

あおば学級 体育科学習指導案

2020年10月23日(金)5校時

あおば学級 男子10名 女子5名 計15名

指導者 T1

T2

T3

【研究主題】

主体的に取り組み、考える楽しさや上達する喜びを味わうことのできる児童の育成
～健康な体をつくるために～

1 単元名

走れ！あおばにんじゃ！（C 走・跳の運動遊び）

2 単元の目標

| | |
|----------------|--|
| 知識及び技能 | 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行い方を知るとともに、その基本的な動きを身に付けられるようにする。 |
| 思考力, 判断力, 表現力等 | 走ったり跳んだりする簡単な遊び方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。 |
| 学びに向かう力, 人間性等 | 運動遊びにすすんで取り組み、順番やきまりを守り誰とでも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。 |

3 単元の評価規準

| | ア 知識・技能 | イ 思考・判断・表現 | ウ 主体的に学習に取り組む態度 |
|--------------|---|--|--|
| 単元の評価規準 | 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行い方を知るとともに、その基本的な動きを身に付けている。 | 走ったり跳んだりする簡単な遊び方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えている。 | 運動にすすんで取り組もうとしていたり、順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動をしようとしていたり、場の安全に気を付けていたりしている。 |
| 学習活動に即した評価規準 | ① コースに合わせて走る方向やスピードを変えて走る運動の行い方について、言ったり実際に動いたりしている。 ② バトンなどを受け渡すリレー遊びをすることができる。 ③ 低い障害物をリズムよく走り越すことができる。 | ① できそうな運動遊びや、友達と一緒に進むと楽しい運動遊びを選んだり工夫したりしている。 ② 気付いたことや思ったことを表現したり、友達のよい動きや行ってみたい楽しいと感じたことを教師や友達に伝えたりしている。 | ① 運動にすすんで取り組もうとしている。 ② 運動の順番やきまりを守り、勝ち負けを受け入れ、仲よく運動をしようとしている。 ③ 場や用具の使い方などの安全に気を付けている。 |

※自立活動の視点から…個々の実態によって身に付けたいことは異なるが、特別支援学校指導要領にある自立活動の視点を持ち、体育の学習の中でも指導をしていく。

区分2 心理的安定

(1) 情緒の安定に関すること

成功体験を積み重ねて自信と意欲をもたせる。達成感が得られるよう段階を踏みながら、挑戦しようとする自発的な気持ちを育てる。

区分3 人間関係の形成

(3) 自己の理解と行動の調整に関すること

友達と動きを合わせる、一緒に楽しく活動する場面を設定し、経験の中で自分の行動を調整する力を付ける。

区分5 身体の動き

(1) 姿勢と運動動作の基本的技能に関すること

体をほぐし、緊張を和らげ、意識した部分の動きを引き出す運動を通して、体を支える筋力を強化する。感覚統合遊びを通して、正しい姿勢の保持や運動・動作を習得する。

4 運動の特性

① 一般的特性

- ・仲間と競い合う楽しさや、いろいろなレーンを調子よく走ったり、リズムよく跳んだりする楽しさに触れることができる運動遊びである。
- ・体を巧みに操作しながら走る、跳ぶなどのいろいろな運動の基礎となる動きを身に付けることができる運動遊びである。

② 児童から見た特性

- ・仲間と協力したり競い合ったりする楽しさや心地よさを感じることができる運動遊びである。
- ・全力で走ったり、コースに応じて体を巧みに操作したりする経験のできる運動遊びである。
- ・コースを選んだり工夫したりする楽しさを味わうことができる運動遊びである。

5 目指す児童像

※身に付けさせたい力を学年や発達段階等でAとBに分け、()内にA、Bで表した。

【思考力、判断力、表現力等】

- ・このコースは楽しいな。(A B)
- ・これをコースに置きたいな。(A)
- ・楽しいコースにするためには、どんな置き方、並べ方があるのかな。(B)
- ・〇〇さんの真似をして走ろう。(A)
- ・あの子の走り方、跳び方上手だな。真似してみよう(B)
- ・自分たちで考えたコースを友達にも走ってもらいたいな。(A B)



