

体 育 科 学 習 指 導 案

指導者 熊野町立熊野第四小学校
教諭 ○○ ○○

1 日時 令和3年12月14日(火) 第4校時 熊野第四小学校 運動場

2 学年 第4学年○組

3 単元名 「とびこそう！！ブリスベンへ」
C 走・跳の運動(イ 小型ハードル走)

4 単元について

(1) 単元観

本単元は小学校学習指導要領(平成29年告示)解説体育編第3・4学年「C、走・跳の運動」「イ 小型ハードル走」を受けて設定されている。走・跳の運動遊びは、「走の運動遊び」及び「跳の運動遊び」で、走・跳の運動は、「かけっこ・リレー」、「小型ハードル走」、「幅跳び」及び「高跳び」で内容を構成している。これらの運動(遊び)は、走る・跳ぶなどについて、友達と競い合う楽しさや、調子よく走ったり跳んだりする心地よさを味わうことができ、また、体を巧みに操作しながら走る、跳ぶなどの様々な動きを身に付けること(知識および理解)を含んでいる運動(遊び)である。走・跳の運動遊び及び走・跳の運動の学習指導では、走ったり跳んだりする動き自体の面白さや心地よさを引き出す指導を基本にしながら、体力や技能の程度にかかわらず競走(争)に勝つことができたり、勝敗を受け入れたりするなどして、意欲的に運動(遊び)に取り組むことができるように、楽しい活動の仕方や場を工夫することが大切である。

(2) 教材観

本単元は、低学年の走・跳の運動遊びの経験を生かし、やや高くなった小型ハードルを調子よく(動きがとぎれず、なめらかに)走り越えることで、その楽しさや喜びにふれることができる運動である。楽しく運動できるという観点から2つの楽しみ方を用意する。

1つ目は、色々な場所に小型ハードル(段ボールハードル、ペットボトルハードルを含む)を置いて、色々なリズムで走り越えて運動を楽しむ。2つ目は、40mの直走レーンに、一定のインターバル(4.5m, 5m, 5.5m, 6m)を決めておいた小型ハードルを走り越えて運動を楽しむ。これらのハードル走を通して、インターバルの距離やハードルの高さに応じて、いろいろなリズムや同じリズムで走り越える動きや技能を身に付けていき、高学年のハードル走(陸上運動)に繋げていくことをねらいとしている。(※ここでの小型ハードルはペットボトルやダンボールを使用)

(3) 児童観

児童の実態についてアンケートをもとに記載しています

(4) 指導観(ゴシック網掛けは共生の視点・ゴシック下線は関わり合いの視点)

学習は体ほぐしの運動を使って小型ハードル走の動きにつながる運動を行い、単元の前半では、色々なリズムで小型ハードルを走り越える小型ハードル走を楽しみ、単元の後半では、一定のインターバルに置かれた小型ハードルを同じリズムで走り越える小型ハードル走を行い、自分の目標タイムを縮めることを目標にする学習に繋げていく。その際、ペアの友達と互いに動きを見合い、教え合う活動を取り入れ、自分にあったリズムやインターバルを見付けていくことができるようにしていく。また、道具の準備や片付け、場の安全確認、記録の測定など、様々な役割をチームの中で分担し、仲良く充実した学び合いができるようにしていく。

運動に意欲的でない児童には次のような配慮を工夫し、少しでも自分の伸び、チームの中での存在感を味わえるようにさせていく。

- ・ハードル走のコースは、1つの場だけでなく、高さやインターバルの距離を変えるなど、易しい課題や複数の課題を設定する。
- ・友達同士でうまく関わり合うことができない児童には、互いに見合い、教え合う学習の仕方を体験させ、学習することの楽しさや嬉しさが味わえるようにする。
- ・振り返りの場面などで、友達同士の学習の成果を認め合えるよう声かけを大切にする。

5 単元の目標

知識及び技能	・小型ハードルの運動の楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、小型ハードルを調子よく走り越えることができるようにする。
思考力・判断力・表現力等	・自己の能力に適した課題を見付け、動きを身に付けるための活動や競争の仕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	・運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲良く運動したり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりできるようにする。

6 単元の評価規準

知識・技能	・決められた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ことができる。 ・ハードル走の特性に応じた技能を身に付け、競争したり、自己の記録を高めたりすることができる。
思考・判断・表現	・友達のよい動きや進歩を見付けたり考えたりしたことを、友達に伝えたり、発表したり、書き出したりしている。 ・自分の活動の場を選んだり、目標記録に挑戦したりして練習の仕方を工夫している。
主体的に学習に取り組む態度	・小型ハードル走で互いの動きを見合ったり、課題を伝え合ったりする際に友達の考えを認めようとしている。 ・小型ハードル走のきまりを守り、誰とでも仲良く励まし合って練習や競争をしようとしている。 ・ハードル走の楽しさや喜びを求めて進んで取り組み、互いに協力して運動したり、安全に気を付けて運動したりしようとしている。

