

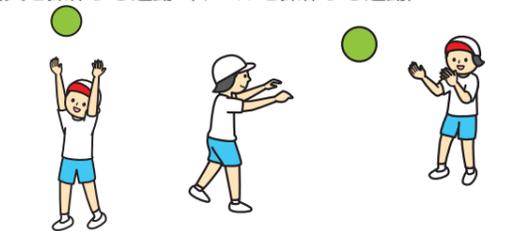
本時の目標と展開① (4/16時間)

本時の目標

- (1) 多様な動きをつくる運動の行い方を知ることができるようにする。
- (2) 自己の課題を見付け、その課題を解決するために様々運動の行い方を選んだり、友達と一緒に工夫したりすることができるようにする。
- (3) 活動の場の危険物を取り除いたり、用具や活動する場の安全を確かめたりすることができるようにする。

本時の展開

時間	学習内容・活動	指導上の留意点
5分	1 集合、挨拶、健康観察をする 2 単元の学習の見通しをもつ ○単元の目標と学習の進め方を知る。 ○学習をするグループを確認する。 ○学習のきまりを知る。 学習のきまりの例 ・運動前には、場の安全を確かめましょう。 ・友達との間隔をとって運動をしましょう。 ・用具は正しく使いましょう。	・掲示物を活用するなどしながら、分かりやすく説明する。 ・学習をするグループを事前に決めておく。 ・グループで協力して学習をしましょう。 ・グループの友達の考えを認めましょう。 ・いろいろな運動に挑戦しましょう。
	3 本時のねらいを知り、目標を立てる <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 多様な動きをつくる運動の学習の進め方を知り、学習の見通しをもつ </div> ○本時のねらいを知り、自己の目標を立てる。	・学習カードを配り、使い方を説明する。
15分	4 場や用具の準備をする ○場や用具の準備と片付けの仕方を知る。 ○グループで協力して、準備をする。 場や用具の準備の仕方の例 ・活動をする場所に危険物がないか気を配り、見付けたら取り除きましょう。 ・運動に使う用具は、決まった場所から使うものだけを取り、使い終わったら片付けましょう。 ・安全に運動ができるように服装などが整っているか、友達と確かめ合ひましょう。	・安全な準備と片付けの仕方を説明する。 ・安全を確かめている様子を取り上げて、称賛する。
	5 準備運動、体ほぐしの運動をする ○準備運動、体ほぐしの運動の行い方を確認する。 ○学級全体やグループで準備運動、体ほぐしの運動をする。 準備運動の例 肩、腕、手首、腿、膝、ふくらはぎ、足首などをほぐす運動を行う。 体ほぐしの運動の例 ○いろいろな行い方で、グループで風船パスをする。 ・手をつないで足で ・手をつながず頭で ・手をつないで2つの風船で	・けがの防止のために適切な準備運動の行い方について、実際に動いて示しながら説明する。
		◎運動に興味や関心がもてず意欲でない児童への配慮の例 → 体を動かしたりみんなで運動をしたりすることのよさを個別に語ったり、易しい運動の行い方や場の設定、BGMなどの環境の工夫をし、少しでも取り組もうとする行動を称賛したり励ましたりするなどの配慮をする。

20分	6 多様な動きをつくる運動をする ○多様な動きをつくる運動の行い方を知る。 ○ペアやグループで多様な動きをつくる運動をする。	・多様な動きをつくる運動の行い方について、学習資料やICT機器を活用したり、実際に動いて示したりしながら説明する。
	多様な動きをつくる運動の行い方の例 ○体を移動する運動  ・スキップやギャロップ ○力試しの運動  ・ペアになって交互に引き合う。(一人は引く、もう一人は引かれぬように力を入れる) ○体のバランスをとる運動  ・三角コーンの間を方向を変えて走る。 ○用具を操作する運動 (ボールを操作する運動)  ・片足立ちやしゃがんで押し合うバランス崩し ・真上に投げて捕る。 ・友達とキャッチボール 無理のない速さや力の入れ方で、楽しく行いましょう。	勝敗や運動のできばえにこだわり過ぎず、友達と関わり合って楽しく運動ができるようにしましょう。楽しく行いましょう。
5分	7 本時を振り返り、次時への見通しをもつ 本時の振り返り ・多様な動きをつくる運動の行い方について、知ったことを書きましょう。 ・単元の学習で身に付けたいことや楽しみたいことなどの自己の目標を書きましょう。	○振り返りを発表して、友達に伝える。 ・振り返りを学習カードに記入するように伝えるとともに、気付きや考えのよさを取り上げて、称賛する。
	8 整理運動、場や用具の片付けをする 9 集合、健康観察、挨拶をする	・整理運動の行い方について、実際に動いて示しながら説明するとともに、けががないかなどを確認する。