【知識及び技能】

- ・いろいろなコースを走れるようになったよ。(A B)
- ・コースに合わせて走れたよ。(B)
- ・障害物があっても最後まで走れたよ。(A B)
- ・腕を動かしたら速く走れたよ。(B)
- ・全力で走ったり、体を動かして走ったりすると楽しいな。(A B)
- ・こうやったら、うまく跳び越せるんだな。(B)

【学びに向かう力、人間性等】

- ・もっと走りたいな。(A B)
- ・今度は、〇〇にチャレンジしてみよう。(B)
- ・みんなと力を合わせて走ろう。(B)
- ・順番を守って走ったよ。(A)
- ・負けて悔しいけれど、頑張ったよ。(A B)
- ・ぶつかりそうだから、少し間を開けよう。(B)

6 運動の系統性

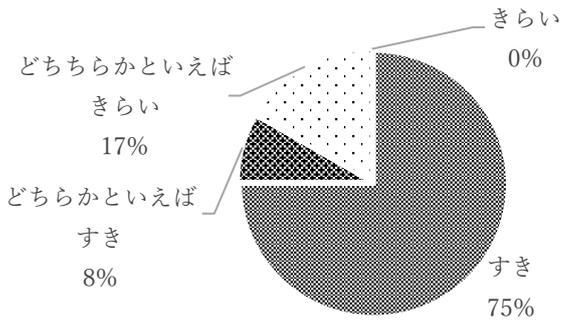
| 学年 | 低学年 | 中学年 | 高学年 |
|--------|---|--|---|
| 領域 | 走・跳の運動遊び | 走・跳の運動 | 陸上運動 |
| 走の領域 | 走の運動遊び | かけっこ・リレー 小型ハードル走 | 短距離走・リレー ハードル走 |
| 走の指導内容 | <ul style="list-style-type: none"> ○30～40m程度のかげっこ <ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな形状の線上等を真っ直ぐに走ったり、蛇行して走ったりする。 ○折り返しリレー遊び、低い障害物を用いてのリレー遊び <ul style="list-style-type: none"> ・相手の手の平にタッチをしたり、バトンの受け渡しをしたりして走る。 ・いろいろな間隔に並べられた低い障害物を走り越える。 | <ul style="list-style-type: none"> ○30～50m程度のかげっこ <ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな走り出しの姿勢から、素早く走り始める。 ・真っ直ぐ前を見て、腕を前後に大きく振って走る。 ○周回リレー <ul style="list-style-type: none"> ・走りながら、タイミングよくバトンの受け渡しをする。 ・コーナーの内側に体を軽く傾けて走る。 ○いろいろなリズムでの小型ハードル走 <ul style="list-style-type: none"> ・インターバルの距離や小型ハードルの高さに応じたいろいろなリズムで小型ハードルを走り越える。 ○30～40m程度の小型ハードル走 <ul style="list-style-type: none"> ・一定の間隔に置かれた小型ハードルを一定のリズムで走り越える。 | <ul style="list-style-type: none"> ○40～60m程度の短距離走 <ul style="list-style-type: none"> ・スタンディングスタートから、素早く走り始める。 ・体を軽く前傾させて全力で走る。 ○いろいろな距離でのリレー(一人が走る距離40～60m程度) <ul style="list-style-type: none"> ・テークオーバーゾーン内で、減速の少ないバトンの受け渡しをする。 ○40～50m程度のハードル走 <ul style="list-style-type: none"> ・第1ハードルを決めた足で踏み切って走り越える。 ・スタートから最後まで、体のバランスをとりながら真っ直ぐ走る。 ・インターバルを3歩または5歩で走る。 |

※あおば学級は、1～6年生の児童が在籍しているが、異学年が同時に学習することやそれぞれの児童の実態から、小学校低学年の内容をベースにし、個別に配慮する形で指導している。

