第１・２学年　体育科学習指導案

2016 年 11 月 25 日（金）第３限
場　所　　体育館
指導者　　田畑　美代子　Ｔ１
指導者　　Ｔ２
支援者　　介助員

１　単元名　　とびっこワールド（体つくり運動・跳の運動遊び）

２　題材　　ラジオ体操（体つくり運動　体ほぐしの運動）
とびっこコース・・・ケンステップ、ゴム、跳び箱等を利用したコース（跳の運動遊び）
スカイバルーン（体つくり運動　多様な動きを作る視覚―運動遊び　用具を操作する運動遊び）

３　目標
（１）集合・整列を素早く行い、体育の学習に参加しようとする。
各グループで協力してとびっこコースを作り、順番を守ってコースに挑戦する。
みんなで力を合わせてスカイバルーンを操作する。（関心・意欲・態度）
（２）号令や音楽に合わせてラジオ体操をする。
両足とび、片足とびを交えてとびっこコースをとぶ。
スカイバルーンを操作してドームを作る。（技能）
（３）工夫してとびっこコースを作る。（思考・判断）

４　指導にあたって
（１）題材について
ラジオ体操
動きの一つ一つを正確に行うと、体全体を使って運動していることが分かり、軽く汗ばむ運動量がある。また、リズムと号令に合わせて動くことは、「リズムに乗って心が弾むような動作で運動を行う。」という体つくり運動の㋐体ほぐし運動の行い方にかなっている。合わせて、立神小学校の運動会の準備運動がラジオ体操であるので、１年生の初めからラジオ体操を体育の準備運動として取り入れた。
とびっこコース
跳の運動遊びでは、助走をつけて片足で踏切り、前方や上方にとんだり、片足や両足で連続してとんだりする運動を取り入れることとなっている。これらのとび方を遊びの要素として取り入れるために、最終的には自分たちでコースづくりをすることを目標にして、とびっこコースという活動を設定した。ケンステップでとび方を練習して、高くジャンプする運動や幅のあるものをとびこえる運動を組み合わせて、知らず知らずに遊び感覚でとび方が身につくと考えられる。

コメントの追加 [大友正明1]: とてもよくまとまっていますね。

コメントの追加 [田畑美代子2R1]:

コメントの追加 [大友正明3]: 跳躍は動に二つの運動である。跳んで前後に動く、バーを跳ぶことは視覚的判断につながります

コメントの追加 [大友正明4]: バルーンのサイズは、直系７ｍでは、先生などの大人も必要。

コメントの追加 [大友正明5]: 準備のための関心、意欲、態度

コメントの追加 [大友正明6]: 自分でコースを作ることはとても大切です。今後のプランニングを育てる機会です。

コメントの追加 [大友正明7]: これは国民的体操で、日本人なら必ず身に付ける体動ですから是非継続して下さい

コメントの追加 [大友正明8]: 最初はヒントが必要かも知れません

スカイバルーン

スカイバルーンは、体つくり運動の㋑多様な動きを作る運動遊びの(ウ)用具を操作する運動遊びとして取り入れた。スカイバルーンを操作するのは、みんなが力を合わせないとできない。用具を操作するときに、自分の動きだけを考えていては上手く操作できないので、１・２年生の児童にとって、この時期に使うのにいい用具だと思っている。みんなでスカイバルーンを持って、きれいな形を保ちながら回ったり、息を合わせてドームにしたり、うまく操作できた時の達成感も大きい。体を激しく動かした後の気持ちと体を整えるにも適切だと思っている。また、スカイバルーンの操作は、障がいのある子どもたちの療育活動にも、行動調整力・対人調整力をねらいとして取り入れられている。

（２）児童について

２年生７名、１年生１２名、計１９名の児童である。４月当初は、学習のルールがまだ理解できなかったり、休憩時間にトラブルがあったりで、授業開始に間に合わない児童もいて、全員がそろうのを待つ時間が必要であったが、徐々にその時間もいらなくなってきた。また、集合や整列にも時間がかかっていたのが、今ではすぐにできるようになってきている。準備体操として実施しているラジオ体操も、ＣＤの号令に合わせて体を動かせるようになってきている。初めてのことには抵抗があってすぐに体を動かすことができず、他の人の動きを見て、自分なりに納得できてからでないと学習活動に参加できない児童もいるし、言葉の説明だけでは体を動かしにくい児童もいるが、「体育が好き」という声も聞かれ、学習を進めていく上での困難は少ない子どもたちである。これまでの学習でも、最後にはみんなが参加できるようになっていた。

