

小学部 第1・3～6年 体育科 学習指導案

日 時 ○月○日 (○) ○・○校時
 場 所 小体育館
 指導者 T1○○○○ T2○○○○
 T3○○○○ 他○名

1 題材名 サーキットうんどうをしよう ～うちゅうにいこう～

2 題材の目標

- (1) 主に手や腕を使った基本的な運動に取り組む。
- (2) 友達を意識して順番やきまりを守り、安全に運動する。

3 児童と題材

(1) 児童について

本学習グループは、1年生男子2名と女子1名、3年生男子1名と女子1名、4年生女子1名、5年生男子1名、6年生女子1名の計8名の児童で構成されている。

学習活動において、自分が取り組むことが分かり、達成感や満足感が得られると、「またやりたい」という声が聞かれ、より意欲的に取り組もうとする様子が見られる。

移動面では、1年生男子1名と3年生女子1名は不安定ながら独歩可能であり、1年生女子1名はPCウォーカーでの歩行が可能である。他の5名は車いすを使用している。どの児童も思い切り体を動かすことを楽しみにしている。

これまでに本学習グループの体育では、マット上で四つばいやずりばいで移動したり、横転したり、ボールを投げる等の手や腕を使った運動を行ってきた。それぞれの児童に運動面での制限があるが、適切な支援の方法を工夫することで、十分な運動量を確保したり、いろいろな動きを身につけたりすることができた。

(2) 題材について

サーキット運動は児童の運動特性に応じて比較的小さい負荷の運動を何種類か組み合わせ、断続的に繰り返すことで全身の筋力や持久力を伸ばすことができる。本グループの児童も運動面で制限があるが、それぞれの課題を組み合わせたコーナーを回することで様々な運動に取り組め、十分な運動量を確保することができる。1学期に行ったサーキット運動は、平均台を渡る、ボールをシュートする、マットを様々な姿勢で移動する、スライダーを引っ張るなどの4つのコーナーを設定して行った。それぞれのコーナーを楽しみながら活動できたが、取り組ませたい動きが多く、教師からの多くの支援を必要とした。また、それぞれの児童が各コーナーに取り組む速度が異なるためサーキット運動の流れが滞る場面が見られた。

そこで、それぞれの児童の運動におけるねらいを明確にして活動内容を精選し、手立ての具体化を図るために、個々にMEPA-Rを実施した。その結果から、本学習グループの児童には「手操作能力を生かしての姿勢・移動領域を高める必要性」が共通した目標として挙げられた。そこで、今回のサーキット運動では、手や腕を積極的に使った「姿勢に関する運動」、「移動に関する運動」に加え、「技巧に関する運動」の3つの内容を盛り込んだ。また、サーキット運動全体にストーリー性をもたせることで、それぞれのコーナーでは楽しみながら運動に取り組む、次のコーナーに期待感をもってスムーズに移動できるのではないかと考え、宇宙旅行をイメージして4つのコーナーを設定した。

A コーナー「トレーニングセンター」……手や腕を使ってマットをはう、乗り越えるなどの動きや、階段昇降の動きをねらう（移動）。

B コーナー「ワープ」……フラフープを様々な姿勢でくぐる動きをねらう（姿勢、移動、技巧）。

C コーナー「ロケット」……左右の手を使い、ロープをたぐり寄せる動きをねらう（姿勢、技巧）。

D コーナー「星」……自分の視線よりも上にあるものを見る、上にあるものに触れようと腕を伸ばす動きをねらう（姿勢、技巧）。

以上のねらいから、本題材を設定した。

(3) 指導について

指導にあたっては、児童の「分かる、できる」姿を大切にすることで学習活動に楽しんで向かうことができるようにしていきたいと考え、以下の点に留意した。

◎「分かる」ために

- ・各コーナーにおいて、体の使い方が分かるように、教師が始めに演示してみせる。
- ・コースの周り方が分かるように、チャレンジカードを準備する。また、前回の様子を振り返ることや、本時の活動のめあてをもつことに活用する。

