

# 第9節 体 育

## 第1 本指導実践事例集の活用について

### 1 作成の基本的な考え方

本資料は、小学校学習指導要領、同解説体育編、埼玉県小学校教育課程編成要領、同指導資料及び同評価資料の趣旨及び内容を踏まえ、体育授業の構想と展開を図る際の参考資料となる内容とし、各学校における指導と評価の一体化の充実に資するよう作成した。授業にすぐ生かせる実践書となるよう、図や写真を入れ、見やすく分かりやすく表した。また、指導案形式で作成し、体育授業づくりの一助となるように心掛けた。

### 2 取り上げた内容

本資料では、改訂された小学校学習指導要領の趣旨が特徴的に表れている単元や内容について六つの事例を取り上げた。

#### (1) 事例1：発達の段階と運動の特性を踏まえた事例

①「多様な動きをつくる運動遊び」 第2学年	運動に対する二極化や体力低下の問題を受け、体の基本的な動きを総合的に身に付けることをねらいとし新設された、「体のバランスをとる運動遊び」「体を移動する運動遊び」を取り上げた。
②「走の運動遊び」 第2学年	陸上運動系では、これまで以上に「走ったり跳んだりする動き自体の面白さや心地よさ」を味わわせることが期待される。事例として「跳び越しリレー遊び」を取り上げた。
③「マット運動」 第3学年	「技としての達成」が求められる「器械運動」としての扱いが、改訂により小学校4年生から3年生に引き下げられた。確かな成果を保証する事例として「マット運動」を取り上げた。

#### (2) 事例2：言語活動の充実の事例

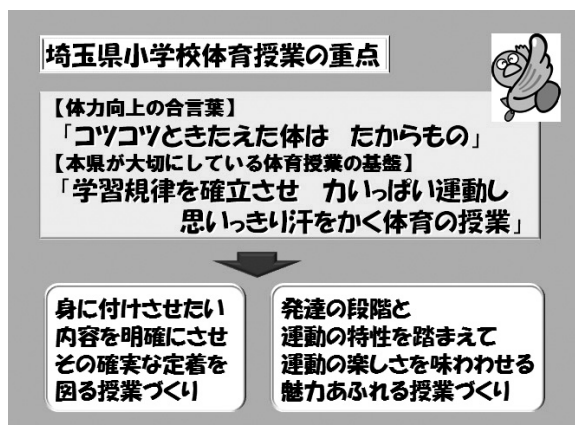
①「表現」 第5学年	中学校1・2年生でダンスが必修化される。積み重ねという点からも、今まで以上に小学校の指導が重要となる。言語活動を充実させながら作品を創り上げていく「表現運動」を取り上げた。
②「心の健康」 第5学年	保健領域では、習得した知識を活用する学習活動を積極的に行うことにより、思考力・判断力を育成していくことが求められている。自分の生活を振り返ったり、身近な日常生活との関係性を見付け話し合ったりしながら、思考を広げ理解を深める事例として「心の健康」を取り上げた。

#### (3) 事例3：小中学校連携の充実の事例

①「ネット型ゲーム」 小学校中学年 ～中学校第3学年	ボール運動系は、「ゴール型」「ベースボール型」「ネット型」の三つの型に整理され、「易しいゲーム」「簡易化されたゲーム」と児童にとって取り組みやすい形で示された。小中学校の連携の視点から、系統性を考え「プレルボール」「ソフトバレーボール」「バレーボール」を取り上げた。
----------------------------------	---

### 3 活用に当たっての配慮事項

- 各校で研究し、共通理解を・・・児童一人一人が主体的に学習できるよう、各学校の実態に即して、学習内容、学習過程、学習の場づくり、評価規準等について研究を深め、共通理解のもとで取り組むことが求められる。
- 学力の3要素を踏まえて・・・体育科では「技能」「態度」「思考・判断」をバランスよく育むことが重要である。運動の楽しさや喜びを味わわせ、自主的・自発的学習を促すとともに、課題解決的な学習に取り組めるよう指導の工夫が求められる。
- 体育科における「言語活動の充実」・・・運動時間を減らすのではなく質的向上により充実を図ることが大切である。本資料を活用しながら、集団的活動や身体表現などを通じてコミュニケーション能力を育成したり、練習方法や作戦などを話し合ったりする活動などを通じて論理的思考力を育てていくことが求められる。
- 体育科における「道徳教育の充実」・・・学習活動や学習態度への配慮、教師の態度や行動による感化とともに、体育科の目標と道徳教育との関連を明確に意識しながら適切な指導を行う必要がある。集団でのゲームや個人での運動を通して、粘り強くやり遂げる、きまりを守る、集団に参加し協力するといった態度を養ったり、健康・安全について理解する学習を通して、生活習慣の大切さを知り、自分の生活を見直したりできるようにすることが求められる。



## 第2 実践事例

### 事例1-① 第2学年（発達の段階と運動の特性を踏まえた事例）

#### 1 単元名 バランス遊び 移動遊び（多様な動きをつくる運動遊び）

#### 2 運動の特性（略）

#### 3 児童の実態（略）

#### 4 教師の指導観

(1) 運動の特性を踏まえた楽しさを味わわせるために

- ・腕支持の感覚、逆さ感覚、手足の協応動作といった基礎的感覚を身に付け、その感覚が他の活動につながる（活用できる）ようにする。
- ・体を動かす心地よさ、知らなかった動きができるようになる楽しさを十分味わわせ、日常生活への広がりを用意していく。
- ・「静と動」「個から集団へ」「時間や空間」というようにバリエーションを広げ、目一杯活動させることで運動の質を高めるようにする。

(2) 児童の実態及び発達の段階を踏まえて運動の楽しさを味わわせるために

- ・「ぼうけんツアー」で世界中の色々なゾーンを探検するというテーマで意欲を喚起し、各ゾーンに合った動きや動物歩きを取り入れていく。
- ・動きの正確さを大切にしつつ、リレー（競走）やジャンケン（偶然性）の面白さを生かし、児童の興味・関心の持続を図る。

(3) 2年間のまとまりを踏まえて

- ・1学年では動きを紹介し、楽しみながら身に付けることに重点を置く。2学年では動きを洗練させたり、広げたりして楽しむようにする。

#### 5 単元の目標

(1) 運動に進んで取り組み、まとまりを守り仲良く運動したり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。

（関・意・態）

(2) 多様な動きをつくる運動遊びの行い方が分かり、よい動きを見付けたり、動きを工夫したりすることができるようにする。

（思・判）

(3) 体のバランスをとったり、体を移動したりする運動ができるようにする。

（技能）


#### 6 単元の評価規準（略）

#### 7 単元の計画

(1) 運動の取り上げ方（略）

(2) 学習過程（6時間扱い） 本時5／6時



分	1	2	3	4	⑤	6
0	オリエンテーション	集合・挨拶・健康観察・準備運動				
10	<b>それいけ！せかい ぼうけんツアー</b>	<b>体のバランスをとる運動遊び</b>				<b>ぼうけんツアーをふりかえろう</b>
20	・集合、挨拶、準備運動の仕方を知る。	<動物の森ゾーン> バランスをとる動き	<南極ゾーン> 回転する動き	<ジャングルゾーン> ケンケン・片足立ち	<無人島ゾーン> 平均台わり	
30	・学習のねらいと進め方を知る。	<b>体を移動する運動遊び</b>				
40	・学習カードの使い方を知る。	クマ、ウサギ	アザラシ、ペンギン	クモ、ムカデ	カニ、ワニ	
		折り返しの動き・折り返しリレー				
		後片付け・学習のまとめ・次時の予告・挨拶				

(3) 評価計画（略）


(4) 学習と指導・評価

段階	学習のねらい・活動	指導・評価（指導○ 評価規準◆）
はじめ	1 学習のねらいと進め方を知り、単元の見通しをもつ。	○四つのゾーンに分かれた冒険地図を掲示し、それぞれの場所で色々な動きをして冒険を進めることを伝え、場の使い方や約束を丁寧に説明する。
45分	<b>それいけ！せかい ぼうけんツアー</b> 「せかいじゅうのいろいろなばしょでぼうけんをして、どうぶつたちにあいこいこう」 ・それぞれの場所に応じた【バランスをとる動き】や、色々な動物になりきった【体を移動する動き】を身に付ける。	
×	2 準備運動の方法を知る。	○元気よく声を出しながら、曲げ伸ばしなどをしっかりやるよう声をかける。
1	3 運動の仕方を知り、試してみる。	
	<b>【学習活動に即した評価規準】</b> ◆第1時 学習の見通しをもち、仲良く進んで運動に取り組もうとしている。……………【関】観察	