５月に実施した新体力テストの結果（総合判定）は、１年生１２名中、Ａ－１名・Ｂ－３名・Ｃ－４名・Ｄ－０名・Ｅ－４名、２年生７名中、Ａ－０名・Ｂ３名・Ｃ－３名・Ｄ－０名・Ｅ１名という結果であった。Ｅ判定の児童に共通していたのが、反復横とびと立ち幅とびの得点の低さであった。

この子どもたちの中で、１年生のＡは学習室２に、同じく１年生のＢと２年生のＣは学習室１の在籍児童である。Ａは、チャージ症候群という特性から、体が小さく運動能力も年齢相応にはついていない。新体力テストにも挑戦したが、すべての種目で得点１であった。また視力や聴力にも困難さを抱えている。体育の時間には、ほぼ全面的に支援を必要とし、ヘッドギアも欠かせない。ＢとＣは発達検査において運動領域は年齢相応と診断されているが、体力テストの総合判定はともにＥである。Ｂには、体を使う経験の少なさと感覚の過敏さも感じた。輪くぐりをするときに、輪を体にひっかけてしまったり、低いところをくぐるときに体をかがめることができなかったり、自分の体のイメージを持つことができていないのを感じた。歩くときに足の裏の外側一部を使って歩いていたり、腕を出すことを嫌がったりしたこともあった。Ｃは、言葉での説明が理解しにくく、見て真似することも難しいところがあり、具体的

コメントの追加 [大友正明9]: 活動に歌を取り入れるといいでしょう。曲にあわせて上下したり、回ったり、ドームを作ったりする。ドームを中でよってくると高くなる、広がると低くなることを体験できる場いいと思います

コメントの追加 [大友正明10]: そうです。他者と動きを合わせることが求められてくる。ここが大切　基礎的コミュニケーションになります。

コメントの追加 [大友正明11]: 次ぎもやってみたいと言う気持がさせることが楽しさです

コメントの追加 [大友正明12]: この病気は小奇形があり、特に三半規管の問題からバランスなど微細な運動ができなくなるので適切な訓練は必要であるが、心疾患がなければある程度、繰り返しでやってみる。

コメントの追加 [大友正明13]: ボディーイメージをつくることが大切
一定の高さのバーをくぐられるか、飛び越えられるかを判断できることにつながる

に体の使い方を指導する必要があるが、休み時間の様子や体育の時間の様子を見ていると、体を動かすことは好きで、体力もついてきている。

Ａ、Ｂ、Ｃのほかに、１年生のＤとＥは、体育の時間に支援が必要である。Ｄは、自分ができると思うまでは活動に参加できず、泣いて固まってしまうところがある。駆け足をしながら運動場の固定遊具を回ったときや、ミニハードルをとんだとき、跳び箱運動をした時など、初めは泣いてその場で立ち止まって動こうとしなかった。脇に寄せてみんなの活動を見ているうちに落ち着いて参加してきたり、次の機会に参加してきたりと一歩を踏み出すのに時間と支援が必要である。Ｅは、自分の体のイメージをつかむことが難しく、体の動かし方もぎこちないところがあるので、そばについて具体的に体を動かしてやる支援を必要としている。また、自分の興味あることに集中してしまいがちで、みんなに合わせて動くことや協力して動くことができにくい。活動の始まりや活動が変わるときに声をかけるなどの支援がいる。

