

第1学年 体育科学習指導案

学習者 1年1組 23名
指導者 佐竹 真緒 教諭
場 所 体育館

1 単元名 【わくわく どきどき みんなでいっしょに！】(体ほぐしの運動遊び)

2 運動の特性

(1) 一般的特性

- 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動好きになるとともに、心と体との関係に気付いたり、仲間と交流したりすることや、様々な基本的な体の動きを身に付けるために行われる運動遊びである。
- 手軽に楽しめる運動遊びを通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わえたり、仲間と関わり合うことを通して、互いに楽しさを分かち合えたりすることができる運動遊びである。

(2) 児童から見た特性

体ほぐしの運動遊びの楽しさや喜びを感じる要因	体ほぐしの運動遊びを遠ざける要因
・手軽にできる運動遊びであること。 ・自分や仲間の心と体の変化に気づきやすい運動遊びであること。 ・友達と協力することで、「みんなで一つになって取り組めた」という達成感をもつことができる運動遊びであること。 ・動きを工夫することで、楽しみ方が広がる運動遊びであること。	・手を繋ぐなど、体が触れ合うことに抵抗があること。 ・考えたことを友達に伝えることが苦手であること。 ・どのように伝えれば良いか分からないこと。

3 児童の実態

(1) 知識・技能

授業の導入では、毎時間体ほぐしの運動遊びを取り入れており、太鼓に合わせてリズム良く動いたり、「いつでも どこでも 誰とでも」を合言葉に仲間と交流したりすることの楽しさや、体を動かすことの心地よさを味わうことができた。しかし、感染対策のため、仲間と近距離で交流するといった運動に制限があり、体ほぐし運動遊びの核となる身体接触を通じた学習は十分に行えていない。

(2) 思考、判断、表現

これまでの学習の中で、友達の動きを見合ったり感想を述べたりする時間を設けてきたが、自分の考えを積極的に発表しようとする児童が一部に偏っており、自分の考えを他者に伝えることを苦手としている児童が多い。本単元では、他者意識をもって学習に取り組めるように、友達との交流を通して「どのようにして課題を解決していくのか」「どんなアドバイスをすれば上手くいくのか」などを考えさせられるような活動の工夫が必要。

(3) 主体的に学習に取り組む態度

運動することが大好きで、診断的授業評価の結果は、比較的高値を示しており、授業に対して肯定的である。しかし、項目別に見ると、運動目標に関わる【学び方】に関する項目が低値を示していた。このことから、運動に対して好意的で、楽しみながら活動できている反面、仲間の上手な動きを見て真似しようとしてみたり、仲間と動きを教え合ったりといった、他者と関わりながら運動をすることに対する意識が不十分である。

<態度・意識面事前アンケート>

項目	全体評価	評点
楽しむ	13.96	5
わかる	11.83	4
できる	13.42	5
まもる	14.25	5
合計	53.46	5

(4) 体ほぐしの運動遊びに関するアンケート

問	体育の学習は好きですか。	はい	21	いいえ	1
問	体ほぐしの運動遊びの学習は好きですか。	はい	19	いいえ	3
問	体ほぐしの運動遊びの学習をしていて、楽しいと感じることはどんなことですか。				
する	手軽な運動をすること	21	みる	上手な友達の運動遊びの仕方を見ること	20
	リズムにのって運動遊びすること	18		動きの良さを友達と一緒に見ること	18
	友達と一緒に運動遊びすること	21		色々な運動遊びの行い方を見ること	19
	用具などを使って運動遊びすること	20	支える	がんばっている友達を応援すること	20
	できなかった運動遊びができるようになること	21		考えたことを友達に伝えること	18
	運動遊びの行い方を工夫すること	20			
			知る	よりよい体の動かし方を知ること	19
				色々な動きの行い方を知ること	18
				めあてを解決するための方法を知ること	19

