

## 1 単元名 「体づくり運動（多様な動きを作る運動）」

## 2 運動の特性

## (1) 一般的な特性

体のバランスをとって運動すること、いろいろな方向に移動すること、用具などの動きにタイミングよく反応すること、力を入れ具合を調整することなどの基本的な動きを身につけたり、それらを組み合わせた運動を他者との関わりの中で楽しみながら行なったりすることで、体力の向上や様々なスポーツの技能を修得しやすくすることにつながる運動である。

## (2) 子どもから見た特性

## A 運動の特性にふれる楽しさ体験の状況

本学級の児童は、休み時間、運動場で体を動かして遊んでいて、体を動かして遊ぶことが好きな児童が多い。学習前のアンケート調査でも「体育の学習がとても好き。好き。」と答えた児童が、  
名と多く、理由として「できるようになるとうれしい。」と答えた児童が 名「体を動かすことが好き。」と答えた児童が 名いて、体を動かしながら、技術を習得していくような学習を望んでいる。反対に体育科学習が嫌いな児童が 名いて、嫌いな理由は「うまくできない。」と書いていて、上手くできるようになることを望んでいることがわかる。

また、体力に関する調査では、「体力とはどのようなものだと思いますか。」という質問に対し、「長く運動が続けられる。(持久力)」 名、「体を上手に動かせる。(巧緻性)」 名、「重たい物が持ち上げられる。(筋力)」 名、「すばやい。(瞬発力)」 名、「体が柔らかい。(柔軟性)」 名と、体力にはいろいろな物があることをとらえることができている。また、体力をつけたいと思っている児童が 名と体力に関する関心や意欲が高い児童が多いと言える。

## B 学び方に関する学習経験の状況

児童は、毎時間、自分のめあてをもち、めあての達成に向けて楽しく学習することができている。また、資料で行ない方や練習の仕方を調べて、めあて達成に生かそうとすることもできている。そして、準備や後片付けなどを役割分担に沿って責任持って取り組むこともできる。しかし、めあて意識を持続して学習を進めることができずに、面白そうな動きや活動に興味が移ってしまう児童もいる。そして、「多様な動きをつくる運動」を初めて学習するため、運動の行い方の理解も十分ではない。

## 3 学習を進めるにあたって

本単元の指導にあたっては、児童が、正しい行ない方で「多様な動きを高める運動」を行い、運動の楽しさを味わわせていくことで、日常的に運動を行い、多様な動きを高めていくことができるようにしていきたい。そのために以下のような支援を行っていく。

## (1) 学習過程の工夫

事前のアンケート調査の結果により、児童は体育科学習では「できるようになるとうれしい。」「体を動かすことが楽しい。」と感じていることがわかった。そこで、児童が正しい行ない方で、十分に体を動かしながらできる喜びを味わわせることができるように、めあて1は「多様な動きをつくる運動をやってみよう。」めあて2は「多様な動きをつくる運動を組み合わせやってみよう。」というステージ型の学習過程で行なう。

まず、第1時に、教師から「多様な動きをつくる運動」を紹介し、児童は様々な運動を体験するようにする。

次に、めあて1では、紹介された運動の中から、児童が自由に興味のある運動に取り組むことができるようにする。その際、上手くできるためのコツを児童に教えたり、児童の記録の伸びに対し

て称賛の言葉かけを行ったりしていくことにより、児童が自分の伸びを感じながら興味を持って運動に取り組めるようにする。

さらに、めあて2では、紹介された運動を組み合わせで行う活動を行う。運動を組み合わせで行なわせ、難易度を上げることで、児童の挑戦意欲を高めさせたい。

## (2) 教師の支援の工夫

### ○ 運動の取り上げ方

児童が、興味を持って自分の好きな運動に取り組むことができるように、①体のバランスをとる運動 ②体を移動する運動 ③用具を操作する運動 ④力試しの運動 の中からいくつか「楽しそうな運動」を取り上げる。また、自分の伸びを実感しながら取り組むことができるように、記録を数値として表せる運動を取り上げるようにする。

### ○ 学習ノートや掲示物

学習ノートは、単元全体を通した自分の記録の変化を見ることができるよう1枚にまとめるようにする。記録の伸びには称賛の言葉をかけたり、記録が停滞している児童には正確な動きをするためのアドバイスを送ったりして意欲が上がるようにしていく。また、他者への気づきを書く欄を設け、その欄を書くことができた児童は全体の場で紹介し、称賛していくことで、他者のことも意識しながら学習を進められるようにする。

掲示物は、ポイントを整理した物を準備し児童がそれを見ながら運動できるようにする。また、めあて2の組み合わせた運動を表にまとめて掲示することにより、組み合わせを思いつかない児童へのヒントとなるようにしたい。

