれば記録向上できるか あきらめず努力すること（１０）練習（８）うまいひとを真似したり調べたりする（２）たくさん練習したり友達や先生にコツを聞いたりする（２）あわてずにやる（１）努力しようという気持ちをもつこと（１）できてなかったことを振り返りもう一度頑張る（１）コツを見つける（１）工夫して取り組む（１）言われたことを意識する（１）	
6　これまでの体育で先生に声をかけてもらったことがある	２３人
7　これまでの体育で友達に声をかけてもらったことがある	２２人
8　うれしかった声かけ 頑張れ，できる，その調子（８）頑張ろうね（１）すごい，できるようになったね（８）上手（４）ペアでやろう（１）優しくアドバイスしてくれた（１）大丈夫？（１）	

○指導観

陸上運動の学習では，児童の生来の身体的な資質が，そのパフォーマンスに大きく影響するために「できる／できない」の順位が変化しづらい。身体運動のパフォーマンスは，技術，身体資質（体力），意欲の 3 要素によって決定される。そのため，これら 3 要素のうち，1 つでも不十分なものがあれば，そのパフォーマンスは低下してしまう。しかし，限られた授業時間数の中で，「技能」や「体力」を大きく向上させることは難しい。そのため，「意欲」が非常に重要な要素となる。しかし，常に順位が確定しているような「面白くない」授業では，その意欲すら低下してしまう。運動好きな子どもを育て，生涯にわたって活動的な生活をしていく意欲や習慣を作るうえでも「たのしい」「上手くできた」と思い，「もっとやりたい！」という動機づけができる学習指導を考えていきたい。児童みずからが「なぜこうなるんだろう？」「どうすればいいのだろう？」というふうに，自分で課題を設定し，それを解決していくような学習の場を工夫していく。

そこで本単元では，単元前半を，秒間走を中心とした短距離走の学習を行い，基本的なランニングフォームや一定の距離を全力で走り切り，自己記録の向上を目指す。また，単元後半では，チーム対抗のリレー競走を行う。チームでバトンパスの技能を高めたり仲間と競走したりする気持ちをもちながら意欲的に活動することをねらいとする。

全 7 時間の単元構成は，オリエンテーションでは， 50m 走タイムをもとに，チームタイムの合計を同程度に調整し，1 チーム 4 人の 7 チームを作る。リレーの行い方としては，2 チームの対抗戦とする。1 週 120m のトラックを 4 人でバトンパスしながら走るリレー（オーソドックス），スタート地点を半周ずらして行うリレー（追いかけ），チーム内の一人が短い距離を選択できるリレー（ワープ）を取り入れ，チームの特性に応じたリレーを選択できるようにする。いずれのリレーも一人が走る距離を短くし，走力ではなくバトンパスの正確性やスピードで勝敗を競うリレーを仕組む。また，トラックリレーを行う前に二人組の手つなぎリレーを行い，スタートを切る位置の決定やバトンパスのタイミング，腕の出し方などが自然な状況下で練習できる教材も行いたい。本単元では，チーム対抗のリレー競走にすることで，記録を高めたり仲間と競走したりする気持ちをもちながら意欲的に活動することをねらいとする。

本時の学習にあたっては①競争の中で緊張や興奮を味わうこと②寓意性があり，競走の面白さを感じること③自分の課題を見出し，目標を明確にもつこと④自分たちで考えながら学習に取り組むことに実感をもって活動できるようにしたい。そのために，目標を達成していけるための場の工夫が必要となる。また「何を，どうしたら，どうなったか」について，視覚的な振り返りや確認ができるようバトンの受け渡しの様子を撮影することも１つの有効な手段として取り入れる。それはよりよい動きについて「する・見る・知る・支える」といった体育の見方・考え方につながっていると考える。

３．単元の目標

⑴ 短距離走・リレーの楽しさや喜びを味わい，その行い方を理解するとともに，走る距離やバトンの受渡しなどのルールを決めて競走したり，自己の記録やチームのバトンの受渡しの向上を目指したりしながら，一定の距離を全力で走ることができるようにする。