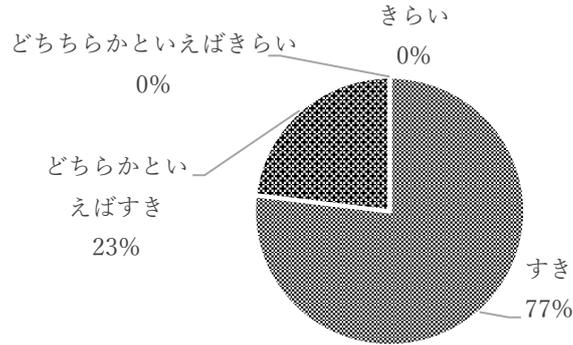
7 児童の実態

【1】実態調査

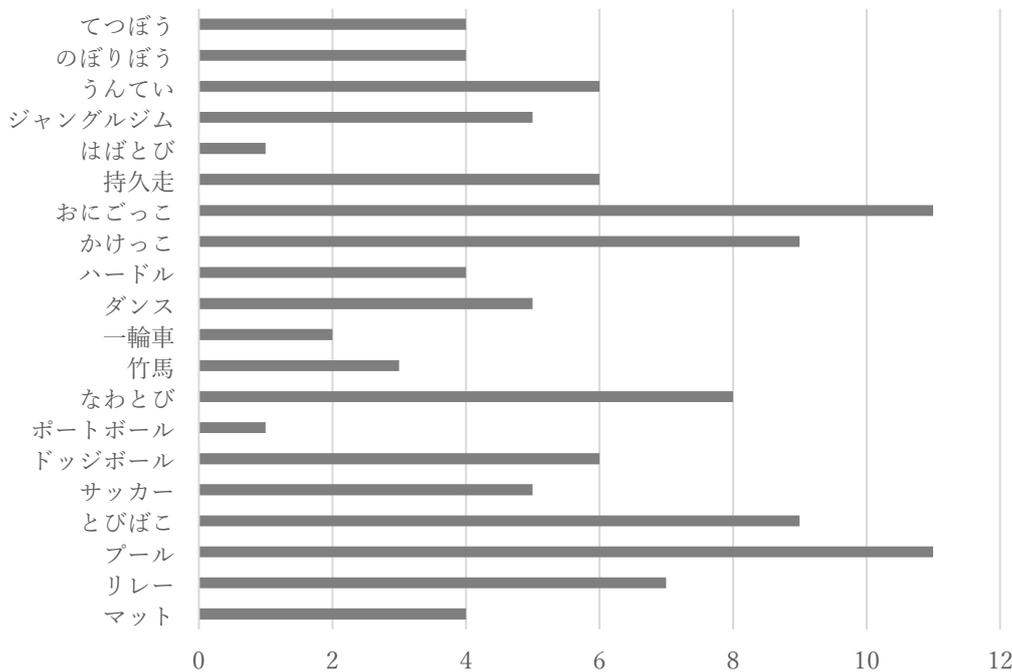
走ることは好きですか



友達と一緒に運動することは好きですか



好きな運動



【2】考察

アンケートの結果を見ると、学級全体ではほとんどの児童が「走るが好き」と答えている。走ることに對して、肯定的な児童が大半を占める。その背景には、1学期に「めざせ！あおば忍者」という単元で「忍者修行」に取り組み、歩く・走る・跳ぶなどの様々な動きを行ったことが肯定的な結果につながったと考えられる。また、丁寧に動きを確認したり、友達の動きを真似したりして、動きが分かり、体を動かすことを楽しむ児童が増えた。忍者修行は、サーキット形式で行ったため、連続した動きにも慣れてきた。障害走に取り組むにあたって、連続する動きの素地が身に付いてきたと思われる。そして、「友達と一緒に運動することが好きか」という項目に對しても肯定的な意見が多い結果となった。

アンケート調査より、「好きな運動は何ですか？」という質問から、本単元である「かけっこ・リレー」の走の分野が上位にあることが分かる。また「おにごっこ」も数値が高く、休み時間には、友達と関わり合いながら追いかけたり、走ったりすることを楽しんでいる。