### ○ 活動の場や用具

活動の場は、スポーツクラブのように、それぞれの運動を行う場を準備し、児童がやりたい運動をその場に行き行って行うようにする。その場について、運動に必要なスペースは十分に確保されているか、危険な物は置かれていないか等を児童の目でも確認させて行なわせるようにする。

ボールや長縄、短縄、フラフープなどの道具は十分に用意し、児童の活動量が確保されるようにする。また、平均台を使用する際には、下にマットを敷くなどして安全面には十分に留意するようにする。

### ○ 言葉かけ

言葉かけは、「正しい行ない方で運動することができるようにすること」と「上手くできるようにするためのポイント」の2点を中心に行なっていく。後者については、意欲的に運動に取り組み、日常生活にも運動に取り組んでいくことができるように、称賛の言葉かけを中心に行なっていくようにする。

## 4 学習のねらいとみちすじ

### (1) 学習のねらい

楽しく運動しながら、体の基本的な動きや多様な動きを身につける。

### (2) 学習のみちすじ

めあて1「多様な動きをつくる運動をやってみよう。」

めあて2「多様な動きをつくる運動を組み合わせやってみよう。」

5 学習と指導の計画

時間	1	2	3	4	⑤ (本時)	6																	
本時目標と支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 学習の進め方を知り、単元の大まかな見通しをもつ。</li> <li>○ 多様な動きをつくる運動の行ない方を知る。</li> <li>※ 「学習の進め方」の掲示物を準備し、6時間の学習の進め方を知らせることにより、見通しがもてるようにする。</li> <li>※ 多様な動きをつくる運動を一緒にやってみることで、正しい行い方で行えるようにする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ グループで協力して、楽しく多様な動きをつくる運動を行うことができるようにする。</li> <li>○ 自分でやってみたい運動を選択し、上手にできるように練習したり、工夫したりしながら多様な動きをつくる運動に取り組むことができる。</li> <li>※ できた記録を数値で表すことができる運動を提示することにより、自分の伸びを実感しながら運動できるようにする。</li> <li>※ 自分のやりたい運動に自由に移動して運動できるようにルールを決めておくことで、いろいろな運動を経験し、多様な動きを作ることができるようにする。</li> <li>※ 児童同士で運動のこつを教え合う姿を称賛していくことで、積極的に教え合うことができるようにする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 楽しく、いくつかの多様な動きをつくる運動を組み合わせる行うことができるようにする。</li> <li>○ 友達同士でこつを教え合ったり補助をし合ったりしながら協力し合いながら多様な動きをつくる運動に取り組むことができる。</li> <li>※ 掲示板に児童が考えた組み合わせを表示できるようにし、児童はそれを参考にしながら組み合わせる運動ができるようにする。</li> <li>※ 友達同士で教え合う姿には称賛の言葉をかけ、児童が進んで教え合うことができるようにする。</li> <li>※ 友達同士の補助の仕方については、教える内容と考え、安全に安心して運動を進めることができるようにする。</li> <li>※ 運動のこつについて、掲示物を準備したり積極的に言葉かけを行ったりすることで、上手く運動ができるようにしていく。</li> </ul>	0	<p>1 学習の準備をし、本時のめあてを確認する。</p> <p>2 多様な動きをつくる運動を経験する。</p>	<p>1 学習の準備をし、本時のめあてを確認する。</p> <p>(1) 用具の準備をする。</p> <p>(2) 準備運動をする。</p> <p>(3) 本時のめあてを確認する。</p>	<p>1 学習の準備をし、本時のめあてを確認する。</p> <p>(1)用具の準備をする。</p> <p>(2)準備運動をする。</p> <p>(3)本時のめあてを確認する。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ グループをごとに、自分達のやりたい運動に取り組む。</li> <li>・ グループで運動の組み合わせ方などを話し合い運動する。</li> </ul> </div>	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 体を移動する運動 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 平均台わたり</li> <li>・ 片足回転で移動</li> </ul> </li> <li>○ 体のバランスをとる運動 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ バランスくずし</li> </ul> </li> <li>○ 用具を操作する運動 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ボールキャッチ</li> <li>・ 2つのボールでドリブル</li> <li>・ フラフープ</li> </ul> </li> <li>○ 力試しの運動 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 人運び</li> </ul> </li> </ul>	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;"> <p>2 めあて1 多様な動きをつくる運動をやってみよう。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 体を移動する運動 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 平均台わたり ・ 片足回転で移動</li> </ul> </li> <li>○ 体のバランスをとる運動 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ バランスくずし</li> </ul> </li> <li>○ 用具を操作する運動 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ボールキャッチ ・ 2つのボールでドリブル ・ フラフープ</li> </ul> </li> <li>・ 長縄 短縄</li> <li>○ 力試しの運動 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 人運び</li> </ul> </li> </ul>	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;"> <p>めあて2 多様な動きをつくる運動を組み合わせるやってみよう。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>(1) 前時までの運動や新しく考えた運動を組み合わせるやる。</li> <li>○ 長縄コーナー</li> <li>○ 平均台コーナー</li> <li>○ いろいろコーナー ボール・フラフープ・短縄・コーン</li> </ul> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>※ 組み合わせる運動ができていないグループに対しては、道具を提示して組み合わせ方を示唆するようにする。</p> <p>※ 運動が上手くできない児童に対しては、こつを教えたりグループの児童に補助をするように助言したりして安心して上手に取り組むことができるようにする。</p> </div>	30	<p>3 学習のまとめをして後片づけをする。</p> <p>(1) 本時の学習をふり返り、学習のまとめをする。</p>	<p>3 学習のまとめをして後片づけをする。</p> <p>(1) 本時の学習をふり返り、学習のまとめをする。</p>	<p>3</p> <p>(1) 本時の学習をふり返り、学習のまとめをする。</p>	40	<p>(2) 全員で協力して後かたづけをする。</p>	<p>(2) 全員で協力して後かたづけをする。</p>	<p>(2) 全員で協力して後かたづけをする。</p>	子どもの姿	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 多様な動きをつくる運動を楽しくすることができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 自分でやってみたいと考える多様な動きをつくる運動を楽しく取り組むことができる。</li> <li>○ 上手にできるように工夫したり友達同士教えあったりしながら多様な動きをつくる運動に取り組む。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 多様な動きをつくる運動を組み合わせる楽しく行うことができる。</li> <li>○ 組み合わせる方や上手にできるこつをグループで話し合いながら運動することができる。</li> </ul>