より速く走るためには，体を前に押し出すように，腕や足の動き・姿勢を意識して走るとよいことを理解し，自分の走りに生かしている。（知識・技能）

⑵ 自己の能力に適した課題の解決の仕方や競走の仕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）

⑶ 短距離走・リレー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，勝敗を受け入れたり，仲間の考えや取組を認めたり，場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。（学びに向かう力，人間性等）

４．本単元における体育の見方・考え方

陸上運動の本質的な特性（機能的特性）である競争や達成の楽しさを味わう学習を展開するために，学習の場や行い方を工夫したり選択したりする学習を通じ，自分の動きと友達の動きを比較，関連付けながら，よりよい走り方やバトンの受渡し方について，動きを通して考えている。

５．単元の評価規準（学習活動に即した評価規準）

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に運動に取り組む態度
① 短距離走･リレーの行い方を理解している。 ② 走る距離やバトンの受渡しなどのルールを決めて競走したり，チームのバトンの受渡しの向上を目指したりすることができる。 ③ 一定の距離を全力で走ることができる。	① 自己の能力に適した課題の解決の仕方や競走の仕方を工夫している。 ② 自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	① 短距離走・リレーに積極的に粘り強く取り組んでいる。 ② 約束を守り助け合って運動をしようとしている。 ③ 勝敗を受け入れ，仲間の考えや取組を認めようとしている。 ④ 場や遊具の安全に気を配ろうとしている。

６．指導と評価の計画（第５学年：７時間扱い）※別紙参照

７．本時の展開（５／７時間）

（１）本時の目標

・上体をリラックスさせてリズムの良いフォームで一定の距離を全力で走ることができるようにする。（知識・技能）

・バトンパス向上やリレーに勝つために，自分やチームに適したリレーを選択したり，解決のための練習方法を選んだりして取り組んでいる。（思考力，判断力，表現力等）

・役割分担をして効率的に練習したりタイムの測定をしたりしている。（学びに向かう力，人間性等）

※本時では，（思考力，判断力，表現力等）を主として評価する。

（２）本時での深い学びを実現する工夫

児童が本時のめあてに向かう活動を通して，チームの実態に応じた学習方法（リレーの種類や作戦）を選択し，短距離走・リレー教材のもつ特性に触れるための思考力や判断力を発揮して，夢中になって行う学習を深い学びとする。その実現のために，「リレーの選択」「バトンパスのスタート位置と腕の出し方」「走る順番やコースの決定」の３点を重視する。