な か 45 分 × 4	<b>体のバランスをとる運動遊び</b> <b>ねらい① 様々な「体のバランスをとる動き」を身に付けることができる</b>			
	<b>&lt;第2時 動物の森ゾーン&gt;</b> <b>バランスをとる動き</b>  色々なポーズで、10秒間バランス。 <b>「10秒間、同じポーズで」</b>	<b>&lt;第3時 南極ゾーン&gt;</b> <b>回転する動き</b> 回り方や、回る方向、回数等を工夫して。  <b>「始めと終わりを同じポーズで」</b>	<b>&lt;第4時 ジャングルゾーン&gt;</b> <b>ケンケン・片足立ち</b> 色々な方向へケンケン、ジャンケングリコ。  <b>「片足で、できるだけ速くへ」</b>	<b>&lt;第5時 無人島ゾーン&gt;</b> <b>平均台わたり</b> 障害物を越えたり、色々な用具を手を持ったり。  <b>「途中で止まらないように」</b>
	<b>体を移動する運動遊び</b> <b>ねらい② 様々な「体を移動する動き」を身に付けることができる</b>			
	<b>&lt;第2時 動物の森ゾーン&gt;</b> <b>クマ・ウサギ</b>  大きなクマ、片足クマなど条件を変えて。ウサギとびは腰の位置を高く。 <b>「ノッソノッソ、手の指を大きく広げて」</b>	<b>&lt;第3時 南極ゾーン&gt;</b> <b>ペンギン・アザラシ</b>  アザラシはマット両端より歩き、出会ったらジャンケン、負けたら戻る。 <b>「顔を上げて胸の名前が見えるように」</b>	<b>&lt;第4時 ジャングルゾーン&gt;</b> <b>クモ・ムカデ</b>  4チームのムカデを作りマット2枚分のムカデ競走をする。 <b>「途中で倒れないように歩けるかな」</b>	<b>&lt;第5時 無人島ゾーン&gt;</b> <b>カニ・ワニ</b>  カニ、ワニチームに分けて、折り返しのリレー。動物を交換し、2ゲーム行う。 <b>「しっぽの長いワニになってみよう」</b>
<b>【学習活動に即した評価規準】</b> ◆第2時 運動の順番やきまりを守り、友達に声をかけながら運動に取り組もうとしている。      【関】 観察 ◆第3時 手足を使ってバランスを保つことができる。      【技】 観察 ◆第4時 手足を交互に動かしたり、タイミングよく動かしたりして動物歩きができる。      【技】 観察 ◆第5時 友達のよい動きをまねたり、新しい動きを見付けたりしている。      【思】 観察、カード				
ま と め 45 分 × 1	<b>ぼうけんツアーをふりかえろう</b> <b>ねらい③ もう一度やってみたい動きに挑戦し、さらに動きを工夫することができる</b> 1 もう一度やってみたい動きを選び、挑戦する。 2 よい動きを発表し合い、みんなでまねて動きのバリエーションを増やす。 <b>【学習活動に即した評価規準】</b> ◆第6時 バランスをとったり、様々な動物歩きで体を移動したりすることができる。      【技】 観察			

### 8 本時の学習と指導 (5 / 6時)

- (1) ねらい  
 ・友達のよい動きをまねたり、新しい動きを見付けたりすることができる。 (思考・判断)
- (2) 準備 (略)
- (3) 展開

段階	学習内容・活動	指導上の留意点 (指導○ 評価規準◆)
導 入 8 分	1 集合・整列・挨拶をする。 2 準備運動・感覚づくりの運動 (すくすくプログラムを生かした運動) をする。 3 本時の学習内容を確認する。	○素早く集合し、元氣よく挨拶できるようにする。 ○安全に効率よく行えるようにする。 ○みんなで読み上げ、活動のイメージをもたせるようにする。
	4 体のバランスをとる運動遊びをする。 <b>ねらい① むじんどうのほそみちを、いろいろなうごきでわたってみよう</b> (1)平均台をいろいろな方法でわたる。	前時まで体育館の出口に平均台を置き、教室に帰る際、必ず渡らせるようにして、慣れさせる。 ○一度、普通にわたらせて恐怖感を和らげた後、「違う動きで渡れるかな」と投げかけ、工夫した動きを引きだす。 

展  
開  
32  
分



ペットボトルまたぎ



輪くぐり

(2)平均台をいろいろな用具を持ってわたる。



両手にボール



棒をつきながら



帰り道はさらに細いバランススティックの上を歩く



5 体を移動する運動遊びをする。

ねらい② カニやワニになりきって、たのしくからだをうごかさう

「ゆっくり大きく歩いてみよう」「素早く歩いてみよう」  
・カニ対ワニの折り返しリレーを行う。

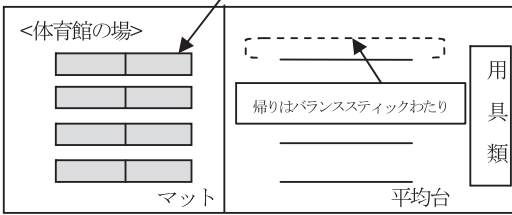


カニ歩き

マットの片側からスタート。反対側でタッチしたら次の人が折り返し、早く終わった方が勝ち。



ワニ歩き



○平均台の上に意図的に障害物を設置して、(色水の入ったペットボトル、フラフープくぐり)よりバランスが必要な場へと変化させていく。

○様々な用具を用意し、(ボール、棒など)「持ち方を工夫する」ことを知らせ、新しい動きを引き出す。

○平均台のおわりに、「跳び箱の離れ小島」や「エバーマットの海」を設置して興味をもたせる。

○児童が見付けた動きで、バランスを高められそうなものについては、全体で共有し、試してみる。

◆よい動きをまねたり、新しい動きを見付けたりしている。

【思】



<後ろ歩き>



ゴール地点の工夫



ゴール地点の工夫

エバーマットの海へジャンプ!

<すれ違い>

○速さや人数の変化によって活動を広げ、繰り返し取り組ませる  
○素早さだけでなく、動きの大きさや巧みさを評価していく。

◆よい動きをまねたり、新しい動きを見付けたりしている。

【思】



膝がよくのびているね



足のすべりが上手だね

努力を要する児童への手立て

△恐怖感を感じている児童には補助をする。  
△動きを工夫できないとき、一緒にまねる動きを見付ける。



十分満足できると判断できる児童への発展的な内容

△平均台ではすれ違い動きや用具の扱いの工夫に目を向けさせる。  
△動物歩きでは2人で合わせた動き(シンクロ)などに挑戦させる。

整  
理  
5  
分

6 本時のまとめをする。

(1)学習カードに記入する。

(2)今日できたことや工夫した動きを発表する。

(3)後片付け、整理運動

7 おわりの挨拶

マットの運び方も指導する



○自分の工夫した動きを学習カードに書き留めておくよう伝える。

○発表に対しては拍手で認め合う。

○協力して安全に行っている児童を称賛する。

○けが等の確認をし、気持ちのよい挨拶で授業を終える。

9 実践例で活用した資料等

(1) 学習カード



“ぼうけん”への意欲をもたせるために、各ゾーンをイラストで紹介。

動きを紹介して、やってみようという意欲につなげる。

動物をシルエットで紹介。

(2) 評価補助カード



「友達と楽しく体を動かすことができた」  
「動きをよくしようとがんばった」  
「いろいろな動きができるようになった」  
の3項目で自己評価を行う。

言語能力を高めるため、記述欄を設け、コメントを返すようにする。

特に「工夫した動き」についての記述があれば、単元の最後に取り上げて動きを広めていく。

**事例1-② 第2学年（発達段階と運動の特性を踏まえた事例）**

- 1 単元名 リレー遊び（走の運動遊び） ※跳の運動遊び（略）  
 2 運動の特性 （略）  
 3 児童の実態 （略）  
 4 教師の指導観



- (1) 運動の特性を踏まえた楽しさを味わわせるために  
 ・いろいろなコースを全力で走ってリレー遊びをすることで、友達と競走して楽しむことができるようにする。  
 ・楽しいコースを選んだり、楽しくなるような走り方を知ったり、友達のよい動きを見付けたりすることで、動きを広げることができるようにする。
- (2) 児童の実態及び発達段階を踏まえて運動の楽しさを味わわせるために  
 ・いろいろなコースや低い障害物を用いたリレー遊びをすることで、伸び伸びと体を動かす楽しさや心地よさを味わうことができるようにする。  
 ・対戦相手のコースでリレー遊びをしたり、低い障害物の組み合わせを工夫したりすることで誰でも勝つことができるようにする。
- (3) 2年間のまとまりを踏まえて  
 ・1年生では、教師の考えたいろいろなコース（平坦なコース）や走り方でリレー遊びを経験させ、友達と競走する楽しさや調子よく走る心地よさを味わうことができるようにする。2年生では、楽しいコース（低い障害物を走り越えるコース）を選んだり、楽しくなるような走り方を工夫したりできるリレー遊びを経験させ、動き方を知り、友達のよい動きを見付けることができるようにする。  
 ・1年生では、相手に手の平を向けてタッチする迎えタッチのバトンパスを行うようにする。2年生では、相手に手の平を向けてバトンを受け渡す振り向きバトンパスを行うようにする。

**5 単元の目標**

- (1) 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、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。 (関・意・態)  
 (2) 走る簡単な遊び方を工夫できるようにする。 (思・判)  
 (3) いろいろな方向に走ったり、低い障害物を走り越えたりすることができるようにする。 (技能)

**6 単元の評価規準** (略)

**7 単元の計画**

- (1) 運動の取り上げ方 (略)  
 (2) 学習過程（9時間扱い） 本時は○印 6／9時

時 分	1	2	3	4	5	⑥	7	8	9
	集合・整列・挨拶・準備運動・慣れの運動「ステップ遊び」「ネコとネズミ」・めあての確認								
10	・オリエンテーション	跳の運動遊び（略）							・学習のまとめ リレー大会
20	学習のねらい 進め方の確認	走の運動遊び【リレー遊び】							
30	グルーピング ルールの確認	折り返し リレー遊び		跳び越し リレー遊び					
40		学習のまとめ・次時の予告・片付け・整理運動・挨拶							

- (3) 評価計画 (略)  
 (4) 学習と指導・評価 ※跳の運動遊び (略)