6 本時 (5/6) 平成22年10月 日 ( ) 校時

7 本時のねらい

- (1) 多様な動きをつくる運動を組み合わせ楽しく行うことができる。
- (2) 組み合わせ方や上手にできるコツをグループで話し合いながら運動することができる。

8 本時指導の考え方

本時の学習は、多様な動きをつくる運動を、組み合わせ方や上手にできるコツをグループで話し合いながら楽しく行うことができるようにすることが主なねらいである。

児童は、めあて1では、多様な動きをつくる運動の中で「平均台わたり」「ボール・フラフープを使った運動」「バランスくずし」「片足回転で移動」「人運び」を行ってきた。その際、グループでコツを教え合ったり、もっと楽しくなるように工夫したりしながら運動に取り組んでいた。その活動を通して、「コツをつかんで上手に運動することができた。」等、楽しく運動をすることができていた。中には「運動して体を動かすと体が柔らかくなったような気がする。」と運動することによる体の変化に気づく児童もいた。

前時の学習では、多様な動きをつくる運動を組み合わせで行った。多くの児童は、「少し難しい方ができた時にうれしいから楽しい。」と意欲的に取り組むことができていた。しかし、「やっても、どうせできないから。」と消極的になってしまう児童も見られた。また、運動に熱心になるあまり、児童同士が近づき過ぎたり、ボールやフラフープなどを置いたまま次の運動に移ったりして危険な場面も見られた。

そこで、本時は、消極的になっている児童に対して、運動のコツを教えたり、できたことを称賛したりして意欲的に運動に取り組むことができるように支援していくこと、周りの様子に気を配りながら運動に取り組むように指導することを重点的に行い、児童が安全に意欲をもって運動ができるようにしていきたい。

9 準備

ドッジボール ソフトドッジボール フラフープ 平均台 マット 大縄 縄跳び

掲示物 (学習の進め方、多様な動きをつくる運動の仕方、組み合わせ方の掲示)

10 展開

配時	学習活動	主な支援
0	<p>1 学習の準備をし、本時のめあてを確認する。</p> <p>(1)用具の準備をする。</p> <p>(2)準備運動をする。</p> <p>(3)本時のめあてを確認する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 安全に用具の準備ができるように正しく道具を運ぶように指導する。</li> <li>○ 運動を始める前に、自分達で安全な場作りができていないかを確認する作業を行わせ、安全に対する意識がもてるようにする。</li> </ul>
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">めあて2 多様な動きをつくる運動を組み合わせやってみよう。</div>	
10	<p>2 多様な動きをつくる運動を組み合わせやってみる。</p> <p>(1) 前時までの運動や新しく考えた運動を組み合わせで行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 大縄コーナー</li> <li>○ 平均台コーナー</li> <li>○ ボール・フラフープコーナー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 組み合わせ方がわからない児童、グループに対しては他のグループの組み合わせ方を参考にさせ、組み合わせた運動に取り組むことができるようにする。</li> <li>○ 自信をなくしている児童に対しては、できたことに対して称賛の言葉をかけたり、友達同士で補助をするように指導したりし、</li> </ul>

