

第2学年 体育科学習指導案

ろ組 男子20名 女子20名 計40名
指導者 池田 克 則

1 単 元 いろいろなハードルあそび

2 単元について

(1) 単元の位置とねらい

この期の子どもたちは、「おりかえしリレーあそび」の学習を通して、チームの友達と力を合わせて折り返しリレーをしながら、まっすぐ走ったり、バトンを受け渡したりする楽しさを味わってきている。そして、「相手に勝ちたい」「調子よく走りたい」という思いや願いをもっている。

そこで、ここでは、運動の順番やきまりを守ったり競争したりしながら、いろいろな間隔に並べられた低い障害物をリズムよく走り越える楽しさを味わわせる学習である。また、絵図資料や友達の示範を基に、全身を使った身体表現で動きのまねをしながら、目指す動きの見通しをもたせ、友達のよい動きを見つけたり、目指す動きにつながりそうな練習の場を選択したりすることで、リズムよく走ることができる心地よさを一層味わわせようとするものである。

この学習で身に付けた、リズムよく走り越える動きは、第3学年の「かけっこ・リレー」での、素早い走り出しやしっかり腕を振って走る動きへと発展していく。

(2) 指導の基本的な立場

ハードル走の楽しさは、ハードルをリズムカルに走り越していくところにある。また、いろいろな高さの障害物に挑戦して、克服したり、記録に挑戦し、自分の目標タイムを達成したりすることで楽しさが深まっていく。

第2学年の「いろいろなハードルあそび」は、段ボールやフラフープなどのハードルの置き方を工夫したりハードルの高さを変えたりしながら活動の楽しみ方を広げるなかで、リズムよく走り越す動きを身に付けていく学習である。また、友達とお互いに見合いながらよい動きを見つけたり、目指す動きにつながりそうな練習の場を選択したりすることで全員が楽しめるようになる。

このハードル遊びのおもしろさを味わわせるために、まず、体をどのように動かすのかという動きの構造を子どもなりに理解させる。そして、試しの運動に挑戦して自分の課題を把握させる。また、課題となる動きを身に付けさせるために、どうすればできない動きができるようになるのかという見通しをもたせながら、目指す動きにつながる感覚をつかませる。さらに、視覚的にとらえた動きを理解させるために、全身の姿勢やリズムに着目し、自分なりに身体表現させ言語活動の充実を図り、絵図資料や友達の示範を見せる。

そこで、学習の展開としては、リズムよく走り越すなどのハードル遊びにつながる動きがどのくらいできるか挑戦するチャレンジタイムを行い、うまくできなかった動きについて話し合い、課題となる動きを把握させる。そして、絵図資料や友達の示範を見ながら、どのような動き方をすればよいのか全身による身体表現で伝え合い、目指す動きをとらえさせていく。また、単元を通して、ハードル遊びにつながる動きを身に付けさせるために、体の動き方が体験できる「ケンパー遊び」や「川跳び遊び」などの感覚づくりを位置付ける。単元の前半では、これまでの運動経験や日常の動作などから似ている動きを見つけ、体をどのように動かすことができればよいのかという見通しをもたせる。そして、絵図資料や友達の示範等を見せて、よい動きをまねしながら全身を使って身体表現することで友達とお互いの考えを表現し、自分の課題にあった感覚づくりの場を選択させる。単元の後半では、高さの違うハードルに挑戦したり、ハードルの間隔を工夫しながら競争する折り返しリレーをしたりすることで、高さの違うハードルを走り越すおもしろさやリズムよくハードルを走り越しながら友達と協力してリレーに勝つことの楽しさを十分に味わわせていく。その際、どのような力をもった子どもにおいても勝つチャンスがある場を設定する。最後に、ハードルリレー大会を設定し、これまでの学習によって、自分や友達の高まった動きについて感覚づくりの運動と関連付けて発表させ、お互いの動きの高まりを認め合わせるようにする。

この学習を通して、お互いの動きを見て教え合い動きを高める楽しさを味わい、自らの見通しにより学習してきたことが動きの高まりにつながることを実感させることで、陸上運動や様々な運動に挑戦し続けることができるようにする。

(3) 子どもの実態（調査人数 39 名，調査結果は主な項のみ表掲）

① ハードル遊びに対する興味・関心

好き	35 名	○走り越すことが楽しい（24 名） ○越したり走ったりすることが楽しい（6 名） ○リズム感覚がとれて楽しい（1 名） ○走るのが楽しい（1 名） ○高さも変えられるしリレーもできる（1 名） ○運動が好き（1 名） ○いろいろな体の動きができる（1 名）
嫌い	4 名	○かんたん（3 名） ○やったことがある（1 名）

② 学習のめあてについて

○高さを変えてみたい（12 名） ○リレーがしてみたい（10 名） ○上手に走り越せるようになりたい（7 名） ○リレーで勝ちたい（6 名） ○置き方を工夫してみたい（4 名）
--

