

## 第4学年 体育科学習指導案

令和元年12月6日 金曜日 5校時  
第4学年3組（男子18名、女子21名）  
場所 都城市立西小学校体育館  
指導者 濱戸山剛介(T1) 杉島初美(T2)

### 1 単元名 体つくり運動（多様な動きをつくる運動）

#### 2 単元の目標

- (1) 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、力試しの動きの行い方を知り、それらを組み合わせることができるようにする。 (知識及び運動)
- (2) 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ようになる。 (思考力、判断力、表現力等)
- (3) 運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲良く運動をしたり、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ようになる。 (学びに向かう力、人間性等)

#### 3 運動の一般的特性

中学年の体つくり運動は、「体ほぐしの運動」及び「多様な動きをつくる運動」で構成され、体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、低学年で学習した様々な体の動きに加えて、更に多様な動きを身に付けたり、動きの質を高めたりする運動である。

中学年では、低学年での体つくりの運動遊びの学習を踏まえ、手軽な運動を行うことを通して自己の心と体の状態に気付いたり、みんなで関わり合ったりするとともに、多様な動きをつくる運動の行い方を知り、体のバランス、体の移動、用具の操作、力試しの様々な動き及びそれらを組み合わせた動きを身に付け、様々な基本的な体の動きの幅を更に広げていくとともに、動きの質を高め、高学年の体つくり運動の学習につなげることが求められる。

#### 4 児童の実態

##### (1) 運動にふれる楽しさの体験状況

本学級の児童は、素直で思いやりのある児童が多い。体育科の授業においては、グループの友達と協力して場作りを行い、楽しく運動を経験することができた。昼休みにおいて、週3回以上外遊びを行っている児童は50%、一方で外遊びを全く行っていない児童も47%いる。学級には、運動制限の必要な児童がおり、その児童のことを考えて屋内で遊ぶ児童もいる。また、放課後、運動系の習い事（スポーツ少年団等）を行っている児童が55%いる反面、体育の授業以外に運動する機会がほとんどない児童もあり、運動経験においての二極化が見られる。

##### (2) 「知識及び運動」、「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」の習得状況

本学級は、3年時と4年の1学期の多様な動きをつくる運動において、体のバランス、移動、用具操作、力試しの運動を行っている。スムーズな動きができる児童がいる一方で、バランスがとれなかつたり、用具を上手に操作できなかつたりする児童がいる。

用具を操作する動きでは、ボールやフープを使った運動において、自ら運動の工夫を行うことができる児童や、友達の動きを認め自分の運動に取り入れることができる児童がいる。一方で、動きの質を高める意味で、運動のポイントを意識せずに、単に運動を行っている児童も見られる。

また、運動では、グループやペアで協力しながら楽しく行うことができる児童が多い。しかし、安全を考慮せずに運動する児童も見受けられる。

##### (3) 体力の状況

###### 体力テストの結果

###### 【総合評価】 (本学級4年3組)

	A	B	C	D	E
男子	1	4	3	6	4
女子	3	3	9	4	1

本学級の児童は、男女ともに、体力に大きなばらつきがあることが分かった。特に、D・E判定の

児童が全体の38%を占めており、授業における成功体験を少しでも増やし、日常生活においても運動に親しめる児童を育成していく必要がある。

【種目別結果】Tスコア（50を県平均とする。）（本校4年）

種目	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ソフトボール投げ
男子	50.9	49.6	45.4	39.3	47.3	44.5	51.2	51.6
女子	52.7	45.4	51.1	38.9	45.9	49.6	53.6	50.7

特に、男子は、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、シャトルラン、50m走、女子は、上体起こし、反復横跳び、シャトルラン、50m走において、県平均値を下回っていることが分かった。

体力テストの結果を受け、特に、男女ともに共通の課題である上体起こし（体幹）、反復横跳びや50m走（俊敏性）、シャトルラン（持久力）に関しては、次のような手立てを講じていく。体幹は、体のバランスや力試しの運動を取り入れていき、最もTスコアの低かった俊敏性は、単元を通して、体を移動する運動を重点に取り入れるようにしたい。また、持久力では、11～12月の持久走練習期間を中心に、自己の体力に応じて3～4分間走り続ける運動を行っていきたい。

