

第2学年 体育科 学習指導案

令和2年10月20日(火) 第5校時 体育館

1 単元名 「まっすぐ?くねくね?コースを作ってゴーゴー!」(走の運動遊び)

2 運動の特性

(1) 一般的特性

友達と競い合う楽しさや、調子よく走ったり障害物を跳び越えたりする心地よさを味わうことができる運動である。また、体を巧みに操作しながら移動することで、走ること以外にも、様々な動きの素地を培うことのできる運動である。

(2) 児童から見た特性

走の運動遊びの楽しさや喜びを感じる要因	走の運動遊びを遠ざける要因
<ul style="list-style-type: none"> ・全力で走ることができるとき ・いろいろな姿勢から走り出したり、いろいろなコースに沿って走ったりすることができる ・勝負に勝つことができたり、順位が入れ換わったりするとき ・チームでバトンをつなぎ、協力するとき ・作戦を立てて走り方やコースを工夫して決める 	<ul style="list-style-type: none"> ・リズムよく障害物を走り越えられないと走る心地よさを感じられない運動である ・勝負に勝つ事ができないと楽しめない運動である ・障害物への恐怖心があると楽しめない運動である

3 児童の実態

(1) 知識及び技能

《「百間エアロビクス」ワークシートの記述》	
<ul style="list-style-type: none"> ○腕をリズムよく上げて、楽しい気分だった。 ○疲れるけど楽しいから、お家でもやりたい。 ○汗がいっぱいになりながらがんばった。 ○エアロビは、いつもの運動より汗をかく。 ○こういうことをすると、体がほぐれるんだな。 ○終わったら体が軽くなった。 ○身体全体をつかった。 ○肘や膝がとても疲れた。 ○マッスルよりエアロビの方がリズムが速い。 	<ul style="list-style-type: none"> ●日によって腕が痛いときや足が痛いときがある。 ●とても疲れた。 ●倒れそうだった。 ●すごく難しかった。

休業明けから体育の授業で扱った「○○エアロビクス(エアロビ・ストレッチ・マッスル)」では、教師が踊る手本動画を観ながら元気よく身体を動かせる児童が多かった。学級開きから間もない6月の時期にもかかわらず、笑顔いっぱい運動する姿からは、踊ることそのものが好きな児童が多いということが推測された。

一方、複雑な動きを伴う部分は、自信を失い、披露感も重なることで、動きが小さくなってしまいう児童も数名見られた。「グーグー」「びゅんびゅん」「スーパーマン」など、視覚や音声で動きの解説があると、動きの質も向上し、粘り強く取り組んでいた。

7月に実施した体力テストの50メートル走は、ゴールまで力を抜かず走れた児童が多かった。また、休憩時間中もスタート練習を主体的に行ったり、教師に助言を求めたりする児童が複数名いた。その際に、「真っ直ぐ走る」「前を向いて走る」などの指導を意識して走る児童の姿があった。本学習でも、既に身に付けた技能を生かしながら、いろいろなコースに挑戦し、走る楽しみを実感させたい。

(2) 思考力、判断力、表現力等

一学期に実施した「百間エアロビクス」「スローゴルフゲーム」共に、単元に関わらず気が付いたことや友達へのアドバイスを積極的に発言しようとする児童が多かった。一方では、踊りの振り付けやゲームの進め方について、分からないことがあると慎重になりすぎて活動に向かえない児童もわずかにいた。そのため、基本的な動きの習得に適切に時間をかける一方で、未完成の動きも試行を繰り返して習得していく経験もして欲しい。

本学習の第一次オリエンテーションにおいて、まず、昨年度の体力テストの結果を基に本学級の体力

の課題について共通理解する。そうすることで目的意識が得られ、本学習の運動にはどんな効果があるのかを児童が理解し、必要感や意欲をもった学びができるのではないか。昨年度は、50メートル走・立ち幅跳び・腹筋・長座体前屈で全国平均を下回る結果であった。主運動において走力を高めると共に、準備運動を兼ねたリズム遊びの中でもバランスを崩さずに片足立ちしたり高く跳び跳ねたりする動きの向上も目指したい。めあての達成のために、リズム遊びの踊り方や走の運動遊びの走り方を工夫し、友達と意見を交換しながら自身の力を伸ばしていくことが理想である。

