

体育科指導案

日時 平成29年5月17日(水) 3校時
児童 1年生
授業者
授業場

1 単元名 走の運動遊び「どきどきハラハラ10秒間走」

2 単元の目標

走の運動遊びに進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動をすることができるようにする。また、走の運動遊びを通して、いろいろな方向に走ったり、走りながらの遊び方を工夫したりしながら、楽しく運動を行い、運動の基礎を培うことができるようにする。

3 単元について

(1) 単元観

走るなどの体を移動させることや、体を巧みに操作して動く行為は、人間本来の欲求である。その中でも、簡単なルールで競争することは、児童にとって最も親しみのある遊びの一つであるといえる。例えば、一定距離を全力で走る「かけっこ競争」などは幼稚園や保育園の運動会では定番の種目であり、遊びの中でもよく見られる。しかし、人間本来の欲求であるはずの「走る」ことに対し、「速いことがよい」という価値観のみに基づいた運動経験では、「走る」ことそのものが「いやだ」と感じてしまうこともあるだろう。そこで、児童が「走る」ことにはたくさんの面白さがあるということを深く味わいながら、「走る」ことに対する価値観を広げていけるようにしていくことが大切になる。

これらを踏まえ、「走る」という行為に結び付く体の動かし方を身に付けたり、人との関わり方や運動との関わり方を学ぶことができる単元にしていくことが重要である。

(2) 目指す児童像

省 略

(3) 指導観

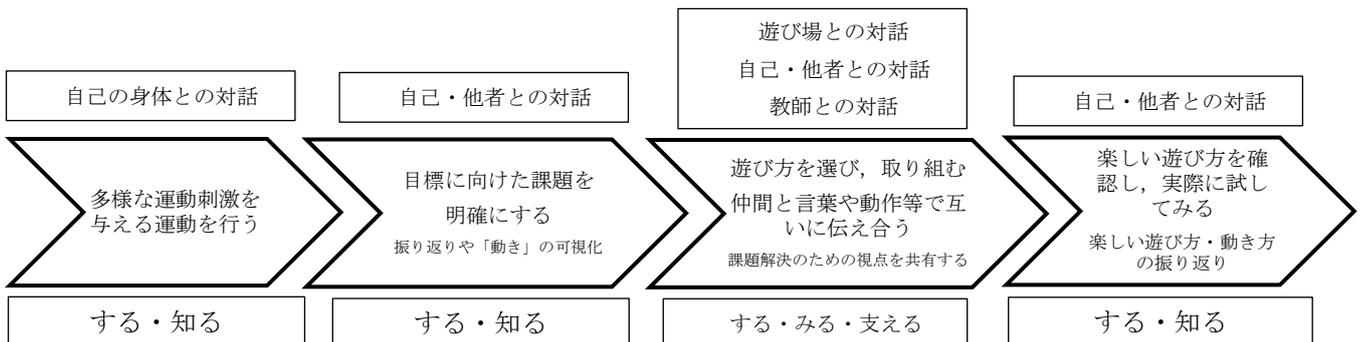
上記の2点を踏まえ、本単元では、どんな児童でも、「走る」ことを楽しみ、繰り返し体を動かしていくことを通して、楽しい遊び方やよりよい動きを工夫していく思考を促していく。そして、「する・みる・支える・知る」の活動を一単位時間の中にそれぞれの「対話」と関連付け学習過程を取り入れて単元を構成していく。以下に、研究に関わる具体的な手立てを述べていく。

本單元における「見方・考え方」と「対話的な学び」との関係性

見方・考え方の高まりのイメージ

児童のこれまでの運動経験において、「走る」ことに対する「見方・考え方」は、競争の中で勝敗を受け入れることであったり、自分のできる限りの力を発揮したりすることである。その「見方・考え方」は、走の運動遊びなど「走る」活動を通して発揮されるものである。まずは、手立て **A-①・②** によって、主体的に「走る」ことに関わっていく児童の姿を引き出す。そして、手立て **I** を講じることで、競争のみならず、走り方を変えたときの感覚の面白さ、スリルを味わいながら走る楽しさ、目標タイムの達成に向かって走ること、自分自身の動きを速めることなどが、「走る」ことに対する新たな「見方・考え方」として拡充されていき、遊び方や自分の動き方を変容させていく姿を引き出していく。

