

第6学年 体育 学習指導案

令和2年9月16日（水）第5校時
大田区立松仙小学校 6年4組 32名
授業者 ○○ ○○

校内研究のテーマ

「楽しい」授業の創造

～「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けて～

1 単元名

陸上運動「投の運動 ～力いっぱい遠くに投げよう～」

2 単元の目標及び単元の評価規準

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
単元の目標	投の運動の楽しさや喜びを味わい、行い方を理解するとともに、基本的な技能を身に付けることができるようにする。	自己の能力に適した課題の解決の仕方、記録への挑戦の仕方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。	投の運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動したり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりできるようにする。
評価の視点を整理	・投の運動の行い方を理解している。（知識） ・遠くに力いっぱいボールを投げることができる。（技能）	・自己の能力に適した課題解決の場を選択したり、記録への挑戦の仕方を工夫したりしている。（思考・判断） ・自分や仲間の考えを他者に伝えている。（表現）	・投の運動に積極的に取り組もうとしている。（愛好的態度） ・運動の約束を守り、計測や記録などの役割分担に務めようとしている。（公正・協力） ・問題解決の場面で友達の考えや取組を認めたりアドバイスしたりしようとしている。（責任・参画）（共生） ・場や用具の安全に気を配って運動している。（健康・安全）
単元の評価規準	① 投げる運動の行い方について言ったり、書いたりしている。（知識） ② 一連の投動作をつかみ、遠くに力いっぱいボールを投げることができる。（技能）	① 一連の動作、力強さ、手首のスナップなど、自己の能力に適した課題を見付け、その課題解決のために活動を選んだり、記録への挑戦の仕方を工夫したりしている。（思考・判断） ② 自分の考えをペアに伝えたり、全体で共有したりしている。（表現）	① 投の運動に積極的に取り組もうとしている。（愛好的態度） ② 投の運動の約束を守り、計測や記録などの役割分担に務めようとしている。（公正・協力） ③ 問題解決の場面で友達の考えた取組を認めようとしている。（責任・参画）（共生） ④ 場や用具の安全に気を配って運動している。（健康・安全）

3 単元について

○学習指導要領の位置づけ

学習指導要領「内容の取扱い」に「投の運動(遊び)」を陸上運動に加えて指導することができることが示された。「投の運動(遊び)」は、児童の投能力が引き続き低下傾向にあることに鑑み、遠投能力の向上を意図したものである。遠くに力一杯投げることを指導の主眼に置き、投動作の獲得とそれを用いた遠投能力の向上を図ることが主な指導内容となる。

○運動の特性『陸上運動』

【一般的特性】

- ・体を巧みに操作しながら、合理的で心地よい動きを身に付ける技能追求型の運動である。
- ・自己（チーム）の能力を他者と比べて競走したり、自己（チーム）に応じた目標を決め、それに挑戦したりする運動である。

【児童から見た陸上運動の特性】

- ・自己の記録の伸びが見えやすく、練習したことが記録に直結するので、何度も練習したり、改善したりすることに喜びを感じる運動である。
- ・自己の目標を決め、それを達成したり、他者と比べて競争したりすることに喜びを感じる運動である。

○児童の実態

令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果のから、本校の児童はソフトボール投げの記録が全国的の男子平均記録23.7メートル、女子平均14.7メートルに比べて、男子平均19.7メートル、女子平均10.7メートルと低い実態がある。

6年4組の児童は、体育の授業では、領域に関わらずどの運動にも積極的に取り組む児童が多い。1学期のリレーの学習では、バトンパスやスタートの位置など、チームで何度も練習したり、確認したりする姿が多く見られた。休み時間には多くの児童が校庭や体育館に遊びに行くが、まったく外に出ず教室で本を読んだり友達と話したりする児童も見られる。また、話し合いや伝え合う活動が好きで、考えや意見を交換することにも意欲的に取り組むが、1人では自信がなく一步踏み出すことができない児童が多い。

