

学習指導要領改訂の趣旨を踏まえた

授業のデザイン

新学習指導要領では、生きる力を育むことを目指し、基礎的・基本的な知識・技能を確実に習得させ、これらを活用して課題を解決するために必要な思考力・判断力・表現力等を育むとともに、主体的に学習に取り組む態度を養うことが示されています。本紙は、改訂の趣旨を踏まえた授業の例などを示しています。各学校において、自校の年間指導計画や児童の実態等を踏まえ、確かな学力を身に付けさせる授業をデザイン（構想）するための参考資料として御活用ください。



小学校・体育



体育科の目標及び学習指導要領改訂のポイント

1 体育科の目標

心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるとともに健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる。

2 学習指導要領改訂のポイント

◇指導内容の明確化・体系化と弾力的な取り扱い

- ・低・中・高学年すべてにおいて、運動領域を6領域で設定。
- ・2年間を見通し、内容の系統性を考慮し、弾力的に指導することができる。

◇体力の向上を重視

- ・「体づくり運動」を全学年で実施し、学習したことを家庭でも生かすことができるようにする。

◇保健指導の内容等の改善

- ・身近な生活における健康・安全に関する基礎的な内容を重視。
- ・第3・4学年から指導内容を構成。

事例と関連のある本県の重点とする目標

－「指導の指針」より 栃木県教育委員会－

○指導内容の明確化・体系化

- ・2年間を通し、児童や地域の実態と内容の系統性、発展性を考慮した年間指導計画の作成及び単元計画の工夫改善。

○運動に親しむ資質や能力の基礎を培う指導方法の工夫改善

- ・学習形態や支援の在り方の工夫。ルールや活動中のアドバイスなど、学習活動の充実。

○指導と評価の一体化

- ・目標の明確化、学習状況の適切な評価と、その評価を生かした学習指導の改善。

【参考文献】

- ・「小学校学習指導要領解説 体育編」 文部科学省 平成20年8月
- ・「指導の指針」 栃木県教育委員会 平成25年3月

◇本リーフレットは栃木県総合教育センターホームページ(<http://www.tochigi-edu.ed.jp/center/>)から、ダウンロードできます。
◇問い合わせ先 栃木県総合教育センター研究調査部 TEL028-665-7204

キーワード

グループ活動 コミュニケーション 学び合い 動きづくり

発達段階や児童の実態を考慮し、基本的な動きを培う段階から体力を向上させる段階へとつなげる体づくり運動の例を示します。

指導のねらい

カードを活用することで、基本的な動きやリズムを楽しく身に付けることができるようにする。
 <学習指導要領との関連> 【全学年】A体づくり運動

単元の例

各学校で使われている「なわとびカード」は、縄跳びの技の習得を回数や時間などで目標設定したものが一般的です。ここで示した「なわとびビンゴカード」は、縄跳びの技を身に付けるための基本的な動きやリズム（初級）から縄跳びの技を組み合わせた跳び方（上級）が含まれます。また、グループで学習することにより、リズムを合わせたり、気付いたコツを教え合ったり楽しみながら練習することができます。

【発達の段階に応じて取り入れましょう。】

<低学年では>

学級全体で、一つ一つの動きを丁寧に確認し、一緒にリズムをとりながら行いましょう。

<中学年では>

グループごとに、一つ一つの動きに説明を加え、グループで考えさせながら行いましょう。「全員ができたなら、シール！」なども励みになります。

<高学年では>

グループごとに、初級からスタートし、全マスキリアできたら、次のステージへ。グループ発表も効果的です。

なわとびビンゴ (チャレンジャー)



グループ名

★ 10回とんで、シールをはろう!

