

体育科学習指導略案

5年3組 39名 指導者 西山 修平

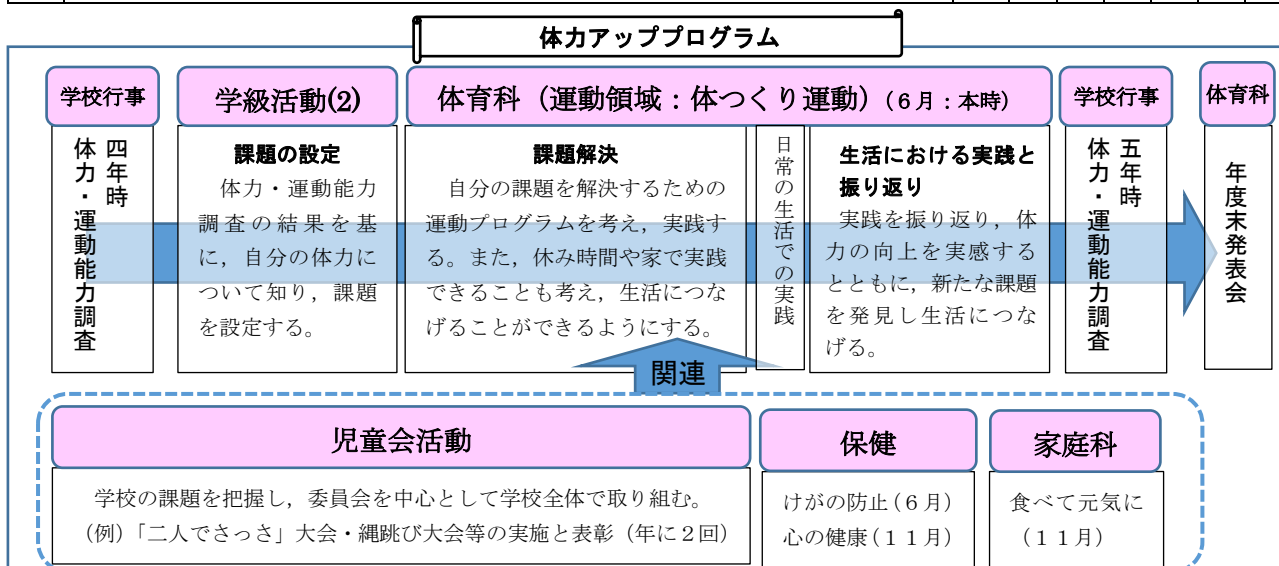
本授業では、以下の検証を行うものである。

学習過程に家庭等での実践や学期末の発表会を設定することは、深い学びを実現し、「学びに向かう力」を育む手立てとして有効であったか。

1 単元 めざせ煌星^{きらぼし}、みんなで体力アップ（体力を高める運動）

2 指導計画（総時数5時間） ○重点化する「全ての学習の基盤となる資質・能力」

次	主な学習内容	時間	基盤となる資質・能力				
			言	情	問	実	協振
1	1 体力を高める運動の行い方を知り、それぞれの運動を試す。	1			○		○
2	2 課題に応じた体力アップメニューを作り、挑戦する。	2				○	○
	3 兄弟グループの体力アップメニューに挑戦し、アドバイスをしながら体力を高める。（本時）	1	○				○
	4 課題に応じた体力アップメニューに挑戦する。	1				○	○



3 本時(4/5)

(1) 目標

自己の体力に応じて課題を設定し、友達とアドバイスをし合いながら、運動の行い方を工夫して体力を高めることができるようにする。

(2) 評価規準

体力を高めることができるように、進んで運動に取り組んでいる。【学びに向かう力・人間性等】
自分の課題を把握し、それに応じた運動の行い方を工夫している。【運動についての思考・判断】

(3) 指導に当たって

ア 主体的な学びの視点

他教科等との関連が図られたカリキュラムを作成することで、子供一人一人が課題を生活へつなげ、継続して取り組んでいこうという「学びに向かう力」を育むことができるようにする。

