

1. 領域名 体づくりの運動遊び（多様な動きをつくる運動遊び）（全6時間）

2. 単元名 「ボールとフープで遊ぼう」

3. 単元の目標

知識及び技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力，人間性等
多様な動きをつくる運動遊びの楽しさに触れ，その行い方を知るとともに，体のバランスをとったり，移動したり，用具（ボール，フープ等）を操作したり，力試しをしたりして基本的な動きを身に付けることができるようにする。	多様な動きをつくる遊び方を工夫するとともに，考えたこと（用具の操作，移動）を友達に伝えることができるようにする。	運動遊びに進んで取り組み，きまりを守り誰とでも仲よく運動したり，場の安全に気を付けたりすることができるようにする。

4. 単元の評価規準

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
単元の評価規準	<p>次の運動遊びの行い方を知っているととともに，体を動かす心地よさを味わったり基本的な動きを身に付けたりしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・体ほぐしの運動遊びでは，手軽な運動遊びを行い，心と体の変化に気付いたり，みんなで関わり合ったりしている。</li> <li>・多様な動きをつくる運動遊びでは，体のバランスをとる動き，体を移動する動き，用具を操作する動き，力試しの動きをしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体をほぐしたり多様な動きをつくったりする遊び方を工夫しているとともに，考えたことを友達に伝えている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動遊びに進んで取り組みようとし，きまりを守り誰とでも仲よく運動をしようとしていたり，場の安全に気を付けたりしている。</li> </ul>
学習活動に即した評価規準	<p>①心と体の状態に気付き，学習カードに，自身の状態を記している。</p> <p>②基本的なフープをくぐる動きやフープを投げる動き，フープを回す動きを行っている。</p> <p>③基本的なボールを投げる動きや捕る動き，フープを回す動きを行っている。</p>	<p>①友達の動きを見たり，友達と一緒に行動すると楽しい運動遊びを選んだりしている。</p> <p>②行い方やコツを友達に伝えたり，友達の動きを真似して取り組みようとしていたりしている。</p>	<p>①場の安全に気を付けて運動したり，友達と協力して片付けを行ったりしている。</p>

## 5. 調査研究

### (1) 意識調査（1年生158名）・分析・考察

意識調査は、児童が運動を楽しんでいるか。運動と健康が関わりあっていることを感じているか。人と関わりながら運動することの良さを感じているか。という観点で整理した。

『3 体育の授業で大切にしていることは、どんなことですか。』（複数回答可）という設問に対し、「友だちと協力すること」を大切にしていると答えた児童は、66%。「友だちにアドバイスすること」と答えた児童は、65%。「友だちに教えてもらうこと」と答えた児童は、48%であった。

『4 遊ぶ時に大切にしていることは、どんなことですか。』（複数回答可）という設問に対し、「休み時間に外で遊ぶこと」と答えた児童は、60%。「放課後に外で遊ぶこと」と答えた児童は、43%であった。

『5 生活の中で大切にしていることは、どんなことですか。』（複数回答可）という設問に対し、「体を動かすこと」と答えた児童は、69%。「グリーンタイム（外遊び・屋外の習い事（サッカーや野球など）・屋外で太陽光を浴びている時間）を長くすること」と答えた児童は、55%であった。

運動の日常化について、児童へのアンケートでは、「休み時間に外で遊ぶこと」と答えた児童は、1年生全体で60%、「放課後に外で遊ぶこと」と答えた児童は、43%である点に着目した。このことから、学校外での運動の経験や機会はあまり重要視されていないことが読み取れる。併せて、「体を動かすこと」と答えた児童は、1年生全体で69%、「グリーンタイム（外遊び・屋外の習い事【サッカーや野球など】・屋外で太陽光を浴びている時間）を長くすること」と答えた児童は、55%であった。このことから運動と心や身体の健康の結び付きを実感していない児童が多いと考えられる。

