

## 第2学年 体育科学習指導案

日 時 平成24年10月31日(水) 5校時  
場 所 仙台市立八木山南小学校 体育館  
仙台市立八木山南小学校 2年1組  
授業者 教 諭 細 川 高 宏

### 1 単元名 折り返しリレー (C 走・跳の運動遊び)

#### 2 単元の目標

- (1) いろいろな方向に走ったり、低い障害物を走り越えながら楽しく運動できるようにする。(技能)  
 (2) きまりを守り、場の安全に気を付けながら、仲よく運動できるようにする。(態度)  
 (3) 友だちのよい動きと自分のよい動きに気づくことができるようにする。(思考・判断)

#### 3 評価規準

##### (1) 内容のまとまりごとの評価規準

運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
走・跳の運動遊びに進んで取り組むとともに、順番やきまりを守り勝敗を受け入れて仲よく運動をしようとしたり、運動をする場の安全に気を付けようとしたりしている。	走ったり、跳んだりする運動遊びの行い方を工夫している。	走・跳の運動遊びを楽しく行うための基本的な動きや各種の運動の基礎となる動きを身に付けている。

##### (2) 単元の評価規準

運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 走・跳の運動遊びに進んで取り組もうとしている。</li> <li>・ 運動の順番やきまりを守り、勝敗の結果を受け入れて、友達と仲よく運動をしようとしている。</li> <li>・ 友達と協力して用具の準備や片付けをしようとしている。</li> <li>・ 運動をする場や用具の使い方などの安全に気を付けようとしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 走の運動遊びや跳の運動遊びの行い方を知るとともに、運動をする場や使用する用具などを変えながら、いろいろな運動の仕方を見付けたり、競走(争)の仕方を選んだりしている。</li> <li>・ 走ったり跳んだりする動き方を知るとともに、友達のよい動き見付けている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 走の運動遊びでは、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などができる。</li> <li>・ 跳の運動遊びでは、前方や上方に跳んだり、連続して跳んだりすることなどができる。</li> </ul>

##### (3) 学習活動に即した評価規準

運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
<ul style="list-style-type: none"> <li>① 走の運動遊びに進んで取り組もうとしている。</li> <li>② 運動の順番や決まりを守り、勝敗の結果を受け入れて、友達と仲よく運動しようとしている。</li> <li>③ 場の安全や用具の使い方に気を付けて友達と一緒に活動しようとしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 動きを比べて走ったり、走り越えたりする動き方がわかる。</li> <li>② 走る場所や使用する用具などを変えながらいろいろな走り方を見付けたり、競走の仕方を選んだりしている。</li> <li>③ 友達のよい動きを見付けることができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 視線に気を付けながらまっすぐ走ることができる。</li> <li>② 体のバランスに気を付けていろいろな方向に走ることができる。</li> <li>③ 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。</li> <li>④ 相手にリングやバトンを渡したり受けたりしてリレーをすることができる。</li> </ul>

#### 4 指導に当たって

##### (1) 児童観

本学級は、男子15名、女子10名、計25名である。4月に2名、7月に1名が転校してきた。また、2学年時に学級編制をしている。体力・運動テストの結果は、全体的に低く、男女ともに50m走や反復横とびといった瞬発力に課題がある。1学年時から、楽しい体育や外遊びを奨励してきたが、身体能力を意図的に高める活動は、十分には行えていない。

地域のスポーツクラブは、サッカーチームが2団体、野球チームが1団体、女子のスポーツは、以前バレーやバスケットがあったものの人数減少によりなくなった。従って、学校での体育や休み時間の活動が児童の運動に親しむ基盤作りの重要な一躍を担っている。

体を動かすことが好きな児童が多く、チームごとの競争なども好み体育の授業に進んで参加している。運動会では、大玉ころがし（3人組の回旋折り返しリレー）を行った。その際、内側と外側の役割や応援が勝ちにつながるなどを工夫して練習し、運動会当日、勝利することができた。動きを理解し、工夫することがスピードアップにつながることを実感できた活動となった。今後は、速い動きや、リズムよく走るコツを身に付けていくことが児童の課題である。