（３）本時で児童が働かせる「体育の見方・考え方」に対する教師の手立て

・勝敗の寓意性を担保するために，チームの走力を均等化したグルーピングを行う。

・正確で減速の少ないバトンの受渡しによって勝敗が決まるよう，一人のランニング距離を限定する。

・チームの実態に応じた学習ができるように，リレーの種類を選択できるようにする。

・手つなぎリレーを導入し，バトンの受渡し方やタイミングを学べるように仕組む。

（4）準備物

バトン，掲示物，学習カード，タブレット PC、ビブス

（5）本時の展開

	本時のめあて・学習活動	○教師の働きかけ　☆評価（評価方法） ●体育の見方・考え方への気づきを促す働きかけ
導入	1．感覚づくりの運動をする。 ・足が速くなるダンス ダッシュ，ピッチ走，ストライドを行う。（音楽で移動） 2．本時のめあてを確認する。	○腕の前方へのふりや肘の角度に着目させる。 ○太ももを上げて大きなストライドで走ることを意識させる。 ○目指すランニングフォームを意識させる。
	スタートマークの位置や受渡しの腕の出し方を工夫し，チームが選んだリレーでチームバトンパスの向上を目指したり，相手チームと競争したりして，リレーを楽しもう。	
展開	3．選択したリレーの種類や対戦相手チームを確認する。 ・走る順番，バトンパスのスタートマークの位置をチームで確認する。 4．チャレンジタイム① ・1回目のチーム対抗リレーを行う。 ・対戦していない5チームはバトンパス撮影(2)，応援(2)，運営(1)に分かれてローテーションしながら活動する。 バトンパス撮影：スタートとパス3カ所 応援：対戦している2チームのバトンパスを観察しながら，声援を送る 運営：スタート合図，勝敗の確認，タイムの計測 5．レベルアップタイム ・1回目の対戦結果をふり返り，バトンパスの向上を目指して練習をする。 6．チャレンジタイム② ・2回目のチーム対抗リレーを行う。	●バトンパスの向上や対戦に勝つために，リレーの選択とバトンパスの仕方について考えさせる。 ●タブレット PC を活用させ，スピードに乗ったバトンパスの可視化を図る。 ○リレーの運営がスムーズに進むように，各チームに役割分担などを助言する。 ○走り終えた後はタブレット PC の撮影場所にもどり，自分のバトンパスの動きをふり返らせる。 ○タブレット PC を使った各チームの振り返り場面を個別に指導し，各チームの課題解決のヒントを与える。 ○課題に沿った練習ができているか助言する。 ☆記録向上やリレーに勝つために，自分やチームに適したリレーを選択したり，解決のための練習方法を選んだりして取り組んでいる。 A：チームの実態に合ったリレーを選択して競走を楽しんでいる。 B：チームでリレーを選択し，競走を楽しんでいる。
まとめ	7．学習を振り返る。 ・学習カードへの記入 ・発表 8．次時の学習を確認する。	○グッドモデルの紹介をする。A 評価のチームに発表させ，リレーの選び方やその理由などについて全体共有を図る。 ○次時の予告をし，学習への意欲付けを図る。

