

第3学年〇組 体育科学習指導案

平成27年5月〇日 〇曜日 第〇時 (体育館)

指導者 〇 〇 〇 〇 印

1 単元 体づくり運動 (体ほぐしの運動)

2 単元の目標

- (1) 自己の体に関心を持ち，約束を守り，仲間と助け合って運動しようとする。
- (2) 自己の体力や体の状態に応じて，体ほぐしの行い方を工夫することができる。
- (3) 体を動かす楽しさや心地よさを味わおうと，仲間と楽しく運動することができる。




3 学習の計画 (4時間完了)

- 第1次 第1時 いろいろな体ほぐしの運動を体験し，学習の見通しをもつ。
- 第2次 第2時～第3時 クラスみんなで力を合わせて活動的な運動をしたり，ゆったりと静的な運動をしたりする。
- 第4時 (本時) 今まで行ってきた体ほぐしの運動をグループで選び，ルールややり方を変えて運動する。

4 本時の学習指導

- (1) 目標
  - みんなと仲良く関わり合いながら，進んで運動を楽しもうとする。
  - 友達と協力して考え，工夫した体ほぐしの運動を行うことができる。
- (2) 準備・資料
  - 児童……学習カード
  - 教師……フラフープ20個，ふうせん20個
- (3) 関連
  - 2年 体育 体づくり運動 (体ほぐしの運動，多様な動きをつくる運動遊び)
  - 4年 体育 体づくり運動 (体ほぐしの運動，多様な動きをつくる運動)
- (4) 学習過程

段階	学 習 活 動	時 間	指 導 上 の 留 意 事 項
つ か む	1 集合し，整列する。	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>○体育係の指示で4列横隊で整列する。</li> <li>○健康観察・服装調べをする。</li> <li>○1，2年時に学習した内容を振り返りながら，やさしい運動から徐々に行わせる。</li> <li>○児童の実態に合わせ，特に向上させたいと思われる力をポイントとして挙げる。</li> </ul>
	2 準備運動をする。 ○全員で体操とストレッチをする。		
追 究 ・ 習 熟 す る	3 本時の学習内容の確認をする。 ○本時の課題を確認する。		
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">                     友達と協力して，体ほぐしの運動を工夫しよう。                 </div>		
	4 今まで行ってきた体ほぐしの運動を行う。 【せなかずもう】 ○腕を組み，背中で相手を押す。 ○同じ力で押し，同時に立ち上がる。 【ひざタッチ】 ○片手をつなぎ，反対の手で相手のひざを触る。 【フープ投げ入れ】 ○一人がフープを投げ，もう一人がいろいろな方向からぐる。		<ul style="list-style-type: none"> <li>○お互いに声をかけ合い教え合いながら行うことを伝える。</li> <li>○初めは「呼吸を合わせる」「相手の体の様子を感じる」ことを意識させ，徐々に力を入れさせる。</li> <li>○周りの友達とぶつからないように十分な間隔をとってから行えるように配慮する。</li> <li>○フープが倒れるまでに何回くぐるかを競わせる。</li> </ul>

	<p>【風船バレーボール】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ グループで手をつないで円になり、風船を落とさないように打つ。</li> </ul>	20	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 手をつないでいる相手のことを考えながら行動させる。</li> </ul> <p>評 相手のことを考えながら、進んで体ほぐしの運動に取り組んでいる。 (行動, 発言)</p>
習熟する	<p>5 工夫した体ほぐしの運動を考える。</p> <p>(1) グループ作りをする。</p> <p>(2) グループで話し合い、体ほぐしの運動をする。</p> <p>【セーの】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 人数を増やす。寝ころんで起きる。</li> </ul>  <p>【ひざタッチ】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 触る場所を、ひざ、せなか、おしりなどにかえる。</li> </ul>  <p>【フープ投げ入れ】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 二人で手をつないでくぐる。</li> </ul> 	35	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 手を打った回数的人数でグループをつくらせる。</li> <li>○ グループの友達のこと考え、みんなが楽しめるようにすることを伝える。</li> <li>○ 声をかけ合ったり、楽しく運動したりしているグループを紹介する。</li> <li>○ 話し合いがなかなか進まないグループには具体的な例を挙げて、動きの変化などの工夫をイメージさせる。</li> </ul> <p>評 動きの変化などを取り入れ、動きの質を高めた体ほぐしの運動を行っている。 (行動, 発言)</p>
まとめ	<p>6 本時の学習内容を振り返る。</p> <p>(1) よい工夫をしていたグループの体ほぐしの運動を紹介する。</p> <p>(2) みんなで同じ運動をする。</p> <p>7 整理運動と後片付けをする。</p>	45	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ よい動きや、動きの質が高まった場面を見つけて称賛し、価値付ける。</li> <li>○ 友達と声をかけ合いながら行わせる。</li> <li>○ 協力して素早く行わせる。</li> </ul>

(5) 本時の評価規準

- 相手のことを考えながら、進んで体ほぐしの運動に取り組んでいる。(行動, 発言)
- 動きの変化などを取り入れ、動きの質を高めた体ほぐしの運動を行っている。(行動, 発言)

5 備 考

(1) 学級の実態

- 運動に積極的に取り組み、体育の時間を楽しみにしている児童が多い。その一方で、気持ちが高まってくると、自分のことしか考えることができず、相手に対して配慮した行動をとれる児童は少ない。

(2) 指導の力点

- 体ほぐしの運動の基礎的な動きをみんなで行った後に、教師がリードしながらグループによる話し合いを進める。また、相手のことを考え、みんなで楽しむ方法を導き出すことで、自然に相手のことを思いやる気持ちを育てる。

6 指導と評価