## 5 学習を進めるに当たって

児童に、体育の学習や体つくり運動に関するアンケートを行い、以下の結果となった。

【アンケート結果】 39名

1 体育の学習が好きですか。			
好き（どちらかといえれば好き）	36名	嫌い（どちらかといえれば嫌い）	3名
2 運動やスポーツは得意ですか。			
得意（どちらかといえれば得意）	33名	苦手（どちらかといえれば苦手）	6名
3 運動をする時、「こんな風にしたらもっと上手になるなあ」といった動きのコツを考えながら運動していますか。			
している	33名	していない	6名
4 運動をもっと上手にできるようにするために、友達の良い動きを見付けたり、友達からアドバイスをもらったりすることができますか。			
できている（どちらかというとできている）	29名	できていない（どちらかというとできていない）	10名
5 友達に「こうしたらもっと上手になるよ」といった運動が上手になるためのアドバイスをしていますか。			
している	23名	していない	16名
6 用具を使った運動は得意ですか。			
	得意（どちらかというと得意）	苦手（どちらかといえれば苦手）	
ボール	29名	10名	
フープ	29名	10名	
なわ	33名	6名	

アンケートの結果から、全体的に体育の学習に対して、肯定的な考えをもっている児童が多いことが分かる。しかし、体育の学習が好きであっても、運動を苦手ととらえている児童もいる。さらに、苦手ととらえている児童の多くは、運動のコツを考えたり、友達のよい動きを見付けたりすることも苦手としている。一方、運動が得意であっても、友達へのアドバイスをすることができない児童もいる。用具を使った運動に関しては、ボールやフープを使う運動において、苦手な児童が多いということも分かった。このことは、普段からの経験が少ないということも考えられる。

本単元の学習においては、ボールやフープを使った運動を中心に、いろいろな動きを経験させるとともに、動きの質を高めるために、運動のポイントを考えたり、基本的な動きをもとに、複雑な動きを取り入れたりする学習を取り入れていく。単元を通して、1班につき4～5名のグループを8グループ作り活動していく。その理由としては、運動の工夫によってペアやグループで活動することができるだけでなく、友達のよい動きを見付けたり、自分の動きを客観的に見てもらったりすることができるからである。なお、下肢が不自由な児童については、生活介助がつき、運動の補助を行う。

本時の学習においては、前時に行ったボールやフープを使った動きを基にして、より複雑な動きへと

発展していく活動を行うようにする。まず、はじめの段階では、準備運動として、本学級の体力的課題である柔軟性や俊敏性を高めるために、ストレッチや跳の運動を取り入れ、効率的に運動量を確保できるようにする。次に、前時で行ったボールやフープの運動を想起させ、より複雑な動きでもスムーズにできるように、本時では友達のよい動きを観察していくようにし、めあての確認を行う。展開の前半では、ボールを使った運動、後半では、フープを使った運動に取り組むようにする。

ボールを使った運動では、相手の投げ上げたボールをキャッチするという用具を操作する動きに移動する動きを組み合わせる運動を行う。まず、教師が運動の行い方を示し、児童が試す時間をとる。その際、教師はよい動きをしている児童を把握して、全体で運動のポイントについて友達のよい動きを実際に観察させながらまとめていく。ポイントを確認した後、再度、児童が運動に取り組むようにする。その際、動きがスムーズにできている児童に対しては、条件の視点（人数・回数など）を与えるながら、様々な動きに挑戦させるようする。活動の際は、体育専科（T1）は運動の質、学級担任（T2）は肯定的な雰囲気作りを中心に、児童への声かけを行うようする。

フープを使った運動では、自分と相手がフープを回し、相手のフープをキャッチするという用具を操作する動きに移動する動きを組み合わせる運動を行う。学習は、ボールを使う運動と同様に、運動の行い方を示す、運動する、運動のポイントを確認する、児童が再度運動するという流れで行うようする。

そして、まとめの段階では、学習カードに記入する際、友達のどんな動きを取り入れたら、スムーズにできるようになったかという視点で振り返りを行うようする。

## 6 単元の評価規準（◎第3・4学年共通・第3学年）

	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	◎ 多様な動きをつくる運動を楽しく行うための体の基本的な動きやそれらを組み合わせた動き、各種の運動の基礎となるよい動きを身に付けていく。	◎ 運動のねらいに合った課題をもち、体つくりのための運動の行い方を工夫している。	◎ 体つくり運動に進んで取り組むとともに、きまりを守り、仲よく運動をしようしたり、運動する場や用具の安全を確かめようしたりしている。
学習活動に即した評価規準	① 多様な動きをつくる運動の行い方を理解している。 ② 多様な動きをつくる運動では、体のバランスや移動、用具の操作、力試しの動きとともに、それらを組み合わせた動きができる。	① 友達のよい動きを見付け、自分の運動に取り入れようとしている。 ② 動きの組み合わせ方や運動の行い方を工夫している。	<ul style="list-style-type: none"> <li>用具の使い方や運動の行い方のきまりを守り、友達と励まし合って運動をしようとしている。</li> <li>運動する場や用具の使い方などの安全を確かめようとしている。</li> <li>体つくり運動に進んで取り組もうとしている。</li> <li>友達と協力して、用具の準備や片付けをしている。</li> </ul>