（３）指導について

初めてのことが苦手な子や、変化に弱い子どもがいるので、体育の時間にルーティンとしてできることを考えて、準備運動はラジオ体操を行うことにした。理由はもう一つあって、立神小学校の運動会の準備運動がラジオ体操だということ。５月の末に行われる運動会の準備運動となるためには、練習期間が必要であった。自分の体や動きをイメージできていないので、自分ではやっているつもりでも、きちんとした動きのできていないことが多かった。ラジオ体操をきちんとやろうとすると、結構難しいが、そうしないと準備運動にはならない。体育の時間ごとに毎回繰り返し行えば、正しい動きもできてくるだろうと考え取り入れた。運動会の後も続けているのは、正しい動きにはまだまだ練習が必要だからである。スモールステップで一回に一つずつ動きを確かめている。それも一度で終わらずに、間隔をあけて何度もやっている。繰り返しが必要な子どもたちだと思う。一つ一つの動きを確かめながらやっていると、普段動かさないようなところを動かし、普段動かさない動かし方もするし、リズムや歯切れのいい号令もあるので、子どもたちは動きもよくなってきているし、安心して取り組んでいる。そして、ラジオ体操の続きのふりをして、新しい動きの要素を練習することが多い。とび方の練習はラジオ体操の隊形のままで行う。

体育の時間は、いつも３つの活動に分けるようにしている。一つ目が安心のラジオ体
操。２つ目が、その時々の運動領域活動。３つ目が２つ目の活動を生かしたゲームや整理体操。今回の２つ目の活動がとびっこコースである。いろいろなとび方ができるようになること、体全体を使ってとぶことができるようになることをねらいとしているが、何よりも楽しさを感じるようにしていきたいので、誰でもできるような、そしてリズムのあるとび方から始めたい。そこで、ケンステップを使って簡単な両足前とびや、片足前とびを組み合わせてケンケンパをするところから始めていく。徐々に横とびも加えてコースを長くする。次にゴムや跳び箱、バスケットゴールを利用して、高くとんだりとび越えたりするコースを作っていく。ここでも、スモールステップを

コメントの追加 [大友正明14]: 実際に活動前は、先生か、指示が通りやすい生徒でリーハーサルをして見て動きを理解できることも大切です

コメントの追加 [大友正明15]: 運動の基本は飛ぶ跳ねるであり、事前にその場でジャンプをして背を後に反り返る運動もするとストレッチにもなります。
コース作りは、ボトムアップ方式であり、思考と推測を育てる大切なアクティブ・ラーニングになり、不器用さの自覚にも必要です

大事にしたい。

スカイバルーンは、今回、整理体操の役目をしている。とびっこコースで体を激しく動かした後に、みんなでゆっくりと歩き呼吸を整えていく。そしてタイミングよく操作してドームを作りたい。ドームができると達成感が味わえるし、みんなが一つになる感覚も味わえる。気持ちも落ち着けて活動を終了したい。→楽しくなる曲があるとよい

5　指導計画（全６時間）

<table>
<tr><td>時</td><td>1</td><td>2（本時）</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr>
<tr><td>はじめ
15</td><td colspan="4">・活動の説明・・ラジオ体操、とぶ、スカイバルーン
・準備運動（ラジオ体操）
・動きの提示・・両足とび、片足とび、前とび、横とび、後ろとび
（水分補給）</td><td colspan="2">・活動の説明・・ラジオ体操、とびっこコース
・準備運動・・ラジオ体操、両足とび、片足とび、前とび、後ろとび</td></tr>
<tr><td rowspan="2">なか
20
(25)</td><td colspan="2" rowspan="2">とびっこコース
ケンステップを使って
・両足前とび
・ケンパ
・ミニコース</td><td colspan="2">とびっこコース①
・ケンステップ
（水分補給）</td><td colspan="2">とびっこコースづくり
・ケンステップ・ゴム
・とびばこ</td></tr>
<tr><td colspan="2">とびっこコース②
・ゴム
・とびばこ
・バスケットゴール</td><td colspan="2">とびっこコース挑戦
・自分たちのコース
・友だちのコース
（水分補給）</td></tr>
<tr><td>まとめ
10
(5)</td><td colspan="4">スカイバルーンでドームづくり
（体と気持ちを整える）
・ドーム中に入り、皆で中心によったり、下がったりする
・生徒がドームを上に投げてドームの落下を楽しむ、つかむなど</td><td colspan="2">ふり返り、感想発表</td></tr>
</table>