ヘリコプター 縄を片手で持ち、頭上でまわす。(左右)	かけあしとび	手つなぎジャンプ(ぜんいん) 全員で手をつなぎ、同じリズムでジャンプをする。	かた手二じゅうとび(右手) 縄を右手に持ち、2重跳びをする。	まえまわしとび
ももボンジャンプ 手のひらを腰の高さで下向きにかまえる。ジャンプをして自分のももに手のひらでタッチする(縄なし)	パーグーとび	入れかえケンケン(2回ずつ)	スキーとび スキーのターンのように左右にとび	手びょうしジャンプ(2回) ジャンプをして、跳んでいる間に2回拍手をする。
フープとび(フラフーフ)	前ならえクロスとび(5回でいいよ!) 前ならえの姿勢から、腕をクロスして1回ジャンプ縄は、後ろからスタート(交差・あやとびの導入)	★ Free	グーチョキとび	ケンパーとび(ケンステップ) 他の班と対戦(ルールはヘビ鬼と一緒、ケンパですすむ)
ケンケンとび(左足)	パー・チョキとび	まえとびとめ(ビシッと1回!) 前とびの最後、片足を前に出す(かかとを叩いてつま先を上げる)そこに縄をかけて縄を止める(フィニッシュポーズ)	パーベクとび ベク(X)・・・足をクロス	まげボン ①膝を曲げる ②膝を伸ばすのと同時に、胸の前で手を1回たたくリズムよく
手つなぎジャンプ(2人組) 二人で向き合って手をつなぎ、同じリズムでジャンプをする	かた手二じゅうとび(左手) 縄を左手に持ち、2重跳びをする。	8の字回し 縄を片手で持ち、体の周りで大きく8の字をかく。(左右10回ずつ)	ケンケンとび(右足)	手びょうしジャンプ ジャンプをして、跳んでいる間に1回拍手をする。

なわとびビンゴカード(上級)の例(説明文なし) ↓

なわとびビンゴ(めいじん)



グループ名

★ 10回とんで、シールをはろう!

はやくさ	片足交差とび	サイドオープン(二重)	ローテーション	二じゅうとび
世界一周	交差二じゅうとび	三じゅうとび	片足後ろあやとび	サイドオープン
後かえしとび(その隣)	片足二じゅうとび(右)	★ Free	サイドクロス(二重)	片足交差
片足あやとび	サイドクロス	後交差二じゅうとび	しゃがみとび	後かえしとび(後ろ)
後二じゅうとび	後かえしとび	片足二じゅうとび(後)	おしりとび	後ばやくさ

なわとびビンゴカード(初級)の例(説明文あり) ↑

○なわとびの技を習得するための動きを、児童の実態に合わせて組み合わせましょう。

<具体例>

「手つなぎジャンプ」「まげボン」

2人組やグループで手をつないでジャンプしたり、同じリズムで膝を曲げたりすることで、なわとびのリズムを覚える。

「ヘリコプター」「8の字回し」

縄を回す支点を肩やひじから手首へと変化させる。

○学校にある「なわとびカード」と並行して活用できます。

「なわとびビンゴカード」の初級では、技を身に付けるための動き、上級では、技の組合せを取り入れた。各学校にある「なわとびカード」は、休み時間や家庭での活用を呼びかけ、技の習得チェックや体力の向上へとつなげるとよい。

評価に当たって

○全員でリズムをそろえたり、クリアしたりするために、声をかけたり、自分で気付いたコツを教え合ったりしているグループを称賛することで、学び合いの学習が深まり思考力の育成にもつながります。

留意点及び工夫点

○カードをクリアすることに意識が向かいがちですが、一つ一つの動きを丁寧に身に付けられるように、時には教師がグループの輪に入り、一人一人のつまづきを確認しアドバイスするようにしましょう。

県内の子どもたちの運動課題の一つとして、投げる力の低下が挙げられます。発達の段階に合わせた活動やルール、用具を工夫したゲームを行うことで、楽しみながら投げる力を伸ばす事例を示します。