今年度、児童は、体育の授業においてチームの作戦会議や技の教え合い活動をほとんど経験していない。そこで、本学習では話し合い方を身に付けることも重要な指導の要素として捉え、十分にその時間を確保したい。そのために、一時間あたりの活動内容を精選して、余裕をもった展開を心がけていく。

(3) 学びに向かう力、人間性等

〈豊かな関わり部 体育に関する意識調査より〉

質問1 体育の授業は好きですか。

回答	好き	どちらかといえば好き	どちらかといえば嫌い	嫌い
人数				
理由	<ul style="list-style-type: none"> ○クラスのみなどと楽しくできるから。 ○友達が応援してくれるから。 ○先生が好きだから 優しく教えてくれるから。 ○たくさん汗をかいて気持ちがいいし、体が温まるから。 ○体を動かすことが好きだから。 ○走ること、跳び箱、縄跳び、動物歩き、ストレッチが好きだから。 ○コツがわかって楽しいから。 ○筋肉がつくから。 		<ul style="list-style-type: none"> ●疲れるし、どこかが痛くなるから。 ●汗が気持ち悪いから。 ●おもしろく思わないから。 	

質問2 体育の授業で、どのようなことを楽しみにしていますか。(複数回答可)

回答	できる技が増えること	友達と仲良くなること	試合で勝つこと	その他
人数				
理由	<ul style="list-style-type: none"> ・体がやわらかくなること。 ・いろいろなチームとできること。 ・みんなが楽しくなること。 		<ul style="list-style-type: none"> ・かけっこ、ストレッチをすること。 ・友達と作戦を立てること。 	

アンケートの結果から、本学級の児童は、知識の習得や技の高まりに体育授業の楽しさを感じている事が分かる。体温の上昇や柔軟さが心地よく感じている児童も複数名いる。そして何より、友達や教師との関わりが楽しさにつながる一番の要因になっていることが読みとれる。

単元を通して、「元気になった」「気持ちよく動けた」という身体の変化を随時確かめ、運動のよさに気付かせていくことが大切である。そして、技能のみならず、他者との関わりの中で変容していく児童の心情を理解することが重要だと考えられる。体育の授業に前向きでない児童の気持ちにも寄り添い、個別のやりとりを大事にしながら働きかけていきたい。

感染症予防策を講じながらも、集団の学びのよさを生かし、みんなで汗をかくことの気持ちよさを、学びを通して教師も児童と一緒に味わってきたい。

4 教師の指導観

(1) 知識及び技能

本学習では、いろいろな方向に走ったり、カラーコーン・ミニハードル・ケンステップなどの子供たちにとって易しい障害物を走り越えたりする、走の運動遊びの楽しさに十分に触れることをねらいとする。そして、その行い方を知るとともに、走り方や障害物の置き方に変化を持たせることにより、場に応じて柔軟に走る抜け方を変化させる力を身に付けられるようにする。本学級の児童の課題

のひとつである走力の向上を目指したい。新しい教材を提示する際は、見た目の特徴と実際に走った時の印象を随時確かめるようにし、走り方に磨きをかけさせたい。

ねらう感覚『心地よく走る』	ねらう身体の動き『調子よく走る』
<ul style="list-style-type: none"> ・ゴールまで走りきれた。 ・跳んだり回ったり、動きが面白かった。 ・スイスイ走れて気持ちよかった。 ・ぐんぐんスピードが出た。 ・コースが変わるとわくわくした。 ・チームで仲良く走れた。 ・友達の応援でがんばれた。 ・バトンパスがスムーズにできた。 	<ul style="list-style-type: none"> ・前を向いてまっすぐ走った。 ・腕をブンブン振った。 ・足をズンズン前に出した。 ・回るとき、体を丸めた。 ・回る向きを変えたら走りやすかった。 ・くるっと小さく回った。 ・左右にびゅんびゅん向きを変えた。 ・前にピョンと飛び越えた。 ・「トントントン」など、リズムに乗った。 ・アイテムが近すぎるとスピードが落ちた。 ・友達の手をよく見てバトンを渡した。