段階	学習のねらい・活動	指導・評価（指導○ 評価規準◆）
はじめ	1 学習のねらいや流れを知る。	○慣れの運動を行わせ主運動につながる感覚づくりができるようにする。 〈ステップ遊び〉 声に合わせて ステップする。 「ケンパーケンケン」 
45分	2 慣れの運動の仕方を知る。	
×	3 グループづくりをする。	
×	4 リレー遊びをする。	
1	◆第1時 運動遊びに進んで取り組もうとしている。 【関】観察	

<p>な か 45 分</p>	<p>1 慣れの運動をする。 2 リレー遊びをする。</p> <p>ねらい①</p> <p>〈ルールの例〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・1チーム4人</li> <li>・コーンを回って折り返す。</li> <li>・コーンを回り、振り向いた味方にバトンを渡してバトンパスする。</li> </ul> <p>〈コースのつくり方〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・コースの長さ10m</li> <li>・スタートと折り返しの場、ゴール(バトンパス)の場の3カ所にコーンを置く。</li> </ul>	<p>○慣れの運動を行わせ主運動につながる感覚づくりができるようにする。</p> <p>折り返しリレー遊びを楽しもう。</p> <p>○演示によりバトン渡しのポイントを具体的に理解できるようにする。</p> <p>相手に手の平を向けよう。</p> <p>後ろを振り向いて味方を待とう。</p> <p>〈振り向きバトンパス〉</p> <p>スタートの場      バトンパスの場(ゴール)      折り返しの場</p> <p>ねらい②</p> <p>跳び越しリレー遊びを楽しもう。</p> <p>(1) チームで選んだコース (2) 対戦チームのコース (3) 他のコース(2回戦目)</p> <p>※ルールに往路だけ跳び越しを追加。</p> <p>〈コースの作り方〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・折り返しリレーのコースを使う。</li> <li>・同じ用具を4つ並べる。</li> <li>※違う組合せもあり。(第7時～)</li> <li>(箱、ミニハードル、段ボール)</li> <li>・用具と用具の間の幅は自由。</li> </ul> <p>段ボールコース ミニハードルコース ※違う組み合わせコースもあり。(第7時～) 段ボール→ハードル→ハードル→ハードル</p> <p>いろいろなコースを選び、リレー遊びを楽しもう。</p> <p>次は、負けてしまったチームからコースを選ぼう。 一つだけ障害物の置き方を変えてみよう。</p> <p>ススイと走ることができるコースを見付けよう。</p> <p>〇〇さんがコーンを早く回っていたよ。上手に回れる秘密を見付けてみよう。</p> <p>〈相談タイム〉</p> <p>【学習活動に即した評価規準】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆第3時 相手に手の平を向けてバトンを渡したり受けたりすることができる。 【技】 観察</li> <li>◆第4時 友達と仲よく競走をしたり、勝敗の結果を受け入れたりしようとしている。 【関】 観察</li> <li>◆第6時 運動遊びの行い方を知り、楽しく遊ぶことができる場や遊び方を選んでいる。 【思】 観察、カード</li> <li>◆第7時 いろいろな間隔に並べられた低い障害物を走り越えることができる。 【技】 観察</li> <li>◆第8時 用具の準備や片付けを、友達と一緒にしようとしている。 【関】 観察</li> </ul>
<p>ま と め 45 分 × 1</p>	<p>1 慣れの運動をする。 2 リレー遊びをする。</p> <p>(1) リレー大会をする。 (ジャンプ広場)</p> <p>(2) 学習カードを書く。</p> <p>【学習活動に即した評価規準】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆第9時 走る動き方を知り、友達のよい動きを見付けている。 【思】 観察、カード</li> </ul>	<p>○慣れの運動を行わせ主運動につながる感覚づくりができるようにする。</p> <p>○もっとやってみたいコースや走り方に挑戦させ、学習のまとめをする。</p> <p>○学習の感想を書かせ単元を振り返ることができるようにする。</p>

8 本時の学習と指導 (6 / 9時)

(1) ねらい

・運動遊びの行い方を知り、楽しく遊ぶことができる場や遊び方を選ぶことができる。

(思・判)

(2) 準備 (略)

(3) 展開

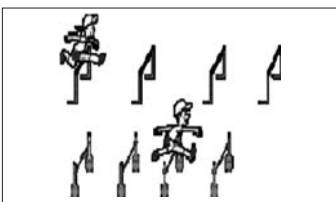
段階	学習内容・活動	指導上の留意点 (○指導◆評価)
導入 7分	1 集合・整列・挨拶をする。 2 準備運動をする。 3 慣れの運動をする。 ①ステップ遊び ②ネコとネズミ	○素早く集合・整列し、服装を整え、元気な挨拶で学習を始める。 ○児童の顔色や体の動きから、健康状態を把握する。 ○本時で使う部位を中心に、しっかりとほぐすようにする。 ○慣れの運動を行い、主運動につながる感覚づくりができるようにする。 (ステップ遊び) 声に合わせてステップ 「ケンパー ケンケン」 (ネコとネズミ) 「ネ、ネ、ネ、ネコ。ネズミがネコをつかまえよう」
展開 33分	4 跳の運動遊び (略) 5 リレー遊びをする。 ねらい② <b>跳び越しリレー遊びを楽しもう。</b> (1) チームで選んだコース (2) 対戦チームのコース (3) 他のコース (2回戦目) (ルールの例) ・1チーム4人 ・行きだけ跳び越す。 ・コーンを回って折り返す。 ・コーンを回り、振り向いた味方にバトンを渡してパス。 (コースの作り方) ・コースの長さは10m ・折り返しリレーのコースを使う。 ・同じ用具を4つ並べる。(箱、ミニハードル、段ボール) ・用具と用具の間の幅は自由。	○友達と競走する楽しさを味わえるようにコースを選択できるようにする。 ○よい動きの児童を積極的に称賛し、全体にその動きを広める。 ○どのチームも勝つことができるように、負けたチームからコースを選べるようにする。(コース例) 段ボールハードルコース ミニハードルコース 段ボール箱コース 段ボールハードルコース 段ボール箱コース ミニハードルコース 次は、負けてしまったチームからコースを選べます。 段ボールの置き方を友達と相談して一緒に動かそう。
※リレー遊びは20分	いろいろなコースを選び、リレー遊びを楽しもう。 スイスイ走れ、楽しく遊ぶことができるコースを見つけよう。 スピードを落とさず、楽しそうに跳んでいる友達を見つけよう。	<b>◆運動遊びの行い方を知り、楽しく遊ぶ場や遊び方を選んでいる。【思】</b> 努力を要する児童への手立て △低い障害物を走り越えることに恐怖心を感じている児童には、手をつなぎ一緒に走って補助をする。 △調子よく全力で走れていない児童には、低い障害物を等間隔に置いてあげ、心地よさを味わわせる。 十分満足できると判断できる児童への発展的な内容 △チームの仲間に、楽しく遊ぶことができるコースをアドバイスするよう助言する。
整理 5分	6 本時のまとめをする。 ・学習カードに記入する。 7 次時の学習内容を聞く。 8 用具の片付けをする。 9 整理運動をする。 10 挨拶をする。	○本時の学習内容について振り返りを行う。 ○友達の良い動きを発表させたり、意欲的な児童を称賛したりし、達成感や充実感をもたせる。 ○本時の学習との関連をおさえ、次時の意欲付けを行う。 ○友達と一緒に、素早く行わせる。 ○ゆっくりとした動作で行い、心身の緊張をほぐす。 ○けが等の確認をし、元気な挨拶で学習を終えるようにする。

9 実践例で活用した資料等

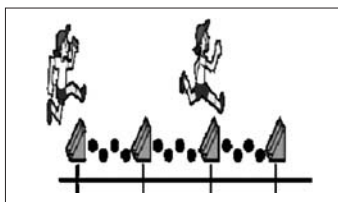
・6年間の系統性を踏まえて

【中学年】小型ハードル走例 (自分に合ったリズムで走り越す)  
 (いろいろなリズムでの小型ハードル走) (40~50m程度の段ボールハードル走)

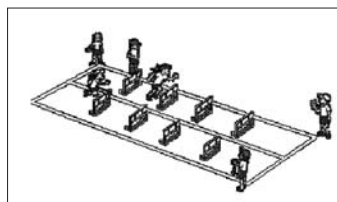
【高学年】ハードル走例  
 (40~60m程度のハードル走)



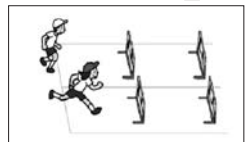
○いろいろなインターバル  
 ○いろいろな高さ



○一定の間隔・一定のリズム



○インターバル  
 (3~5歩のリズム)



○第1ハードル  
 →決めた足で踏み切って走り越す。



○上体→前傾姿勢

**事例 1-③ 第3学年（発達の段階と運動の特性を踏まえた事例）**

- 1 単元名 前転、後転とその発展技（マット運動）
- 2 運動の特性 （略）
- 3 児童の実態 （略）
- 4 教師の指導観



- (1) 運動の特性を踏まえた楽しさを味わわせるために
  - ・「できる喜び」を味わうことができるように、基礎的な感覚づくりを継続して行ったり、基本的な技の確実な習得を図ったりする。
  - ・自分の力に合っためあてを選択したり、学習の場を選択したりすることができるように、技の繰り返しや組み合わせ、できる技の発展がどの児童にもわかるようにする。
- (2) 児童の実態及び発達の段階を踏まえて運動の楽しさを味わわせるために
  - ・技に関連した易しい運動を取り入れたり、挑戦的な課題を取り入れたりすることで、意欲を持続させながら継続的に課題に取り組めるようにする。
  - ・スモールステップを活用し、段階的に技に取り組むことで、「できる喜び」を多く味わえるようにする。
  - ・ペアで運動したり、グループ内で技のできばえを見合ったりするなど、友達と関わり合う場を設定することで、より望ましい態度を育てられるようにする。
- (3) 2年間のまとまりを踏まえて
  - ・器械運動の初期段階として、前転、後転といった基本的な技に十分取り組めるようにするとともに、発展的な場を設定して、課題の選択や場の選択といった学び方の定着も図れるようにする。
  - ・倒立系の運動については、慣れの運動で継続的に行い、4年生で重点的に扱うこととする。