指導のねらい

易しいゲームからより複雑なゲームへと発展させていくことにより、運動の楽しさを味わいながら、思考・判断する力や技能を身に付けることができるようにする。

<学習指導要領との関連> 【中学年】E ゲーム 【高学年】ボール運動
 [中] ウ ベースボール型ゲーム [高] ウ ベースボール型

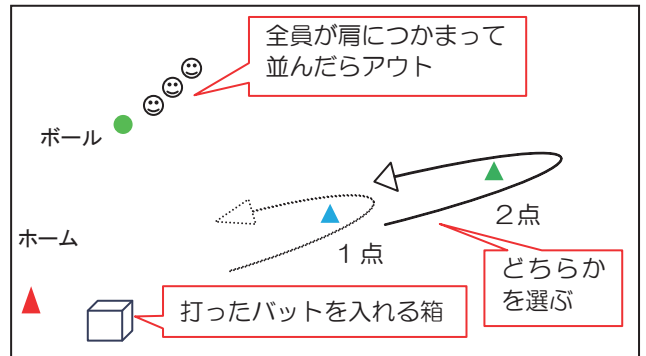
単元の例

ティーボールからソフトボールへの発展

基本となる技能の一つ「打つ」にポイントを絞った簡単なルールでのゲームから、自分たちの考えや作戦を生かしたゲームを行う段階までの学習を、系統的・発展的に行う例を示します。

【ステップ1】ならびっ子ベースボール <打つ><捕る>によるゲーム

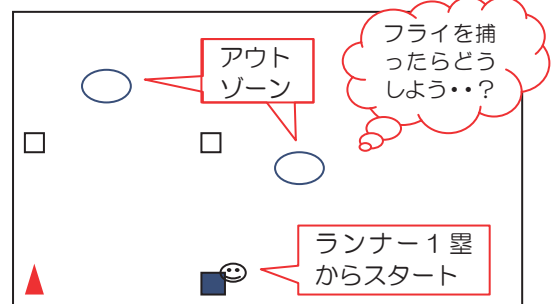
- ①打者は、ホーム（赤のコーン）からボールを打ち、1点のコーン（青）又は、2点のコーン（緑）を選んで回り、赤のコーンにもどってタッチする。
- ②守備側は、打たれたボールをキャッチする。（止めるだけでもよい。）その後、キャッチした児童の肩に守備側全員が順につかまって並ぶ。
- ③打者は、守備側が全員並ぶまで、何度でもコーンを回ることができる。
- ④打者側が一回りしたら、攻守交代する。



* 打者が打った後、バットを投げないように、バットを入れる箱などを用意し、投げってしまったらその場でアウトになるなど、安全面の配慮をする。

【ステップ2】三角ベースボール <打つ><走る><捕る><投げる>によるゲーム

- ①打者側は、1塁に必ず一人いる状態からスタート。
 - ②守備側は、アウトゾーンにボールを投げる。
守備側の誰かがアウトゾーンでボールをキャッチした時点でアウト。
- * ベースとは別の位置にアウトゾーンを設ける。（接触を防ぐ）
 * 「フライを捕ったらどうするか」など、ゲームの中の状況を取り上げ、子どもたちの話合いからルールを考えていく。



評価に当たって

○技能<打つ・捕る>からのスタート

初めの段階では、コントロールよく投げることや、そのボールをキャッチすることが難しいので、ゲームの中では、これらをあまり意識せずできる技能（止まっているボールを打つ。打たれたボールを止める。）の習得から始めましょう。同時に、補助運動として、キャッチボールや的あてなど、投げる・捕る経験をたくさんさせることにより、技能を向上させ、次の段階のゲームにつなげましょう。

○思考・判断<（判断して）走る・（判断して）投げる>

ランナーを意識して打つこと、打球を確認して走ること、走者を見てボールを投げることなど、状況を想定したり、判断したりすることは、ベースボール型の特性です。本来のルールは複雑で、経験の少ない児童にとっては難しいので、アウトゾーンの設置やランナーの登場など、単純な条件から徐々に作戦やアドバイスが必要な場面へと発展させましょう。また、子どもたちの意見を反映させたルールを設定することも効果的です。