この結果から、単元を通して『友達と一緒にルールを守って楽しむ』ことにねらいをおく。勝敗を受け入れたり、バトン操作や走る順番などチームで考えたり、友達との関わりを大切にしていく。リレーの経験が少ない児童が多いので、1学期の忍者修行「まねっこの技」を引き続き意識し、友達の動きをよく見ることに生かしていく。運動に苦手意識のある児童に對して、障害物の高さや幅を選択できるような様々な種類を用意したり、障害物を岩や川に見立てて忍者修行ワールドを作ったりして、恐怖心を減らし、「楽しい、やってみよう」と意欲的に取り組む児童を目指していく。

あおば学級は、姿勢保持、力加減やバランスのコントロールなどが難しかったり、体の動かし方の経験が少ない児童がいる。リズムよく走ったり、相手にバトンを渡す時のスピードや力加減などの行動を調整したりする力を身に付けさせる必要がある。

8 研究主題にせまるための手だて

あおば・図画工作科分科会は、研究主題「主体的に取り組み、考える楽しさや上達する喜びを味わうことのできる児童の育成～健康な体をつくるために～」を受けて、子供たちの目指すべき児童像を

- ・いろいろな動きにすすんで挑戦しようとする子
- ・基本的な動きや動き方の工夫ができる子
- ・友達と運動することを楽しめる子

とした。特別支援学級としての学び合いを通してこれを目指していく。本単元の中で研究主題に迫るための手だてについては、以下のように考えた。

主体的に取り組むために

(1) 単元設定の工夫

自ら選択し、活動できる内容であることは、児童が意欲的に取り組み、主体的に学習することにつながると考える。また、興味や関心の幅を広げ、学びに向かう力になると考え、単元設定を工夫した。

- ・児童が楽しく活動できるように「走れ！あおばにんじゃ！」と設定し、バトンを巻物に見立てたり、障害物を川などに見立てたりする
- ・基本となるコースに取り組む時間と、いくつかのコースから自分で選んで取り組む時間を作る
- ・走力だけでなく、考えて工夫できる部分をリレーに取り入れる
- ・教師がモデルとなり、楽しそうに体を動かして活動する姿を見せ、「やってみたい」「楽しそう」という雰囲気を作る

(2) 学習カードの工夫

児童は、何をするのか、どれくらい運動するのかが分かると、見通しをもつことができ、それが自信をもって取り組むことにつながると考える。わくわくする気持ちや安心につながるよう、学習カードの中に内容の大体が分かるようにし、最後に認定証を渡す設定にするなど、提示の仕方を工夫する。

| | | 第2時 | 第3時 | 第4時 | 第5時 | 第6時 |
|---|--|--|--|---------------------------------|--|--------------------------------------|
| | | せいれつ・あいさつ せいれつ 整列・あいさつ | | | | |
| | | きょう ぎくしゅう 今日の学習のながれ かくにん | | | | |
| | | じゅんびうんどう 準備運動 | | | | |
| 児童用学習の流れカード | | はしれ！あおばにんじゃ | | | | |
| | | にんじゃめんきょにんてい みち ～忍者免許認定までの道～ | | | | |
| 【めあて】 草履けの術にチャレンジしよう。 | | 早駆けの術 特訓 (いろいろな走りにちょうせんだ！) (ジャングルジムまわり、うんでいタッチ、てつぼうくねくね、コーンタッチジグザグ、 ちよくせんダッシュ、川とびこし) | | | | |
| 草履けの術 とっくん ・きわんしゃうでふり。 ・遊具の周りでとっくん。 ・ジグザグ走。 ・くねくね走。 ・ぐるぐる走。 ・まっすぐ走。 好きな場(コース)で、とっくんする。 | | 【めあて】 みんなで力をあわせてお宝持ち帰りリレーをしよう。 | 【めあて】 走り方や渡し方に気を付けて巻物運びリレーをしよう(折り返しの巻)。 | 【めあて】 巻物運びリレーをしよう(山こえ川こえの巻)。 | 【めあて】 忍者修行の場を作って、巻物運びリレーをしよう(山こえ川こえの巻)。 | 【めあて】 もっと速く巻物運びリレーをしよう(山こえ川こえの巻)。 |
| | | リレーその① | リレーその① | リレーその① | リレーその① | リレーその① |
| | | シェアリング① (作戦タイム) | | | | |
| | | リレーその② | リレーその② | リレーその② | リレーその② | リレーその② |
| シェアリング | | シェアリング② | | | | |
| | | どうぐ 道具のかたづけ・整理運動 | | | | |
| | | せいれつ 整列・あいさつ | | | | |
| | | おめでとう！ これで きみも りっぱな忍者じゃ | | | | |