**5 単元の目標**

- (1) 友達と励まし合い、安全に器械・器具を使用しながら、進んで運動できるようにする。 (関・意・態)
- (2) 運動の行い方を知り、自分の力に合っためあてを選んだり、運動の場を選んだりすることができるようにする。 (思・判)
- (3) 前転や後転が滑らかにできるようにする。 (技能)

**6 単元の評価規準 (略)**

**7 単元の計画**

- (1) 運動の取り上げ方 (略)
- (2) 学習過程（7時間扱い） 本時は○印 6 / 7時

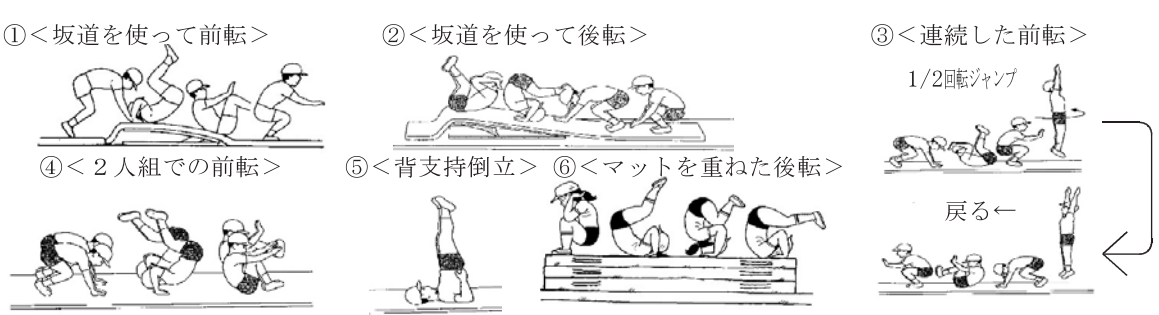
時 分	1	2	3	4	5	⑥	7
10	○オリエンテーション ・学習の進め方、約束	慣れの運動 (ゆりかご、ブリッジ、かえる倒立、アザラシ、前転ダッシュ)					
20	・用具の準備、片付け方 ・学習カードの使い方	ねらい①：いろいろな前転や後転ができるようにする。					
30		ねらい②：前転（開脚前転）や後転（開脚後転）が滑らかにできるようにする。					
40		まとめ					

- (3) 評価計画 (略)
- (4) 学習と指導・評価

段階	学習のねらい・活動	指導・評価（指導○ 評価規準◆）
はじめ 45分×1 (略)		
1	慣れの運動をする。 (1)ゆりかご (2)ブリッジ (3)かえる倒立 (4)アザラシ (5)前転ダッシュ ねらい① 目指せ回転名人！いろいろな前転や後転に挑戦しよう。	○一つ一つの運動を丁寧に行い、基礎的な感覚の定着を図る。 ○運動の約束事を徹底し、繰り返し行えるようにする。
2	いろいろな前転や後転をする。	○いろいろな前転や後転、またそれらにつながる動きを提示し、楽しみながら繰り返し取り組めるようにする。



な  
か  
45

①<坂道を使って前転> ②<坂道を使って後転> ③<連続した前転>  


④<2人組での前転> ⑤<背支持倒立> ⑥<マットを重ねた後転>

※単元前半は教師が提示したものに全体で取り組み、単元後半は、グループでのローテーションを取り入れるなどして、いろいろな前転、後転に繰り返し取り組めるようにする。(数字は次項の「展開-学習活動-4」の場に対応している)



分  
×

ねらい② スムーズな前転（開脚前転）や後転（開脚後転）に挑戦しよう。

3 前転（開脚前転）、後転（開脚後転）の動きのポイントを知る。 ○教師による示範や児童による演示を用いて、動きのポイントを具体的に理解できるようにする。

4 自分に合った課題を選択する。 ○課題を複数提示し、児童が選択できるようにする。

5  
+  
25  
分

<p>&lt;前転&gt;</p>  <p>マットの上に 細いマットを 重ねる</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・まっすぐコース（まっすぐな前転）</li> <li>・おき上がりコース（前転後の起き上がり）</li> <li>・れんぞくコース（連続前転）</li> <li>・大きな前転コース（腰と膝を伸ばした前転）</li> <li>・スペシャルコース①（前転と後転の組み合わせで連続）</li> </ul>	<p>&lt;後転&gt;</p>  <p>マットの下に ロイター板を置き 坂道をつくる</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・まっすぐコース（まっすぐな後転）</li> <li>・くるりんコース（後ろへ転がる感覚づくり）</li> <li>・ぺったんコース（両手の着き方）</li> <li>・れんぞくコース（連続後転）</li> <li>・スペシャルコース②（開脚前転、開脚後転）</li> </ul>
---	--

※れんぞく、ぺったん、大きな前転コースはマットを2枚連結した場とする。

5 課題別の場で前転（開脚前転）、後転（開脚後転）に挑戦する。（課題別グループ） ○課題を意識して活動に取り組めるように、気を付けるところを声に出すようにする。

6 発表会をする。（生活グループ） ○生活グループに分かれ、本時のできばえをグループ内で見合う。

【学習活動に即した評価規準】

◆第2時 いろいろな前転の行い方を考えている。	【思】観察、学習カード
◆第3時 いろいろな前転ができる。	【技】観察
◆第4時 友達と見合ったり励まし合ったりしようとしている。	【関】観察
◆第5時 自分の力に合っためあてを選んだり、運動の場を選んでいる。	【思】観察、学習カード
◆第6時 前転（開脚前転）と後転（開脚後転）が滑らかにできる。	【技】観察
◆第7時 前転（開脚前転）と後転（開脚後転）が滑らかにできる。	【技】観察

まとめ 20分×1（略）

8 本時の学習と指導（6/7時）

- (1) ねらい  
 ・前転（開脚前転）と後転（開脚後転）が滑らかにできる。 (技能)
- (2) 準備 (略)
- (3) 展開

段階	学習内容・活動	指導上の留意点（○指導◆評価）
1	集合・整列あいさつをする。	○身なりを整え、気持ちよく学習を始められるようにする。
2	準備運動をする。	○本時で使う部位を中心に、しっかりとほぐすようにする。
3	慣れの運動をする。	○一つ一つの運動のポイントを意識して行い、主運動につながる感覚づくりが図れるようにする。
	(1)ゆりかご(徐々に発展させていく) ※9-(1) 鯉	

体  
育

導 入 10分 (2)ブリッジ (3)かえる倒立 (4)アザラシ (5)前転ダッシュ

※前転したらすぐに立ち上がり、マットの先のコーンまでダッシュする。  
勢いのある前転や前転後の起き上がりの感覚を身に付けられるようにする。 ○○前転→ダッシュ △

ねらい① 目指せ回転名人！いろいろな前転や後転に挑戦しよう。

4 いろいろな前転、後転の場に挑戦する。

①坂道前転 ②坂道後転 ③前転連続  
④2人組前転 ⑤背支持倒立 ⑥マット重ね後転

ねらい② スムーズな前転（開脚前転）や後転（開脚後転）に挑戦しよう。

5 自分が取り組む技と場を選択する。

6 選択した場で練習する。

大きな前転コース(前転) スペシャル①(組合せ)  
おき上がりコース(前転) ペットコース(後転)  
まっすぐコース(前・後転) れんぞくコース(前・後転)  
スペシャル②(開脚前転) スペシャル②(開脚後転)

7 生活グループでできばえを見合う。

<見合い方の約束>

- ・やる人は見て欲しいところを言ってから行う。
- ・見る人は見て欲しいところについて、必ず具体的なコメントをする。

<見合い方の例>

C1:「これから後転をします。見てほしいところは両手の平がマットに着いているかどうかです。よろしくお願いします。」

C2:「左手がまだ着けていないようなので、もう少し練習が必要だと思います。」

C3:「前回と比べて手が着くようになったと思います。」

<場の例>

● ● (見る)  
○ マット ← ○○(待つ)

◆前転(開脚前転)と後転(開脚後転)が滑らかにできる。【技】

— 努力を要する児童への手立て —

△前転が滑らかにできない。

- ・胸を見て体を丸めてみよう。
- ・回転のはやさを生かして立ってみよう。

△後転が滑らかにできない。

- ・坂道を転がったり、お尻を遠くに着いたりしてみよう。(回転不足の場合)
- ・肘を開かないようにしましょう。(回転不足の場合)
- ・両手でマットを押そう。(着手に課題がある場合)

△坂道の場 △補助の例


腰を持ち上げるようにする

— 十分満足できると判断できる児童への発展的な内容 —

△できる技の連続や組み合わせ、発展技ができるようにする。

○見合い方の約束事を確認し、各グループで徹底するようにする。


整理 5分 (略)