◎「できる」ために

- ・各コーナーで、難易度の異なる複数の活動を設定することで、自分の取り組む活動を選択できるようにする。
- ・各児童がより多く達成感をもつことができるように、「少しがんばればできる」課題を設定する。

4 指導計画（総時数10時間）

| 指導計画 | 主な学習活動 | 時数 |
|-------------------------|---|--------------|
| 1 たいりよくそくていをしよう | <ul style="list-style-type: none"> ロープを引っ張る。 高い場所の物に腕や背筋を伸ばして触れる。 マットの上でずりばいや回転をする。 | 2 |
| 2 サーキットうんどうをしよう | <ul style="list-style-type: none"> マットの上でずりばいや回転をする。 フラフープの輪の中をくぐる（立位、伏臥位、横臥位）。 ロープを引っ張って物をつり上げる。 高い場所にある楽器に腕や背筋を伸ばして触れたり音を鳴らしたりする。 | 6 本時（4／6） |
| 3 サーキットうんどうのはっぴょうかいをしよう | <ul style="list-style-type: none"> 自分の得意な運動を友達に紹介する。 | 2 |

5 本時の実際

(1) ねらい

- 手や腕を積極的に使い、サーキットコース上で基本的な運動に取り組む。
- 友達を意識して順番を待ったり、応援したりして、サーキット運動に取り組む。

(2) 個別のねらい

| 児童(学年・性別) | 本時の目標 |
|-----------|--|
| A | <ul style="list-style-type: none"> 下に置いてあるフラフープの枠を持ち上げてくぐり抜けることができる。(Bコーナー) ロケットコーナーで、友達の様子を見て自分の番を待つ。 |
| B | <ul style="list-style-type: none"> 左右の手を交互に使う、ロープを引っ張ることができる。(Cコーナー) 友達の応援をしながら順番を待つことができる。 |
| C | <ul style="list-style-type: none"> 目標物を注視し、上肢を大きく伸ばして触れることができる。(Cコーナー) 友達の様子を見ながら、順番を待つことができる。 |
| D | <ul style="list-style-type: none"> 手をつないで教師と一緒に階段を降りることができる。(Aコーナー) チャレンジカードを見ながら順番にコーナーを周ることができる。 |
| E | <ul style="list-style-type: none"> 四つばいで両手を動かして、坂を下りたり上ったり、フラフープをくぐったりする。(Aコーナー、Bコーナー) 友達のやっている様子を見たり、応援したりしながら待つことができる。 |
| F | <ul style="list-style-type: none"> 両手を交互に前に出して坂をずり這いで下りることができる。(Aコーナー) 教師の言葉かけを聞いて、友達の活動に目を向け、友達を待ったり応援したりする。 |
| G | <ul style="list-style-type: none"> 四つばいで、手と足の動きを協調させて、フラフープの枠をくぐることができる。(Bコーナー) 友達の様子を見ながら、順番を待つことができる。 |
| H | <ul style="list-style-type: none"> 片手で握ったロープを下に引き下げることができる。(Cコーナー) |