見方・考え方を働かせる対話を位置付けた主体的な学びの学習過程の工夫（1 単位時間） ～ **A-①**



まず、多様な運動刺激を与える運動を位置付けることで「自己の身体との対話」を保障する。これらの運動を「する」ことによって、力の加減やタイミングよく身体を動かす感覚を「知る」。そして、これまでの学びを振り返り、目標に向けた課題を明確にし、その解決に向けた学習の流れを「知る」時間を確保する。そこから、仲間と交流しながら、遊び方を選んだり、工夫したりできるようにし、走ることの面白さを感じさせていく。その際、繰り返して走の運動遊びに取り組めるようにし、「する」活動を通して、走ること、体を動かすことについての見方・考え方を広げていけるようにする。そして、自分たちの運動遊びについて振り返りながら、よりよい動き方やより楽しい遊び方を探しながら、以後の運動遊びに関わっていけるような学習過程にしていく。

自己の能力に合った活動を選択させる（自己の能力に合った活動を段階的に設定していく） ～ **A-②**

本單元では、10秒間でゴールまで走り切る、さらに10秒間でどこまで走ることができるかという活動を設定する。コースは、10m程度の距離を往復する約20mのコースである。20mを10秒で走ることは、すべての児童にとって達成できる条件である。すべての児童がゴールするまでにかかる時間は7秒前後になる。残りの3秒は、すべての児童にとって「余裕」ができるので、「もっとできるぞ!」という意欲を喚起させることができる。また、その3秒の「余裕」の中に、「走り方」や「コース」に制約を与え、どんな走り方やコースでも、クリアできるかどうか難易度を段階的に上げて、自己の能力に合った活動を設定していくことで、意欲や興味を持続していけるようにする。

課題解決のための「共有する視点」を明確にする教師のかかわり【小学校】 ～ **I**

本單元における走の運動遊びの中で一番の面白さとなるのが「10秒間でゴールできるかどうか」というスリル感である。その面白さを基に考えると、本単元の中心となる課題は、「どうやったら10秒間でゴールできるか」という点になる。始めは、「折り返してゴールする」のみの条件でゴールを目指し、全員が達成できるようにする。その後の段階では「走り方」に制約を加え、走り方を変えても全員ゴールできるかどうかを条件で挑戦していく。次の段階では「コース設定」に制約を加える。これらのように制約を与えた時、始めに比べて、ゴールまでたどり着けなくなってしまう事実を基に、なぜ遅くなってしまうのか、もう少し速くすることはできないのかを問い、自分自身の動きを速める工夫などを引き出していく。その際、「自分」がゴールするための視点のみにならず、「みんな」がゴールするための視点として、「教えてあげるとしたら」「困っている人を助けてあげるとしたら」という考えを引き出しいけるようにする。それらの工夫を教師が「共有する視点」として整理する。整理された「共有する視点」は、子供たち同士で応援

し合う視点になったり、友達のよい動きを真似る視点になったりすると考える。そうすることで、自己との対話や他者との対話が生まれ、目標タイムに向かって走り、自分自身の動きを速め、見方・考え方を拡充させながら本単元のねらいに迫っていきけるようにする。

対話的な学びから得たことを試し、自己の身体と対話できるような振り返りの工夫～B-①

対話的な学びで得られた情報を試してみて、自分の感覚でうまく走れたかどうかについて振り返る時間を設ける。その際、共有した視点の中で、どの視点で走ると自分の感覚的には良かったのか、ネームカードを用いて可視化し、なぜそう感じたのか、言葉で表現する場を設定する。その言葉にしたことを基に、最後にもう一度試しに走ってみることを通して、「走る」ことについての運動感覚を磨き、運動の基礎を培いながら「走る」楽しさを味わえるようにしていく。