## 9 実践例で活用した資料等

### (1) ゆりかごの発展例

<ゆりかご> <大きなゆりかご～起き上がり> <大きなゆりかご～背支持倒立> <ゆりかご～後転>



※あごを引き、背中を丸めることで、回転感覚が身に付くようにする。はじめは膝を手で抱えて行い、徐々に手を放して大きくしたり、後転につなげたりする。

**事例2-① 第5学年（言語活動の充実の事例）**



- 1 単元名 テーマで即興（表現）
- 2 運動の特性（略）
- 3 児童の実態（略）
- 4 教師の指導観

- (1) 運動の特性を踏まえた楽しさを味わわせるために
  - ・音楽からイメージしたテーマ（表したい感じ）を即興的に表現しながら、個々の動きのよさをグループで共有し楽しむようにする。
  - ・グループで創り上げた自分たちの持ち味を生かした動きを、交流会を通してクラス全体で楽しめるようにする。
- (2) 児童の実態及び発達の段階を踏まえて運動の楽しさを味わわせるために
  - ・教師の演示やリーダーを交代しながら行う動きづくりによって、児童が自分の思いを素直に表現できるようにする。
  - ・「4つのくずし」を意識した動きのおもしろさに気付かせ、即興表現が豊かに行われるようにする。
  - ・踊りが苦手な児童には、教師と一緒に踊ったり、今できる動きのよさを認めたりしながら、徐々にダイナミックな表現ができるようにしていく。
- (3) 2年間のまとまりを踏まえて
  - ・ダンスが必修化される中学校の前段階として、即興的に踊れる体づくりを重視した実践を行っていく。
  - ・低・中学年で培ってきた即興的に踊る力を生かしつつ、児童の実態に応じて『はじめ～なか～おわり』を付けた簡単なひとまとまりの動きで踊れるようにしていく。

**5 単元の目標**

- (1) 仲間と気持ちを合わせて踊ったり、互いのよさを認め合い協力して動きを交流させたりすることができるようにする。 (関・意・態)
- (2) 即興的な動きを共有したり、それらを組み合わせたりしながら、自分たちの持ち味を生かした動きを工夫することができるようにする。 (思・判)
- (3) 表したい感じを即興的に表現したり、動きを仲間と共有したりしながら、踊ることができるようにする。 (技能)

**6 単元の評価規準（略）**




**7 単元の計画**

- (1) 運動の取り上げ方（略）
- (2) 学習過程（6時間扱い）本時は○印 4 / 6時

分	1	2	3	④	5	6
	集合・整列・挨拶・健康観察・準備運動・慣れの運動					
10	『テーマで即興』① ～激しく動くもの～		『テーマで即興』② ～お祭り～		『テーマで即興』③ ～追う者と追われる者～	
20	使用曲「 <b>MISIRLOU</b> 」		使用曲「 <b>Festivo</b> 」		使用曲「 <b>RHYTHM AND POLICE</b> 」	
30	○2分程度の曲からイメージしたテーマを、グループごとに自由に表現する。1曲を2時間で取り組む。					
40	○第1・3・5時は、テーマに合った表現を、グループごとに考える（踊りながら創る）。 ・「4つのくずし」（空間のくずし・身体のくずし・リズムのくずし・人間関係のくずし）を意識して踊る ・簡単な動きの繰り返しで踊る ・はじめとおわりのポーズを決める					
	○第2・4・6時は、「交流会」をする（創り上げた表現をペアグループで一緒にやってみる）。 ・自分たちの表現の確認 ・ペアグループで互いの表現と一緒に踊る ・踊りのよさを伝え合う					
	学習のまとめ・次時の予告・整理運動・挨拶					

- (3) 評価計画（略）
- (4) 学習と指導・評価

段階	学習のねらい・活動	言語活動に関する指導上の留意点
はじめ5分	1 即興表現について考える。	○音楽の雰囲気から感じたことを表現する大切さについて話す。
	2 学習の進め方を知り、単元の見通しをもつ。	○テーマに合わせて、仲間や教師とともに踊っていくことを伝え、安心感をもたせる。 ○表したい感じを言葉や動きで積極的に交流させ、自分たちの持ち味を生かした動きを創り上げていく学習になることを知らせる。

な か 45 分 × 4 + 40 分 × 2	<p>1 音楽を聴き、簡単なテーマを決める。</p>  <p>音楽からイメージしたことをどんどん発表してみよう！</p> <p>2 決まったテーマで試しの表現をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・教師の演示に合わせて行ったり、はじめからグループで行ったりと、実態に応じて取り組む。</li> <li>・試しの表現の中で「4つのくずし」についての理解を深める。</li> </ul>	<p>○音楽を聴いて想像した様子についての発言を元に簡単なテーマが設定できるようにする。</p>  <p>手拍子やジャンプをしながら踊れそうです！</p> <p>○各自が踊り始める場所や動いてよい範囲、テーマに応じた動きの例などを丁寧に説明し、安心して踊り始められるようにする。</p> <p><b>空間のくずし（方向や場の使い方を変えながら踊る）</b> 『体の向きを変えたり、誰もいない場所に移動したりしながら踊ってみよう！』</p> <p><b>身体のくずし（身体の状態を変えながら踊る）</b>『もっと体をねじったり、回ったり、跳んだりしながら踊ってみよう！』</p> <p><b>リズムのくずし（リズムや速さを変えながら踊る）</b>『動きをスローモーションにしてみたり、急に止まったりすることでリズムを変えて踊ってみよう！』</p> <p><b>人間関係のくずし（他者との関わり方をいろいろ変えながら踊る）</b>『1人で踊るだけでなく、2人で向き合ったり、グループで輪になったりしながら踊ってみよう！』</p> <p>○「4つのくずし」を参考にしながら、自分たちの持ち味を生かした動きをダイナミックなものに創り上げていけるようにする。</p> <p>もっと工夫できるところがないか相談しながら、踊ってみよう！</p> <p>4つのくずしを意識するともっとおもしろい動きになるよ！</p> <p>テーマから離れないように踊ろう！表したい感じはどんなものかな？</p>
	<p>【第1・3・5時】</p> <p>3 クラスで決めたテーマに合った表現を、グループごとに踊りながら考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループは3～4名で編成する。</li> <li>・リーダーの動きを真似することで動きを共有する（リーダーは30秒程度で交代し、全員が行えるようにする）。</li> </ul>	<p>○前時に行った動きを確認し、「4つのくずし」を意識してよりおもしろい動きにできるか考えられるようにする。</p> <p>○交流会後には、踊ってみた感じをもとに、ペアグループのこだわりや「4つのくずし」に着目した感想を伝え合えるようにする。</p>  <p>ペアグループ全員で丸くなって座って、相手のグループに踊ってみた感想を伝えましょう。</p>
ま と め 5 分	<p>1 即興表現の楽しさについて振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・踊ること自体の楽しさ</li> <li>・友達と踊る楽しさ</li> <li>・ダンスの魅力について</li> </ul>	<p>○表現運動についての自分の印象や気持ちの変化について考えさせ、学習カードに記入し、積極的に発表できるようにする。</p>

## 8 本時の学習と指導（4／6時）



### (1) ねらい








・ペアグループとの交流会を通して、グループ相互の即興表現のよさを見付けることができる。 (思考・判断)

### (2) 準備

・掲示黒板 ・掲示資料 ・学習カード ・CD プレーヤー ・音楽 CD ・筆記用具

### (3) 展開

段階	学習内容・活動	言語活動の充実の工夫
導 入 10 分	1 集合・整列し、挨拶をする。	<p>○教師も含めたクラスの一体感が感じられる元気な挨拶を行う。</p> <p>○2回目の交流会を行うことを伝え、ペアグループの踊りのよさを見つけ、伝えられるようにしようという意識を高める。</p>  <p>今日も、ペアグループの踊りのよさを見付けて、しっかりと伝えられるようにしましょう！</p> <p>自分たちがやっていない動きがありそうで、楽しみだな！</p> 
	2 健康観察をし、1時間の流れを確認する。	
	3 準備運動（ストレッチ運動）をする。	
	4 体ほぐしの趣旨を生かした簡単なダンス（慣れの運動）を行う。	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・円形コミュニケーション</li> <li>・2人組即興ダンス</li> </ul>	