(3) 展開 別紙参照

(4) 評価

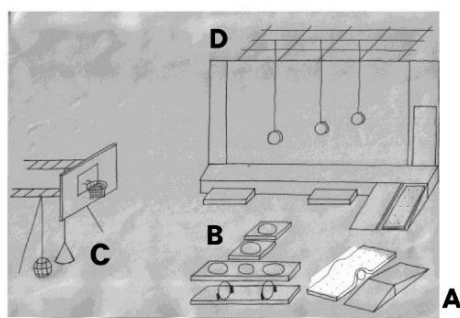
<児童>

- 自分の決めた目標を意識して、サーキット運動に意欲的に取り組んだか。
- 友達の様子を見たり、がんばりを認めたりしながら、サーキット運動に取り組んだか。

<教師>

- 手や腕を積極的に使った運動に取り組むためのコーナー設定や、目標のもたせ方は適切であったか。
- 友達を意識できるような場面設定や言葉かけは適切であったか。

(5) 配置図



(3) 展開

| 時間 | 学習活動 | 非習上の視点・支援 | | | | | | | | 準備物 |
|----|---|--|---|---|---|--|---|--|---|--|
| | | A (T3) | D (T4) | C (T5) | B (T6) | E (T7) | F (T8) | G (T2) | H (T1) | |
| 20 | 1 ランニングをする。 2 絶りのあいさつをする。 3 ラジオ体操をする。 | <p>・児童の前時までのランニングの取り組みの様子から、本時の目標とするランニングの真回や方法について留意することを確認する。</p> | | | | | | | | <ul style="list-style-type: none"> ・ラジオ ・CD ・ランニングシューズ |
| 10 | 4 サーキット運動をする。 (1) 本時のサーキット運動の目標を確認する。 | <p>(分かるための支援) ・各児童が前時までのサーキット運動の取り組みを思い出し、本時のサーキット運動における具体的な目標を確認することができるように、前時に記入したチャレンジカードを手がかりにして相談する。必要に応じて、実際にサーキットコースのコーナーに移動して確認する。 ・自分や友達の本時の目標を確認・共有することができるように、T1は無視に各コーナーのイラストを渡す。(10分程度)</p> <p>・教師が「箱にチャレンジカードを見ながら一緒にやろうね」と話し、一つずつコーナーを確認していく。</p> <p>・着席して取り組むことができるように、前時のがんばりを伝えたり、チャレンジカードを見せたりする。</p> <p>・本時の活動への意欲にのびるよう、チャレンジカードを提示したり、サーキットコースを指さしたりする。</p> <p>・意欲的に目標に向かっていくように、児童の言葉を肯定的に受け止めたり、気持ちが落ちるような言葉をかけたりする。</p> <p>・児童のがんばりたいという気持ちを引き出すために、前回はがんばっていた様子伝える。</p> <p>・本時の目標とする体の動きが具体的に分かるように、チャレンジカードに記入したコメントを読み返して思い出すようにしたり、教師が提示をしたりする。</p> | | | | | | | | <ul style="list-style-type: none"> ・チャレンジカード ・黒板 ・サーキットコーナーのイラスト ・サーキット用具一式 ※施設内参照 ・BGMのCD |
| 40 | (2) それぞれのスタート位置からサーキット運動を始める。 | <p>(できるための支援・楽しむための支援) ・各児童が各コーナーでより多く達成感をもつことができるように、各コーナーで用具を選択したり、コースの通り方を変更したりすることで運動の難易度を調整する。各コーナーにおいて目標を達成したり、前時より進歩した様子を見せたりする。</p> | | | | | | | | |
| | ・A:「ランニングセンター」コーナー | <p>・マット上で動きを伝えるために、教師がマットをはり動きを実際に見せる。マット上で動きを伝えた様子が見られた際には、横で見守りながら声をかける。</p> | <p>・階段を安心して降りることができるように片手をしっかりと握らせたり、不安な様子が見られた場合には、教師が見本を見せたりどちらの足を動かすか伝えたりする。</p> | <p>・望ましい動きを模倣できるように、ポイントを設定しながら教師が演習する。</p> | <p>・自力で乗り越えられるように、児童の言葉を肯定的に受け止めたり、友達の頑張りを伝えたり、教師が一緒に練習したりする。</p> | <p>・両手を交互に動かすように声をかける。</p> <p>・傾斜が上れないときは、左の足を支える。</p> | <p>・右手が出にくい時は、左手を動かすような言葉をかける。</p> | <p>・胸で支える力が足りない場合は、身体を支え、体を活かせることができるように支援する。</p> | <p>・力を入れて欲しい部位に貼る、動かしている体の部位を伝える。</p> | |