展開においては、共通で学習する場面を大切に行い、単元前半に多種類の易しい障害物を飛び越えながら走っていく基本的な動きを、繰り返し経験させる。走ることそのものの楽しさや、友達と一緒にコースを考え作り出す喜びを十分に味わえるようにしたい。単元後半には、リレーで他チームと勝負し、「競う」という走の運動の楽しみ方を経験できるようにする。友達と一緒に競ったり応援したりする中で、友達のより良い走り方を見付け、自分の走りに取り入れられるよう、教師自身も児童の走り方の変化に着目し、小さな成長も積極的に見取り、フィードバックする。

(2) 思考力、判断力、表現力等

直線や曲線、ジグザグなど、いろいろな運動遊びの場を選んだり作ったりして走り、遊び方の工夫させていく。走った後は新鮮な感覚のうちに十分に感想を学級で共有し、教師からもフィードバックを行っていく。言葉やジェスチャーで考えを説明したり、学習カードに気が付いたことを記録させたりしていく。中学年のハードル走やかけっこに向けて、調子よく、そして心地よく障害物を越えていくにはどうしたらよいかを判断できる児童を育てていきたい。最初は馴染み深いケンステップ、柔らかい紅白玉、高さが低いミニコーンなどから取り扱い、恐怖感なく障害物リレーに挑戦できるようにする。

リレー学習では、チーム学習が中心となる。最初は4・5人の少人数チームで活動を始めていき、兄弟チームや3チーム、最後は学級全体へと集団を多くしていく。そうすることで、運動に消極的な児童も、安心してコースや走りの工夫のついでに考えを発信できるようにしたい。作戦に失敗したり、勝負に負けたりしても、前向きに再挑戦できる逞しさを育てたい。

(3) 学びに向かう力、人間性等

本学習では、準備運動の延長として、リズム遊びの活動を取り入れている。一学期、全校で取り組んできた「百間エアロビクス」を低学年の発達段階にアレンジしたものである。身体を温め、主運動への準備をすることがねらいの一つである。もうひとつのねらいは、制限のある日常生活の中でも、夢中になって汗をかき、体を動かすことの楽しみを味わうことである。一学期から毎時間、クラスみんなで軽快な音楽に乗り、汗を流してきた。今回、表現の要素を加えながら、心と身体を開放する時間として扱ってきたい。

学級開き当初から学級で使用している合言葉（ポーズ）で意識を高めたり、チームごとに応援の仕方を決めたりと、チームで切磋琢磨しながらかけっこやリレーの仕方を学習していく。新しい生活様式における学習の約束や順番、用具の使い方をオリエンテーションで確認し、安全に学習を進められるようにする。用具の準備、片付けをするときも一定の距離を確保し、密集を避けるよう指導する。リレーでは、走者の交代の仕方を一方方向に決めたり、間隔を開けたコース設定したりすることにより、感染症予防策を講じながらスムーズに学習できる場づくりに留意したい。

走の運動遊びに意欲的でない児童へは、勝敗を競わずに運動そのものを楽しむ活動と友達と力を合わせて勝利を目指す活動の両方を設定して、それぞれのよさを区別して押さえていく。リレーでは、チームの勝利を目指しバトンをつなぐことに尽力できた児童を、個別に称賛し、協働的に学ぶ態

度を育てていきたい。全てのチームが勝利できる機会を与えられるよう、条件やルールを工夫し、走ることが苦手な児童もチームの一人として貢献できたという自尊心をもてるようにしたい。加えて、学習カードを通じて、前時からの伸びをフィードバックする配慮も積極的に行っていきたい。

5 研究主題との関連

「仲間との豊かなかかわりの中、進んで運動に取り組む児童の育成」

仮説① 仲間とのかかわりを豊かにする視点を明確にし、授業中の計画的な支援を行えば、進んで運動に取り組む児童を育成することができるであろう。

【手立て】

- ①学級全員で一つの踊りに取り組んだり、チームで走りを競ったりする機会を意図的に設定することにより、仲間との一体感を味わうことができるようにする。
- ②新しい生活様式を踏まえた授業方法を吟味し、制限の中でも可能な学習形態を検討する。友達が作ったコースの工夫や器用な走り方を見付け、気付きを共有する活動を取り入れていく。