展開 27分	5 テーマの確認をする。	テーマで即興 ～お祭り～					
	6 自分たちの動きを確認する。 ・前時行ったことを元に、イメージしたことを即興的に表現する。(音楽は繰り返し流れるようにしておく) ・リーダーの動きを真似したり、対応する動きを考えたり、隊形を工夫して楽しんだりする。(リーダーは交代制) ・4つのくずしを意識しながら、動きをよりダイナミックなものにしていく。 ・はじめとおわりのポーズやひとまとまりの動きをある程度固めていく。	○前時に行った動きを確認し、4つのくずしを意識してよりおもしろい動きにできるか考えられるようにする。  なるべく人がいないところに移動しながら踊ろう！  同じ動きでもリズムを変えると違う感じになるね！  体をねじったり、ジャンプを入れたりするとおもしろいね！ ○教師も児童と共に踊りながら、動きがよりダイナミックになるように、「4つのくずし」を視点とした声かけを行う。 動きをもっともっともっと大きさに！  動きをすぐに変えると踊りづらいので、一つの動きをある程度繰り返し踊ってから次の動きを考えてみよう！ ○自分たちの持ち味を生かした動きのおもしろいところを簡単に紹介してから交流会を始めるようにする。  リズムが変わる盆踊りみたいな動きがおもしろいです。太鼓や笛の表現も楽しんでみてください。					
	7 ペアグループで交流会を行う。 ・自分たちの動きのおもしろさを紹介する。 ・踊り始める場所は決めておく。 (例 ペアグループが5つある場合) <table border="1" data-bbox="343 891 606 996"> <tr> <td rowspan="2">ステージ</td> <td>AB</td> <td>GH</td> </tr> <tr> <td>CD</td> <td>IJ</td> </tr> </table>	ステージ	AB	GH	CD	IJ	・全グループがはじめのポーズで静止したら音楽をスタートさせ、一斉に踊り始める(2分程度)。 ・音楽の終盤、徐々に小さくなる音(フェードアウト)に合わせて、おわりのポーズを決める。 ・全グループがポーズを決め静止し、静かになったところで交流会を終了する。 ・ペアグループ全員で円形になって座り、体験したグループが感想を伝える。 ○交流会後には、踊ってみた感じをもとに、ペアグループの「動きのおもしろさ」や「4つのくずし」に着目した感想を伝え合えるようにする。 スピードが速くなったり、スローモーションになったりして、びっくりしました。 おみこしをかつぐ感じのポーズがテーマに合っていておもしろいと思いました。  太鼓や笛の動きがお祭りっぽくて楽しくなりました。 みんなで踊ったり、2人組で踊ったりするところがあって楽しかったです。 「自分たちの動きのおもしろさ」を踏まえた感想を伝えられるといいですね。 
ステージ	AB		GH				
	CD	IJ					
整理 8分	8 グループでの振り返りをする。 9 学習カードの記入をする。 10 学習のまとめをする。 11 整理運動をする。 12 挨拶をする。	○動きを創り上げてきたことや交流会について振り返り、どんなおもしろさを感じたか伝え合い、踊るおもしろさについて考えることができるようにする。 ○活動の中で聞いた仲間の言葉も参考にしながら、感じたことや気付いたことを自由に書けるようにする。 ○活動のよさを取り上げ、次時への意欲を高める。 ○ゆっくりと大きな動作で行うようにする。 ○元気に挨拶ができるようにする。					

## 9 実践例で活用した資料等

### (1) 使用した音楽

- ① 「MISIRLOU」：『Water Boys TV ORIGINAL SOUNDTRACK』
- ② 「Festivo」：『ZATOICHI Original Motion Picture Soundtrack』
- ③ 「RHYTHM AND POLICE」：『RHYTHM AND POLICE/THE MOVIE 2 ORIGINAL SOUND TRACK IV』

### (2) 円形コミュニケーション例(使用曲スカットマン・ジョン『Scatman』) (3) 2人組即興ダンス例(使用曲ボルノグラフィティ『アゲハ蝶』)

座った状態や立った状態で、音楽に合わせ手拍子や膝たたきを工夫して行う。手をつないで円を作り、左右に走って回ったり、中心に集まってから手が離れないように勢いよく円を広げたりして楽しむ。



男女の2人組でリズムに合わせて踊る。つないだ手を左右に振ったり、交互に前後に引き合ったり、サイドステップで動き回ったりして楽しむ。



事例2-② 第5学年 (言語活動の充実の事例)

1 単元名 心も元気 (心の健康)

2 単元について (略)

3 児童の実態 (略)

4 教師の指導観

(1) 思考力・判断力を育成するための工夫 (知識を活用した学習活動の工夫)

- ・身近な日常生活の体験や事例を用いた話し合いなどの言語活動において知識を活用する場面を多く設定する。
- ・自分により身近な問題にとりかえるために、アンケートや学習カードを工夫する。

(2) 主体的に学習に取り組ませるための工夫

- ・課題解決的な学習過程とし、体験活動・ブレインストーミングなどの学習活動を取り入れ、目的意識をもって学習を進めることができるようにする。

5 単元の目標

- (1) 心の健康について関心をもち、学習活動に意欲的に取り組むことができるようにする。 (関・意・態)
- (2) 心の健康について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、実践的に考え、判断し、それらを表すことができるようにする。 (思・判)
- (3) 心の発達、心と体の相互の影響、不安や悩みへの対処について、課題解決に役立つ基礎的な事項を理解することができるようにする。 (知・理)

6 単元の評価規準 (略)

7 単元の指導計画



時	学習内容・活動	言語活動に関する指導上の留意点(○指導◆評価規準)															
1	<p>心は、生活経験や学習を通して年齢に伴って発達することについて理解し、学習したことと自分の生活と比べたり、関係を見付けたりするなどして、それらを説明することができる。</p> <p>1 心とは何かを考える。 2 心には、三つの要素が関わり成り立っていることを知る。 3 心はどのようなことを通じて、より豊かに発達するかを考え、発表する。</p>	<p>○心とは何かを自由な考えを基に、ペアやグループで話し合い、発表させる。 ○心は感情・社会性・思考力の三つが関わり合い成り立っていることを知らせる。 ○グループで心の成長に必要なものをブレインストーミングし、出された意見を学級やグループ全体に広める。</p> <p style="text-align: center;">板書計画</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td style="text-align: center;">生活経験</td> <td style="text-align: center;">自然</td> <td style="text-align: center;">学習</td> </tr> <tr> <td>ひととのかかわり</td> <td>花を育てる</td> <td>道徳の時間</td> </tr> <tr> <td>学校での友達</td> <td>本を読む</td> <td>話し合い活動</td> </tr> <tr> <td>習い事の先生</td> <td>遠足・山登り</td> <td>複雑な計算</td> </tr> <tr> <td>地域の人々</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	生活経験	自然	学習	ひととのかかわり	花を育てる	道徳の時間	学校での友達	本を読む	話し合い活動	習い事の先生	遠足・山登り	複雑な計算	地域の人々		
生活経験	自然	学習															
ひととのかかわり	花を育てる	道徳の時間															
学校での友達	本を読む	話し合い活動															
習い事の先生	遠足・山登り	複雑な計算															
地域の人々																	
	<p>・ブレインストーミングの行い方(4原則)</p> <p>①自由な発想・自分で思ったことをどんなことでもいいですよ。 ②批判しない・友達の意見には、絶対に反対してはいけません。 ③質より量・…思いついた意見は、できるだけたくさん出して下さい。 ④結合発展・…友達の意見で、いいものはくっつけてもいいですよ。</p> <p>・心の成長に必要なものを予想して付箋紙に書き、グループ分けして貼っていく。</p> <p>【指導すべき内容】 心は、生活経験や学習を通して、年齢に伴って発達すること。</p>	<p>◆心の成長に必要なものについて、課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習活動に進んで取り組むことができる。 【関】</p> <p>【努力を要する児童への手立て】 ※最近の出来事の中で、様々な人々とのかかわりを思い出してみよう。 学校生活での友達とのかかわりを思い出してみよう。</p> <p>私は、学校でアサガオを育てることで、植物にも命があるって感じたよ。</p> <p>やっぱり学校の友達かな。下級生や上級生もたくさんいるしね。</p>															
4	<p>小さい頃の自分と現在を比べ、心の発達や成長を考える。</p>	<p>○小さい頃と比べ、現在の心の成長についての確認をワークシートから考え、意見を発表し、学級全体に広める。 ◆心の発達について、学習したことを自分の生活と比べたり、関係を見付けたりするなどして、それらを説明している。 【思】</p> <p>【努力を要する児童への手立て】 ※今の自分たちの生活を振り返り、できるようになったことを考えさせる。</p>															
5	<p>本時のまとめを行う。</p>	<p>○本時の授業を振り返り、心は生活経験や学習を通して、年齢に伴って発達することを確認する。</p>															

ワークシート例


	4～5歳の頃	今の自分
感情	お店でどうしてもほしいものがあつた。	
	泣いて頼む。	我慢する。
社会性	町で荷物を持ったおばあさんを見かけた。	
	気がつかない。	声をかけて手伝う。
思考力	読みたい本を買つた。	
	読んでもらう。	分からないことは調べる。

2

心の健康について、教科書などを見たり、自分の生活を振り返ったりするなどの学習活動に進んで取り組もうとし、心と体は互いに影響し合っていることを言ったり、書き出したりできる。

1 生活場面の例を見て、自分自身の経験を振り返る。

いろいろなときに心と体はつながっているんだね。



緊張して胸がドキドキ  
心配事でおなかが痛い  
寝不足で集中できない  
運動すると気分スッキリ

◆体調の変化について、教科書などを見たり、自分の生活を振り返ったりするなどの学習活動に進んで取り組むことができる。【関】

【努力を要する児童への手立て】  
※不安や緊張により、体のどこにどのような変化があらわれるかを考えさせる。

2 簡単なゲーム(豆つかみ・繰り返し計算)を通して緊張状態の経験をする。

○プラスとマイナスの言葉かけゲームを行い、心と体は互いに影響し合っていることに気付かせる。

ゲーム① マイナスの言葉かけゲーム  
もっと速く！速く何してるの！急がないと時間になっちゃうよ。

ゲーム② プラスの言葉かけゲーム  
その調子！いいよ。あせらなくてもまだ時間はあるよ。

3 心と体は密接に関係していることを知る。

【指導すべき内容】  
心と体は互いに影響し合っていること。

○ゲストティーチャー(養護教諭)の話聞き、心と体の相互関係について知り、自らの経験を振り返り、発表させる。

◆心と体の相互の影響について理解したことを言ったり、書いたりしている。【知】

○毎日を元気に過ごすために、本時を振り返り、心がけるとよいことをワークシートに記入し、発表させる。

4 本時のまとめを行う。

---


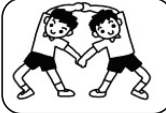
3

不安や悩みは誰もが経験するものであり、そうした場合にはいろいろな対処の仕方があり、自分に合った方法で対処できることを理解し、学習したことを基に、課題や解決の方法を見付けそれらを説明することができる。