### (2) 児童の実態

体育の授業について、児童は体を動かすことに楽しさを感じている様子である。また、体ほぐしの運動遊びを通して、友達と触れ合いながら運動する楽しさを感じ始めている。

今回の授業を通して、毎時間、自己の心と体の状態について問うことで、運動をした後、心拍数が上がっていることや、体温が上昇するなどの体の変化に気付かせる。さらに、すっきりした気持ちになったり、明るい気持ちになったりすることに気付かせ、運動の楽しさを実感させるとともに運動が好きな児童を増やしたい。

また、1年生であるため、運動の行い方を友達に伝えたり、友達と協力して行ったりすることの経験や良さを実感する機会が少ない。そこで、友達と活動する場を設けたり、振り返りに「友達と関わったか」を問う項目を作ったりすることで、教え合いや、協働する楽しさを感じる経験を積ませたい。

友達の動きの良いところを見付けたり、友達と教え合ったりすることは、発達段階的に難しい。そこで、授業を通して、まずは友達と関わり合いながら運動する楽しさに気付かせたい。そのために、友達と同じ動きの運動をする場を設けたり、友達と一緒に進むと楽しい運動遊びを取り入れたりすることで、友達と関わり合いながら運動する楽しさに気付かせていきたい。

## 6. 基礎研究

### (1) 運動の特性

運動領域「ア 体づくりの運動系」の領域として、低学年では、「体づくりの運動遊び」を行う。「体づくりの運動遊び」については、「体ほぐしの運動遊び」及び「多様な動きをつくる運動遊び」で構成している。

「多様な動きをつくる運動遊び」では、低学年において、将来の体力の向上につなげるため、体づくり運動以外の各領域では、扱いにくい様々な基本的な体の動きを培う運動を取り入れる。その行い方を知るとともに、運動遊びの楽しさを味わいながら体の基本的な動きを培うことをねらいとしている。

「体ほぐしの運動遊び」では、心と体との関係に気付くこと、仲間と交流することをねらいとし、誰もが楽しめる手軽な運動遊びを通して運動を好きになることを目的としている。

(2) 系統性

学年	低学年	中学年	高学年
領域	体づくりの運動遊び	体づくり運動	
	体ほぐしの運動遊び	体ほぐしの運動	
	多様な動きをつくる運動遊び	多様な動きをつくる運動	体の動きを高める運動

「体ほぐしの運動（遊び）」については、すべての学年において指導をする。発達の段階に応じて運動を通して自己や仲間の心と体に向き合って運動に取り組み、心と体に関係し合っていることに気付くとともに、運動（遊び）を通して仲間と関わる楽しさを体験し、仲間の良さを認め合うことができるようにする。

「多様な動きをつくる運動（遊び）」では、易しい運動に出会う中で、様々な基本的な体の動きを楽しく経験することにより、動きの幅を広げる。中学年では、低学年での経験を基に、様々な基本的な体の動きの幅を更に広げていくとともに、動きの質を高めていく。高学年では、さらに、体の動きを高める運動の行い方を理解し、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めて、中学校での体づくりの運動の学習につなげていく。

低学年では、友達と話し合いながら簡単な行い方を工夫し、考えた運動遊びを友達に伝えるとともに、体づくりの運動遊びに進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲良く運動したり、場の安全に気を付けたりすることなどをできるようにする。中学年では、運動を楽しく行うために、友達の動きを見たり、話し合ったりしながら、自己の課題を見付け、その解決のための活動を工夫し、それを友達に伝えるとともに、体づくり運動に進んで取り組むことができるようにする。また、きまりを守り、誰とでも仲良く運動をし、友達の考えを認め、場や用具の安全に気を付けることなどをできるようにする。高学年では、自己の心と体の状態をとらえ仲間と話し合いながら課題を明確にし、その解決の仕方を工夫し合うとともに、考えたことを仲間に伝え、約束を守り協力し合って運動をし、仲間の考えや取組を認め、場や用具の安全に気を配って運動できるようにしていく。