6年4組の児童を対象とした事前のアンケート調査では、体育の学習で次のうち楽しいと思う運動はどれですかという設問に対して、体づくり運動と答えた児童は5人、陸上運動と答えた児童は5人、器械運動と答えた児童は7人、水泳運動と答えた児童は14人、ボール運動と答えた児童は18人、表現運動と答えた児童は11人で好きな運動はないと回答した児童はいなかった。（複数回答可）投げる運動は好きですかという設問に対して、とても好きと答えた児童は6人、好きと答えた児童は10人、普通と答えた児童は6人、あまり好きではないと答えた児童は9人、嫌いと答えた児童は1人だった。好きと答えた児童の理由としては、「ボールを使えるから」、「遠くにボールを飛ばせるには楽しいから」、「ボールや物を投げるのは面白いと思うから」、「ドッジボール・野球が好きだから」などが見られた。また嫌いと答えた児童の回答には、「上手に投げるができないから」、「力がなく遠くに飛ばせないから」、「ボールを投げると腕が痛くなるから」、「ボールのコントロールができないから」などの回答が見られた。

アンケートの結果から、投げる運動に対して苦手意識をもっている児童への手立てとして、投げる動作を、フォーム、力強さ、スナップの3つに分けて、児童の課題に応じた場で取り組ませるように場を工夫して設定した。また、ペアの活動では、投げる運動ができる子、苦手・できない子で組ませ、苦手・できない子が運動のポイントやコツをできる子ことの伝え合いから掴むことができるように意図的にペアを組ませるようにした。毎回のチャレンジタイムでも、ボールを飛ばした距離ではなく、ペアで前回の記録からどのくらい伸びたのかを得点化し、得点を伸ばせるようにお互いに伝え合うことが必然的に行われるようにした。

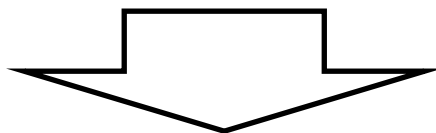
○研究の視点

単元や1時間の授業構成の工夫

- ・松仙小学校の体育授業の流れをもとに1時間の授業を構成する。
- ・学習カードを活用し、指導と評価の一体化を図る。

環境構成の工夫

- ・教材や環境を工夫し、児童が興味関心をもち、主体的に取り組むことができるようにする。
- ・学習指導要領に新たに示された陸上運動「投の運動」について、単元の構成や指導の仕方について共通理解できるようにする。



○テーマに迫る手立て(研究の視点から)

主体的な学び	単元や1時間の授業の構成 ・児童が見通しをもって学習に取り組むことができるように、単元や1時間の学習の流れを示したり、単元の前半に全体で解決したい課題を設け、それを共通理解したりする。 教材・場の工夫 ・苦手意識のある児童も進んで取り組めるように、テルテルボールやくるくるボールなど教材を工夫したり、児童の課題に応じた練習の場を用意したりする。 映像・掲示 ・投げる動作を視覚化し捉えることができるように良いフォームと悪いフォームを映像で比べたり、投げる動作の流れや児童から出たポイントなどを掲示したりする。
対話的な学び	ICTの活用 ・動作のポイントや改善点を見直すことができるように、タブレット端末を活用し、児童同士がお互いの動きを見合う環境を整える。 ペアについて ・投動作のポイントや気づきを共有し、記録の向上につながるように、できる子、苦手・できない子でペアのグループを作り、伝え合う活動を行うようにする。 ・ペアで記録の向上が目指すことができるように、一人一人の距離ではなく、2人の距離の伸びを競うように、測定時の記録の取り方を工夫し設定する。 (・密にならないように、タブレット端末や伝え合い活動を行う場所を限定し、距離を保って話し合いができるよう環境を整える)
深い学び	ICTの活用 ・自己の課題を捉え、運動のポイントをつかんだり、動きの質が高まったりするように、タブレット端末を使って、自己の動きと見本や友達のよい動きを比べるように促す。 学習カードの工夫 ・1時間ごとの学びが明確になり、自己と向き合い考えることができるように、1時間ごとのねらいに応じた振り返りを書くように学習カードを工夫する。