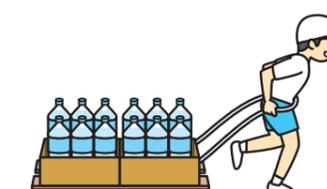
本時の目標と展開② (7/16時間)

本時の目標

- (1) 体を移動する動きや力試しの動きをすることができるようにする。
- (2) 自己の課題を見付け、その課題を解決するために様々運動の行い方を選んだり、友達と一緒に工夫したりすることができるようにする。
- (3) 活動の場の危険物を取り除いたり、用具や活動する場の安全を確かめたりすることができるようにする。

本時の展開

時間	学習内容・活動	指導上の留意点
10分	<ol style="list-style-type: none"> 1 集合、挨拶、健康観察をする 2 本時のねらいを知り、目標を立てる 	
	<p style="text-align: center;">運動の行い方を知り、力試しの運動と体を移動する運動を組み合わせた運動をしよう</p> <p>○本時のねらいを知り、自己の目標を立てる。</p> <ol style="list-style-type: none"> 3 場や用具の準備をする ○グループで協力して、準備をする。 4 準備運動、体ほくしの運動をする ○グループで準備運動をする。 ○学級全体で体ほくしの運動をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ●学習カードを配り、立てた目標を記入するように伝える。 ●安全な準備の仕方を確認する。 ●けがの防止のために適切な準備運動を行うように伝える。 ●学習した運動の中から選んだ体ほくしの運動の行い方について、実際に動いて示しながら説明する。
10分	<ol style="list-style-type: none"> 5 力試しの運動と体を移動する運動を組み合わせた運動をする ○力試しの運動と体を移動する運動を組み合わせた運動の行い方を知る。 ○ペアやグループで力試しの運動と体を移動する運動を組み合わせた運動をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ●力試しの運動と体を移動する運動を組み合わせた運動の行い方について、学習資料やICT機器を活用したり、実際に動いて示したりしながら説明する。
	<p>力試しの運動と体を移動する運動を組み合わせた運動の行い方の例</p> <p>○水が入ったペットボトルを入れた箱を運ぶ ○毛布に乗った友達を運ぶ</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>・ペットボトルの数や距離を決めて、箱を引いて運ぶ。</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>・友達を運ぶ距離を決めて、安全にゆっくりと運ぶ。</p> </div> </div> <div style="border: 1px solid red; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>・力を入れたまま移動するとき、姿勢や進み方はどうすればよいでしょうか。 ・友達と力を合わせて移動するとき、どんなことに気を付けるとよいでしょうか。</p> </div> <div style="margin-top: 10px;"> <p>◎人を引く、運ぶ動きが苦手な児童への配慮の例</p> <ul style="list-style-type: none"> ➔ 膝を曲げて腰を低くした構えで、安定した姿勢で行えるようにするなどの配慮をする。 ➔ 一緒に運動するペアやグループの友達と息を合わせて力を入れるように助言するとともに、少ない力でも協力できる役割や位置から取り組むようにして、力の入れ方に慣れるようにするなどの配慮をする。 <p>◎友達と関わり合うことに意欲的でない児童への配慮の例</p> <ul style="list-style-type: none"> ➔ グループ内の意欲的な児童とペアを組み、友達の動きに刺激を受けて一緒に様々な運動に挑戦できるようにするなどの配慮をする。 </div>	