(1) 体の基本的な動きを高める工夫

「できる」「分かる」が増えると、「どうやったらうまくいくかな」「次はこうすればよいかな」と自分で考えて取り組むようになり、「楽しい」「嬉しい」という思いをもてると考え、以下のような運動を学習や朝の運動タイムに取り入れた。

- ・人の動きを模倣して走る(手足のタイミング)
- ・音に合わせて歩く、走る
- ・遊具を使って楽しく体を動かして走る
- ・大股歩きや壁押し(腕の振りや前傾姿勢)
- ・マーカー持ち帰りリレー(走力ではなく作戦で勝敗を争うリレー)
- ・低い障害物、遠くへ自然に跳べるようマット状の障害物などを組み合わせる
- ・動きを音で表す(オノマトペ)

(2) 友達との関わりの工夫

友達と関わって活動し、児童自身がどうしたらよいか考えたり、喜びや達成感を得たりするために、以下のような手立てを考えた。

- ・少人数のグループ(1チーム5名編成の3チーム)にし、一人一人が意見を言ったり伝えたりする機会をつくる
- ・友達の動きに注目する機会をつくる(リレーを見合う)
- ・児童の気付きやコツは、いつでも確認できるようにメモしておき、必要な場面で示す
- ・言葉のやりとりが難しい児童には、教師を介して児童の交流をすすめる

9 単元指導計画と評価規準 全6時間

| 時 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5(本時) | 6 |
|------|--|--|-----------------------------------|--|---|---|
| 段階 | 知る | | | 高める | | |
| 学習活動 | オリエンテーション | 1 整列・挨拶をする。 2 学習の流れを確認する。 3 準備運動をする。 | | | | |
| | 1 整列・挨拶をする。 2 準備運動をする。 3 学習の進め方を知る。 ・学習のきまり ・準備の仕方 ・カードの使い方 | 4 早駆けの術の練習をする。 ・機関車腕振り、遊具をコースにして走る(周りを走る、うんていでタッチ、鉄棒くねくね、コーンタッチジグザグ、直線、跳んで走る) | | | | |
| | 4 場の準備をする。 | 5 めあてを確認する。 | 5 めあてを確認する。 | 5 めあてを確認する。 | 5 めあてを確認する。 | 5 めあてを確認する。 |
| | 5 楽しく早駆けの術に取り組む。 ・遊具の周りを走る ・ジグザグ ・くねくね ・ぐるぐる ・直線 | 6 早駆け(お宝持ち帰りの術)をする。 | 6 コーンを使ったコースを走る。 | 6 段ボールやタオル、ペットボトルなどを用いたコースを走る。 | 6 段ボールやタオル、ペットボトルなどを用いたコースを試しながら作る。 | 6 段ボールやタオル、ペットボトルなどを用いたコースを試しながら作る。 |
| | 6 シェアリングをする。 | 7 お宝(マーカー)持ち帰りリレー(その1)をする。 | 7 巻物運びリレーをする。(折返し巻その1) | 7 巻物運びリレーをする。(山こえ川こえの巻その1) | 7 巻物運びリレーをする。(山こえ川こえ早駆けの巻 その1) | 7 巻物運びリレーをする。(山こえ川こえ早駆けの巻 その1) |
| | 7 整理運動をする。 | 8 シェアリング① | 8 シェアリング① (うまく走るにはどうしたらよいか考える) | 8 シェアリング① (楽しかった点やうまく走り越すコツなどを共有する) | 8 シェアリング① 作戦タイム(気持ちよくリズムよく、速く走ることができる場を工夫する) | 8 シェアリング① 作戦タイム(気持ちよくリズムよく、速く走ることができる場を工夫する) |
| | 8 学習カードを書く。 | 9 お宝持ち帰りリレー(その2)をする。 | 9 巻物運びリレーをする(折返し巻その2) | 9 巻物運びリレーをする。(山こえ川こえの巻 その2) | 9 巻物運びリレーをする。(山こえ川こえ早駆けの巻 その2) | 9 巻物運びリレーをする。(山こえ川こえ早駆けの巻 その2) |
| | 9 片付け・挨拶をする。 | 10 シェアリング② | 10 シェアリング② | 10 シェアリング② | 10 シェアリング② | 10 シェアリング② |
| | | 11 整理運動をする。 | 11 整理運動をする。 | 11 整理運動をする。 | 11 整理運動をする。 | 11 整理運動をする。 |
| | | 12 学習カードを書く。 | 12 学習カードを書く。 | 12 学習カードを書く。 | 12 学習カードを書く。 | 12 学習カードを書く。 |
| | 13 片付け・挨拶をする。 | 13 片付け・挨拶をする。 | 13 片付け・挨拶をする。 | 13 片付け・挨拶をする。 | 13 片付け・挨拶をする。 | |
| 評価規準 | 知 | ① | ② | ② | | ③ |
| | 思 | | | | ① | ① |
| | 態 | ① | ② | ② | ③ | |
| | | | | | | ③ |
| | | | | | | ② |