③ 動きのコツについて

○腕をしっかり振る（7 名） ○走り越す高さに気を付ける（6 名） ○速く走る（5 名） ○足を大きく広げる（4 名） ○姿勢に気を付ける（4 名） ○着地に気を付ける（3 名） ○走り越すリズムに気を付ける（2 名） ○走り越すときに速さをゆるめる（2 名） ○片足で走り越す（1 名） ○股をあげる（1 名） ○分からない（3 名）

④ 動きに対する課題の自己把握（低い障害物を走り越す）

○走りながら走り越すこと（11 名） ○着地（8 名） ○連続して走り越すこと（7 名） ○越したり走ったりする切り替え（2 名） ○特にない（9 名） ○分からない（2 名）

⑤ 動きについて

	片足で走り越す	リズムカルに走り越す
できる	3 9 名	2 4 名
できない	0 名	1 5 名

本学級の子どもたちは、①の興味・関心については「走り越すことが楽しい」「越したり走ったりすることが楽しい」などの理由から、ハードル遊びを好きな子が多い。反面、走り越すことは簡単だという理由から楽しさを見い出せていない子どももいる。そこで、障害物を置く間隔や高さを変え、活動の楽しみ方を広げ走り越す動きを行う楽しさを味わわせるようにする。また、ハードルを走り越す際に足をぶつけるなどの恐怖感を和らげるために段ボールやフラフープを用いた場を設定する。

②の学習のめあてについては、「高さを変えてみたい」「リレーがしてみたい」という思いが強い。そこで、高さの違うハードルに挑戦する場やどのような力をもった子どもにおいても勝つ機会があるような場を設定するなどし、いろいろなハードルあそびに挑戦できるようにする。また、友達の動きを見て教え合い励まし合いながら、仲よく運動できるように学習を展開していく。

③の動きのコツについては、「腕をしっかり振る」などのコツを理解している子どもも見られる。しかし、一方で、「分からない」と答えている子どももいる。そこで、一連の動きが一目で分かる絵図資料を提示したり友達の示範を見たりしながら、どのような動き方をすればよいのか全身による身体表現で伝え合い、目指す動きをとらえさせていく。

④の動きに対する課題の自己把握については、「特にない」「わからない」といった自分なりの課題に気付いていない子どもも見られる。これは、自分が何ができて何ができていないかということに気付いていないことが考えられる。そこで、チャレンジタイムを通して、目指す動きに対して自分は何ができて何ができないかという観点をもたせ、実際に運動を体験させる活動を設定し自分の動きを認識させていくようにする。

⑤の動きについては、リズムよく走り越すことができない子どもが多い。そこで、「川跳びあそび」などの感覚づくりに十分取り組ませ、リズムよく走り越す動きの感覚を培っていく。

(4) 指導上の留意点

- ア 課題となる動きに挑戦させ、動きが楽しめなかった子どもの意見を中心に、「いろいろなハードルあそびに挑戦して楽しもう」という共通課題を設定する。また、リズムカルに走り越す動きやハードルの高さを変えて走り越す動きに挑戦させることにより、課題となる自分の動きの実態を認識させ、個人の課題を連続・発展させていきたい。
- イ 課題となる動きができるようになるために、「片足で走り越す」「リズムよく走る」などの感覚づくりの運動を位置付け、リズムよく走り越す動きの感覚を十分につかませる。
- ウ 自ら見通しをもたせるために、絵図資料や示範を見ながら、姿勢やリズムに着目して動きを自分なりの表現で全身を使って伝え合う活動を位置付ける。
- エ 目指す動きが上手くできない子どものために、「友達は、どんな動きをしているかな」「できるようになるには、どんな場を選べばよいか」と問いかけ、できるようになった動きを称賛する。
- オ 友達のよい動きのまねをして挑戦できるようにするために、リズムよく走り越すことができている子どもとそうでない子ども同士の異質のグループを編成し、動きを見合い・教え合う活動を位置付ける。
- カ 障害物への接触による痛みや転倒などの恐怖心を取り除くために、段ボールやフラフープを活用した場を設定し、安心して活動に取り組めるようにする
- キ 「どんな動きができるようになったか」「友達のどんなかかわりがよかったか」などの問いかけをもとに、自分なりの見通しとその成果を身体表現で伝え合う活動を行ったり、学習カードに書き込ませたりすることで、学習を振り返り、今後の活動への意欲を持続させるようにする。

3 目 標

- (1) 「リズムよくハードルを走り越しながらリレーをして、相手に勝ちたい」などの思いや願いをもち、順番や決まりを守り仲よく運動できる。
- (2) 友達の動きを見合ったり教え合ったりしながら運動の行い方を知り、自分なりの課題にあった練習の場を選んで取り組むことができる。
- (3) ハードルをリズムよく走り越えながら、全力で走ることができる。

4 指導計画 (全7時間)