7. 研究主題に迫るための具体的な手だて

【「わかる」ための手だて】

①動きを広げるための掲示

1年生なので、様々な器具・道具を使った多様な運動遊びをして、自分の体に気付き運動経験を広げていきたい。一方で、事前の質問からフラフープを使った遊びが好きな児童は5割、ボールを使った遊びが好きな児童が7割など、運動経験や嗜好にある程度の差が見受けられる。そこで、前時に体験した動きをイラストで掲示することで、そこからさらに動きを広げたり深めたりできるようにしたい。

②良い動きの共有化と動きのこつを言語化する

運動経験や嗜好による差を少しでも埋めていくために、得意な子、よくできている子にはお手本として全体の前で動きを見せて共有化するようにする。そのときに、どうすればできるのか「こつ」を必ず言わせたり伝えたりしていく。こつは、より具体的で直感的に分かるように、教師の質問に児童が答え、それを教師が全児童に伝えるようにする。

こつを伝えるときの具体的な言葉の例

- ①「どこに力を入れる？早く動かす？意識している？」など、体の部位に注目させる。
- ②「どこを見ながらやっている？」など、視覚に注目させる。
- ③「始める前はどんな姿勢？終わった後は？」など、準備や後の姿勢に注目させる。
- ④腰・頭・膝・肘など、位置や形に注目させる。
- ⑤オノマトペ[サツ、ササツ、スツ、スーツ、シュツ、パツ、ヒュツ、ガツ、タツ タツなど]を交えて表現できるようにする。

#### 【「かかわる」ための手だて】

##### ①「みてみてぼうし」の活用

低学年の特徴として、自己中心性(自分と自分を取りまく外界とをはっきりと区別することができない性質)の影響が大きく、1対1の関係を好み、全体を見て特定の動きに注目・抽出することが得意ではない。そこで、帽子の色を変えることで他の児童の動きに注目ができるようにしていく。最初は全員が帽子を白にして、よい動きができた、新しい動きを発見したときに帽子の色を赤に変える。帽子を赤に変えた児童は、お手本を示すとともに、友達に聞かれたらやり方やこつを教えるようにする。別の場所に行ったり技を変えたりするときは、また帽子を白に戻す。

##### ②ふりかえりのやり方の工夫

授業の終わりのふりかえりは、「みてみてぼうし」で帽子を赤に変えた人を前に立たせ、動きのよかった人や教え方の上手だった人などを認めて称賛する。学習カードも、自分の思いや考えに近いものに丸を付けるなど、書いたり話したりすることが未熟な児童も表現できるように配慮していく。

#### 【「はい、できた」のための手だて】

##### ①動きに合わせて場を分ける

ボールやフラフープを全員が一斉に行うため、投げる・転がす・回す・交換する(グループで)など、行う運動の内容によって場所を分けるようにする。動きのイラストを掲示する際、どこで何するのか場所もわかるようにする。また、投げたり転がしたりする向きを一定にすることで、同時に活動する際の安全性を確保できるよう配慮していく。

##### ②運動前の確認

児童が技を行う前に、周囲の状況を確認する動きを必ず入れさせることで、安全に配慮し周囲の注目も集められるようにしていく。①腕を広げて、ゆっくりと一周回る。②「やりまーす！」と声をかけてから運動を行うようにする。③近くで「やります」の声が聞こえたら、そちらを見て運動はちょっと待ってから行うようにする。