10 本時の学習(6時間扱いの5時間目)

※雨天時は、6 チームごとに、走って試しながら物の置き方を考える。
 7 リレー(山こえ川こえリレーの巻 その1)
 8 シェアリング① を体育館で行う。

(1)本時の目標

【知識及び技能】低い障害物を調子よく走り越してリレーをすることができる。

【思考力, 判断力, 表現力等】気持ちよく跳び越すためにどうしたらよいか、物の置き方を考えたり工夫したりできる。

(2)個別の目標(児童の実態に基づいて設定する。)

(3)展開

| | 学習活動 | ・指導上の留意点 ■評価規準(評価方法) ☆児童のつまずきに対する言葉掛け「」・手だて | T2、T3の動き |
|----|--|---|---|
| 導入 | 1 整列・挨拶をする。 2 学習の流れを確認する。 3 準備運動をする。 | ・実態に合わせた並び方にする。 ・学習の流れが分かるように提示する。 | ・集合場所への誘導と整列の補助をし、T1への注目を促す。 (T2、T3) |
| 展開 | 4 早駆けの術を練習する。 ・機関車腕振り ・遊具の周りを走る(師範役を決め、続いて走る) 5 めあてを確認する。 | ・指示は分かりやすく、短く行う。 ・腕振りの練習なども取り入れ、スキルを高めるとともに楽しく取り組ませる。 ・早駆けの術について、今まで児童から出てきた走り方のポイントを示す。 ・チームごとにその日の師範(リーダー)に続いて走るようにする。 | ・早駆けの術の場作りをする。(T2、T3) ・児童と一緒に動き、手本になるようにする。(T2、T3) ・児童の動きを補助したり、アドバイスをしたりする。(T2、T3) |

忍者修行の場を作って巻物運びリレーをしよう(山こえ川こえの巻)