## (2) 単元観

### ①一般的特性

本単元「走の運動遊び」のねらいは、「簡単なきまりや活動を工夫して各種の運動を楽しくできるようにするとともに、その基本的な動きを身に付け、体力を養うこと。」「だれとでも仲よくし、健康安全に留意して意欲的に運動する態度を育てること。」である。各種の運動の簡単なルールや行い方を意識して、自分なりにより速く動けるように工夫し、楽しく行うことが目標である。「自分でうまくいったぞ」と達成感を得られる運動でもある。また、順番やきまりを守って仲よく運動をするなどの態度の育成を目指したものである。

### ②児童からみた特性

みんなと楽しく走の運動遊びができるように、折り返しリレーの行い方を理解することが導入では大切である。また、リレーの引き継ぎは、誰がどのくらい走るのかという作戦を工夫したり、走路をいかに速く走り抜けるかがポイントとなる。また、いろいろな方向に走る場設もあり、前だけでなく、横方向や後方への移動も体験でき、体の重心移動や、移動時の軸足をどうするかを工夫する必要もある。更には、障害物を飛び越える場面では、飛び越えるための工夫と、着地後にいかにスピードを落とさずに走ることができるかを考えさせることができる運動でもある。

勝敗を競うためには、チーム編成を工夫したり、チーム間の差が大きい場合は、ハンデを付けて偶然性を加味したり、対戦相手を流動的にすることも可能な多様に工夫できる運動である。

## (3) 指導観

仙台市小学校教育研究会 体育部会 研究主題と関連付けながら、以下の点に配慮して指導にあたる。

研究目標  
『児童のわかること・できることを大切にした体育学習の在り方』  
～指導と評価の工夫を通して～

児童の「わかること」とは、運動の行い方を理解することであり、「運動の行い方」とは、動き方、ルール、マナー、課題解決のための練習等である。また、「できること」とは、基本的な動きや技能を身に付けることである。

このとらえをもとに、1地区では運動の特性に触れ、友達とかかわりながら運動の感覚をつかみ大いに動き、達成感や成就感を感じることができる児童像をかかげた。そして、「わかったこと」をどのように体感させ、できるようにするか研究を深めることで主題にせまりたいと考えた。そのため、今年度も、陸上運動を中心とした運動領域を継続して実践し、これまでに整理した「わかること・できること」の系統表を活かし、具体的にどんなことを「体感」させられるかを明らかにし実践することにした。その手だてを次の3点とした。

- ①動きを体感できる指導過程と評価の工夫
- ②かかわりを大切にした学習形態の工夫
- ③運動の特性に応じた補強運動の工夫

○「わかること・できること」のおさえは、以下のようになる。

項 目	内 容
わかること (思考・判断)	運動の行い方がわかり、自己の課題の解決を目指し見通しをもって工夫したりよいよい動きを見付けたりする。
できること (技能・態度)	きまりを守り、場の安全に注意し、運動を楽しく行うための基本的な動きを身に付け、精一杯動くことができる。

「わかること・できること」を「走の運動遊び・走の運動・陸上競技」に系統立ててまとめると、次のようになる。

	内容	走の運動あそび（低）	走の運動（中）	陸上運動（高）
わかる	走	距離や方向に応じた気持ちのよい走り方がわかり、友達の良い動きを見付けたりする。	距離を決めて、調子のよい走り方がわかり、自分の課題にあった課題を選べる。	一定の距離を全力で走るために走り方のポイントや、自己の課題に応じた練習の仕方がわかる。
	障害走	楽しいリズムで低い障害物を走り越える間隔を工夫したり見付けたりする。	いろいろなリズムで小型ハードルを走り越える場を選んだり動きのポイントを見付けたりする。	上体を前傾させて3～5歩のリズムで走り越えるポイントがわかる。
	リレー	前や後ろからの向きに応じたタッチの仕方やバトン（リング）の受け渡し方を見付ける。	走りながらバトンパスの仕方や競争の仕方がわかる。	減速の少ないバトンパスの仕方や競争の仕方がわかる。
つかむ	走	走り方を制限していろいろな距離や方向で走りバランスをつかむ。	素早い走り出しの姿勢を比べたり速さを比べたりして走り方をつかむ。	素早い走り出しの姿勢や走る速さに変化をつけて走り方をつかむ。
	障害走	条件した走り方で障害物の走り越え方を比べつかむ。	決められた歩数の間隔をゆっくり歩いたり走ったりしてリズムをつかむ。	3～5歩のリズムでラインやシートで障害物の走り越え方をつかむ。
	リレー	両手や片手での受け渡し方を比べよりよい感覚をつかむ。	追いかけて走をしながらタッチする感覚をつかむ。	タイムを比べたり、タフロープなどを使ったりして減速しないバトンパスの感覚をつかむ。
できる	走	距離や方向に応じて気持ちよく走ることができる。	距離を決めて、調子よく走ることができる。	一定の距離を全力で走りきることができる。
	障害走	いろいろな間隔の障害物を楽しく走り越えることができる。	いろいろなリズムで小型ハードルを走り越えることができる。	上体を前傾させて3～5歩のリズムで走り越えることができる。
	リレー	前や後ろからの向きに応じたタッチの仕方やバトンの受け渡し方が気持ちよくできる。	走りながらバトンパスをしたり競争したりすることができる。	減速の少ないバトンパスをしたり競争したりすることができる。

