

小学校第5学年 体育科学習指導案

日 時 平成16年9月10日(金) 3校時
 児 童 北上市立和賀東小学校 5年1組
 男子16名 女子18名 計34名
 指導者 教諭 川村 香織

1 単元名 陸上運動(短距離走・リレー)

2 単元について

(1) 教材観

第5学年の目標の一つに、「各種の運動の課題をもち、活動を工夫して計画的に行うことによって、その運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにするとともに、その特性に応じた技能を身に付け、体の調子を整え、体力を高める」があげられている。このことは、それぞれの運動の楽しさや喜びを味わうことを大切にしながら、そのために必要な技能を身に付けることの重要性を示している。

短距離走は、自己の記録に挑戦したりいろいろなスタートの形で行ったりする個人競技である。また、「走る」能力を直接競うのは陸上競技であるが、走能力そのものは、ほとんどのスポーツにおいて重要視され、さまざまな種目で必要不可欠な場合が多い。

一方、リレーは、一定のルールのもとで、集団と集団が競い合ったり、記録に挑戦したりして楽しむ運動である。

本来、陸上運動とは、自己の潜在的な能力を引き出し「身に付けたい・高めたい」ものとして記録や技術に転換させるものである。また、「走る・投げる・跳ぶ」という運動は、はじめから競技としてあったのではなく、もともと「競戯」であったといわれている。これらの特性から、「その運動の楽しさや喜びを味わうこと・・・」と目標にもあるように陸上運動(短距離走・リレー)を通して「競技者」ではなく「競戯者」を育てるという視点で学習していくことが大切であると考えた。

また、それは、体育科改訂の趣旨にもあるように「生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現(生涯スポーツ)」に通じていくものでもある。

(2) 児童観

本校は、開校して4年目である。そのため5学年の児童は、2年生からの統合となっている。そのため、スポーツ少年団や課外運動の考え方もさまざまであり、「入るのが当たり前」「やる人がやればいい」と多様である。また、陸上運動に限らず運動経験・体験の差がみられる。

本学級の児童は、陸上運動のような個人競技・種目よりボール運動などの団体競技・種目を好む傾向がある。特に、短距離走などの個人と個人が競って勝敗が決まるような競技は苦手意識がある。しかし、個々の能力を測るスポーツテストのような「個人の記録に挑戦すること」を好む傾向がみられる。そこで、本単元を通して個人で、チームで記録に挑戦していき、陸上運動の楽しさや喜びを味わわせるながら個人の走能力を向上させたいと考える。

【事前アンケートより】

	質問事項	YES・NO	人数	理 由
1	体育は好きですか。	は い	32人	
		いいえ	2人	
2	陸上運動(短距離走)は好きですか。	は い	28人	・走る距離が少ないから
		いいえ	6人	・走るのは、疲れるから ・はじめから全力で走る方法がわからないから
3	陸上運動(リレー)は好きですか。	は い	24人	・みんなの力で走れるから ・自分が遅くても次の人で逆転するかもしれないから ・次々にバトンが渡されていく様がいい ・みんなに応援されるから
		いいえ	10人	・走るのが遅いから ・責任があるから

(3) 指導観

これまでの陸上運動、特に短距離走は、技能を高めることが一番に求められてきた。しかし、児童一人ひとりを見ると理解や上達の早い子もいれば、努力にもかかわらずなかなか結果が出ない子もいる。また、そのことは教師も子どももどこか当たり前のこととしてきた。これでは、「きつだけのつまらない運動」として児童の心に刻み込まれてしまうと考えた。

そこで、「しないわけにはいかない」陸上運動から「しないではいけない」陸上運動へと転換していくことが大事であると考えた。

しかし、基礎的な技能を習得しない限り、陸上運動に対する気持ちは何も変わらないであろうと考えた。そこで、はじめから走らせるのではなく「うまくなる動作（正確な動き）の習熟」として、走る基本の動作である「歩」に着目させ、「正しい姿勢・正確な動き」を意識し、自分の身体を知ることで正確な動作に気づき「走る動作」がわかるのではないかと考えた。また、正しい「走」を身に付けることは、今後、さまざまなスポーツ活動にも影響を及ぼすものと考えられる。このことは、現代の健康づくりとしての生涯スポーツ観に基づく体育教育にも通ずるものであると考えた。

また、チームで行うリレーを取り上げながら相手の体（能力）を思いやりながら活動していくことで、自発的な練習や作戦を巡って仲間・チームメイトとの関わり合いや工夫を生み出していくものであると考えた。

