





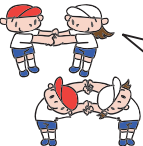


5 本時の目標と展開

【第1学年「体ほぐしの運動」 2/17時間】

(1) 本時の目標

- 手軽な運動や律動的な運動をできるようにする。 (運動)
- 体ほぐしの運動に進んで取り組むことができるようにする。 (態度)
- 体ほぐしの運動の行い方を知り、体を動かすと気持ちが良いことに気付くことができるようにする。 (思考・判断)

(2) 展開 *本時では、「運動についての思考・判断」を主として評価する





分	主なねらい・学習活動	教師の働きかけ・評価(☆)
はじめ10分	1 用具や場の準備をする。 2 本時の学習課題を確認する。 いろいろな体ほぐしの運動の行い方を知り、やってみよう。 ・いろいろな体ほぐしの運動を友達や教師と一っしょにやってみよう。 ・体を動かすと体や心はどんな風になるかな。	・前時で体ほぐしの運動を行ってどうだったか、今日も友達と楽しく運動するように言葉かけをする。 ・おしくらまんじゅうなど、友達の体を押し合う時の安全面について伝える。 ・教師と一緒におしくらまんじゅうを行い、どの位押しつらいか、体の感覚をつかませる。(特別な指導を要する児童への手立ての工夫) ・リズムにのれるような伴奏音楽をかけたり手拍子をうったりして楽しい雰囲気づくりをしていく。
なか30分	3 歩いたり走ったりする体ほぐしの運動をやってみる。 例) ラインウォーキング ・音楽がなっている間、体育館のラインの上を歩く。スキップする。ジャンケン列車で行う など  みんなで運動すると楽しいね。心がうきうきしたよ。	 いろいろな歩き方をしてもいいよ。友達と一緒に運動すると楽しいし元気がでるね
	4 伝承遊びや集団による体ほぐしの運動をやってみる。 例) だるまさんがころんだ おしくらまんじゅう  そっ—and動くのはドキドキするよ。見つかってしまう時も楽しい気持ちになるよ。	 おしくらまんじゅうで、友達の体のあたたかさがつたわってきた人がいたよ！
	5 ペアでのストレッチを行う。  背中がのびて気持ちがいいな。友達がきもちよくなるように引っ張ろう。	 ストレッチの時は静かに、やさしくやっていこうね。たくさん動いた体はどうなっていくかな。
まとめ5分	6 学習のまとめを行う。 ・運動した時の体と心の状態について発表したり、学習カードに記入したりする。  おしくらまんじゅうは汗をかいたよ。ストレッチすると心臓のドキドキが小さくなってきたよ。	・体ほぐしの運動をしてどうだったかを発表したり学習カードに記入したりする。 ☆体ほぐしの運動の行い方を知り、体を動かすと気持ちがいいことに気付いている。 【運動についての思考・判断①】 (発言、学習カード) ・それぞれの運動でどんな気持ちになったかを具体的に聞いていく。

【第1学年「多様な動きをつくる運動遊び」 12/17時間】

(1) 本時の目標

- 用具を操作する運動遊びができるようにする。 (運動)
- 友達と協力して準備や片づけをしたり、場の安全に気をつけて運動したりすることができるようにする。 (態度)
- 体を移動する運動遊びや用具を操作する運動遊びの行い方がわかるようにする。(思考・判断)

(2) 展開 *本時では、「運動の技能」を主として評価する

分	主なねらい・学習活動	教師の働きかけ・評価(☆)
はじめ10分	1 用具や場の準備をする。 2 本時の学習課題を確認する。 前の時間に行った動きの中から、もっとやってみたい動きの場へ行き、いろいろな動きでやってみよう。 ・できるようになった動きを工夫してやってみよう。	・前時で行った場にグループで協力して用具を置く。 ・動きの工夫の例などを全体で示して子ども達にイメージしやすくする。 ・場を横切らないなどの安全面でのルールも徹底できるように言葉かけをする。
なか10分	3 自分のもう一度やりたい場へ行き、動きを工夫しながら行う。 ・体を移動する運動遊び ・用具を操作する運動遊び 〈動きの工夫の例〉 ・いろんな姿勢で進もう。 ・コースを作ってみよう。  ・挟む場所を変えて進もう。 ・いろいろな投げ方捕り方 	・場への移動のルートに床に矢印で貼ったり、安全のきまりに関する掲示物をつくったりする。(特別な指導を要する児童への手立ての工夫) ・まだできていない動きに挑戦している児童には、動きのコツを伝えたり、一緒に動いたりしてできるようにしていく。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> ○○さん、ボールをしっかり捕るには落ちてくるボールをよく見て両手でつかんでみよう。 </div>  ・動きの工夫に迷っている児童がいたら、「姿勢」「向き」「人数を増やす」などの変化をつけるように助言する。 ・友達の動きを紹介することで、自分がまだやっていない動きや工夫を知り、やってみたいという意欲を持てるようにする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> ○○さんの工夫は、ボールをはさむ場所を変えてやってみただね。 </div> 
まとめ5分	4 全体を集めて、どのような動きの工夫をしたかを発表し合う。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> ぼくは、ほっぺたにボールをはさんで走ってみたよ！ </div> 5 まだやっていない場などに行って、工夫した動きを行う。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 次は、ケンパのコースに行ってやってみよう！ </div> 6 学習のまとめを行う。 ・学習のふりかえりをする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 前までボールをしっかり捕ることができなかったけどできるようになりました！ </div> ・用具や場の片付けをする。	・友達を紹介してくれた動きを参考にしてもう一度自分の行きたい場へ行って工夫した動きを行う。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> ☆用具を操作する動きができる。 【運動の技能③】 (観察) </div> ・できるようになった動きや工夫した動きを発表したり学習カードに記入したりしていく。 ・よい動きを取り上げ、みんなでやってみる。