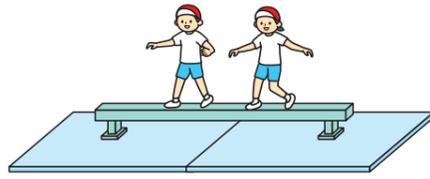
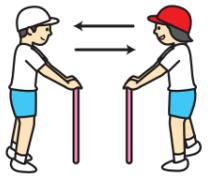
20分	<ol style="list-style-type: none"> 6 力試しの運動と体を移動する運動を組み合わせた運動を工夫する ○力試しの運動と体を移動する運動を組み合わせた運動の工夫の仕方を知る。 	<ul style="list-style-type: none"> ●力試しの運動と体を移動する運動を組み合わせた運動の工夫の仕方について、学習資料やICT機器を活用したり、実際に動いて示したりしながら説明する。
	<p>力試しの運動と体を移動する運動を組み合わせる運動の工夫の仕方の例</p> <p>○水が入ったペットボトルを入れた箱を運ぶ運動の工夫 ○毛布に乗った友達を運ぶ運動の工夫</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>・ペットボトルの数を選ぶ。 ・後ろ向きや片手など、引き方を選ぶ。</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>・二人で、一人でなど、引く人の人数を選ぶ。 ・前や後ろなど毛布に乗せる位置を工夫する。</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 20px;"> <div style="text-align: center;">  <p>・人数を変えて、力を合わせて引く。 ・運ぶ距離を変えて、長く引く。</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>・人数を変えて、力を合わせて持ち上げて運ぶ。 ・運ぶ距離を変えて、遠くまで運ぶ。</p> </div> </div> <div style="border: 1px solid red; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>・運び方、人数、重さなどを選んで、自己やグループができる動きを増やしましょう。 ・人や物を運ぶので、競走など急いで運ぶ行い方はしないようにしましょう。</p> </div> <p>○運動の行い方を選んだり友達と工夫したりして、力試しの運動と体を移動する運動を組み合わせた運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●安全を確かめている様子を取り上げて、称賛する。 ◆学習評価◆ 主体的に学習に取り組む態度 ⑥活動の場の危険物を取り除いたり、用具や活動する場の安全を確かめたりしている。 ➔ 場や用具の準備をする際や運動をする際に、用具や活動する場の安全を確かめている姿を評価する。(観察・学習カード) ◎安全を確かめることに意欲的でない児童への配慮の例 ➔ 運動の工夫の仕方に危険が想定される場合は、危ないことを伝えて気付くことができるようにするとともに、安全にできる方法を助言するなどの配慮をする。 ●考えたことを伝えていることを取り上げて、称賛する。 <p>○課題解決のために考えたことを伝える。</p>	
5分	<ol style="list-style-type: none"> 7 本時を振り返り、次時への見通しをもつ 	<p>本時の振り返り</p> <p>・運動の行い方を工夫して、見付けたことや考えたことを書きましょう。 ・安全を確かめることについて、気付いたことや考えたことを書きましょう。</p> <p>○振り返りを発表して、友達に伝える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●振り返りを学習カードに記入するように伝えるとともに、気付きや考えのよさを取り上げて、称賛する。 ●適切な整理運動を行うように伝えるとともに、けががないかなどを確認する。
	<ol style="list-style-type: none"> 8 整理運動、場や用具の片付けをする 9 集合、健康観察、挨拶をする 	

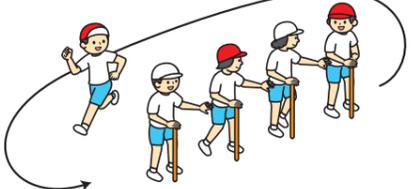
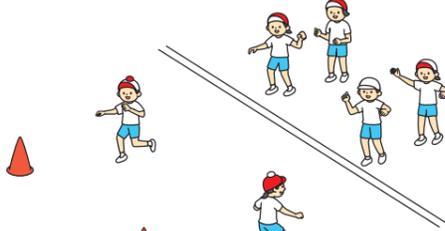
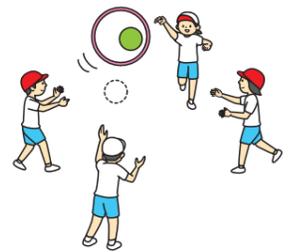
本時の目標と展開③ (13/16時間)

本時の目標

- (1) 基本的な動きを組み合わせる動きをすることができるようにする。
- (2) 自己の課題を見付け、その課題を解決するために様々な運動の行い方を選んだり、友達と一緒に工夫したりすることができるようにする。
- (3) 多様な動きをつくる運動に進んで取り組むことができるようにする。