4 評価規準

運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・表現	運動の技能
ア 走の運動遊びに進んで取り組もうとしている。	ア いろいろな走り方を知るとともに、よりよい体の動かし方を見付けている。	ア いろいろな方向に走ったり、いろいろな走り方をしたりすることができる。
イ 遊びの順番やきまりを守り、友達と仲よく運動をしようとしている。	イ 走の運動遊びの行い方を知り、スタートする位置や走り方などを変えながら、いろいろな遊び方を選んでいる。	イ 遊びの内容に適した走り方をすることができる。
ウ 友達と協力し、用具の準備や片付けたり、安全に気を付けたりしようとしている。		

5 学びの過程のデザイン (全5時間)

下支えする主体的な学び	学 習 活 動	手 立 て
<p>A-① 【多様な動きをつくる運動】 「する・知る (自己の身体との対話)」 【10秒間走チャレンジ】 「する・知る (自己・他者との対話)」 【共有する視点の確認】 「する・みる・支える (教師・自己との対話)」 【再チャレンジ】 「する・みる・支える (自己・他者・遊び場との対話)」 【振り返り、試行する】 「する・知る (他者・自己との対話)」</p>	<p>1 時間目</p> <ul style="list-style-type: none"> ○学習の流れ、単元で取り組む運動内容を知る。 ○走の運動遊びのきまりを確認し、きまりを守って、楽しく運動する。関ア、イ ○いろいろな方向に走ったり、いろいろな走り方を試したりしながら、走の運動遊びを楽しむ。技ア <p>2 時間目・3 時間目・4 時間目</p> <ul style="list-style-type: none"> ○多様な動きをつくる運動を行う。 ○制約のある走り方で実際に走る。技ア ○制約のあるコースで実際に走る。技ア ○10秒間でゴールするための工夫を考える。思ア ○考えたことを基に、様々な走り方でチャレンジする。技ア・イ ○様々な走り方を振り返り、自分でいいなと思った走り方を考える。 ○安全に気をつけて、用具の準備と片付けを行う。関ウ <p>5 時間目</p> <ul style="list-style-type: none"> ○自分たちでスタート位置を選んだり、走り方を工夫したりしている。思イ ○様々なスタート位置で実際に走り、動きを速めていく。技イ ○様々な走り方を振り返り、楽しく学習できたかどうか考える。 	<p>1 「始めに比べて、遅くなってしまいう理由」を基に、遅くならないための工夫を共有する視点として引き出していく。その際、自分のみの視点ではなく、みんながゴールできるようにするための視点として整理し、他者との対話が生まれていくものとなるようにしていく。</p> <p>また、それらの共有する視点は、「自分たちの動きを速めるための工夫」とし、スタートする時、くねくねする時、ジャンプする時、くるくるする時、すなわちタイムロスをしてしまう原因になる点で、どうやって動きを速めていくかという部分において、整理していきけるようにする。</p>
<p>A-② 走り方やコースの制約を段階的に設定していく。</p> <p>1 【走り方】 →つま先で →両手を広げて →腕組みをして</p> <p>2 【コース】 →くねくね →じゃんぷ →くるくる</p> <p>3 【オリジナルコース】 →じゃんぷ×2</p>		
<p>B-① 自分の感覚では、どのような走り方が良かったか振り返り、その振り返りを元に、もう一度試しに走ってみる場を設ける。</p>		

6 本時について (3 / 5 時間目)

(1) 本時の目標

10秒以内にゴールするために、よりよい走り方を考えたり、友達の動きからよりよい動きを見付けたりすることができる。

(2) 本時における研究の視点

手立てIでは、課題解決の場面において、「ゴールにたどり着けなくなってしまったのはなぜかな」と発問し、コース条件によってタイムロスがあったことに視点を向けさせる。そこから、「そのコースでも速く走ることはできないかな」と発問し、自分自身の動きを速めるための視点を引き出していく。さらに、「自分がゴールするため」という視点だけではなく、「みんながゴールするため」という視点を与え、教えてあげたり、応援してあげたりできるように全体交流をしていく。そうすることにより、走り方の視点を確かめ合い、よりよい動きを認識することができ、実際にそれらを走りながら確かめていくことができ、子供同士が応援し合ったり、友達のよりよい動きを見付けたりする姿を生み出していくことができると考える。