<p>30</p>	<p>ボール・フラフープ・短縄      &lt;組み合わせ方の例&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 平均台や大縄で             <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ボールをパスし合う。</li> <li>・ ボールでドリブルをする。</li> <li>・ 縄跳びをする。</li> <li>・ フラフープを腰で回転させる。</li> </ul> </li> <li>○ フラフープを腰で回転しながら             <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ボールをパスし合う。</li> </ul> </li> <li>○ フラフープを転がして             <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 跳び越える。</li> <li>・ 中をくぐる。(ドリブルをしながら)</li> </ul> </li> </ul> <p>3 学習のまとめをして後片づけをする。</p> <p>(1) 本時の学習をふり返り、学習のまとめをする。</p> <p>(2) 全員で協力して後かたづけをする。</p>	<p>進んで運動に取り組むことができるようにする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 使っていない道具は安全な場所に置くことや運動する時には周りの状況を確認して始めることを指導していくことで、安全に運動することができるようにする。</li> <li>○ 正しい行ない方(無理をして最高記録を目指すよりも平均値をあげていく運動)で運動することができるように、くり返し言葉かけをしていく。</li> <li>○ 運動を組み合わせることで楽しかったこと、できるようにするためのコツについて発表させていくことで、全児童にひろめることができるようにする。</li> </ul>
-----------	---	---

「体づくり運動」

4年 組

時間	めあて	学習のふり返り	ひとこと
1	めあて1 「多様な動きをつくる運動をやってみよう。」 準備・片づけの役割 ( )	準備やかたづけをしっかりとできた。(◎ ○ △ ×) 多様な動きを作る運動のやり方がわかった。(◎ ○ △ ×) 最後まで楽しく運動ができた。(◎ ○ △ ×)	----- ----- -----
2	めあて1 「多様な動きをつくる運動をやってみよう。」 やった運動 ( ) (記録 ) ( ) (記録 ) ( ) (記録 ) ( ) (記録 )	準備やかたづけをしっかりとできた。(◎ ○ △ ×) うまくできるこつがわかった。(◎ ○ △ ×) 工夫して運動ができた。(◎ ○ △ ×) グループで協力して活動ができた。(◎ ○ △ ×) 最後まで楽しく運動ができた。(◎ ○ △ ×)	----- ----- ----- -----
3	めあて1 「多様な動きをつくる運動をやってみよう。」 やった運動 ( ) (記録 ) ( ) (記録 ) ( ) (記録 ) ( ) (記録 )	準備やかたづけをしっかりとできた。(◎ ○ △ ×) 工夫して運動ができた。(◎ ○ △ ×) うまくできるこつがわかった。(◎ ○ △ ×) グループで協力して活動ができた。(◎ ○ △ ×) 最後まで楽しく運動ができた。(◎ ○ △ ×)	----- ----- ----- -----
4	めあて2 「多様な動きをつくる運動を組み合わせさせてやってみよう。」 組み合わせ方 ( . ) (記録 ) ( . ) (記録 ) ( . ) (記録 ) ( . ) (記録 )	準備やかたづけをしっかりとできた。(◎ ○ △ ×) 組み合わせを考えて運動できた。(◎ ○ △ ×) うまくできるこつがわかった。(◎ ○ △ ×) グループで協力して活動ができた。(◎ ○ △ ×) 最後まで楽しく運動ができた。(◎ ○ △ ×)	----- ----- ----- -----
5	めあて2 「多様な動きをつくる運動を組み合わせさせてやってみよう。」 組み合わせ方 ( . ) (記録 ) ( . ) (記録 ) ( . ) (記録 ) ( . ) (記録 )	準備やかたづけをしっかりとできた。(◎ ○ △ ×) 組み合わせを考えて運動できた。(◎ ○ △ ×) うまくできるこつがわかった。(◎ ○ △ ×) グループで協力して活動ができた。(◎ ○ △ ×) 最後まで楽しく運動ができた。(◎ ○ △ ×)	----- ----- ----- -----
6	めあて2 「多様な動きをつくる運動を組み合わせさせてやってみよう。」 組み合わせ方 ( . ) (記録 ) ( . ) (記録 ) ( . ) (記録 ) ( . ) (記録 )	準備やかたづけをしっかりとできた。(◎ ○ △ ×) 組み合わせを考えて運動できた。(◎ ○ △ ×) うまくできるこつがわかった。(◎ ○ △ ×) グループで協力して活動ができた。(◎ ○ △ ×) 最後まで楽しく運動ができた。(◎ ○ △ ×)	----- ----- ----- -----