仮説② 仲間とかがわりながら、精一杯運動できる授業づくりを行えば、進んで運動に取り組む児童を育成できるであろう。

【手立て】

- ①様々な障害物を用いた魅力あるコースを設置したり、場の工夫を仲間と共に夢中になって走ったりすることで、最後まで粘り強く運動ができるようにする。
- ②勝敗を競う場面では、偶然性をもたせたり、難度に差をつけたりすることにより、どの児童も仲間と共に勝つ喜びを味わえるようにする。
- ③エアハイタッチや決めポーズ、拍手など、仲間と高め合う具体的な方法を、明確に示していく。

6 単元の目標

- (1) いろいろな方向に走ったり、易しい障害物を走り越えたりする動きができるようにする。
〈知識及び技能〉
- (2) 簡単な走の運動遊び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) 運動遊びに進んで取り組み、順番やきまりを守り誰とでも仲良く運動したり、勝敗を受け入れたり、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〉

7 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
①走の運動遊びの行い方について言ったり、実際に動いたりしている。 ②いろいろな形状の線上等を真っ直ぐ走ったり、蛇行して走ったりすることができる。 ③折り返しリレーで、バトンの受け渡しをして走ることができる。 ④リレー遊びで、低い障害物を走り越えることができる。	①直線や曲線、ジグザグなど、いろいろな運動遊びの場から、自分が楽しくできる場を選んでいる。 ②感想や動きのポイント、友達のよい動きを書いたり、発表したりして友達に伝えている。	①走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、誰とでも仲良くしようとしている。 ③勝敗を受け入れようとしている。 ④走る場所に危険が無いかなど、場の安全に気を付けている。

8 指導と評価の計画

(1) 領域（走・跳の運動遊び系）の取り上げ方

運動 / 学年	1年	2年	3年	4年	5年	6年
走・跳の運動遊び	17時間	20時間				
走・跳の運動			10時間	11時間		
陸上運動					15時間	16時間

(2) 領域（走・跳の運動遊び系）の内容と目指す動き

学年	教材	目指す動き
低学年	走の運動遊び	・距離や方向を決めて走ったり、手でタッチやバトンの受渡しをする折り返しリレー遊びをしたり、段ボールや輪などの易しい障害物を用いてのリレー遊びをしたりすること。
	跳の運動遊び	・助走を付けて片足で踏み切り、前方や上方に跳んだり、片足や両足で連続して跳んだりすること。
中学年	かけっこ・リレー	・距離を決めて調子よく最後まで走ったり、走りながらバトンの受け渡しをする周回リレーをしたりすること。
	小型ハードル走	・小型ハードルを自己に合ったリズムで走り超えること。
高学年	短距離走・リレー	・走る距離やハードルの台数などのルールを決めて競争したり、自己（チーム）の記録の伸びや目標とする記録の達成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こと。
	ハードル走	・インターバルの距離やハードルの台数などのルールを決めて競争したり、自己の記録の伸びや目標とする記録の達成を目指したりしながら、ハードルをリズムカルに走り超えたりすることができるようにすること。

(3) 指導と評価の計画（6時間扱い）本時は○印 6 / 7時 別紙参照

9 本時の指導計画（6／7時）

(1) ねらい

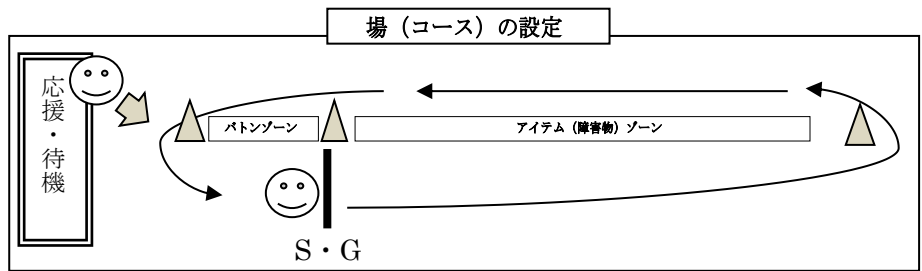
直線や曲線、ジグザグなど、いろいろな運動遊びの場から、自分が楽しくできる場を選ぶことができるようにする。
 〈思考力、判断力、表現力等〉

(2) 準備

ケンステップ ミニハードル カラーコーン マーカーコーン 紅白玉 リングバトン フラフープ
 作戦用ホワイトボード マグネット 表現テーマカード CDプレイヤー 学習カード
 手指消毒液 マイク 筆記用具