7 指導・評価計画案（全7時間）

時	1	2	3	4	5（本時）	6	7
0	●オリエンテーションをしよう。 ・学習の進め方 ・安全に関する指導 ・準備や後片付けの確認 ・授業の約束 ・グループ作り ●体ほぐしの運動をしよう。 ・リズム走 ・1歩ハードル ・ホイッスルターン ●いろいろな小型ハードルを走り越えよう。 ・インターバルの違うコース ・高さの違うコース	いろいろなリズムで小型ハードルを走り越えて、ハードル走を楽しもう ●体ほぐしの運動，学習のめあての確認 ・ミニハードル ・リズム走 ・ミックスハードル ・フラットフープ ・コーンハードル ●いろいろな小型ハードルを走り越えよう。 ・インターバルの違うコース ・高さの違うコース ・ふみきり・着地を意識したコース ●40mハードルを計測しよう。			自分に合ったリズムで調子よく跳び、自分の目標タイムを縮めていき、ハードル走を楽しもう ●自分に合ったインターバル（3歩のリズム）を見付ける。 ・いろいろなインターバルのコースを試す。 ・友達と見合い，教え合う。 ●40mハードルを計測しよう。		
	●学習の振り返り ・友達の動きのよさ（ふみきり：遠く リード：のぼす 着地：近く 3歩のリズム）						
45		運動を楽しもう			もっと運動を楽しもう		

8 本時の学習展開（5／7時）

（1）本時の目標

- ・自分の能力に合った課題（リードやインターバル）にそって、いろいろなハードルを調子よく跳び越そうとしている。（思考力、判断力、表現力等）

（2）学習の展開

主な学習活動	◇指導上の留意点 ◆「努力を要する」状況と判断した児童への指導の手立て ◎共生の視点 ■関わり合いの視点	評価☆ 【評価方法】
1 チームで運動の場や用具の準備，準備運動をする。 2 ドリルゲームをする。	■チームワークを高めるためにチームごとに準備や準備運動を行う。 ◇「トーン 1， 2， 3」のリズムに合わせて，前時の課題に合ったドリルゲームを選択できるようにする。 ○リズムよくハードリング ・ミニH ・ダンボールH ・ペットボトルH ○ふみきり足・リード足・ぬき足 ・コーンH ・フラットフープ	
3 本時のめあてを確認する。	◇前時を振り返りながら子供達と本時のめあてを考える。	
インターバルの違う場も試しながら，リズムよくハードルを跳び越すにはどうすればよいか考え，友達とアドバイスを伝え合うことができる。		
4 自分の課題に合ったコースでリズムよく走る方法を考えながら走る。 5 全体で学びを共有する。 6 話し合った内容をもとにして，再度練習をすることで本時のまとめをする。	◇リズムよく跳ぶための方法を考えさせる。 ◇ペアの友達に自分の課題を伝える時間を確保する。 ◎ペアの友達同士でお互いに判定やアドバイスを伝え合う。 ◆友達のアドバイスではリズムがよくなる児童には，教師が「トーン， 1， 2， 3」の声掛けをしたり，やって見せたりするなど個別に指導する。 ◎友達の良い動きや進歩を積極的に見付けて伝える。 ◇アドバイスの内容を全体場で発表したり，良いモデルを見せたりすることで，より良い運動のイメージを高める。 ■ アドバイスの視点を交流し合うことで，具体的に見る視点の幅を広くする。 ◇どんなことに気を付ければリズムよく跳べたかを考えさせる。	☆自分に合ったインターバルを見付けたり，自分の課題を解決する方法を考えたりしながらリズムよくハードルを走り越している。 【行動観察】
リズムよく跳び越すには，足をまっすぐ伸ばして，「トーン， 1， 2， 3」のリズムで跳ぶと良い。		
7 本時の振り返りをする。	■ 友達同士で教え合ったことを具体的に伝え合う。 ◎友達のアドバイスで自分の跳び越し方が良くなったことを実感する。	

**活用するワークシート(小型ハードル走)
とびこそう！！リズムペンへ⑤**

○学習のめあて リズムよくハードルをとびこすには、どうすればよいか考え、アドバイスを伝え合うことができる。			
40m走の記録		目標とする記録	
今日の記録			
○練習の場		○チャレンジの場	
ダンボールハードル		4 . 5 m	
ペットボトルハードル		5 m	
コーンハードル		5 . 5 m	
ミニハードル		6 m	
○役割分たん			
ダンボールハードル		コーンハードル	
ペットボトルハードル		ミニハードル	
フラットフープ		ペアの友達	
○学習を振り返ろう（よくできた◎ できた○ もう少し△）			
①目標に向かって進んで取り組んだ。			
②用具のじゅんぴや片付けを進んで行った。			
③いろいろなコースにちょうせんできた。			
④友達の動きをよく観察した。			
⑤友達に動きを教えてあげた。			
☆リズムよくハードルをとびこすには、どうすればよいか考え、アドバイスを伝え合うことができた。			
○今日の学習の振り返りを書きましょう。			