時間	1・2		3・4		5 (本時)・6		7
道筋	つかむ・見通す		つかむ・見通す 挑戦する・工夫する		生かす		生かす
課題の追究過程	チャレンジタイムをして、学習計画を立てよう。 ↓ 動きの自己認識 ・リズムよく走り越せないなど ↓ 動きの理解 ・ピョンピョン跳ぶ ・上にボンと跳ぶ	必要な動きに挑戦してめあてを立てよう。 ↓ 必要となる動き ・調整力、敏捷性など ↓ 課題の把握 ・リズムよくハードルを走り越せるようになる。	いろいろなハードルをリズムよく走り越して楽しもう 【感覚づくり】川跳び遊び、ケンパー遊びなど ↓ 姿勢やリズムに着目して上手にハードルを走り越せるようになる。		相手チームに勝つように、みんなで練習してハードルリレーをしよう。		ハードルリレー大会をしよう ↓ ハードルを調子よく走り越すことの心地よさを味わい、動きができることの喜びを感じて運動へ挑戦し続ける姿
			友達の動き→自分の動き 【動きの工夫】 ・腕をしっかりと振る。 ・リズムよく走り越す など		【場の工夫】 ・ハードルの間隔の工夫 ・段ボールの大きさ など		
楽しさ深まり	楽しさ	運動の行い方を知る	友達と楽しさを分かち合う	友達と動きを見合う	友達と動きを教え合う	友達と動きを分かち合う	友達と動きを分かち合う

体 育

5 本 時 (5 / 7)

(1) 目 標

- ア 「ハードルをリズムよく走り越しながら、折り返しリレーがしてみたい」という願いをもって、安全に気を付け、友達と教え合い励まし合いながら運動に挑戦することができる。
- イ 絵図や示範となる友達のよい動きを基に自分の動きの課題に合った練習の仕方を選択したり、リズムよくハードルを走り越すためのハードルの置き方を工夫したりすることができる。
- ウ 自分なりのタイミングで、リズムよくハードルを走り越す動きができる。

(2) 本時の展開にあたって

- 動きを高めるために、自分の動きにどんな課題があるのか絵図や示範となる友達のよい動きを基に見通しをもたせる。そして、見通したことが動きの習得に結びついているか、振り返るために、グループでできるようになった動きやその理由を絵図や示範となる友達のよい動きを基に話し合わせ、自分や友達の高まった動きについて身体表現や自分なりの言葉で伝えさせる。また、ハードルの置き方を工夫させ、リズムよく走り越すことができるようにする。

(3) 実 際

過程	主な学習活動	時間 (分)	教師の具体的なはたらきかけ
つかむ・見通す	1 準備運動をする。 ○ 体をほぐし体力を高める附属体操 ○ 足、足首	8	○ 安全に活動させるために、待つ場所や道具の位置について確認する。 ○ ハードルを走り越す際に負担のかかる足や足首などを中心に準備運動を入念にさせる。
	2 本時めあてについて話し合う。 リズムよく走り越すためにハードルの置き方を工夫しよう。		
挑戦する・工夫する	3 感覚づくりの運動あそびをする。 ○ 感覚づくりの場を選択する。 ・川跳び遊び ・ケンパー遊び	8	○ めあてを明確にするために、体の動かし方がわかる提示資料を活用し、目指す動きを確認させる。 ○ これまでしてきた感覚づくりの資料を提示し、目指す動きとの関係を確認する。 ○ 「どの感覚づくりをしたら上手に走り越せるようになりそうかな」と問いかけ、自分の課題に合った感覚づくりの場を選択させる。
	4 いろいろな間隔で、ハードルあそびをする。		
生かす	5 ハードルの置き方について話し合う。	12	○ 課題となる動きを解決させるために「どのような置き方をするとリズムよく走り越せるかな」などと問いかけ、どんな工夫が必要か声かけをする。 ○ うまくできない子どもに対して、「友達はどんな動き方をしているかな」と問いかけ、友達の動きをまねて自分の動きに生かすように助言する。 ○ 工夫した置き方が、リズムよく走り越すことにつながっているか確認するために、ハードルの置き方を紹介し合い、全身による表現で伝え合わせる。
	6 ハードルリレーに挑戦する。		
生かす	7 整理運動をする	10	○ 工夫した置き方がリズムよく走り越すことにつながっているか確認させるため、ハードルリレーに挑戦させる。 ○ きまりを守ったり、勝敗を受け入れたりしている姿を価値付け、仲よく運動できるようにする。
	8 本時の学習を振り返り、次時の学習について話し合う。 ケンパー遊びをすることで、リズムよく走り越すことができたな。 ハードルを同じ間隔で置くとリズムよく走り越すことができた。		
		7	○ ハードルの置き方や動き方を学習カードに記入させ、今後の活動への意欲を持続させる。 ○ 友達と動きを見合い教え合ったことと動きができるようになったことを関連付けて発表させ称賛し、次時の学習へ意欲付ける。