本時の展開

時間	学習内容・活動	指導上の留意点
10分	<ol style="list-style-type: none"> 1 集合, 挨拶, 健康観察をする 2 本時のねらいを知り, 目標を立てる 	
	<p style="text-align: center;">課題の解決のための活動を工夫して, 基本的な動きを組み合わせる運動をしよう</p> <p>○本時のねらいを知り, 自己の目標を立てる。</p> <ol style="list-style-type: none"> 3 場や用具の準備をする ○グループで協力して, 準備をする。 4 準備運動, 体ほくしの運動をする ○グループで準備運動をする。 ○学級全体で体ほくしの運動をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ●学習カードを配り, 立てた目標を記入するように伝える。 ●安全な準備の仕方を確認する。 ●けがの防止のために適切な準備運動を行うように伝える。 ●学習した運動の中から選んだ体ほくしの運動の行い方について, 実際に動いて示しながら説明する。
10分	<ol style="list-style-type: none"> 5 基本的な動きを組み合わせる運動をする ○基本的な動きを組み合わせる運動の行い方を知る。 ○ペアやグループで基本的な動きを組み合わせる運動をする。 <p>基本的な動きを組み合わせる運動の例</p> <p>○バランスをとりながら移動するなどの動きで構成される運動</p> <p>○用具を操作してから移動する, 移動してから用具を操作するなどの動きで構成される運動</p>   <p>・バランスをとりながら平均台の上を移動する。 ・平均台から落ちないように, 反対側から移動してきた友達とすれ違う。</p> <p>・ペアで各々が立てた棒を, 素早く相手と場所を入れ替わって捕る。</p> <p>○用具を操作する動きを組み合わせる運動</p>   <p>・頭の上にお手玉を乗せて, 落とさないようにバランスをとりながら歩く。</p> <p>・二人組で, 一人が輪を転がし, もう一人がボールを投げたり転がしたりして, 転がっている輪の中を通す。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●基本的な動きを組み合わせる運動の行い方について, 学習資料やICT機器を活用したり, 実際に動いて示したりしながら説明する。
<p style="text-align: center;">◎運動の行い方が分からず意欲でない児童への配慮の例</p> <p>➔ 友達の様子を見ながらその真似をして体を動かし, 徐々に運動に加わることができるようにするなどの配慮をする。</p>		

20分	<ol style="list-style-type: none"> 6 基本的な運動を組み合わせる運動を工夫する ○基本的な運動を組み合わせる運動の工夫の仕方を知る <p>運動の組合せ方の工夫の例</p> <p>○バランスをとりながら移動するなどの動きで構成される運動の工夫</p> <p>○用具を操作してから移動する, 移動してから用具を操作するなどの動きで構成される運動</p>   <p>・人数を増やしてすれ違う。 ・新聞紙を折って作った高さのない場や, 大きな平均台など, グループの課題に適した場や用具を選ぶ。</p> <p>・人数を増やして円や列になり, 一斉に入れ替わって捕る。 ・棒をその場で回した輪にしたり, 友達との間隔を変えたりするなど, グループの課題に適した方法を選ぶ。</p> <p>○用具を操作する動きを組み合わせる運動</p>   <p>・歩く距離を長くしたり, くねくねなどコースを工夫したりする。 ・他のグループと競走するなど, 行い方を工夫する。</p> <p>・人数を増やして四人組になり, 片方のペアが輪を投げ合い, もう片方のペアがボールを投げ合って, 投げられた輪の中を通す。 ・グループの課題に適した大きさの輪やボールを選ぶ。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●基本的な運動を組み合わせる運動の工夫の仕方について, 学習資料やICT機器を活用したり, 実際に動いて示したりしながら説明する。
	<ol style="list-style-type: none"> 7 本時を振り返り, 次時への見通しをもつ <p>本時の振り返り</p> <p>・運動の行い方を工夫して, 見付けたことや考えたことを書きましよう。 ・安全を確かめることについて, 気付いたことや考えたことを書きましよう。</p> <p>○振り返りを発表して, 友達に伝える。</p> <p>○課題解決のために考えたことを伝える。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●課題を解決するために, 運動の行い方を選んだり工夫したりしていることを取り上げて, 称賛する。 ◆学習評価◆ 思考・判断・表現 ②多様な動きをつくる運動の自己の課題を見付け, その課題を解決するために様々な運動の行い方を選んだり, 友達と一緒に工夫したりしている。 ➔ 基本的な動きを組み合わせる運動を行う際に, 自己やグループの課題に適した人数や用具などの条件を選んでいる姿を評価する。(観察・学習カード) ◎運動の行い方を選んだり, 友達と一緒に工夫したりすることが苦手な児童への配慮の例 ➔ 自己やグループの課題に応じた無理のない条件からはじめ, 慣れてきたら徐々に難しい条件を選ぶように助言するなどの配慮をする。 ●考えたことを伝えていることを取り上げて, 称賛する。
5分	<ol style="list-style-type: none"> 8 整理運動, 場や用具の片付けをする 9 集合, 健康観察, 挨拶をする 	<ul style="list-style-type: none"> ●振り返りを学習カードに記入するように伝えるとともに, 気付いや考えのよさを取り上げて, 称賛する。 ●適切な整理運動を行うように伝えるとともに, けががないかなどを確認する。