(6) 板書計画

９月１３日（金）陸上運動（５時間目） バトン・スピード・心をつなぐ！ Try＆Try

思　競走の仕方を選んで，リレー対戦を楽しもう！

技　スピードを落とさないバトンパスのコツを見つけよう！（スタート位置と腕）

単元計画表

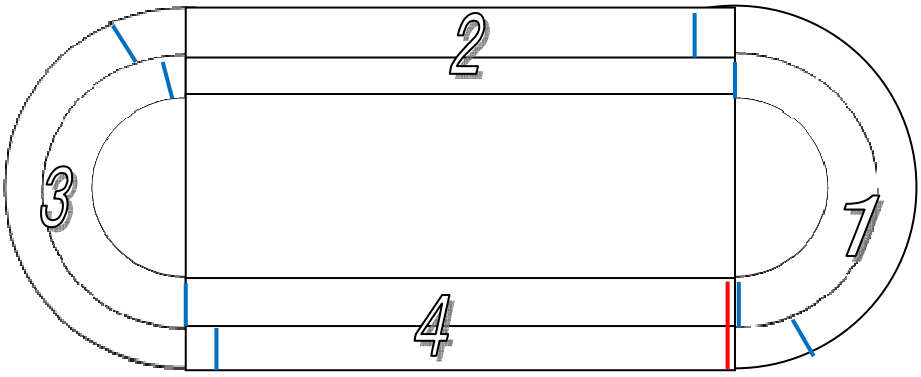
今日の対戦　①
②
③
④

これまでの課題
☆
☆
☆

技能ポイント（イラスト・図）
・スタート位置

・腕の出し方

(7)　場の設定

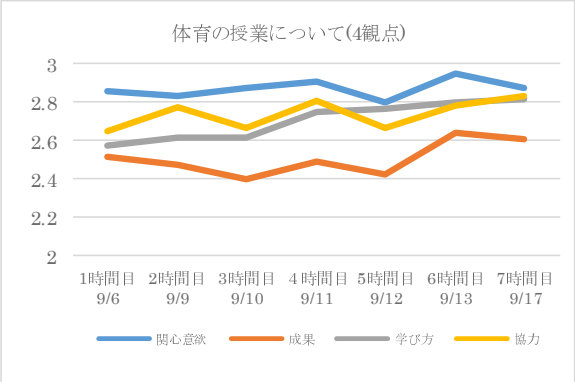


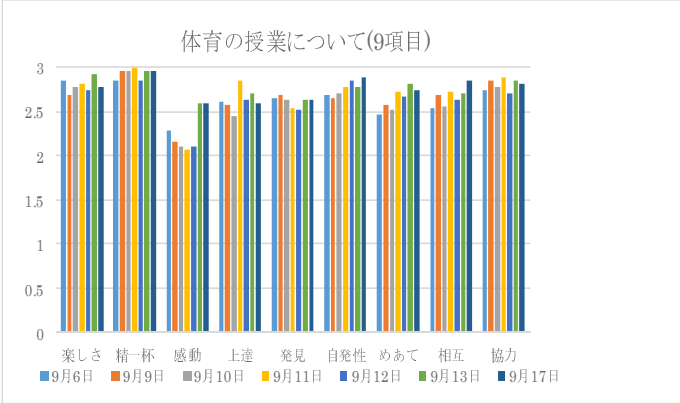
８．授業後の話し合い

・意欲的で動きも速く学びのパターン化ができていた。
・チームの課題に応じた練習をすることができていた。
・バトンパスがうまくできたか見取るポイントとして、親指の向きとスタートの位置を意識させることはよかった。
・振り返りの言葉の中からチームの課題からリレーを選ぶことができていたのか、選んだリレーを選択することで結果どうなったのかの振り返りの言葉があるとよかった。
・レベルアップの時間をメインにしていたらバトンパスの向上についての工夫がみられたのではないか。
・タブレットを活用していたのはよいが、その場で活用することができればすぐに実践に生かすことができる。
・評価が思考判断であるがどの場面で児童に思考させようとしているのかがわかりにくかった。

Ⅱ　授業の考察

（１）形成的授業評価の結果と考察





形成的授業評価の４観点の変容からどの観点においてもだんだんと向上している結果となっている。毎時間同じ流れの繰り返しの中でもリレーの種類を増やしたり自分たちでリレーの種類を選択したりすることができるようになり、変化のある繰り返しができていたことが子どもたちの学びにも繋がっているように感じる。オリエンテーションの時間に学び方を知り学習に対しての意欲をもち、毎時間リレーでの勝負を取り入れていたことから「関心意欲」（楽しさ・精一杯）の項目では、ほとんどの児童が意欲を継続させながら取り組めていることがわかる。しかし、「成果」（感動・上達・発見）の項目では、ほかの観点に比べると数値が低いことから、一生懸命取り組んでいる中でも、自分たちで考え試行錯誤する場面が少なかったと考えられる。自分たちで考えたことに対して成果が表れると気づきや発見ができるようになるが、与えられた課題をこなすだけでは成果も少ない。知識や技能を深めながら子どもたちの考えに沿うような展開や支援をし、自分たちで気づきや発見ができるような手立てをしていかなければならないと考える。

（２）成果と課題

①知識及び技能

オリエンテーションの際に計った50ｍ走の結果からチーム分けをし、チームの合計が同じになるように考えたことから、どのチームでもチームにあった作戦を考えること、技術を高めることで勝てるという意識になり、意欲をもって取り組むことができていた。リレーの対戦をしていないときでもそれぞれの役割があり、いつでもリレーにかかわることができるようにしていたため、自分たちでリレーの運営もすることができ、意欲にもつながった。単元の後半では１回目と２回目のリレーのあいだで練習タイムをとり、バトンパスの練習をチームごとに行ったため、自分たちでアドバイスもしながら練習する時間もできた。しかし、子どもたち同士での声かけやバトンパスが向上するための具体的なアドバイスがあまり見受けられなかったことから、技能が向上するためには何が必要なのかを問いかけ、子どもたちが自分で考える時間をもう少しとることができているとよかった。