1 不安や悩みは多くの人が経験し、多くの悩み事があることを知る。

【指導すべき内容】  
不安や悩みは誰もが経験するものであること。

○事前アンケートやグラフを用い、クラスや友達の不安や悩みを共有する。  
○体ほぐしの運動を想起させて、心と体の関わりについて感じたことを発表させる。

体育の時間に行った、体ほぐし運動を思い出してみよう。

○不安や悩みへの対処の仕方には、相談する、仲間と遊ぶ、運動をするなどいろいろな方法があり、自分に合った方法で対処できることを伝える。  
◆不安や悩みは誰もが経験することであり、自分に合った方法で対処できることについて言ったり、書き出したりしている。【知】

○不安や悩みをいだいている児童の事例を用い、学習したことを生かして、アドバイスを考えさせ、ワークシートを記入、発表し、意見を交換させる。

ワークシート例

次の文は、ある小学校高学年の子どもの悩みです。Aさん・Bさんについて、学習したことを生かして、よりよい言葉かけやアドバイスを考えて書きましょう。また、そう考えた理由も書きましょう。


Aさん：仲良しの友達とけんかして、嫌な気分が家に帰った。  
Bさん：委員会で、全校の前で発表する大切な仕事を任せられ、できるかどうか不安。

言葉かけやアドバイス	そう考えた理由
つけたし、直し	

私は、お母さんに相談にのってもらったらスッキリしたなあ。

◆心の健康について、学習したことをもとに、自分に合った課題や解決の方法を見付け説明している。【思】

【努力を要する児童への手立て】  
※今までの学習課題を振り返らせ、学習課題を意識し、助言する。  
今まで学習した中で、対処できるものがあるかを考えてみよう。



4 本時のまとめ

○不安や悩みは誰もが抱えているものであり、それに対する対処の仕方には様々な方法があること、自分の不安や悩みは、自分にあった方法で対処できることを伝える。

事例3-① 第4学年 (小中学校連携の充実の実践例 プレールボールからバレーボールへ)


1 単元名 シュートプレールボール (ネット型ゲーム)

埼玉県小学校教育課程指導資料 P157参照

2 単元の目標

<p>(1) 規則を守り、友達と励まし合って練習やゲームをしたり、勝敗を受け入れたりすることができるようにする。(関・意・態)</p>	<p>(2) ゲームの行い方を知り、チームで簡単な作戦を立てることができるようにする。(思・判)</p>	<p>(3) ボールの正面に入りバウンドさせて味方にパスをし、ボールをつないでラリーをすることができるようにする。(技能)</p>
<p>・ファイトコールやハイタッチなどを行い、仲間同士が肯定的に関わるようにする。</p>	<p>・連係しての有効な攻撃の仕方を段階的に理解させ、チームで選択できるようにする。</p>	<p>・ボール操作しやすい両手打ちを奨励する。                  ・ねらったところに返球できるように、相手コートへの返球は自陣のコートにワンバウンドで投げ入れる(シュートする)ようにする。                  ・単元序盤では、ボールの扱い方に重点を置き丁寧に指導する。                  ・単元中盤にかけて、ラリーを続けるゲームを通して、チームでのボールのつなぎ方や役割行動を学べるようにする。                  ・単元後半にかけては、ラリーを切るゲームを通して、ボールをつないで相手が捕りにくいところへ攻撃することを学べるようにする。</p>

3 単元の計画

段階	学習のねらい・活動	メインで扱うゲーム・個の技能や集団の動きを高めるゲーム
はじめ	<p>1 単元のねらいと進め方を知り、学習の見通しをもつ。                  2 慣れの運動の仕方を知る。                  3 ハーフコートラリーゲームを行う。</p> <p><b>ゲームの様相の具体的なイメージをもたせる。</b>                  &lt;身に付けさせたいこと&gt;                  ・ボールの方向に体を向けること。                  ・ボールを操作しやすい場所に体を移動すること。</p> <p>パスの方向や順番などネット型の連係の仕方を理解するのに時間がゆかかります。丁寧に進行事がポイントです。</p>	<p>【ハーフコートラリーゲーム】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ハーフコートでボールのつなぎ方、体の向き、体の移動等を丁寧に学習する。</li> <li>・兄弟チームで協力して行う。・ボールは左右交互に出す。</li> <li>・各ポジションをローテーションし、全員がすべてのポジションを練習できるようにする。</li> <li>・慣れてきたら、①→②→③→④→⑤→④→③…のように連続で何回続けられるか、時間内に何回つなげるかなど計測したりしながら楽しむ。</li> </ul> <p>①ボールを出す                  ②プレルしてセッターへ                  ③プレルしてアタッカーへ                  ④キャッチしてワンバウンドで前へ投げる                  ⑤ボールをキャッチする</p> <p>【プレールパス】</p> <p>二人組で向かい合ってワンバウンドでパスを合おう。</p> <p>「膝を曲げて構えている」「ボールの正面に入っている」「片足を踏み出しながらプレルしている」「ボールを弾くとき指先を柔らかく使っている」など、ポイントを押さえ、丁寧に指導する。</p>
なか	<p>1 慣れの運動をする。                  2 オールコートラリーゲームを行う。</p> <p><b>オールコートでの連係プレーの仕方や役割行動を理解させ、ラリーが楽しく味わわせる。</b>                  &lt;身に付けさせたいこと&gt;                  ・味方でボールをつなぐためのパスの方向や動き方。</p> <p>3人でボールを上手につなぐためにはリズムも大事です。チーム内や兄弟チームで声をかけ合わせるのも有効です。</p> <p>3 シュートプレールボールを行う。</p> <p><b>攻撃に課題を特化し、得点を決める楽しさを味わわせる。</b>                  &lt;身に付けさせたいこと&gt;                  ・相手が捕りにくい場所の知的理解やシュート。                  ・シュートしやすい場所へボールをつなぐことを意識した連係プレー。</p> <p>攻防が盛んになると、児童の動きが活発になり、運動量あふれるゲームになります。</p>	<p>【オールコートラリーゲーム】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ハーフコートラリーの学習を活かし、オールコートに発展させて、兄弟チームで行う。</li> <li>・相手コートに返球できた回数を数え、連続で何回ラリーが続いたかをカウントする。</li> <li>・ボールを上手につないでいくためのコツ(セッターの体の向き、構えの姿勢、3人の距離、声かけ等)を発問一応答を通して気付かせる。</li> </ul> <p>①山はりの投げ入れサーブ                  ②プレルしてセッターへ                  ③プレルしてアタッカーへ                  ④キャッチしてその場から自陣にワンバウンドさせてシュート                  ⑤プレルしてセッターへ以下同じように連係して相手コートへ返球する。</p> <p>【シュートプレールボール】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・オールコートラリーの学習を生かし、相手に捕られないようなボールを返球するゲームを行う。</li> <li>・相手が返球しにくいところ(ネット近く、コート奥、左右のライン際、後衛の間等)を発問一応答を通して気付かせる。</li> </ul> <p><b>&lt;主なルール&gt;</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・サーバーは、山なりのやさしいボールを投げ入れる。(打ちにくかったらやり直し)</li> <li>・アタッカーは、ボールをキャッチしたら、その場からシュートする。(1歩の踏み出しは可)</li> <li>・一人1回必ずボールに触れ、3回で相手コートに返す。</li> <li>・両手プレールを原則とし、シュートは片手でもよい。</li> <li>・1プレーごとに、レシーバー・セッター・アタッカーをローテーションする。</li> <li>・相手から来たボールは、はじめに前衛のセッターがさわることではない。(ファーストタッチは後衛の2人のうちのどちらか)</li> <li>・サーブは得点したチームが行う。</li> </ul> <p>【シュートキャッチボール】</p> <p>二人組で向かい合ってシュートし合う。</p> <p>ゲーム場面を想起させ、打つ方には、前後への揺さぶりやフェイントなどを、キャッチする方には、動いてワンバウンドでキャッチを意識させる。</p> <p>【サークルパス】</p> <p>3～4人組で向かい合ってワンバウンドでパスをつなげる。</p> <p>「ボールの正面に移動している」「体を向きかえている」などポイントを押さえ丁寧に指導する。</p> <p><b>&lt;コート・ゲーム条件&gt;</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ネットの高さ：50～60cm</li> <li>○コート幅：13m×6m(バドミントンコートを活用するとよい)</li> <li>○ボール：ソフトバレーボールやライトドッジボールなど柔らかくかつ弾むボール</li> <li>○時間：3～5分</li> </ul>
まとめ	<p>1 トーナメント戦を行う。                  2 単元のまとめをする。</p>	<p>【シュートプレールボール】</p> 



第5学年 (小中学校連携の充実の実践例 プレリボールからバレーボールへ)

1 単元名 ワンバウンドソフトバレーボール (ネット型)

埼玉県小学校教育課程指導資料 P161参照

2 単元の目標

(1) ルールやマナーを守り、友達と助け合って練習やゲームをすることができるようにする。(関・意・態)	(2) ゲームの行い方を知り、チームの特徴に応じた作戦を立てることができるようにする。(思・判)	(3) ボールの方向に体を向けて素早く移動したり、味方に正確にパスしたりしてボールをつなぎ、相手コートにアタックすることができるようにする。(技能)
---	--	--