本時の目標と展開④ (16/16時間)

本時の目標

- (1) 基本的な動きを組み合わせる動きをすることができるようにする。
- (2) 多様な動きを身に付けるための運動の行い方について、考えたことや見付けたことを友達に伝えることができるようにする。
- (3) 多様な動きをつくる運動に進んで取り組むことができるようにする。

本時の展開

時間	学習内容・活動	指導上の留意点
10分	1 集合, 挨拶, 健康観察をする 2 本時のねらいを知り, 目標を立てる 基本的な動きを組み合わせる運動を紹介し合って, 学習をまとめよう ○本時のねらいを知り, 自己の目標を立てる。	●学習カードを配り, 立てた目標を記入するように伝える。
	3 場や用具の準備をする ○グループで協力して, 準備をする。	●安全な準備の仕方を確認する。
25分	4 準備運動, 体ほくしの運動をする ○グループで準備運動をする。 ○学級全体で体ほくしの運動をする。	●けがの防止のために適切な準備運動を行うように伝える。 ●学習した運動の中から選んだ体ほくしの運動の行い方について, 実際に動いて示しながら説明する。
	5 基本的な動きを組み合わせる運動をする ○運動の行い方を選んだり友達と工夫したりして, 基本的な動きを組み合わせる運動をする。 場の設定の仕方の例 回転しながら平均台を進む 力試しをしながらボールをける 大縄を跳びながら短縄を飛ばす 平均台を歩きながらボールをキャッチする ○選んだ運動や工夫した行い方を紹介したり, 他のグループが選んだ運動や工夫した行い方を試したりする。 ○課題解決のために考えたことを伝える。	●進んで取り組もうとしている様子を取り上げて, 称賛する。 ◆学習評価◆ 主体的に学習に取り組む態度 ②多様な動きをつくる運動に進んで取り組もうとしている。 → 基本的な動きを組み合わせる運動やグループの工夫した行い方を紹介し合う活動などに進んで取り組もうとしている姿を評価する。(観察・学習カード) ●考えたことを伝えていることを取り上げて, 称賛する。
10分	6 単元を振り返り, 学習のまとめをする 単元の学習の振り返り ・単元の学習の目標で, 達成したことを書きましよう。 ・学習したことで, 今後の学習や生活の中で取り組んでいきたいことを書きましよう。 ○振り返りを発表して, 友達に伝える。	●振り返りを学習カードに記入するように伝えるとともに, 気付きや考えのよさを取り上げて, 称賛する。
	7 整理運動, 場や用具の片付けをする 8 集合, 健康観察, 挨拶をする	●適切な整理運動を行うように伝えるとともに, けががないかなどを確認する。

