

1 単元名 体づくり運動「多様な動きをつくる運動」

2 目標

- 運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動をしたり、場や用具の安全に気を付けたりして運動しようとする。 (関心・意欲・態度)
- 多様な動きをつくる運動の行い方が分かり、友達のよい動きを見付け、自分の運動に取り入れたり、楽しく運動できる行い方を選び工夫したりすることができるようにする。 (思考・判断)
- 体を移動する運動、用具を操作する運動、それらを組み合わせた運動ができるようにする。 (運動の技能)

3 指導に当たって(男子20名、女子18名、計38名)

本単元の「イ 多様な動きをつくる運動」は、「体のバランス」や「移動」、「用具の操作」や「力試し」の動きを意図的にはぐくむ運動を通して、体の基本的な動きを総合的に身に付けるとともに、それらを組み合わせた動きを身に付けることをねらいとして行う運動である。中学年においては、発達の段階から体力を高めることを学習の直接の目的とすることは難しいが、将来の体力の向上につなげていくためには、この時期に様々な体の基本的な動きを培っておくことが重要であると考え。

本学級の児童は、体を動かすことが好きである。休み時間はほとんどの児童が、外に出てボール遊びや鬼ごっこ、遊具での遊びを楽しんでいる。しかし、体育の授業の様子から、これまでの運動経験の差が大きく、体力においても個人差が見られる状況にある。また、児童の意識調査の結果から、「体を動かす」ことについて、「ボールを投げる、捕る、蹴る」「走る」「泳ぐ」などのイメージしかもてていないことがうかがえ、多様な動きの経験は浅いことが分かった。

そこで、本単元では、「体を移動する運動」と「用具を操作する運動」、「基本的な動きを組み合わせる運動」を中心に学習を進め、楽しみながら「這う、歩く、走る」、「跳ぶ、はねる」、「用具をつかむ、もつ、転がす、くぐる、運ぶ、投げる、捕る、跳ぶ」などの多様な動きをたくさん経験させ、体の基本的な動きを身に付けさせる。その過程において、次の手立てを講じる。単元前半において、教師が一つ一つ動きを提示し、児童が一つの動きをじっくりと行える場を設定する。児童の興味・関心等を踏まえ、様々な楽しい動きを繰り返して経験させることで、運動の行い方が分かり、なめらかに動けるようにする。また、単元後半は、単元前半で経験した動きを二つ以上選び組み合わせたり、工夫したりする場を設定する。運動の楽しさに触れながら、グループ内で運動の仕方を工夫し、新しい動きをつくり出したり動きのコツをつかんだりすることで、動きの高まりを実感できるようにする。さらに、各グループがつくった動きを他のグループが試す場(時間)を設定する。ワークショップを行い、他のグループが工夫した動きを試させることで、動きの楽しさをグループ間で共有できるようにする。

以上のように場を工夫することで、運動する楽しさや動きの高まりを実感しながら体の基本的な動きを身に付けることができるのではないかと考え、本主題を設定した。

4 単元の評価規準

	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能
具 学 体 習 の 活 評 動 価 に 規 お 準 け る	①多様な動きをつくる様々な運動に取り組もうとする。 ◎繰り返し、最後まで ②きまりを◎常に守り、◎進んで友達と励まし合って運動しようとする。 ③運動する場や用具の安全を◎常に確かめようとする。	①運動の行い方を◎十分に理解し動く楽しさに触れることができている。 ②友達のよい動きを◎的確に見付けて自分の運動に取り入れ、試している。 ③楽しく運動できる行い方を◎自ら進んで選び組み合わせたり、工夫したりして動いている。	①体を移動する運動、用具を操作する運動、基本的な動きを組み合わせる運動が◎なめらかにできる。 ②友達のよい動きを◎正確に表現することができる。

◎は十分満足できる状況

5 指導と評価計画（5時間扱い）

	学習のねらい・活動	評価計画		
		関	思	技
はじめ 45分 ×1	<p>○ 運動の特性や学習のねらい，計画，内容を理解する。</p> <p>○ 多様な動きをつくる運動の学習準備をする。</p> <p>1 運動の特性やねらいを知る。</p> <p>2 学習の進め方を知る。</p> <p>3 体ほぐしの運動をする。</p> <p>4 多様な動きをつくる運動の活動例を体験する。</p> <p>5 学習を振り返る。(学習カード)</p> <p>6 整理運動，片付けをする。</p>	<p>①</p> <p>③</p>	<p>①</p>	
なか 1 ×2	<p>ねらい①</p> <p>○ 様々な楽しい動きを繰り返し行い，多様な動きをつくる運動の行い方が分かり，友達のよい動きを見付け，自分の運動に取り入れ「体を移動する運動」や「用具を操作する運動」ができる。</p> <p>1 本時のねらいや学習の進め方を確認する。</p> <p>2 準備運動（体ほぐしの運動）をする。</p> <p>3 学習の課題を確認し，「体を移動する運動」や「用具を操作する運動」をペアやグループで楽しむ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・動物歩き（ライオン，うさぎ跳び，クモ，アザラシなど） ・バンブーステップ ・長縄八の字跳び，ひょうたん跳び ・ボール運び ・ボールキャッチ ・輪転がし，輪くぐり，輪回しなど <p>4 動きのコツや友達のよい動きについて話し合ったり，見合ったりし，共有する。</p> <p>5 よい動きを自分の運動に取り入れ，試しながら楽しむ。</p> <p>6 本時の学習を振り返る。(学習カードに記入，発表)</p> <p>7 整理運動，片付けをする。</p>	<p>①</p> <p>②</p>	<p>①</p> <p>②</p>	<p>①</p> <p>②</p>
なか 2 ×2 ・ まとめ	<p>ねらい②</p> <p>○ 楽しく運動できる行い方を選び組み合わせたり，工夫したりして行い，「基本的な動きを組み合わせる運動」ができる。</p> <p>1 本時のねらいや学習の進め方を確認する。</p> <p>2 準備運動（体ほぐしの運動）をする。</p> <p>3 学習の課題を確認し，楽しく運動できる行い方を二つ以上選び，工夫して「基本的な動きを組み合わせる運動」をつくり，グループ内で楽しむ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・動き方や使う用具を変えて（○○を使って，□□しながら，△△する） ・人数を変えて ・回数や時間を変えて ・速さを変えて ・いろいろなリズムで ・二つ以上の基本的な動きを組み合わせると同時に，連続して <p>4 ワークショップを行い，他のグループが工夫した動きを試して楽しみ，動きの楽しさをグループ間で共有する。</p> <p>5 本時（単元）の学習を振り返る。(学習カードに記入，発表)</p> <p>6 整理運動，片付けをする。</p>	<p>①</p> <p>②</p>	<p>①</p> <p>③</p>	<p>①</p>