### ①動きを体感できる指導過程と評価の工夫

#### ○制限走の工夫

走るとき、手と足の連動が大事である。児童自らが気付くために「制限走」を経験させ、手の動きの大切さを体感させていきたい。制限走には、手を後ろに組んだり、バンザイをしたり、片手だけで走ったりなどを体験させたい。

#### ○条件走の工夫

毎時間の折り返しリレーをするコースに違いを持たせて色々な方向に走ったり、ダンボールを跳び越えたりする「条件走」を体験させていきたい。いろいろな方向とは、スラロームの動き、回旋する動き、前後左右に素早く走る動き、斜め方向に素早く走る動きなどを考えている。障害物を跳び越える時は、障害物の大きさにも配慮したいと考える。

#### ○評価の工夫

児童が、「速く動けた」「リズムよくできた」ということを評価するためには、教師や友だちの賞賛が評価規準の一つになると考える。児童が基本的な動きを身につけ、一生懸命動くき、自分の走りに満足することができたとき低学年においては体感ととらえた。

単元全体を通して、系統的に評価し、1時間の学習においては、評価項目を絞っていきたい。また、授業後に感想を書かせたり、自己評価させることにより、走る楽しさを把握していきたい。

### ②かかわりを大切に学習形態の工夫

#### ○学びの振り返り

ゲーム終了後に、見学していたチームに自由に気付いたことを伝えさせ、そのための見る観点を事前に指導する。絵や映像で具体的に教え合う時間を常に設定することで、子どもたちは友達の動きのよさを見つけようと意識するようになると思われる。友達にほめられることが、さらなる意欲につながると考える。

### ③補強運動の工夫

- 準備運動では、ティーチャーヒカルプログラムの子ども体力向上プログラムのダンスを取り入れる。このダンスは、様々な部位が連動して動くダンスで、リズム・筋力・瞬発力などが身につく、体力向上につながるものである。教師が師範を示しながら、取り組ませたいと考える。
- 補強運動については、パターン化を図り、同じ流れで運動をすることにより、児童が見通しを持って参加できる内容としたい。また、体力向上にも配慮していきたい。

## 5 指導と評価の計画

第2学年 単元名：折り返しリレー		配当時間：5時間		
時間	主 な ね ら い ・ 学 習 活 動	学習活動に即した評価規準		
		関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能
1	<p>チームを決めて、折り返しリレーを楽しむ。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 準備体操</li> <li>2 コース練習</li> <li>3 5回の折り返しリレーのゲーム</li> <li>4 教え合いタイム</li> <li>5 1種目でタイムアタック</li> <li>6 整理体操</li> </ol>	① ③		
2	<p>手を伸ばしたり縮めたりさまざまな条件で直線コースを走り、折り返しリレーを楽しむ。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 準備体操</li> <li>2 制限走を通して、フォームを理解           わかる</li> <li>3 5回の折り返しリレーのゲーム           つかむ（体感）</li> <li>4 教え合いタイム</li> <li>5 1種目でタイムアタック           できる</li> <li>6 振り返りと整理体操</li> </ol>		① ③	①
3 (本時)	<p>大小の障害物を走り越えて、折り返しリレーを楽しむ。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 準備体操</li> <li>2 ダンボールを走り越える           わかる</li> <li>3 5回の折り返しリレーのゲーム           つかむ（体感）</li> <li>4 教え合いタイム</li> <li>5 1種目でタイムアタック           できる</li> <li>6 振り返りと整理体操</li> </ol>		① ③	③
4	<p>他方向への動きを入れた、折り返しリレーを楽しむ。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 準備体操</li> <li>2 さまざまな制限や条件で走る。           わかる</li> <li>3 5回の折り返しリレーのゲーム           つかむ（体感）</li> <li>4 教え合いタイム</li> <li>5 1種目でタイムアタック           できる</li> <li>6 振り返りと整理体操</li> </ol>		① ③	②
5	<p>直線走・障害走・多方向への走りで体感した走りを生かして、まとめの折り返しリレーをする。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 準備体操</li> </ol>	②	②	④