留意点及び工夫点

- バットやボールの扱いなど、安全面の配慮も不可欠です。プラスチック製のバットやテニスのラケットを使用させたり、打った後の処理の仕方をルールの一つにしたりするなどの配慮が必要です。ボールについても、大きさや材質を工夫することが考えられます。

キーワード

言語活動 視点を絞る グループ学習 有効なアドバイス

本事例では、学び合いの場面の設定を工夫して目標をもたせるとともに、具体的な視点を与えて互いにアドバイスをする言語活動を取り入れることにより、進んで運動する態度を育成し、動きのポイントを知って運動の仕方を工夫する力を身に付けさせるための手立てを示します。

指導のねらい

学習形態や支援の在り方を工夫することにより、能力差や得意不得意を意識せずに、学習できる手立てを考えることができるようにする。

単元の例

個人種目でもグループで伸びなどを競うことにより、楽しみながら学習することができます。また、視点を絞って見ることで、アドバイスの観点が明確になり、技能の向上に通ずる言語活動ができるようになります。

■グループの目標値の設定

<パターン1> 試技の記録を合計し、グループの伸びを競う。

〔Aさんの5人グループの場合の例〕

第1回記録 cm	第2回記録と伸び	
Aさん：230	250	20
Bさん：300	290	-10
Cさん：280	300	20
Dさん：350	320	-30
Eさん：270	320	50
合計 1430	1480	50

個人の記録ではなく、合計の伸びを強調する。

<パターン2> 試技の記録からグループの目標記録を設定する。

〔Aさんの5人グループの場合の例〕

5人の合計	1430 cm	⇒	目標 1500 cm
1回目の記録	1480 cm		目標まであと20 cm
2回目の記録	1505 cm		目標達成!
次の目標設定	1510 cm		
3回目の記録			

*グループの目標設定になっているが、個人の伸びも記録し、称賛する。

達成感が得られる程度の目標がよい。

■視点を絞って見る (アドバイスし合う場面の例)

横から見ると…



正面から見ると…



空中で膝を曲げ、両足をしっかり体に引きつけているのが分かるよ!



着地の瞬間まで足の裏が見えるし、腕も前にぐっと伸びているよ。

子どもたちが見つけた言葉を、「ナイスアドバイスボード」などに表示して称賛し、全体に広めるとよい。

視点を絞りましょう。

- ・正面から「足の裏」
- ・横から腰の高さ
- ・踏み切り板の真横から体の方向

場面を分けましょう。

「助走」「ふみきり」「空中動作」「着地」に分ける。

分かりやすい言葉をキーワードにしましょう。

- 「トトト〜ンのリズム」(助走)
- 「ばんざ〜いの姿勢」(空中動作)
- 「靴の裏を見せよう」(着地)

*先生の分かりやすい言葉が、子どもたちの的確なアドバイスの言葉につながります!

評価に当たって

○技能<リズムカルな助走からの踏み切り>

小学校の段階では、リズムカルな助走からの踏み切りができていないかを評価します。足を踏み切り板に合わせることに重点を置くのではなく、ゾーンを設定しリズムに合った踏み切りを身に付けさせましょう。

留意点及び工夫点

- 両足での着地が難しい場合は、立ち幅跳びからしゃがんでの着地などを繰り返して練習させましょう。
- 新聞紙やミニハードルを跳び越えたり、目標の記録にラインを引いたり、旗を立てたりすることも有効です。
- 跳ぶときには必ず手を上げて合図させ(記録者や砂ならしをする人の合図→跳ぶ人の合図)、跳び終わったら、まっすぐ砂場から抜けるなど、ルールや約束をきちんと決めて、安全面に配慮しましょう。
- 視点を決めて見ることは、器械運動や水泳など、他の種目の技能の習得にも有効です。