4 教師の指導観及び研究テーマとの関わり

研究主題	たのしい できそう いっしょにもっと！ 運動好きな十津っ子
研究仮説	手軽な運動遊びで体を動かす楽しさや心地よさにふれる学びをつくること ができれば、体育の学ぶよろこびを感じ、運動好きな十津っ子に伸びていくであろう。
手立て1 単元(教材) デザイン	単元を通して「①一人」、「②ペア」、「③グループ」と学習形態を変化させる。また、1時間の活動内容を「動的な運動遊び」「静的な運動遊び」「動的な運動遊び」の流れで行うこととし、運動遊びをして体が熱くなったり、汗をかいたりなどといった、心や体の変化に気づきやすくなるようにしていく。 また、活動は技能差が生じ難い、誰にでもできる易しい運動遊びを選定し、運動が苦手な児童も安心してのびのびと行えるようにする。
手立て2 かかわりデザイン	ペアやグループなど学習形態を工夫し、一人で行う時とは違う、大人数ならではの良さを味わわせる。その際、仲間に声をかけたり、相手がどう動きたいかを考えたりすることで、息の合った動きや難しい動きが行えるようになることを実感させる。 また、仲間と協力し、上手くできるようになるためにどうすれば良いのか考えを述べたり、一人で行う時と大人数で行う時とで、気持ちの変化に違いがないか比較させたりする。
手立て3 環境デザイン	テンポ良く軽快に活動が行えるように、BGMを工夫する。また、運動遊びに対する苦手意識がある児童や、仲間と関わりながら運動遊びを行うことが苦手な児童の心身が解放たれ、のびのびと活動が行えるように、肯定的な声かけを行っていく。さらに、仲間同士で協力的に取り組んでいたりと、仲間の良い動きを見つけて発表したりする児童をたくさん称賛し、楽しい雰囲気の中で学習に取り組めるようにする。
手立て4 フィードバックデザイン	授業前、授業後の心と体の変化について、運動遊びを通してどのように変化があったのか振り返り、全体で共有する。また、自分たちで考えた遊びを紹介し、上手くいくためのコツなどを友達に教えたり、上手な人の真似をしてみたりすることで、仲間同士の関わり合う場を設定する。

5 単元の目標

- (1)体ほぐしの運動遊びの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、手軽な運動遊びを行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わうことを通して、自己の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ようにする。【知識及び運動】
- (2)体ほぐしの運動遊びの遊び方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ようにする。【思考力、判断力、表現力等】
- (3)体ほぐしの運動遊びに進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、場の安全に気を付け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】

6 学習活動に即した評価規準

知識・運動	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
①体ほぐしの運動遊びの行い方を理解し、心と体の変化に気付いている。 ②人それぞれに違いがあることを理解し、誰とでも仲よく関わり合って運動遊びをしている。	①心や体の変化に気付いたことを友達に伝えている。 ②友達の動きを見て見付けたよい動きや、楽しいと感じた運動遊びの行い方を友達に伝えている。	①体ほぐしの運動遊びに進んで取り組もうとしている。 ②順番やきまりを守り、誰とでも仲よくしようとしている。 ③場の安全に気を付けている。

7 単元と評価の計画（領域の取り上げ方と運動種目は、年間カリキュラムを参照）

時間（本時）	1	2	3（本時）
学習課題	【単元を通しての課題】心と体の変化に気づき、仲間と楽しく体を動かそう。		
	★オリエンテーション	★心と体の変化に気づき、仲間と楽しく体を動かそう。	★たくさんの友達と運動してみよう。
学習内容	○学習のねらいや学習の進め方を確認し、見通しをもつ。	○整列・あいさつ ○授業前の心と体の様子を確認する。	
	○本時のめあてを確認する。		
	〈動的な運動遊び〉（わくわくたいむ） ・教師が紹介する運動遊びを試してみる。 ○ぐーすけじゃんけん ○言うこと一緒，やること一緒 ・教師の指示に合わせて動く （右・左・前・後ろ・ジャンプ・しゃがむ・キック） ○あんたがたどこさ ・1人で ・ペアで ○まねっこあそび ・教師の動きのまね 〈静的な運動遊び〉（のびのびたいむ） ○気持ちよくストレッチ ・ちょうちょうのポーズ ・鳥のポーズ ・かめのポーズ 〈動的な運動遊び〉（わくわくたいむ） ○風船リフティング ・1人で ・ペアで	〈動的な運動遊び〉（わくわくたいむ） ○しっぽとりねことねずみ ・ぐーすけじゃんけん→しっぽとり ○まねっこあそび ・グループで動きのまね 〈静的な運動遊び〉（のびのびたいむ） ○気持ちよくストレッチ ・腕を引っ張りながら ・背中を合わせて ・足の裏を合わせて ・足首をもって揺らしながら 〈動的な運動遊び〉（わくわくたいむ） ○あんたがたどこさ ・ペアで「さ」のときに右へジャンプ ・グループで ・みんなで	〈動的な運動遊び〉（わくわくたいむ） ○しっぽとり ・ペアで手をつないで ○あんたがたどこさ ・グループで ・みんなで 〈静的な運動あそび〉（のびのびたいむ） ○気持ちよくストレッチ ・円になって背中・肩・頭ほぐし 〈動的な運動遊び〉（わくわくたいむ） ○風船リフティング ・グループで ・みんなで
	○フィードバックタイムを行う。 ・本時の学習を振り返って、心と体の変化について自己評価をし、共有させる。		
	☆見方・考え方を働かせている児童の姿	☆楽しく運動するためのきまりに着目し，進んできまりを守りながら活動に取り組む姿。	☆心と体の変化で気づいたことを仲間に伝えている姿。 ☆仲間と体を重ねることで，相手の息遣いや体温に気づき，楽しんで活動に取り組む姿。
★評価方法	【知】①【主】①③ 観察・学習カード	【思】①【主】② 観察・学習カード	【知】②【思】② 観察・学習カード
●運動が苦手な児童や意欲的でない児童への支援	●心と体の変化に気づきにくい児童に対しては,「やってみてどんな気分になったかな」「運動前後で気持ちの変化があったかな」など，適宜声かけを行う。	●心や体の変化に気づきにくい児童に対しては,「一人で行なった時とペアで行なった時と，気持ちに変化はあったかな」などと適宜声かけを行い，ペアで気持ちを伝え合う時間を設定する。	●グループになった際に「よろしくね」のグータッチを行い，児童同士の心をほぐす。