8. 指導と評価の計画

		第1時	第2時	第3時	第4時	第5時	第6時(本時)
ねらい		たくさんからだをうごかそう。	ともだちといっしょにからだをうごかそう。	ボールをつかったうごきを見つけよう。	フープをつかったうごきを見つけよう。	ボールをつかったうごきを見つけたり、おしえたりしよう。	フープをつかったうごきを見つけたり、おしえたりしよう。
学習活動		○挨拶, 服装確認 ○準備運動 (わかばスタートアップ) (徐々に体ほぐしの運動を入れる。)				わかばスタートアップに体ほぐしの運動遊びを入れる。	
		1 オリエンテーション	1 げんきタイム ・忍者修行 ・猛獣狩り ・人工衛星とまれ	1 げんきタイム ・忍者修行 ・からだじゃんけん	1 げんきタイム ・忍者修行 ・からだじゃんけん		
		2 げんきタイム ・からだじゃんけん ・じゃんけん列車 ・5歩鬼	2 なかよしタイム ・しんぶんしキャッチ ・風船運び	体ほぐしの運動遊び	2 フープを使った動きを知ろう。 ・フープを回す ・フープをくぐる ・フープを交換する	1 ボールで遊ぼう。 2 共有 3 もう一度ボールで遊ぼう。	1 フープで遊ぼう。 2 共有 3 もう一度フープで遊ぼう。
		○振り返り ・心や体の変化に気付き、話し合う。		○振り返り ・心や体の変化に気付き、話し合う。 ・見つけた動きや楽しかったこと、友達の動きについてよかったことを話し合う。		多様な動きをつくる運動遊び	
		○片付け・整理運動 ○挨拶					
(方法)	知識・技能		① (観察, 発言)	② (観察, 学習カード)		③ (観察, 学習カード)	
	思考・判断・表現				① (観察, 学習カード)		② (観察, 発言, 学習カード)
	主体的に学習に取り組む態度	① (観察)		① (観察)		① (観察)	