| | ・B:「ワープ」コーナー | <p>・足を上げて取り出すようになるように、教師がワープの方向を教師が指し示す。</p> | <p>・言葉で伝えたり実際に触れられたりすることで、意識してほしい身体の部位が分かるようにする。また、身体の動かし方が分かるような言葉がけをする。</p> | <p>・体の使い方をじっくり考え、工夫して動かせるように、小さいワープを手返す。</p> | <p>・両手を交互に動かすように声をかけたり、動かす体の部位を知らせて動かすように声をかけたりする。</p> | <p>・自分の手足の動きを音で伝えるように、動かしている部位を伝える。</p> | <p>・動かしている体の部位を伝える。</p> <p>・小刻みに体を動かす。</p> | | | |
| | ・C:「ロケット」コーナー | <p>・自分から進んで取り組み、ゆっくり確実に引き下げることができるように、ロケットが上がっていく様子を見せたり、掛け声を掛けて応援したりする。</p> <p>・主体的な動きを引き出すため、見守り支援を心がける。</p> | <p>・集中して活動に取り組み、ポイントをおぼえたり、ポイントをおぼえたりする。</p> | <p>・児童の意欲を継続させるために、地道な言葉を繰り返す。</p> <p>・児童の意欲を高めるために、手の動きを具体的な言葉を用いた言葉で表現する。</p> | <p>・右手で引っ張り、左手で押さえるという動きがわかるように、「引っ張って、押さえて」というかけ声をかける。</p> | <p>・自分でできそうな動きを引き出せるように、右手で押さえる動作を教師と一緒にやる。</p> | <p>・順番を持っているときに、自分のやり方と違うところを見つけたら、見る視点を示す。</p> | <p>・腕の可動域での動きを生かしてロープを引っ張ることができ、ロープを引っ張る際に、手でロープを握る場所を水平より20センチ程度高い位置になるようにする。</p> | | |
| | ・D:「風」コーナー | <p>・教師がランランや鈴をならして音を立てる。手を伸ばして風が吹くように動きを調整する。</p> | <p>・風船が止まったり片手をつないだり、周りの状況を見てジャンプすることを使ったりする。</p> | <p>・目標物の位置を必ず言葉がけをする。</p> <p>・所より上上にのびる場合、必要に応じて、声をかける。</p> | <p>・少し緊張はば手が届く高さで意識することで、十分に腕や体幹を伸ばし、達成感を味わえるようにする。</p> | <p>・痛くないときは、重いつから降りて立位で手を伸ばすようにする。</p> | <p>・右手が年頃にくい時は、教師がストレッチをして再度挑戦するようにする。</p> | <p>・左手の次は右手というように交互の手で挑戦するようにする。</p> | <p>・単位保持イスの角度を調整する。</p> <p>・適度に緊張しないように言葉がけをしなが、腕や手首の緊張をゆるくするようにする。</p> | |
| 10 | (3) サーキット運動を終了し、本時のサーキット運動について振り返りする。 (4) 本時のサーキット運動について感想を発表する(2名発表)。 5 終わりのあいさつをする。 | <p>(分かるための支援) ・本時のサーキット運動について振り返り、次時のサーキット運動への意欲を喚起するため、児童の実態に応じて本時のサーキット運動の目標について振り返り、各Tがチャレンジカードに記入する。 ・児童の実態に応じて「楽しかったこと」「思い出したポイント」「達成感があったこと」「次回挑戦したいこと」と運動の方法や回数について振り返りする。</p> <p>・楽しかったことを話して伝えることができるように、今日の各コーナーの取組の様子を話す。</p> <p>・どこをがんばったのか選ぶことができるように、今日の各コーナーの取組の様子を話す。</p> <p>・自分の取り組みを振り返ることができるように、チャレンジカードを提示し、がんばった点について思い出し、思いを引き出すようにする。</p> <p>・児童の感想をまとめる手助けとなるように、「うまくいったのは」「大変だったのは」などと児童の知っている言葉で質問するようにする。</p> <p>・本時でがんばっていた様子や上手になったことを伝える。</p> <p>・新しい言葉で感想を表現することができるように、児童の言葉に沿った言葉で、文章を作る手助けをする。</p> <p>・何回も行ったことのある言葉だけでなく、まよりのみかばつとこころはうまくできたかについて振り返れるように助言する。</p> <p>・自分の力で物を移動することができたことを意識できるように「何回も引っ張ったらロケットが引っ張られたかな」と問いつける。</p> | | | | | | | | |