4 単元の活動計画（全5時間）

時間		1	2	3	4（本時）	5
学習段階		自己の課題を見付け、課題に応じた運動に取り組む				
ねらい		・学習の見通しをもち、1回目の記録を測定する。 ・遠くにボールを投げる方法に確認し、場の安全に気をつけて運動する。	ボールを力いっぱい遠くに投げるには、体のひねりや体重移動、右腕の位置が大切だと分かり、友達と協力して練習や計測を行う。	ボールを力いっぱい遠くに投げるには、力強く投げることに、手首のスナップが大切だと分かり、投動作の3つのポイントについて理解する。	これまでの学習で学んだことを生かし、自己の課題に応じた場で運動に取り組む。	これまでに学習してきたことを生かし、最後の記録会に進んで取り組む。
学習活動		1 めあての確認、準備	1 めあての確認、準備	1 めあての確認、準備	1 めあての確認、準備	1 めあての確認、準備
		学習の見通しをもち、ボールを遠くに投げてみよう。	ボールを力いっぱい投げるためのフォームについて、友達と協力して確認しよう。	ボールを力いっぱい投げるためのフォーム以外のポイントを知ろう。	学習してきたことを生かし、自分の課題を解決しよう。	学習してきたことを生かし、最後の記録会に取り組もう。
		課題の確認 ボールを遠くに投げるにはどうしたらいいのだろうか。	課題の確認 ボールを力いっぱい遠くに投げるためには、どのようなフォームがいいのだろうか。	課題の確認 ボールを力いっぱい投げるために、フォーム以外にはどのようなポイントがあるのだろうか。	自己の課題を設定	自己の課題を設定
		2 準備運動・補助運動 ・サイドステップ ・振り子の運動 ・ひねり運動				
		3 主運動 記録の測定を行う。	3 主運動 投の運動に取り組む。	3 主運動 投の運動に取り組む。	3 主運動 投の運動に取り組む。	3 主運動 これまでの学習から自己の課題を解決するために、課題に応じた場で運動する。
		4 課題把握 全体で投げる動作の評価の高い動きと低い動きの映像を見て、上半身の使い方や腕の振り方など、ポイントを確認する。	4 課題把握 全体でどのようなフォームがよいのか考えを出し合い、体のひねりや体重移動、右腕の位置などのポイントを共有する。	4 課題把握 全体でフォーム以外のポイントを出し合い、手首のスナップ、力強さなどのポイントを共有する。	4 課題把握 ペアの友達と自己の課題について確認し合う。	4 課題把握 ペアの友達と自己の課題について確認し合う。
		5 主運動 ポイントをもとに投の運動に取り組む。	5 主運動 ・フォームをつかむために、振り子投げと振り向き投げに取り組む。 ・今日の記録を測定する。	5 主運動 ・力強さと手首のスナップをつかむために、バウンド投げの場とスナップ投げの場を用意し取り組む。 ・今日の記録を測定する。	5 主運動 ・これまでの学習から自己の課題を解決するために、課題に応じた場で運動する。 ・今日の記録を測定する。	5 主運動 最後の記録会に取り組む。
		6 片付け 7 整理運動 8 まとめ・ふりかえり				
評価の重点	知		①（ICT・カード）			②（観察）
	思			②（観察）	①（観察・カード）	
	態	①（観察）	④（観察）	②（観察）		③（観察・カード）