2	今まで学習したさまざまな内容で走る	わかる		
3	5回の折り返しリレーのゲーム	つかむ（体感）		
4	教え合いタイム			
5	1種目でタイムアタック	できる		
6	振り返りと整理体操			

## 6 本時の展開(3/5)

### (1) 本時の目標（観点別）

- ① 動きを比べて走ったり，走り越えたりする動き方がわかるようにする。 【思考①】
- ② 友達のよい動きを見付けることができるようにする。 【思考③】
- ③ いろいろな間隔に並べられた障害物を走り越えることができるようにする。 【技能③】

### (2) 本時の体感について

障害物を走り越えるゲームを通して、「素早く走り越える」ための動きをつかむことができるように，教え合いを取り入れる中で体感させたい。

### (3) 準備物

- ・カラーコーン15個・段ボール20個(大5個 中15個)・バトン5色・DVD・ホイッスル
- ・DVDラジカセ・ラインテープ(黄色)20m×5本・大型ストップウォッチ・対戦表
- ・ABCDEの対戦表示・デジタルカメラ・中型液晶テレビ・ポイントカード人数分

### (4) 学習過程

過程	時間	主な学習活動	教師の働きかけ・評価(☆)
導入	8分	1. チームごとに整列する。	・チームで声をかけあわせ素早く並ばせる。
		2. チームごとに並んでティチャーヒカルプログラムによる体力向上ダンスをする。	・各部位をできるだけ大きく動かすよう意識させる。
展開	6分	3. グループで直線コースを走る。	・練習した直線コースを全員走る。
		4. ダンボール(大)を1つ越えて走り抜ける。  ・着地の位置やリズムを意識しながらもう一度跳び越える。	・踏み切った位置や，着地した位置に気付かせる。マーキングをして視覚的に見せる。  <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">動きを比べて走ったり，走り越えたりして気持ちのよい動き方に気付くことができるようにする。 【思考・判断①】</div> ・リズム良く越えた児童に模範演技をさせる。 ・グループの友達をハイタッチで迎えるようにする。
開	30分	5. 本時のめあてを知る。	
		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">ダンボールごえで勝利めざそう！ ～リレーを楽しもう～</div>	
開	7分	6. 対戦表でチームの順番を確認する。	・対戦表は事前に決め，掲示する。 ・各チーム内で，引きつぐ順番は予め決めておかせろ。
		6. 等間隔に並べた3つのダンボールは越えて競い合う。(3チーム×2回) ・対戦した後，その都度教え合いタイムを設けて，応援した2チームの子は，気付いたことを伝える。	・勝つには，どうすればいいかをはっきりさせて，相談させる。  <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">友達のよい動きを見付けることができるようにする。 【思考・判断③】</div>

7分	7. 3回目の対戦から、自分たちがもっと速くダンボールを越えられるようにダンボールの位置を決める。  ・自分たちが設置した位置で、5分程度練習をする。	<ul style="list-style-type: none"> <li>全体で5回の折り返しリレーとなるが、1回毎に教え合いタイムを入れる。</li> <li>教え合いタイムでは、教師も特定の動きに注目して一言添える。</li> <li>各チームで3つのダンボールをどこに置いた方がより速く超えられるか考えさせる。そのためにコースに目盛りをつけておき、考えやすいようにする。</li> <li>練習の間に、ダンボールの越え方とインターバルの走り方について全ての児童に声かけをする。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>いろいろな間隔に並べられた障害物を走り越えることができるようにする。 【運動の技能③】</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>必要に応じて障害物をいくつか外せるようなハンドのくじも用意する。</li> </ul>
	10分	8. 各チームが考えて並べた3つのダンボールは越えて競い合う。 (3チーム×3回)  ・対戦した後、教え合いタイムを設けて、応援した2チームの子は、気付いたことを伝える。
まと7分め	9. 担任は、とくに良かった児童を選び、模範演技をさせる。  10. チームでタイムアタックをする。 ・それぞれのチームのタイムを知る。  11. 整理体操をする。 (柔軟・ストレッチ運動)  ・終わりのあいさつをする。 12. 全員で片付ける。	<ul style="list-style-type: none"> <li>走るリズムや跳び方の良かった点を全体に見せる。</li> <li>大型タイマーを活用する。</li> <li>より意欲が高まるように、ヒーローインタビューに答えさせる。</li> <li>折り返しリレーで並んでいる場で軽い屈伸運動やストレッチをする。</li> <li>最後に「ヒーローインタビュー」をし、時事への意欲につなげる。</li> <li>次に使う人のために片付けて本当の終わり意識させる。</li> </ul>