(3) 展開

段階	学習内容・活動	指導上の留意点(○指導 ◆評価規準) ＊コロナ状況下でもかかわりが豊かになる工夫
導入 13 分	1 整列、挨拶、健康観察をする。	○児童の顔色や様子を確認するとともに、安全のために服装を整えさせる。
	2 前時を振り返る。	◆ソーシャルディスタンスを保つ一定距離の印に合わせてチームごと整列させる。挨拶では、へその向きを中央に向けさせ、みんなでがんばろうとする雰囲気意識的につくる。うなずきや呼吸を合わせることを大事にする。
	3 準備運動をする。	○前時までに動きの経験や活動の楽しさを積み重ねてきたことを振り返り、本時への期待をもたせる。
	4 「百間ちびっこジャンボリー」を踊る。	○けが防止が運動の気持ちよさにもつながっていることを伝えながら、正しく準備運動をさせる。つま先や顔の向き、手を当てる部分などについて、丁寧に声をかける。 ＊声は出さず、担任が打つ手拍子に合わせて行わせる。
	5 「ダッシュタイム」を行う。	○踊る前の身体の状態を確認する。 ○軽快なリズムに乗ってダンスを踊り、心拍数を挙げ、体を温める。 ○動物や乗り物等のテーマカードを提示する。 ○4や8カウントの最後までリズムを意識して踊ったり、笑顔で弾んで踊ったりしている児童、即興表現の部分で生き生きと踊ったりしている児童を進んで称賛する。 ○踊る前と後の身体の変化を確かめ、感じたことを共有する。 ○学級の一体感を大切に、チームの活動となる走の運動遊びに向けた雰囲気づくりを行う。(仮説①-①)



6 本時のねらいと、学習内容を
確認する。

○本時のねらい確認する。『今日のコース』を知り、期待をもたせる。
○障害物の間隔と順番が本時の工夫のポイントであることをおさえる。
○どんな走りができたとき「気持ちがいい」と感じるか考えさせ、本時のねらいが意識できるようにする。

ねらい：気持ちよく走れるオリジナルコースをくふうして作ろう。

7 場づくり・用具の準備をする。

○チームで協力して準備を行わせる。
●マスクを着用せず準備をする。行う場合は声の大きさに気を付けさせ、会話が必要であれば手のマスク（手で口を覆う）をするよう指示する。
●全チームが一か所に集中することがないように、チームごとに準備する用具の順序を指定して、密を避けるようにする。
○早く準備ができたチームは、走りのコツを考えながら練習するよう指示する。

8 「おためしタイム」を行う。

※『おためしタイム』
チームで考えたオリジナルコースを試走する。もっと工夫したい部分や変更したい部分を見つけ、課題意識をもたせる。

○障害物の間隔と順番を工夫しているチームに、その意図を発表させる。
○教師が指定した条件に合わせて作った『今日のコース』を試走し、場や走り方の工夫について考えをもたせる。（仮説②-①）
○新しい障害物の組み合わせを存分に楽しませ、走り方の細かい技術よりも、「すいすい楽しく走れているね」「腕を振って元気いっぱい走っているね」などと、意欲的な姿勢を価値付けていく。

9 「にこにこトーク①」を行う。

※『にこにこトーク』
チームで行う作戦タイム。作戦ボード上で、障害物の間隔・順序を決める。

○走ってみて気付いたことを発表させる。特に、走りにくい部分に着目させ、工夫の必要感をもたせる。
○チームが勝利するためには、どんなコースがよいかを話し合い、障害物の種類や順番を決める時間を作る。
●フラフープを用いて、ソーシャルディスタンスを保った話し合いの場を設定する。話し合い後は手指の消毒をさせる。
●密な状況を避けるため、まずはマスク着用の上、作戦ボード上で大体のコース像を決める。位置番号を定めておき、置く場所を友達に伝えられるようにする。続いてコースに移動して、実際に障害物を操作しながらコースを設定する。