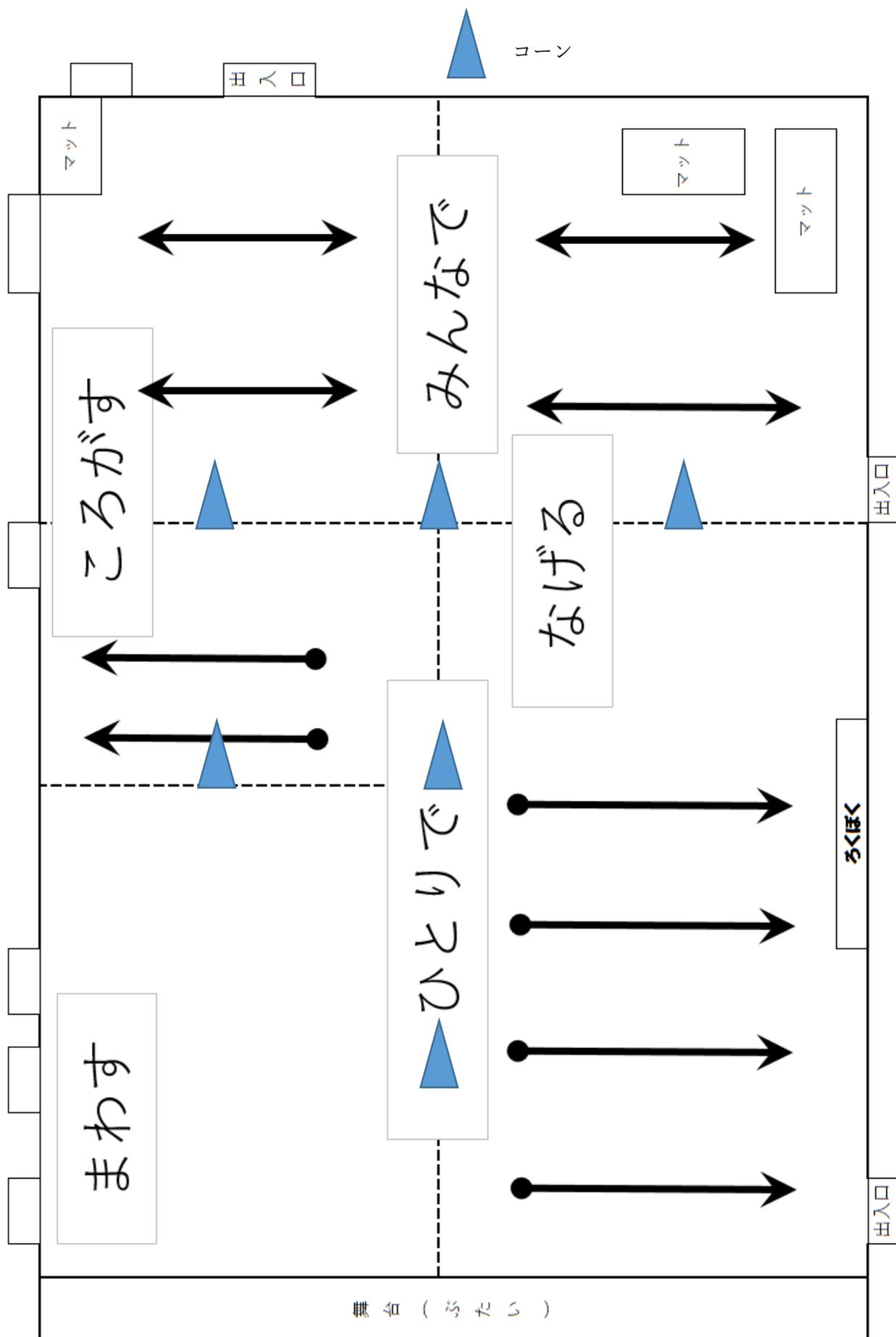
9. 本時の学習（6/6時間目）

①本時のねらい

多様な動きをつくる遊び方を工夫するとともに、考えたこと（用具の操作、移動）を友達に伝えることができるようにする。

②展開

	学習内容・活動	○支援 ☆評価
導入	1 挨拶，服装確認をする。 ・安全について確認する。（服装や健康状態の確認） 2 準備運動（わかばスタートアップ） ・バランスを取る動きを行う。	○音楽をかけ，リズムよく体を動かせるようにする。
展開	3 学習の流れの確認，場の準備をする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;">フープをつかったうごきをみつけたり，おしえたりしよう。</div>	
	4 フープで遊ぶ。 ・場を選び，活動場所に移動する。 ・フープで様々な動きを行う。 ・できるようになりたい動きができた児童は帽子を赤に変える。	○よかった動きを近くの児童に見るように促したり，似たような動きの児童同士が近くで活動できるように声掛けを行ったりする。 ☆フープを使った運動遊びの行い方を工夫したり，行い方やコツを友達に伝えたり，友達の動きを真似して取り組もうとしたりしている。 （思・判・表）【行動観察】
	5 面白い動きや友達の良かった動きを共有する。 ・みてみてぼうしの児童は発表する。 ・拍手で称賛する。	
	6 やってみたい動きを挙手して確認する。  7 もう一度フープで遊ぼう。 ・もう一度様々な動きに挑戦する。 ・できるようになりたい動きを練習する。 ・友達と協力してフープで遊ぶ。	○「みてみてぼうし」の児童の動きを参考にさせるようにする。 ○友達の動きを真似しようとする児童も価値付け，動きの種類を増やすようにする。
まとめ	8 振り返りをする。 ・「たくさんうんどうしたか」「ともだちといっしょにうんどうしたか」「どうやったら できるようになるかをかんがえた」という項目について振り返る。	○心と体，友達と一緒に活動したことの2つの視点で振り返りをさせる。 ☆行い方やコツを友達に伝えたり，友達の動きを真似して取り組もうとしたりしている。 （思・判・表）【発言分析・記録分析】
	9 場の片付け，整理運動，挨拶をする。	



# ボール・フープ がんばりカード

1ねん くみ なまえ

できた うごきに ○を つけよう。

動きの例の図

	1 かいめ	2 かいめ
ボ ー ル	たくさん からだを うごかした。 	たくさん からだを うごかした。 
	ともだちと いっしょに うんどうできた。 	ともだちと いっしょに うんどうできた。 
	どうやったら できるように なるかを かんがえた。 	どうやったら できるように なるかを かんがえた。 

できた うごきに ○を つけよう。

動きの例の図

	1 かいめ	2 かいめ
フ ー プ	たくさん からだを うごかした。 	たくさん からだを うごかした。 
	ともだちと いっしょに うんどうできた。 	ともだちと いっしょに うんどうできた。 
	どうやったら できるように なるかを かんがえた。 	どうやったら できるように なるかを かんがえた。 

: よくできた     
 : できた     
 : あまりできなかった     
 : できなかった

## 記録

### 運動の様子



### 共有の様子



### 振り返りの様子