6 本時の学習

(1) 本時のねらい

- 多様な動きをつくる運動の行い方を選び，工夫して動いている。
- 体を移動する運動や用具を操作する運動のねらいに合った動きができる。

(思考・判断)
(運動の技能)

(2) 準備・資料

- ・ゼッケン ・竹 ・色水 ・輪 ・様々な大きさや硬さのボール ・長縄 ・バケツ ・的当て ・風船
- ・ストップウォッチ ・運動の行い方を示した掲示物 ・CDプレイヤー ・BGM ・学習カードなど

(3) 展開 (4/5)

	学習内容・活動	指導上の留意点	評価の観点・方法
はじめ 8分	<p>1 場づくりや安全確認をして、整列、あいさつをする。</p> <p>2 本時のねらいや学習の進め方を確認する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・身じたくの確認と健康観察を行う。 ・活動の場の安全やけがの防止について心がけさせる ・前時の学習を振り返るとともに、めあてをもって取り組めるように、学習カードで確認する。 	
	<p>○二つ以上の基本的な動きを組み合わせたり、工夫したりして、動きを楽しもう。</p>		
	<p>3 準備運動(体ほぐしの運動)をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ペアストレッチ ・子とろ鬼、いも虫ごろごろなど 	<ul style="list-style-type: none"> ・BGMを活用し、楽しみながら体を温める。 	
なか 30分	<p>4 学習の課題を確認し、楽しく運動できる行い方を二つ以上選び、工夫して「基本的な動きを組み合わせる運動」をつくり、グループ内で楽しむ。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>基本的な動きの組み合わせ方や工夫の仕方のヒント例</p> <ul style="list-style-type: none"> ・動き方や使う用具を変えて(○○を使って、□□しながら、△△する) ・人数を変えて ・回数や時間を変えて ・速さを変えて ・いろいろなリズムで ・二つ以上の基本的な動きを組み合わせると同時に、または連続して </div> <p>5 ワークショップを行い、他のグループが工夫した動きを試して楽しみ、動きの楽しさをグループ間で共有する。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <ul style="list-style-type: none"> ・8グループをA、Bに分け、10分間交代で行う。 </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・前時までに経験した「多様な動きをつくる運動の行い方」やその「動きのコツ」を分かりやすく掲示したり、カード形式にしてグループごとに持たせ、活用させることで、体の基本的な動きのイメージをもち、楽しく運動できる行い方を容易に選ぶことができるようにする。 ・基本的な動きの組み合わせ方や工夫の仕方のヒントを例で示し、体を移動する運動や用具を操作する運動のねらいに合わせて組み合わせたり、工夫したりして新しい動きをつくり、動けるようにする。 ◇「～の動きって、何かきまりがあるの。」や「どのように動くとおもしろいの。」など、発問を工夫することで、楽しい動きを引き出すようにする。 ・友達のよい動きを見付けたり、よい動きを自分の運動に取り入れ試している児童を取り上げて賞賛することで、基本的な動き方や動きのコツの共有化を図るとともに、動きの高まりを実感させる。 ・いくつかのグループの動きを試させることで、動きの楽しさをより多くの児童が共有できるようにする。 ◇動きが雑にならないように指導し、体を移動する運動や用具を操作する運動のねらいに合った動きができるようにする。 	<p><思考・判断③></p> <ul style="list-style-type: none"> ・多様な動きをつくる運動の行い方を選び、工夫して動いている。(学習時の観察・学習カードの記述) <p><運動の技能①></p> <ul style="list-style-type: none"> ・体を移動する運動や用具を操作する運動のねらいに合った動きができる。(学習時の観察・学習カードの記述)
まとめ 7分	<p>6 本時の学習を振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習カードに記入 ・よい動きを自分の運動に取り入れ、試したことや工夫したこと、動きの楽しさの発表 <p>7 整理運動、片付けをする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・本時の学習で気付いたこと、試したことを取り上げ、次時の予告をし、次時への期待をもたせる。 ・BGMを活用し、リラックスしながら使った部位をクーリングダウンできるようにする。 	

◇は努力を要する状況にある児童への手立て