☆作戦ボード☆

- ・各チーム1つ。
- ・障害物に見立てたマグネットを操作し、ホワイトボード上でオリジナルコースを作成する。
- ・手指消毒液と一緒にフラフープ内に設置。



にこにこトーク（オリジナルコース作り）

◆直線や曲線、ジグザグなど、いろいろな運動遊びの場から、自分が楽しくできる場を選んでいる。（観察・学習カード）【思考・判断・表現】

△努力を要すると判断される状況(C)の児童への指導の手立て

- ・友達と前向きに運動に取り組もうとしている態度を称賛し、話し合いへの参加や繰り返し練習する姿勢を称賛する。
- ・学習カードや行動から、前時と比較した小さな変化をフィードバックする。
- ・「ぴよんぴよん」「ぐいっ」等の単純な音声の言葉を用いて声掛けし、走りのイメージをつかめるようにする。

◎十分満足できると判断される状況(A)の児童の具体的な姿

- ・障害物の置き方の提案を主体的に行ったり、友達の意見に耳を傾けたりと、仲良くチームの活動ができる。
- ・多様にコースを変化させる障害物の魅力を感じ、それに適した走り方を器用に行ったり、友達の走りから見つけたりすることができる。

10 「全力タイム」に取り組む。

※『全力タイム』

「おためしタイム」で考えたことを生かし、各チームで工夫したオリジナルコースを走る。他のチームと競走する。

チーム名入りカラーコーン



チームのめあて・メンバーの似顔絵入りリングバトン



- 3チームずつに分かれてリレーを行う。
- 相手チームと挨拶を行い、正々堂々と戦ったり勝敗を受け入れたりする運動の仕方を身に付けられるようにする。
- ファイトコールを行い、仲間意識や士気を高めさせる。
 - スタート前にマスクをポケットにしまわせる。
 - ファイトコールは、ポーズや拍手で行わせる。
 - バトンは次の走者の後ろから渡し、近い距離で対面することがないように留意する。
- 出場していない時は、兄弟チームの応援をさせる。
 - 兄弟チームの応援は、チームごとに指定した応援席で行わせ、声の大きさに気を付けさせる。マスク着用とする。同じチームの仲間への応援は、手のマスクで行うよう指導する。
- 対戦後は、勝敗にかかわらず相手チームに温かい拍手や「ナイスポーズ」を送り合う。学級全体が心地よい雰囲気の中で運動に取り組める関係づくりに努める。(仮説②-③)
- 児童の実態に応じて、コースやルールに変化をもたせる。運や偶然性で着順の入れ換わりを楽しみ、いろいろ競争の楽しみ方を体験できるようにする。(仮説②-②)
- 走り終えた後の振り返りでは、「おためしタイム」のコースからどのように走りが増えたか、学級全体で共有する。(仮説①-②)
- 兄弟チームのよい走り方を発表させ、応援し合うことの大切さに気付かせていく。(仮説①-②)
- 工夫したコースについてチームで振り返り、勝因や敗因を考える。次時へのチームのめあてがもてるようにする。

チームコール (ポーズのみ)



友達の走り・発表にナイスポーズ



整理
10
分

11 「にこにこトーク②」を行う。

12 学習を振り返る。

13 片付けをする。

14 整理運動をする。

15 次時の予告をする。

16 挨拶をする。

- チームカードに本時で見つけた走りやコース作りのコツを記録させ、次時のリレー大会に向けて意欲を引き出す。
- 勝利できなかったチームには、積極的に励ましの声をかける。
- 自分のめあてが達成できたかを振り返り、カードに記入させる。
- 学習を進めていくうちに教師が発見した児童の変化にも触れ、紹介することで、障害物に適應できる巧みな走りへの意識の高揚を目指していく。
 - 用具の置き場に十分な間隔を取ることで、児童が密集することを避ける。
- 最後までチームで力を合わせ、最後まで頑張る雰囲気を大切にさせる。
- ゆっくりとした動作と呼吸で、足を中心に筋肉をほぐしていく。
- 健康状態を確認し、安全に学習が行えたことを全体で確認する。
- 学習前と後の心身の変化について問う。
- 疲労感や心地よい痛みを感じる部分を確かめ、体を鍛える心地よさやみんなで汗をかく気持ちよさを共有する。
- 本時のめあてに沿った振り返りと、次時への期待をもたせる。
 - 教室に戻る際のソーシャルディスタンスの確保と、教室入室前の手指の消毒、汗がひいてからのマスク着用について指示する。

掲示資料