②思考力、判断力、表現力等

子どもたちが自分たちのチームの特徴を知り、リレーが選択できるよう３種類のリレーを提示したが、そのリレーを選択した理由は、リレーの楽しさや走る距離の視点から選択していたチームもあった。ワープの距離をだれが走ることや対戦相手の特徴に合わせてリレーを選択することまでには至らなかったため、評価の観点があいまいになっていたように感じる。事後研でも挙がっていたようにどんな場面が思考していると捉えるのかをより明確にもっておく必要があった。

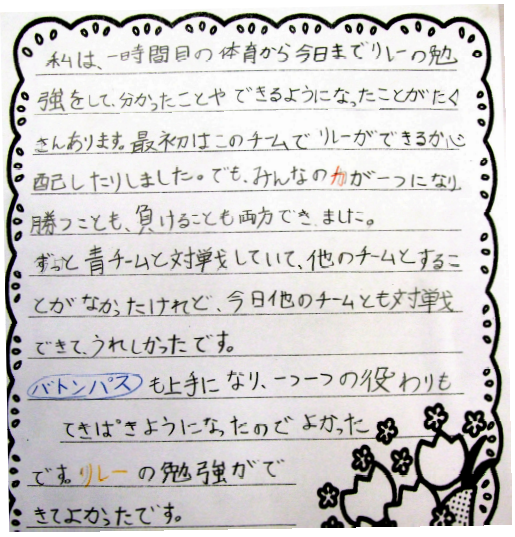
③学びに向かう力、人間性等

児童観から考えたときに勝敗にはあまりこだわらない子どもたちであったが、学び方がわかり、前回勝てなかったチームにも勝てるようになってくると、勝敗へのこだわりも少しずつみられるようになってきた。対戦しているチームへの応援もし、仲間を責める言葉もなく協力しながら取り組むことができていた。

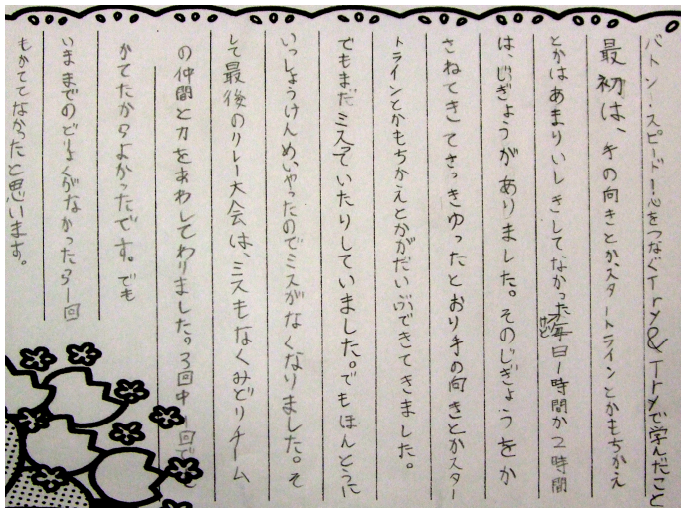
（３）今後の取組

今回の授業では思考・判断を重点的に評価したが、子どもたちのどんな姿が思考場面なのかを明確にもつことができていなかったため、形成的授業評価の「成果」(感動・上達・発見)の結果にも表れていると考えられる。

課題にあった練習方法の選択を取り入れたが、自分たちの課題が明確になっていないチームもあったため、思考場面をより多く取りチームの課題を確認する場を設定する必要があった。