イ 対話的な学びの視点

挑戦する過程では、体の部位や動きの局面などの運動を見る視点を焦点化し、「思考スキル(比較・関連付け等)」を意識しながら、良かった点と改善点についてアドバイスすることができるようにする。

ウ 深い学びの視点

学習過程に家庭等での実践や学期末の発表会を設定することで、「もっと～できるようになりたい。」と試行錯誤を重ねながら思考を深め、よりよく課題を解決することができるようにする。

(4) 本時の展開

〔 〕 子供の意識 ○指導の手立て ※評価規準

過程	時間	主な学習活動	指導の手立て
つかむ・見通す	7	<p>1 本時のねらいを知り、活動のめあてをもつ。</p> <p>○○アップメニューで体力アップしよう。</p> <p>A：家でもお風呂上がりにストレッチを続けたら、つま先をにぎれるようになったよ。 B：わたしは、テレビを見ながらV字腹筋をがんばってきたから、タイムが縮まっているといいな。</p> <p>2 スキルタイム（準備運動を含む。）</p>	<p>○ 前時を振り返ることで、本時の活動に課題意識をもって取り組むことができるようにする。</p> <p>※ 体力を高めることができるように、進んで運動に取り組んでいる。</p> <p>【学びに向かう力・人間性等】</p> <p>○ スキルタイムでは、ステップやキャッチボール等の基本的な動きを取り入れることで、自分の課題以外の動きも経験できるようにする。</p>
挑戦する	30	<p>3 自分の課題を確認し、ねらいをもとにした活動を行う。</p> <p>グループで作った○○アップメニューで体力アップしよう。</p> <p>(1) 前時の課題を確かめながら、課題に応じて練習を行ったり、グループ内でアドバイスをしたりする。</p> <p>C：前の課題は、ステップの時に腰が高いと教えてもらったよ。 D：じゃあ今日はそこに気を付けてやってみようよ。そして、うまくできるようになってきたらコーンの間隔を狭くしてみよう。</p> <p>兄弟グループが作った○○アップメニューで、更にレベルアップしよう。</p> <p>(1) 兄弟グループで練習方法を紹介し、挑戦する。</p> <p>E：ぼくたちよりもコーンの間隔がせまいね。 F：タイムを競い合いながらだと楽しく取り組めるんだね。</p> <p>(2) 兄弟グループでアドバイスをしながら体力を高める。(フォロータイム)</p> <p>G：もっと腕を後ろに引いてから斜め上に向かって投げると遠くまでとぶよ。 H：本当だ。前よりも遠くに投げられたよ。</p>	<p>○ 前時の課題から考えた練習方法をグループ毎に確認することで、本時の活動のねらいを意識できるようにする。</p> <p>○ 課題ごとに場所を決めることで、安全に活動することができるようにする。</p> <p>協言 体の部位や動きの局面などの運動を見る視点を焦点化し、「思考スキル（比較・関連付け等）を意識しながら、良かった点と改善点についてアドバイスすることで、運動の行い方を工夫しながら体力を高めることができるようにする。</p> <p>○ 記録が伸びた友達と比較することで、更に動きをよくするポイントを見付けることができるようにする。</p> <p>※ 自分の課題を把握し、それに応じた運動の行い方を工夫している。 （観察）【運動についての思考・判断】</p>
振り返る	8	<p>4 本時の学習を振り返り、次時への見通しをもつ。</p> <p>C：コーンの間隔を狭くして練習したら素早い動きにつながりました。でも、途中で体勢が崩れてしまったので、ケンステップを使ってバランスを高めたいです。 H：もっと遠くまで投げられるように、家でタオルを使って腕を振る練習をします。 I：Aさんが紹介したお尻歩きを家でやってみます。</p> <p>5 整理運動を行う。</p> <p>6 協力して安全に片付けをする。</p>	<p>○ 自分たちが工夫した練習方法を紹介し合うことで、次時まで家庭で取り組むことの参考にできるようにする。</p> <p>振 本時の伸びや残った課題を振り返ることで、次時まで自分が取り組むことを考え、意欲を継続して取り組むことができるようにする。</p> <p>○ 使った部位のストレッチを行うことで、筋肉をほぐすことができるようにする。</p>