#### (4) 評価

- 動きを比べて走ったり、走り越えたりする動き方がわかることができたか。 【思考①】
- 友達のよい動きを見付けることができたか。 【思考③】
- いろいろな間隔に並べられた障害物を走り越えることができたか。 【技能③】

学習活動に即した評価基準	Aと判断する学びの姿	Cの児童への手だて
動きを比べて走ったり、走り超えたりする動き方がわかる。 (思考・判断①)	動きを比べて、自分の走りに生かすことができる。	動きを比べ、どちらの動きがやりやすかったのかを考えさせる。
友達のよい動きを見つめることができる。 (思考・判断③)	友達のよい動きを見つけて、適切に言葉で表現できる。	よい動きの児童を紹介し、どんなところがよいのかを考えさせる。
いろいろな間隔に並べられた低い障害物を走り超えることができる。 (技能③)	いろいろな間隔に並べられた低い障害物をスムーズに走り超えることができる。	走り超えることができる間隔や、走り方を助言する。

## 7 資料

- (1) 対戦表 A～Eは、毎回ジャンケンで決定する。  
(1位-A・2位-B・3位-C 4位-D・5位-E)

①	A	B	D
②	A	C	E
③	B	D	E
④	B	C	E
⑤	A	C	D

チーム名	
1 (ファイトチーム)	
2 (ゴーゴーチーム)	
3 (絆チーム)	※c
4 (ダッシュチーム)	※a・b
5 (ファイターズチーム)	
※抽出児童	

- (2) 学習の場 (本時は、中央のコースを学習する)

**明るく楽しむしかけ**

- ・どの種目で競うか、くじ引きで決まる。
- ・対戦相手は、じゃんけんで勝った3チーム(2チームは応援)ゲーム数は平等に3回ずつ。
- ・折り返しリレーをする。パトゾーンをもうける。折り返しには風船。
- ・風船を足で割って折り返す。
- ・チーム5人(男3人女2人)

**手立て**

- ・キャプテンがじゃんけん
- ・チーム名を決める。
- ・チームカラーを決める。
- ・チームの手作りパトゾーンを作る
- ・チームごとポイントカード。
- ・チームのかけ声を決める。
- ・応援の言葉を共有する。
- ・負けたチームは応援チームにどうだったか聞く。
- ・設置する物は同じ位置。
- ・引継順番は1単位時間固定。
- ・それぞれの種目で、速く動くコツを会得する。
- ・練習時間の持ち方を吟味。
- ・明るく楽しくがめあて。

**コース**

- ①4点タッチ
- ②ダンボール越え
- ③前後走り
- ④スラローム走り
- ⑤直線走り

**1単位時間の流れ**

- ①準備体操
- ②コース練習
- ③5ゲーム(3回できる)
- ④教えあいタイム
- ⑤1種目でタイムアタック
- ⑥整理体操

**かけ声**

- 「ファイト!ファイト!」
- 「ゴーゴーレッツゴー」
- 「いーけいけいけ」
- 「3・3・7拍子」
- 「がんばれがんばれ」
- 「フレーフレー」etc

**応援のことば**

- 「ナイスファイト」
- 「がんばったね」
- 「OOがはやかったよ」
- 「OOがうまかったよ」
- 「OOはこうしたら?」
- 「ドンマイ」etc

細川 高宏(八木山南小学校)

○本時は、中央の場での折り返しリレーとなる。次時以降に、いろいろな方向での走りを加えた折り返しリレーをしながら、単元の目標にせまることになる。

○かけ声や応援のことはについては、この場の例示に止め、子どもたちが応援に集中して、お互いを見合うことが少なくならないように配慮したい。声を出すことは、必ずしもよりよい動きにつながる訳ではないと考えている。