| | | |
|--|--|---|
| 6 チームごとに、走って試しながら物の置き方を考える。 | <ul style="list-style-type: none"> ・自分たちで、修業の場(コース)を作ること、どうやったら跳びやすいかを考えて作ること、友達と一緒に活動することを具体的に伝える。 ・T1~T3がそれぞれのチームに分かれ、指導し、気付きやつぶやきを他の児童に広げる。 | <ul style="list-style-type: none"> ・忍者として登場し、雰囲気作りをし、本日の司令という形でめあてを伝える。(T2) ・理解が難しい児童に個別に付き、参加できるよう支援したり、一緒に活動したりする。(T2、T3) |
| <p>※()内のアルファベットは、児童を表す。 ☆友達と関わることができない。どうしてよいか分からない。(DH) 「まずは、使いたいものを選ぼう」 「〇〇さんと一緒にやってみよう」 『これを置きたい』って言ってみよう」 ☆勝手に進めてしまう。(EGM) 「一人でやるのではなくて、友達と一緒に置いたり決めたりしよう」 『これを使いたい』って言ってみよう」 ☆指示は分かるが具体的な行動につながらない。(CHJKNO) 「置く時にチームの仲間に『これはどうかな』って言ってみよう」 ☆指示があまり理解できない(AI) 「(先生と)一緒にやってみよう」と教師と一緒にいる。 「どれを使ってみたい？」等、問いかけながら教師と一緒にいる。 同じチームの児童に声をかけ、一緒に活動できるようにする。 ☆うまく跳び越せない。(DHN) 「このコース(高さがなく、遠くに跳ぶ必要のあるもの)でやってみよう」 「(少し手前を示して)ここから跳ぼう」 ■気持ちよく跳び越すためにどうしたらよいか物の置き方を考えたり工夫したりしている。(行動観察)</p> | | |

| | | | |
|-----|--|--|---|
| | 7 リレーをする。(山こえ川こえリレーの巻 その1) | <ul style="list-style-type: none"> ・巻物を運ぶ設定にし、バトンパスも意識させる。 <p>☆巻物（バトン）を渡したり渡されたりするタイミングがつかめない。(DI)</p> <p>「渡すときに、声を掛けよう」 「巻物を受け取る人は、前の人が見ておこう」「(具体的に示して) こんなふうを持って、相手の手に渡すよ」 「相手に渡してから手を放すよ」</p> <p>☆負けると荒れてしまう。(G)</p> <p>「(リレーの前にめあてを示して) チームでこれができるよ○だよ」 (少しクールダウンする時間をとる)</p> | |
| | 8 シェアリング①を行う。 ①作戦タイム(どうやって置いたら、リズムよく楽しく走れるかを考えて、置き方を工夫する) | <ul style="list-style-type: none"> ・作戦タイムでは、各チームに教員が入り、「置く順番」「間隔」などの視点を示し、話し合いを促す。具体物を使って分かりやすくする。 ・発言を促したり行動を調整したりする。 ・変え方や置き方を具体的に伝える。 <p>「走りにくいところは、あったかな」 「速くゴールまで行くには、どの順番がいいか考えて動かそう」 「どれくらい(の間隔)で物を置くと、走りやすいかな」</p> <p>☆何をしてよいか分からない。(AD)</p> <p>「順番や岩や川(障害物)の置き方を変えるよ。さっきみたいに、友達と一緒にやるんだよ」</p> <p>☆学習の流れと異なることをしてしまう。(I)</p> <p>「今は○○をします」「○○さんは、これを運んでね」</p> <p>■障害物を楽しく調子よく跳び越してリレーをしている。(行動観察)</p> | |
| まとめ | 10 シェアリング②を行う。 11 学習カードを書く。 12 整理運動をする。 13 片付けをし、挨拶をする。 | <ul style="list-style-type: none"> ・工夫ができたか、どんなところが楽しかったか、走ったり跳べたりできたかなどをめあてに立ち返り、問うようにする。 ・学習カード等、振り返りの仕方は児童に合わせたものにする。 ・使った筋肉をゆっくりほぐすように声をかける。 ・分かりやすく片付けの指示をする。 | <ul style="list-style-type: none"> ・発言する児童に注目するよう促す。見るべきところを示す。(T2、T3) ・学習カードは、普段の学習グループごとに書き、その担当がつく。 ・見本となる位置で一緒に運動をする。(T2) ・整理運動に取り組めない児童を促す。(T3) ・児童が安全に片付けられるように声をかけたり補助したりする。(T2、T3) ・残りの場を片付ける。(T2、T3) |