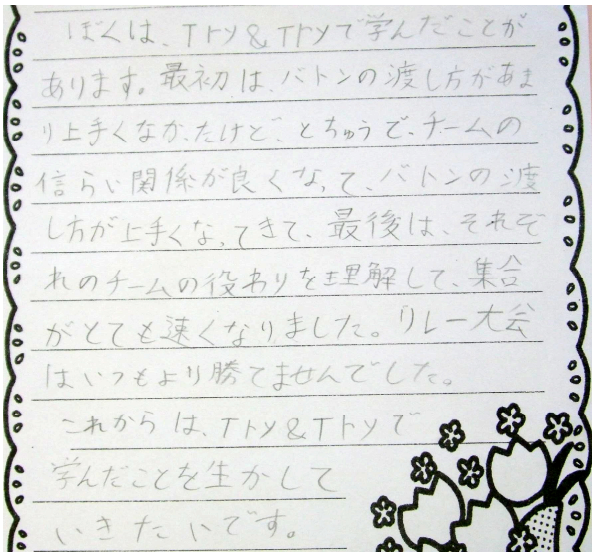


私は、一時間目の体育から今日までリレーの勉強をして、分かったことやできるようになったことがたくさんあります。最初はこのチームでリレーができるか心配したりしました。でも、みんなの力が一つになり勝つことも、負けることも両方できました。ずっと青チームと対戦していて、他のチームとすることがなかったけれど、今日他のチームとも対戦できて、うれしかったです。バトンパスも上手になり、一つ一つの役わりもてきぱきようになったのでよかったです。リレーの勉強ができてよかったです。

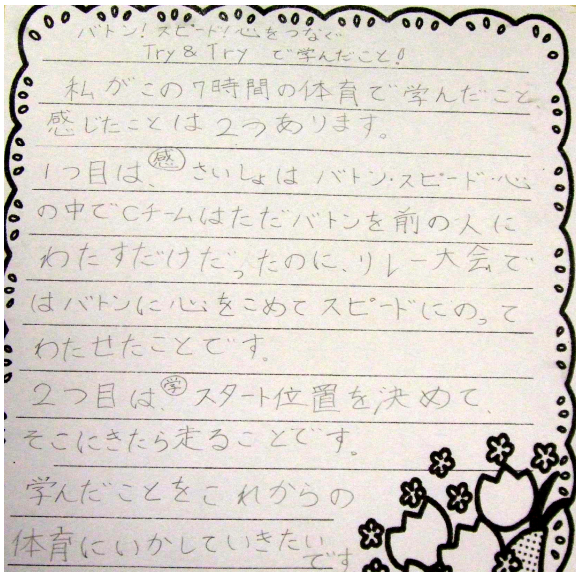


バトン・スピード！心をつなぐTry&Try で学んだこと

最初は、手の向きとかスタートラインとかもちかえとかはあまりいしきしてなかった。毎日一時間かけ二時間は、じぎょうがありました。そのじぎょうをかさねてきてさっきゆったとおり手の向きとかスタートラインとかもちかえとかがだいぶできてきました。でもまだミスしていたりしていました。でもほんとうにいっしょうけんめいやったのでミスがなくなりました。そして最後のリレー大会は、ミスもなくみどりチームの仲間と力をあわせてわりました。３回中２回かてたからよかったです。でもいままでのどりょくがなかったら一回もかてなかったと思います。



ぼくは、Try&Try で学んだことがあります。最初は、バトンの渡し方があまり上手くなかったけど、とちゅうで、チームの信らい関係が良くなって、バトンの渡し方が上手くなってきて、最後は、それぞれのチームの役わりを理解して、集合がとても速くなりました。リレー大会はいつもより勝てませんでした。これからは、Try&Try で学んだことを生かしていきたいです。



バトン！スピード！心をつなぐ
Try & Try で学んだこと！

私がこの７時間の体育で学んだこと、感じたことは２つあります。

１つ目は、感さいしょはバトン・スピード・心の中でCチームはただバトンを前の人にわたすだけだったのに、リレー大会ではバトンに心をこめてスピードにのってわたせたことです。

２つ目は、学スタート位置を決めて、そこにきたら走ることです。

学んだことをこれからの体育にいかしていきたいです