・上手に行うためのコツやポイントを学級内で共有し、お互いにアドバイスしながら、学習が進められるようにする。

・有効な攻撃の仕方を段階的に学習し、相手が捕りにくいような攻撃をチームで考えられるようにする。

・アンダーハンドパスのコツを丁寧に確認し、継続的に練習する。(中学校の球技ネット型へのスムーズな接続を意識して。)

・単元序盤では、セットアップ場面までのボールのつなぎ方やアタックの仕方に重点を置き丁寧に学習を進める。

・単元中盤にかけて、ラリーを続けるゲームを通して、チームでのボールのつなぎ方や役割行動を学べるようにする。

・単元後半にかけては、ラリーを切るゲームを通して、相手が捕りにくいところへアタックすることを学べるようにする。

3 単元の計画

段階	学習のねらい・活動	メインで扱うゲーム・個の技能や集団の動きを高めるゲーム
はじめ	<p>1 単元のねらいと進め方を知り、学習の見通しをもつ。</p> <p>2 慣れの運動の仕方を知る。</p> <p>3 3段攻撃セットアップゲームを行う。</p> <p><b>3段攻撃(レシーブ→セットアップ→アタック)のイメージをもたせる。</b></p> <p>&lt;身に付けさせたいこと&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ボールの方向に体を向け、素早く移動すること。</li> <li>・連係プレーによるセットアップの仕方と動き方。</li> </ul> <p>ボールの動きに合わせて素早く移動するためには、ひざを曲げて、重みを低く構えることがポイントです。</p>	<p>【3段攻撃セットアップゲーム】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ハーフコートでセットアップ(レシーバーからの返球をアタッカーへパスする)の仕方、体の向き、体の移動等を丁寧に学習する。</li> <li>・基本ポジションは、前衛2人(セッター、アタッカー)、後衛2人(レシーバー)、3回目でアタッカーまで運ぶ。</li> <li>・各ポジションをローテーションし、全員がすべてのポジションを練習できるようにする。</li> </ul> <p>【アンダーハンドパス】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ペアやチームで向かい合ってボールを落とさないようにパスをし合う。</li> </ul> <p>「膝を曲げて構えている」「ボールの正面に入っている」「両手の親指を揃え、肘を伸ばしている」などポイントを押さえ、丁寧に指導する。</p>
なか	<p>1 慣れの運動をする。</p> <p>2 オールコートラリーゲームを行う。</p> <p><b>オールコートでの連係プレーの仕方や役割行動を理解させ、ラリーが続く楽しさを味わわせる。</b></p> <p>&lt;身に付けさせたいこと&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・味方が受けやすいようにボールをつなぎするためのパスの方向や動き方。</li> </ul> <p>味方が受けやすいボールを返すには、相手からの返球に合わせて動き、正面でボールを受け、味方の方を向いてパスする必要があります。</p>	<p>【オールコートラリーゲーム】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・相手コートに返球できた回数を数え、連続で何回ラリーが続くか、時間内で合計何回返球できるかなどをカウントする。</li> <li>・ボールを上手につないでいくためのコツ(後衛や前衛の役割やポジション、体の向き、4人の距離、声かけ等)を発問一応答を通して気付かせる。</li> </ul> <p><b>&lt;主なルール&gt;</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・一人1回ボールに触れ、チーム合計3回で相手コートに返球する。ポジションは得点時やワンプレーごとなどに時計回りにローテーションする。</li> <li>・後衛のどちらかがレシーバーとなりワンバウンドしたボールをセッターへパス。</li> <li>・前衛のどちらかがセッターになり、ボールをキャッチしアタッカー(もう一人の前衛)へパス。</li> <li>・相手からの返球に限りワンバウンドでのレシーブでもOKとする。</li> <li>・サーブは下からの投げ入れとする。</li> </ul>
まとめ	<p>3 ワンバウンドソフトバレーボールを行う。</p> <p><b>攻撃に課題を特化し、アタックを打つ楽しさ、得点を決める楽しさを味わわせる。</b></p> <p>&lt;身に付けさせたいこと&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・相手が捕りにくいようなアタックについての知的理解とタイミングよくアタックを打つこと。</li> </ul> <p>全員がアタックを打てるようになると、雰囲気も盛り上がり、話し合いも活発になります。</p>	<p>【ワンバウンドソフトバレーボール】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・オールコートラリーの学習を活かし、相手が捕りにくいようなボールをアタックするゲームを行う。</li> <li>・相手が捕りにくいアタック(ネット近くに落とす、クロスに打つ、後衛の間をねらう、フェイント等)を発問一応答を通して気付かせる。</li> <li>・サーブは単元前半は易しいボールの投げ入れ。単元後半でアンダーハンドサーブも可だがサービスエースはなし。サーブは得点したチームが行う。</li> </ul> <p>【サーブレシーブゲーム】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・3人組で行う。サーバーがサーブしたボールをレシーバーがアンダーハンドパスでセッターに返球する。</li> </ul> <p>「ひざを曲げてボールを押し出すように打つ」「ボールをよく見て打つ」などポイントを押さえて丁寧に指導する。</p> <p><b>&lt;コート・ゲーム条件&gt;</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○コートの広さ: 13m×6m (バドミントンコートを活用するとよい)</li> <li>○ネットの高さ: 130~160cm (全員がアタックを打てる高さ)</li> <li>○ボール: 100g程度のボール</li> <li>○時間: 3~5分 ○人数: 4人×4人</li> </ul>

体育

中学校では、小学校での学習を受けて、基本的な技能や仲間と連携した動きを発展させて、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームが展開できるようにすることが求められる。

【中学校第1学年及び第2学年】

1 単元名 バレーボール（ネット型）

第1学年及び第2学年段階での球技

勝敗を競う楽しさや喜びを味わい基本的なボール操作と仲間と連携した動きで攻防を展開できるようにする。

第1学年及び第2学年段階でのネット型ゲームの学習

ラリーを続けることを重視して、ボールの操作と定位置に戻るなどの動きで、空いた場所をめぐる攻防を展開できるようにする。

2 単元の計画（学習過程）

時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
10	集合・整列・挨拶・健康観察・ランニング・準備運動・補強運動・慣れの運動											
20	運動の特性やねらい、学習計画を理解する	自己やチームの課題に応じた練習を工夫し、今できるゲームを楽しむ	基本的な技能で仲間と連携した動きを生かしたゲーム <身に付けさせたいこと> ・基本的なボール操作 ・味方へ相手へ、空いている場所へのパス・トス・サービス				高まった技能でチームに応じた練習や作戦を工夫してゲームを楽しむ				単元の学習を振り返りまとめる	
30	スキルテスト パスラリーゲーム 簡易ゲーム <身に付けさせたいこと> ・基本的なボール操作（ボールハンドリング・パス）	返球方向への構え 落下点への素早い移動				空いた場所への返球 返球方向への構えづくり。ボールの真下・正面へ		仲間と連携し、動きを工夫したゲーム <身に付けさせたいこと> ・ボールを持たないときの動き ・相手からの返球に対する構え ・守備や攻撃の隊形・移動・定位置への戻り			まとめのゲーム 個人、チームの伸びや学習全体の評価をし、次の学習の課題や手がかりをまとめる	
40												
50	学習のまとめ・次時の予告・後片付け・整理運動・挨拶											

【中学校第3学年】

1 単元名 バレーボール（ネット型）

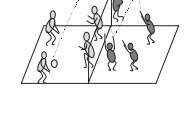

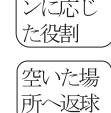
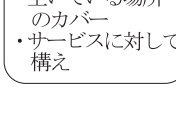
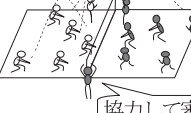
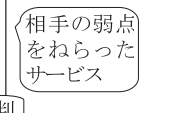


第3学年段階での球技

作戦に応じたボール操作で仲間と連携してゲームが展開できるようにする。

第3学年段階でのネット型ゲームの学習

ポジションの役割に応じたボール操作によって、仲間と連携した「拾う、つなぐ、打つ」などの一連の流れで攻撃を組み立て、相手側のコートに空いた場所をめぐる攻防を展開できるようにする。

2 単元の計画（学習過程）

時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
10	集合・整列・挨拶・健康観察・ランニング・準備運動・補強運動・慣れの運動											
20	運動の特性やねらい、学習計画を理解する	自己やチームの課題に応じた練習を工夫し、今できるゲームを楽しむ	攻撃につなげるためのプレー セットアップゲーム・3段攻撃ゲーム <身に付けさせたいこと> ・空いた場所やねらった場所への打ち返し（レシーブ・トス・アタック・サービス）				高まった技能でチームに応じた練習や作戦を工夫してゲームを楽しむ				単元の学習を振り返りまとめる	
30	<身に付けさせたいこと> 基本的な技能や仲間と連携した動きのゲームの動き ・パスラリーゲーム ・4：4ミニゲーム	二段攻撃（レシーブ・トス・アタック）	基本的なフォーメーション・役割		チームの特徴を生かしたゲーム <身に付けさせたいこと> ・ポジションに応じたボール操作や役割 ・仲間と連携したフォーメーションの動き		連携した動き ボールを持たないときの動き			まとめのゲーム 個人、チームの伸びや学習全体の評価をし、次の学習の課題や手がかりをまとめる		
40												
50	学習のまとめ・次時の予告・後片付け・整理運動・挨拶											