(3) 本時の展開

学習活動	主な働きかけ・手立て	【評価】 個に応じた指導 (▲)
<p>前時までに、様々な走り方(つま先で走る, 両手を広げて走る, 腕組みをして走る)で、スリルを味わいながら楽しく走り、自分なりに走りやすい走り方を考えている。</p>		
<p>1 多様な動きをつくる運動に取り組む。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・忍者走り, スキップ走り, くま走り, あひる走りを速くするぞ。 ・リズムに乗って走るぞ。 ・前回の10秒間走をやりたい。 ・やった。今日も、ゴールできた。 <p>2 本時の目標を確認する。</p> <p>10秒でどこまでいけるか挑戦しよう!</p> <p>3 コースに制約を与えて10秒間走にチャレンジする(くるくるコース)。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・10秒以内にゴールできた! ・余裕でゴールできたぞ。 ・ゴール手前までしかいけなかった。 <p>4 みんなが10秒以内でゴールできるようにするにはどうしたらよいか考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・腕を振って走ればいいと思う。 ・コーンを回る時は、内側を走ろう。 ・スタートを速くできるように構えろといいんだよ。 ・回るときは、腕を振らずに、小さく回ると速くなると思うよ。 <p>5 動きを速めるための視点を基に、もう一度10秒間走にチャレンジする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・回るとき気が付けたよ! ・友達が上手く回っていた! ・あの友達のスタートを真似して、ゴールできたよ。 <p>6 自分の感覚でよい走り方だと思う視点到にネームカードを貼り、もう一度試しに走ってみる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・僕は、この走り方がよかったと思う。 ・今度は、もっとちがうコースでやりたい。 	<p>A-①</p> <p>【多様な動きをつくる運動】 「する・知る」自己・身体との対話</p> <p>↓</p> <p>【10秒間走チャレンジ】 「する・知る」自己・他者との対話</p> <p>↓</p> <p>【共有する視点の確認】 「する・みる・支える」教師・自己との対話</p> <p>↓</p> <p>【再チャレンジ】 「する・みる・支える」自己・他者・遊び場との対話</p> <p>↓</p> <p>【振り返り, 試行する】 「する・知る」他者・自己との対話</p> <p>次なる活動へ</p> <p>□ 歩く, 走る, はねるなどの基本的な動きを取り入れ, リズムに乗りながら体を移動させることができるようにする。また, 前回の10秒間走にもチャレンジできるようにする。</p> <p>□ 本時の学習の流れを板書しておき学習の見通しをもたせる。</p> <p>□ コースに制約のある条件で取り組めるようにする。その際, 前とは違う条件でもゴールできるかどうか, 児童の意欲を高める声かけをする。 A-②</p> <p>□ できるだけテンポよくチャレンジさせ, 一人ひとりの走り方について即時的にフィードバックしていく。</p> <p>○ 「ゴールまでになってしまったのはなぜ?」と問い, コースの条件に視点をあて, 「このコースでもみんながゴールをするために工夫できることは何か?」と全体の場で交流する。</p> <p>□ 共有する視点 ・コーンの回り方 ・スタートの仕方 ・腕の使い方 手立て I</p> <p>□ もう一度チャレンジする場を設け, 共有した視点を基に即時的にフィードバックしていく。</p> <p>□ 振り返る視点は, 共有した視点とリンクさせ, その視点の中で自分の感覚でどの視点が良かったか, ネームカードを使って表出させる。その後, もう一度, 自分でよいと感じた視点をもとに走る場を設ける。 B-①</p>	<p>A どのようなコースでも, できるだけ長く走ろうとスリルを味わいながらゴールすることができる。</p> <p>B どのようなコースでも, ゴールまで走りきることができる。</p> <p>C ゴールまで全力で走ることができない</p> <p>【運動観察(技ア)】</p> <p>▲リズムよく声をかけ, 意欲を喚起し, 最後まで走ることを称賛する。</p> <p>A 自分で考えた動き方の工夫を積極的に伝えようとし, それらを実践することができる。</p> <p>△実際に見本となつてもらう。</p> <p>B 共有した視点を基に, 友達のよい動きを見付けることができる。</p> <p>C 体の動かし方を理解できず, ただ走るだけの状態</p> <p>【発言・運動観察(思ア)】</p> <p>▲コーンを回るところで個別に矯正的フィードバックを与える。</p>