8 本時の学習と指導（3／3時）

(1) ねらい

運動遊びを通して自分や仲間の心と体の状態に気づき、仲間と体を動かす楽しさを見つけることができる。

（思考力、判断力、表現力等）

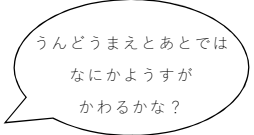
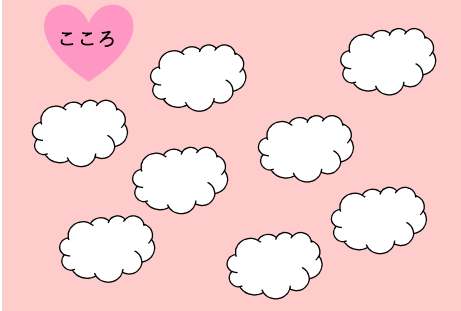
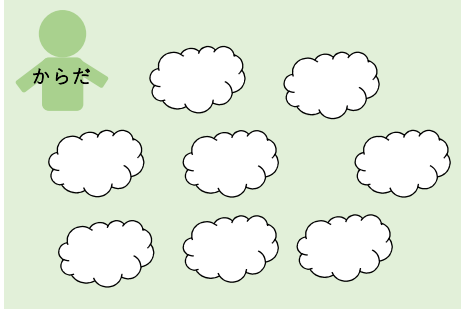
(2) 準備物

掲示物、テープ、風船、コーン、BGM

(3) 展開

	学習内容・活動	指導上の留意点○指導◆評価
導入	1 運動前の心と体の状態を確認する。	○自分の心と体の状態を説明し、共有させる。
展開	2 学習のめあてを確認する。	○めあて・学習の流れ・ルール等を掲示し、学習の見通しが持てるようにする。
	たくさんのともだちとうんどうしてみよう。	
	3 動的な運動遊び を行う。 （わくわくたいむ） ○しっぽとり ・ペアで手をつないで ・グループで列になって ○あんたがたどこさ ・グループで ・みんなで	○運動開始時は、グループで「よろしくね」のグータッチを行うことで、運動が苦手な児童の不安や緊張を緩和させ、楽しい雰囲気で行えるようにする。 ○活動時はBGMをかけ、テンポ良く運動が行えるように工夫する。 ○適宜声かけを行い、意欲的に活動に取り組む児童を称賛する。
	4 静的な運動遊び を行う。 （のびのびたいむ） ○気持ちよくストレッチ ・円になって背中・肩・頭ほぐし ・心と体の変化を確認する。	○ストレッチ中は、対話をしながらお互いの心や体の変化について考えさせる。 「○○さんの背中からも心臓がドキドキしているのが伝わってくるよ」 ○動いてみて感じたことや気持ちの変化について問う声かけを行う。 「やってみてどうだった？」 「運動前と後で気持ちに変化はあった？」 「心臓はドキドキしているかな？早い？遅い？」 「人数が増えるとどうだった？」 など ◆友達の動きを見て見つけたよい動きや、楽しいと感じた運動遊びの行い方を友達に伝えている。 【思考・判断・表現】
まとめ	5 動的な運動遊び を行う。 （わくわくたいむ） ○風船リフティング ・グループで ・みんなで	○人数が増えると難易度が上がることから、仲間同士声を掛け合ったり、上手く繋ぐコツを話し合ったりしながら運動する必要があることに気づかせる。また、肯定的な声かけをし合うことで、失敗に対する不安を軽減させる。 ◆人それぞれに違いがあることを理解し、誰とでも仲良く関わり合って運動遊びをしている。 【知識・運動】
	6 学習を振り返る。 （こころとからだチェック） ・学習を振り返って、気づきを伝え合う。	○心と体の状態を3段階で評価し、なぜそうなったのか説明し合う。 ○仲間と運動する楽しさについて話し合わせる。 ○一人と複数人とでどんな違いがあるか考えさせる。

9 資料等

めあて たくさんのともだちとうんどうしよう。		
ころとからだ チェック	 —————  —————  ネームプレートを貼る	
学習の流れ ① ② ③ ④ ⑤ ⑥	 ころ  からだ	

ステージ	ホワイトボード