よって、この単元をでは、スピードにのった心地よい疾走の楽しさを味わったり、相手チームとの競争や記録へ挑戦したりして楽しむことを授業の中で展開したい。

3 単元の目標

【運動への関心・意欲・態度】

- ・陸上運動の楽しさや喜びを求めて進んで取り組もうとする。
- ・勝敗に対して正しい態度を取ろうとするとともに安全に留意して運動しようとする。

【運動についての思考・判断】

- ・自分の課題の解決を目指して、練習の仕方を工夫している。

【運動の技能】

- ・短距離走・リレーについて競争したり、記録を高めたりするための技能を身に付けている。

4 単元・題材の指導計画と評価規準

次	時	指導目標	関心・意欲・態度	思考・判断	技能
1 短 距 離	1 本 時	「歩く」姿勢を意識しながら「走る」感覚をつかもう。	班の仲間と協力して楽しみながらゲームに参加しようとする。	正しい歩行の姿勢を選んでいる。 競争を楽しむ場で記録を伸ばすための作戦を立てている。	
	1	フォームに気を付けて50メートルを走ろう。			フォームに気を付けて全力で50メートルを走ることができる。
2 リ レ ー	1	バトンパスの仕方を考えながらリレーをしよう。		いろいろためしながらバトンパスの仕方を選んでいる。	
	1	チームで作戦をたてリレーを楽しもう。	チームの勝敗に対して正しい態度をとろうとする。		バトンを正しくパスして全力で走ることができる。

5 本時の指導

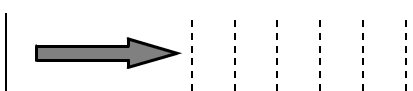
(1) 目 標

「歩く」姿勢を意識しながら「走る」感覚をつかもう。

(2) 本時の評価の観点と具体的評価規準

具体的評価規準 評価の観点	A 十分満足できる	B おおむね満足 できる	C 努力を要する児童への手だて
関心・意欲・態度	・「棒っとしていると」ゲームで自分に合った目標ラインをもち、班の仲間と協力して楽しみながら挑戦しようとする。	・「棒っとしていると」ゲームで班の仲間と協力して楽しみながらゲームに参加しようとする。	・「棒っとしていると」ゲームのやり方を再度説明したり、仲間の動作を見せたりしながら練習させる。
思考・判断	・正しく「歩く」姿勢が「走る」と結びつく見通しをもっている。 ・ゲーム中で記録を伸ばすため、早くスタートするための作戦を立てている。	・「歩く」活動で正しい姿勢を選んでいく。 ・ゲームの中で記録を伸ばすための作戦を立てている。	・いろいろな「歩く」活動を通して正しい姿勢に気付かせるため、図を用いて説明をする。ゲームの中で記録を伸ばすため、スタート時の身体の使い方が大事であることを師範したり、仲間の動作を見せたりしながら練習させる。

(3) 本時の展開

段階	学習活動及び内容	支援・評価・留意事項・教具等
はじめ 8分	1 あいさつ 2 体ほぐしの運動(ストレッチ) 3 学習内容や進め方を知る	・一人で行う柔軟から二人組で行う運動につなげていく。
取り 組み 10分	「歩く」姿勢を意識しながら「走る」感覚をつかもう 4 歩く(個の能力を高める) ・ふつうに歩く。 ・正しい腕振りを意識させる。 ・目線や姿勢を意識させる。 ・「歩」と「走」を組み合わせる瞬間を体感させる。	・グループごとに並び体育館を歩く。先頭は、リレーの選手にやらせよう。 ・前の班から離れない ・抜かしてはいけない ・目線や腕振りに気を付ける ・「走る」基本は「歩」の姿勢であることに気付かせる。 《思考・判断》 「歩く」活動を通して基本の姿勢が分かったか。 (発表、記述)
取り 組み 20分	5 走る(チームの協力性を高める) ・「棒っとしていると」ゲーム ・ルールは、棒が地面に倒れるまでにダッシュして棒をつかむ。つかんだら得点が入る。	・より速く、遠くに行くためにはの姿勢(前傾)と共にクラウチングスタートの意味を考えさせる。 ・学習の場 (が落とした棒が倒れる前に がダッシュし押さえると得点)  《関心・意欲・態度》 チームで協力してゲームに参加しているか。 (観察) 《思考・判断》 記録を伸ばすための作戦を立てているか。 (発表、記述)
まとめ 7分	6 本時のまとめと次時の学習の確認 7 あいさつ	・本時で分かったこと、気づいたことを学習カードに記述する。