7 単元の学習計画及び評価計画（全5時間）

時間	1	2	3	4（本時）	5
学習活動	0 1 整列・あいさつ 2 準備運動を行う。 ① ストレッチ ② 俊敏性を高めるための運動 ＊ 4年生の体力的課題を考慮した準備運動 3 場や用具の準備				
	10 4 オリエンテーションをする。 ・ 学習のねらい ・ グループ編成	4 動きを組み合わせた運動を行う。 ① ボール ・ 投げ上げたボールをキャッチ ↓ バランスをとりながら投げたボールをキャッチ	4 用具を操作する運動を行う。 ① ボール（ペア） ・ 投げ上げた相手のボールをキャッチする。	4 動きを組み合わせた運動を行う。 ① ボール（2～4人） ・ 投げ上げた相手のボールをキャッチする。	4 動きを組み合わせた運動を行う。 個人またはグループでもう少し高めたい運動を選んで取り組む。 ① ボール ② フープ
	20 5 用具を操作する運動を行う。 ① ボール ・ 投げ上げたボールをキャッチする。 ② フープ ・ フープを体の一部を使って回す。 ・ フープを回転してつかむ。	② フープ ・ フープを体の一部を使って回す。 ↓ フープを回しながら決められたコースを移動する。 ・ フープを回転してつかむ。 ↓ フープを回転させ、1周回ってつかむ。	② フープ（ペア） ・ 相手が回転させているフープをつかむ。	② フープ（2～4人） ・ 回転させた相手のフープをつかむ。 (人数や距離を変えていく)	5 ボールやフープを使ったゲームに取り組む。 ① ボールバランスリレー ② フープ回転リレー
	30 40 45 6 振り返りを行う。 ・ 学習カードによる振り返り	5 振り返りを行う。 ・ 学習カードによる振り返り			
			①運動の行い方の理解		
	評価	知			
	技				② 多様な動きを組み合わせた動きができる
	思・判・表	②運動の工夫		①友達の良い動きを取り入れて運動	
	主体的	①用具や場の安全			

## 8 本時の学習（4／5時間）

### (1) 本時の目標

友達のよい動きを見付け、自分の運動に取り入れることができる。

(思考・判断・表現)

### (2) 本時の評価項目

動きを高めるために、友達のよい動きから運動のポイントを見付けている。

(思考・判断・表現)

## 9 学習指導過程

段階	学習内容及び学習活動	指導上の留意点		○：評価項目 (評価方法) 【Aの例】	「努力を要する状況」と判断される児童への支援
		T 1 体育専科	T 2 学級担任		
はじめ 15分	<p>1 整列・あいさつ 学習の約束を確認する。 ・ 「わくわく体育 6つのOK」</p> <p>2 準備運動をする。 ・ ストレッチ ・ 俊敏性を高める運動</p> <p>3 前時の振り返りを行い、本時のめあてを確認し、場や用具の準備をする。</p> <p style="border: 1px solid black; padding: 5px;">(めあて) 友達のよい動きを見て、運動のポイントを見付けよう。</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・ しっかりと言わせるようにする。</li> <li>・ ストレッチでは、使う部位を意識する。</li> <li>・ 動きが高まるように運動のポイントを確認する。</li> </ul>		
なか 25分	<p>4 前時に行った運動のポイントを確認し、動きを組み合わせた運動を行う。</p> <p>① ボール（2～4人） ・ 投げ上げた相手のボールをキャッチする。</p> <p>② フープ（2～4人） ・ 回転させた相手のフープをキャッチする。</p> <p>【活動の流れ】</p> <p>1 運動の行い方を知る。 2 運動をやってみる。 3 友達のよい動きを見る。 4 もう一度取り組む。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 本時は、前時で行った運動が基になるため、運動のポイントを確認しておく。</li> <li>・ 運動をさせる時は、まず、2人から始める。児童の実態に応じて、条件（人数・回数）を変化させていく。</li> <li>・ 友達のよい動きを見る時は、体の部位（例：指を回すなど）に注目する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 運動のポイントを意識させるように、声をかける。</li> <li>・ 肯定的な雰囲気に努めるようにし、動きが少しでも上達した児童に対して称賛の声をかける。</li> </ul>	○ 動きを高めるために、友達の良い動きを見付けて取り入れている。 (観察・ワークシート)	運動のポイントが理解できない児童には、教師と一緒に実際にやりながら取り組む。
まとめ 5分	<p>5 学習の振り返りを行う。 ・ 学習カードの記入</p> <p>6 次時の予告を行う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 今日の学習の中で、頑張っていた点を認め、肯定的な雰囲気をつくる。</li> </ul>			