5 本時の活動計画（4/5）

（1）本時の目標

これまで学習したことを生かして、自己の課題に応じた場で、課題解決に向けて運動を行う。

（2）本時の展開

○児童の主な学習活動 ・予想される児童の思いや考え	*教師の指導・支援 ☆評価規準（評価方法）【観点】
○めあての確認、準備(5分) ㊟これまで学習してきたことを生かして、自分の課題を解決しよう。 ○準備運動・補助運動(3分) ・サイドステップ ・振り子の運動 ・ひねる運動 ○課題の確認（1分） 自己の課題をペアの友達に伝え合い、再認識する。 ・ほくは力強く投げるができないから、距離が伸びないので今日はバウンドボールの場で、しっかりと練習を行いたい。 ・わたしは、手首を意識して投げるができないから、今日は回転ボールの場で上手に回転できるように練習したり、振り子運動の場でフォームを確認したい。	* 前時に学習のポイントを想起させ、掲示物などで本時の学習の見通しをもたせる。 * フォームを意識している児童は取り上げ、称賛する。 * 本時の目標である自己の課題を再認識させるように友達に課題と練習方法について伝え合うように声を掛ける。 * 本時までには児童一人一人の課題を一覧にまとめ把握しておく。
○主運動①(6分) 投の運動に取り組む。(テルテルボールを使う) 2人組になり、お互いの投げる様子をタブレット端末で撮影し、フォームや力強さ、手首のスナップについて確認する。 ○課題把握(2分) 2人組になり、課題について再度確認する。 ○主運動②（18分） ・2人組になり、自己の課題に応じた練習の場で運動を行う。 - 振り子投げ、振り向き投げの場（フォーム） - くるくるボールの場（手首のスナップ） - バウンドボールの場（力強さ） ・チャレンジタイム - 今日の記録を測定する。	* ボールを投げる方向や安全について全体で確認する。 * 2人組で見合うときには、それぞれの課題の動きについて見合うように声を掛け、児童一人一人の課題を見ながら、3つのポイントについて適宜指導する。 * 自己の課題を再認識できるように、3つのポイントやそれを身に付けるための練習方法について確認する。 * 児童の課題を見ながら、できていることを称賛したり、ポイントを指導したりする。 * 主運動①でよい動きをしていた児童を取り上げ、課題とその練習方法について発表させ、称賛する。 ☆一連の動作、力強さ、手首のスナップなど、自己の能力に適した課題を見付け、その課題解決のために活動を選んだり、記録への挑戦の仕方を工夫したりしている。 （思考①）【観察・カード分析】
○片付け・整理運動(5分) ○まとめ・ふりかえり(5分) 今日は力強く投げるできるようにバウンドボールの場で練習した。この前の練習より、高いバーを超すことができた。次も練習してさらに良い記録を目指したい。	*使った部位を意識してほぐすように声を掛ける。 *協力して素早く片付けられるように声を掛ける。 *全体でまとめを行い、ふりかえりカードに記入させる。

6 参考資料

教材

・テルテルボール

ティーボール用球（体力テストと同じ）にバンダナを巻き、輪ゴムで結んだもので、距離を抑えることができるので狭い校庭でも活用することができる。

・くるくるボール

みかんのネットにテニスボールを2つ入れたもの。片方をもち、手首のスナップを使って上手に投げれば、縦に回転しくると回る。視覚的に手首のスナップの感覚を覚えさせる。

練習や場の工夫

・振り子投げと振り向き投げ

振り子投げは両腕を大きく振って右足を前に踏み出して投げることで、右腕を後方に引いて投げることができるようにする。振り向き投げは、背中を向けた状態から合図で正面を向いて行う。後ろ向きから行うことで体全体を使って投げる感覚を養う。

・くるくるボール

ネットに向かってくるくるボールを投げる

・バウンドボール

フープにボールをたたきつけるように投げ、バーを跳び越えることを目指す。右腕をしっかり振り切ることや体全体を使って投げるものの感覚を養う。

校庭図

・投の運動や記録の測定

体力テストのソフトボール投げと同じように、職員室のある校舎から体育館に向かい投げる。ペアを活用し、投げる側と測定側に分かれる。校庭にはメジャーを4つ置き、10メートルごとにマーカーを置く。ラインは活動中に消える可能性があるので引かない。距離を競うのではなく、2人の記録の伸びを競うことができるようにする。



・振り子投げと振り向き投げ

校庭の半分から体育館側に向かい行う。テルテルボールを使うのでそこまでの距離は出ない。

・くるくるボール

校庭の半分から職員室のある校舎の方にあるネットに向かって投げる。ネットに的を付けておくと目標になり、変な方向にとばない。

・バウンドボール

鉄棒側に4つほど設置する。

