

第4学年 体育科学習指導案

指導者

1. 単元名 「小型ハードル走」(全6時間)

2. 学習を進めるにあたって

めざす子どもの姿

- 小型ハードルを調子よく走り越えることができる子ども (技能)
- 安全に気をつけて、進んで運動に取り組み、友達との関わり合いの中で運動の楽しさや喜びを感じることができる子ども (態度)
- 動きのポイントを知り、自分の力に合った課題を選んだり、場や練習方法を選んだりすることができる子ども (思考・判断)

こんな教材で こんな学習過程で

- 一定間隔に並べられた小型ハードルを調子よく走り越し、友達と競い合ったり、目標の記録に挑戦したりして楽しむ運動である。
- 本単元では、ステージ型の学習過程をとる。調子よく走り越す学習経験を保障するために、めあて1では、段ボールやミニハードルなど走り越すものやインターバルの距離を選択させ、走り越すリズムの違いを感じさせる。めあて2では、自分に合ったコースで友達と競争したり、グループで話し合ったりしながら、自分の課題に取り組み、調子よく走り越すことができるようにしていく。
- 各時間のはじめには「ケンケンタイム」を設定する。ももを上げ跳んだり、リズムを持って走ったりする、ハードル運動につながる基礎・基本となる動きの感覚を身につける運動を行う。

こんな支援で

- ① 評価規準の活用
運動の特性や児童の実態を踏まえ、評価規準を設定し個に応じた支援を行う。
- ② 教師の声かけ・友達とのかかわらせ方
ハードルの越し方とインターバルの流れを図で示したものをもとに、どんな練習をするかアドバイスする。それぞれの場を回りながら、うまくハードルを走り越すことができている子どもを中心に助言をしていく。動きを擬音化するなどわかりやすい声かけをしていく。
- ③ 学習ノート工夫
めあて1では、リズムを感じて走り越す感覚などを自己評価し意識できるノートにする。めあて2では、自分が取り組む課題が記入できるようにする。また、めあて達成のヒントになるよう、ハードルの越し方のポイントがわかるようにする。
- ④ 場の作り方
それぞれが調子よく走り越すことができるように、ミニハードルなど走り越すものやインターバルの距離を選択させる。

こんな子どもだから

- 体育の学習が大好き・どちらかと言えば好きの子どもが30名。
- 小型ハードル走が大好き・どちらかと言えば好きの子どもが27名。
- 小型ハードルの学習で楽しいと感じるのは「調子よく走り越せたとき」「友達と一緒に練習できたとき」「何度も走ったり跳んだりできたとき」、嫌だなと感じるのは「調子よく走り越せないとき」「走り越すコツが分からないとき」「友達とうまく練習できないとき」。
- 3分の2程度の子どもがダンボールやミニハードルを走り越すことができたと感じている。また、走り高跳びの学習では、ほとんどの子どもが利き足を意識して跳ぶことができた。
- 物を跳び越す運動の経験が少なく、「一定のリズムで走り越せた」と感じている子は少ない。また、運動することで転んだり器具に体をぶついたりすることに恐怖を感じて運動に消極的な子どももいる。
- ほとんどの子どもたちは、学習ノートを使ってできるようになったことをふり返ることができる。
- 今できる動きで楽しむことや、動きのコツを見つけようとするできるようになってきている。

第4学年 体育科学習指導案（本時案）

指導者

1 本時 平成24年 月 日（ ）公開Ⅱ 本校運動場にて

2 本時の中心となる評価規準

- 速く走り越すために、自分に合った課題を考えて取り組むことができる。（思考・判断）
- 自分に合ったインターバルで調子よく小型ハードルを走り越すことができる。（技能）

3 本時学習を進めるにあたって

これまでの学習で子どもたちは、自分が調子よく走れるインターバルの距離を見つけ、そのコースで練習してきた。友達の動きやノートを参考に走り越し方について考えて練習したり、友達と競争したりして小型ハードル走を楽しんできた。しかし、自分が調子よく走れるインターバルの距離や歩数がはっきりとわかっていない子どももいる。

そこで本時学習では、自分に合ったインターバルのコースで調子よく走り越すとともに、より速く走り越す工夫を考えながら小型ハードル走に取り組みたい。そのために、それぞれノートに記入した自分の課題を確認させる。調子よく走り越せない子どもには、近くで走るリズムを声かけしながら走らせたり、必要に応じてコースを変えさせる等の助言をしたりする。より速く走り越す工夫がわからない子どもには、走り越し方のポイントを提示して考えさせる。まとめの時間には、工夫して練習した子どもや次の課題を見つけた子どもに発表させ、課題を持って取り組むことに意欲をもたせたい。

4 準備 小型ハードル ミニハードル ペットボトルのハードル ロープ 掲示物 学習ノート
お手玉 低く走り越す練習用の紙 ケンステップ ストップウォッチ

5 展開（5/6時）

分	子どもの主な学習活動	教師の支援活動
0	1. 学習の準備をし、本時のめあてを確認する。 ○ ケンケンタイムをする。 ・「スキップしっぽとり」 (足を上げて跳ぶことに慣れる。)	○ 足を上げて跳んでいる子どもを称賛する。
5	めあて 速く走り越す工夫を考えながら練習し、競争しよう。	
10	○ 場作りする。 2. 小型ハードル走をする。 ○ 自分に合ったコースで練習をする。そのコースが合わないと感じたときは、他のコースを試してみる。 ○ 走り越すポイントをもとに、友達とアドバイスしながら練習する。 ○ タイムを計ったり、競争したりしてより速く走り越そうとする。	○ それぞれ取り組む課題を持っているか確認する。 ○ 安全な場作りができているかを確認する。
40	3. 学習のまとめをし、後片付けをする。 ○ 上手くいったことや次の課題を紹介する。 ○ 安全に気をつけ後片付けをする。	○ 調子よく走り越せていない子どもには、近くで声かけを行ったり、コースを変える等の助言をしたりする。 ○ 友達の動きのよいところや課題を見つけアドバイスをしている子どもを称賛する。 ※ 自分にあつた課題を持ち、課題に合った練習の方法を選んでいる（観察） ※ 自分に合ったインターバルで調子よく走り越している。（観察）
45		○ 工夫して練習した子どもや、次の学習への課題を見つけた子どもを取り上げ、次時の意欲を持たせる。