多様な動きをつくる運動の取扱い

【第4学年における指導と評価の計画(例)】

時間	1	2・3	4	5~8	9~12	13~15	16
ねらい	学習の見通しをもつ	活動を工夫して体ほくしの運動を楽しむ	学習の見通しをもつ	多様な動きをつくる運動を楽しむ		活動を工夫して基本的な動きを組み合わせる運動を楽しむ	学習のまとめをする
学習活動	オリエンテーション ○学習の見通しをもつ ・学習の進め方 ・学習のきまり ○体ほくしの運動 みんなで運動をする	体ほくしの運動 ○体ほくしの運動 ・自己や友達の心と体の変化に気付く ・みんな豊かに関わり合う ○学習のまとめをする	オリエンテーション ○学習の見通しをもつ ・学習の進め方 ・学習のきまり ○多様な動きをつくる運動 みんなで運動をする	多様な動きをつくる運動 ○力試しの運動 ・いろいろな運動をする ・運動の行い方を工夫する ○体を移動する運動 ・いろいろな運動をする ・運動の行い方を工夫する	多様な動きをつくる運動 ○体のバランスをとる運動 ・いろいろな運動をする ・運動の行い方を工夫する ○用具を操作する運動 ・いろいろな運動をする ・運動の行い方を工夫する	多様な動きをつくる運動 ○基本的な動きを組み合わせる運動 ・いろいろな運動をする ・自己に適した運動を選ぶ ○運動の組合せ方を工夫する 自己に適した運動を選ぶ	学習のまとめ ○多様な動きをつくる運動 選んだ運動の行い方を発表する ○単元のまとめをする
評価の重点	知識・技能	① 観察・学習カード	② 観察・学習カード	④・⑥ 観察	③・⑤ 観察	⑦ 観察	
	思考・判断・表現		①・③ 観察・学習カード			②・④ 観察・学習カード	
	主体的に学習に取り組む態度		① 観察・学習カード		③・⑥ 観察・学習カード	④・⑤ 観察・学習カード	② 観察・学習カード

【多様な動きをつくる運動の単元の取扱い】

- 年間を通して指導すること
多様な動きをつくる運動は, 様々な基本的な動きを運動を通して培うことをねらいとしていることから, 本手引では, 他の領域の各内容と比べて単元の時間数を多く設定しています。上記の計画を参考に授業を行う際は, 学校の実態などに応じてある程度の時間で数回に分けて年間指導計画の中に位置付けるなどの工夫をしましょう。

【多様な動きをつくる運動の内容の取扱い】

- 2学年間にわたって指導すること
小学校学習指導要領に『「A 体づくりの運動」については, 2学年間にわたって指導するものとする。』とあるように, 中学年の「多様な動きをつくる運動」は, 第3学年と第4学年の両方で指導するように年間指導計画を作成しましょう。
第4学年は, 第3学年で取り扱った運動を行うことでこれまでの学習を思い起こしたり, 新たな運動を行ったりするなど, 本手引を参考にすることで第4学年に適した運動を選んで取り扱うようにしましょう。なお, 小学校学習指導要領解説体育編に, 固定施設を使った運動は, 体の基本的な動きを培う運動としても適していることから, 中学年においては多様な動きをつくる運動で取り扱うようにしましょう。
- 将来の体力の向上につなげるため, 基本的な体の動きを培うこと
体づくり運動系は, 体力を高めるために行われる運動を取り扱う領域ですが, 中学年においては発達の段階から体力を高めることを学習の直接の目的とするのは難しいことから, 将来の体力の向上につなげていくために, 基本的な体の動きを幅広く培うことができるようにしましょう。
- 運動と健康が密接に関連していることについての具体的な考えがもてるよう指導すること
多様な動きをつくる運動に限らず, 運動領域の各領域においては, 保健「体の発育・発達」の学習と関連付けて学習することで, 児童が運動と健康が密接に関連していることについて考えをもてるように指導しましょう。特に, 「運動は生涯を通じて骨や筋肉などを丈夫にする効果が期待されること」と多様な動きをつくる運動の「跳ぶ, はねるなどの動きで構成される運動」を関連付けるなど, 児童が具体的な考えをもてるように指導するようにしましょう。

【多様な動きをつくる運動の評価】

- 各領域と同じく, 技能に関する評価規準を設定すること
多様な動きをつくる運動の指導内容は, 「知識及び運動」「思考力, 判断力, 表現力等」「学びに向かう力, 人間性等」としています。これは, 多様な動きをつくる運動は, 様々な基本的な体の動きを身に付け, 動きの幅を更に広げていくとともに, 動きの質を高めることが主なねらいであり, 特定の技能を示すものではないことから, 各領域と同じ「知識及び技能」ではなく, 「知識及び運動」としているものです。一方で, 評価においては, 各領域と同じく「知識・技能」の評価の観点に技能に関する評価規準を設定して, 多様な動きをつくる運動で培う様々な基本的な体の動きができることを評価しましょう。