6　本時の指導（６時間中２時間目）

（1）目標

・活動の内容が分かり、ラジオ体操・とびっこコース・スカイバルーンの活動に参加することができる。

・両足での前・後・横とびや片足とびができ、とびっこコースを決められたとび方でとぶことができる。

Ａの目標　ラジオ体操とスカイバルーンの活動に参加できる。

とびっこコースについては、できるとび方で参加できる。

Ｂの目標　号令に合わせてラジオ体操をしたり、周りと力を合わせてスカイバルーンを操作したりできる。
両足とび、片足とびを区別してとびっこコースをとぶことができる。

Ｃの目標　ラジオ体操やスカイバルーン操作ができる。
両足とび、片足とび、両足横とびができる。

Ｄの目標　とびっこコースに挑戦することができる。

Ｅの目標　号令に合わせてラジオ体操をしたり、周りと力を合わせてスカイバルーンを操作したりできる。
両足とび、片足とびを区別してとぶことができる。

（２）準備物

ラジオ体操ＣＤ　ホイッスル　ケンステップ　スカイバルーン　＊ﾊﾞｰﾙﾝ時の曲

（３）指導過程

学　習　活　動	指　導　上　の　留　意　点
１　集合・整列して活動内容を知る。	・早く集まることができた子、姿勢のいい子をほめる。ダメ出しをしないで、みんながいい姿勢になるように仕向ける言葉がけをする。 ・活動内容が、①ラジオ体操②とびっこコース③スカイバルーンであることを伝える。話が聞けるように、指にも注目させる。 Ｔ２はＡを中心に、１年生７～12を見守り必要な支援をする。この活動と準備運動はできるだけ支援なしでやらせたい。 支援者はＣを見守る。
２　準備運動をする。	・ＣＤに合わせてラジオ体操をする。 Ｔ２はＡの体調に気を付けて見守る。Ｔ２と支援者も体操をする。
３　とび方の練習をする。	・両足で前・後ろ・横とびをする。 片足とびを右足と左足両方でする。 自分がやりやすい方の足で、片足とびの前とびをする。 Ｔ２はＡを中心にＥも、ちゃんととべているか見て、必要な支援をする。 Ａについては、正確にとぶことより、バランスを崩してこけないように気を付けて見守る。 Ｔ１は、ＢとＤを中心に見る。 支援者は、Ｃを中心に見る。
４　とびっこコースをとぶ **ケンステップの通りにとんでみよう。**	子どもたちは水分補給し、その間にコースを３つ作る。

	・とびっこコースをとぶ時のグループに分かれるように指示する。（前回の学習で分かれている） ・最初は、両足前とび・片足前とび用にケンステップを４つ並べ、次にケンケンパの形に変え、だんだん数を増やしていく。Ｔ１、Ｔ２、支援者が並べる。 Ｔ２はＡの体調に気を付けて見守り、必要な支援をする。Ａが疲れているようなら、休憩させる。場所を変えての休憩も考慮に入れる。 Ｔ１は、Ｂ，Ｃ，Ｄを中心にグループ①②を見守り、全体の動きを見る。 支援者は、Ｅを中心にグループ③を見守る。
５　スカイバルーンでドームを作る。	
スカイバルーンでドームを作ろう。	
	・スカイバルーンは予め後ろに置いておく。支援者が袋から出し、広げかけたところで子どもたちをグループ①から順に動かし、バルーンの周りに集合させる。 Ｔ２はＡの体調に気を付けて見守り、必要な支援をする。 Ｔ１、Ｔ２、支援者が均等に分かれて子どもたちの間に入る。 ・始めにスカイバルーンを上下に揺らし、次に外向きに引っ張りながら円を描くように回る。大体一周したら真ん中に向き直り、上下に揺らし、１、２、３の掛け声に合わせて中に入りドームを作る。 ・ドームから出て、また上下に揺らし、今度は３で手を放す。スカイバルーンが全部下に落ちたら、ふり返りをし、終わりの挨拶をする。 Ｔ１は、子どもたちの表情を見る。支援者はバルーンの行方を見る。 Ｔ２はＡの表情、子どもたちの表情を見る。 ・片づけを手伝うように呼び掛ける。

（４）評価

・ラジオ体操・とびっこコース・スカイバルーンの活動に参加することができたか。

・とびっこコースを決められたとび方でとぶことができたか。

Ａ　ラジオ体操とスカイバルーンの活動に参加できたか。両足、片足で跳ぶ動作ができたか。

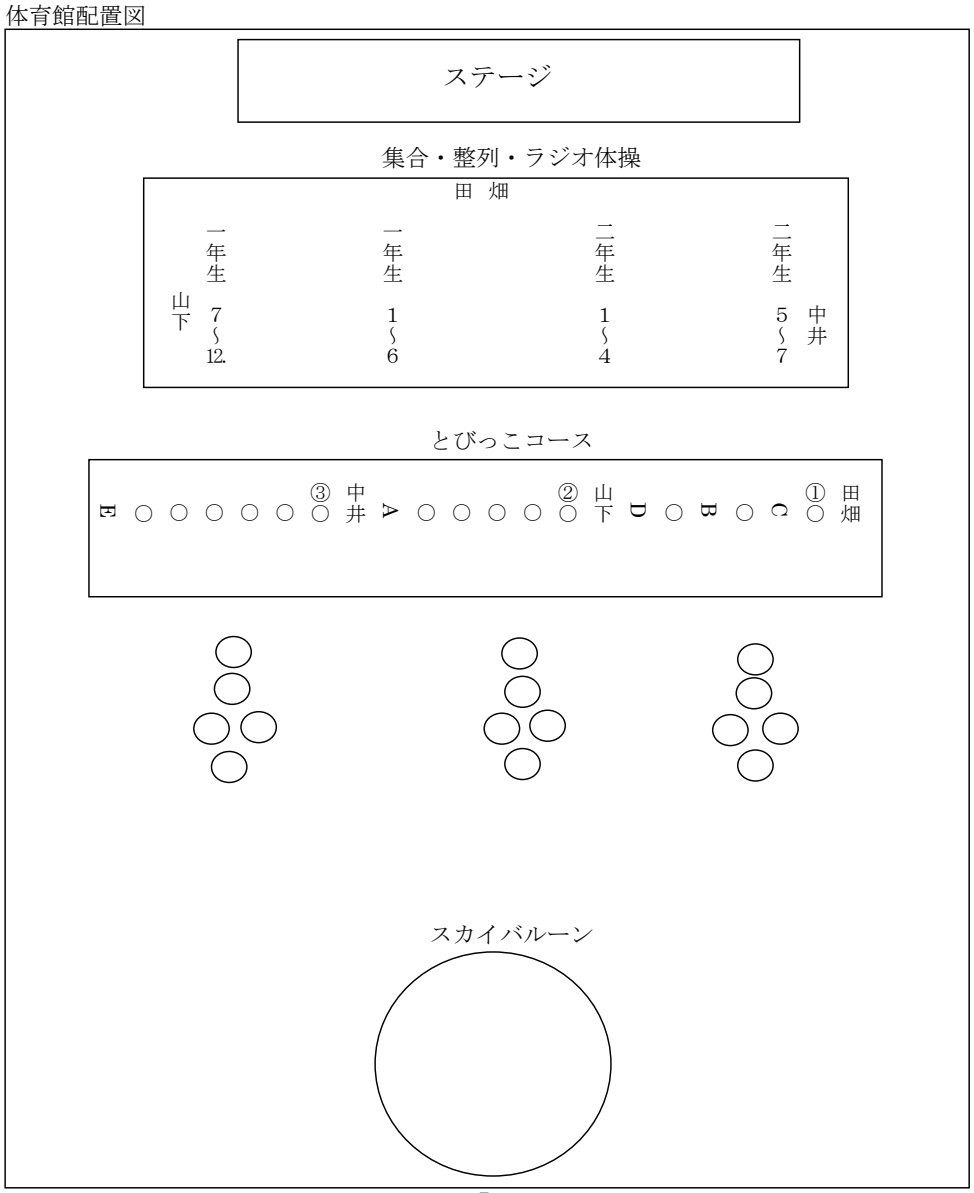
Ｂ　みんなと一緒にラジオ体操やスカイバルーンができたか。
両足とび、片足とびを区別してとびっこコースがとべたか。

Ｃ　ラジオ体操とスカイバルーン操作ができたか。
両足とび、片足とび、両足横とびができたか。

D　とびっこコースをとぶ活動に参加できたか。

E　ラジオ体操をとスカイバルーンの活動に参加できたか。

・協力して動きが一致したか

両足とび、片足とびを区別してとべたか。

体育館配置図