

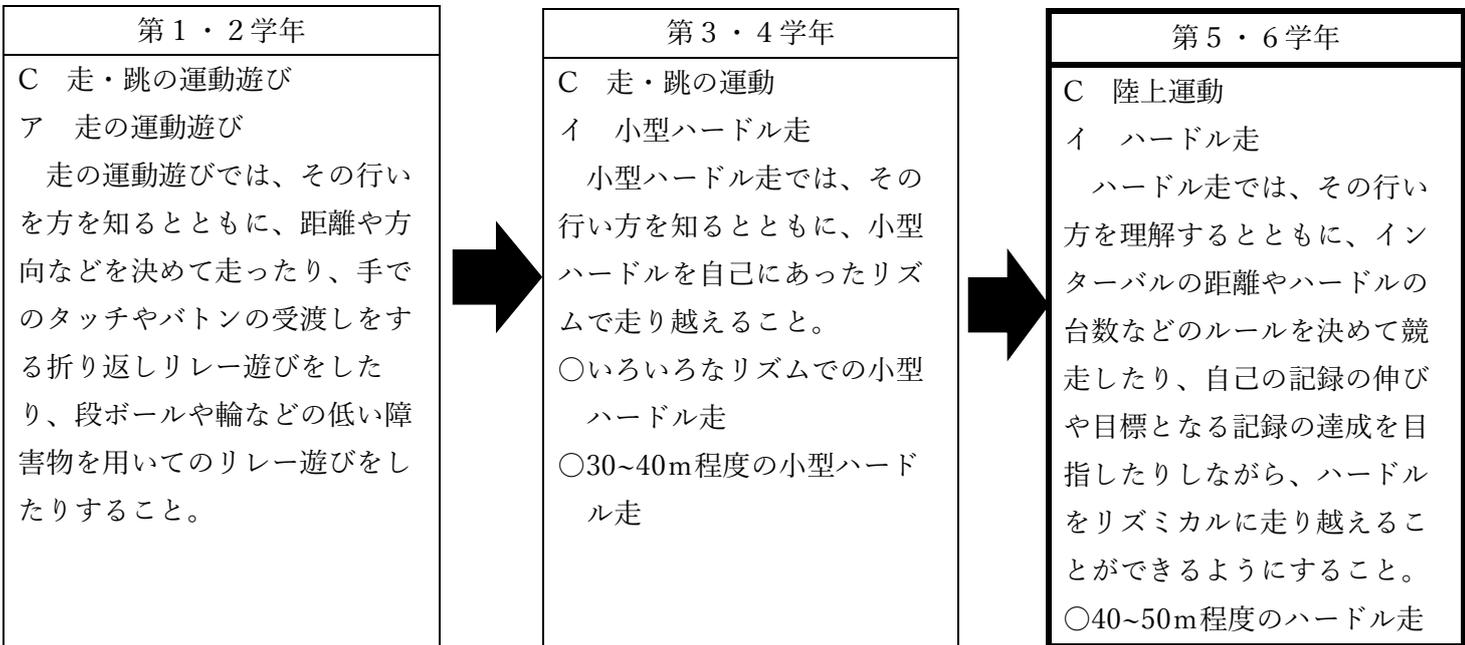
1 単元名 陸上運動「ハードル走」

2 授業づくりの構想

| (1) 運動の持つ特性(単元について) |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ○一定距離に置いたハードルをリズムカルに走り越して、友達と競走したり、自分の記録に挑戦したりして楽しむ運動である。 ○より速く走るためには、ハードル間を一定の歩数でリズムカルに走り抜けることが必要である。 ○素早いハードリングを行うためには、ふりあげ足、抜き足、踏み切り、着地などについての技能が必要である。 ○技能を身につける場において、課題を見つけたり、その解決方法を工夫したりする際に、友達の考えや取組を認め合うことで共に伸びる態度を育てることができる。また、ハードルの準備や片付け、計測や記録など役割が多く、互いに協力し合いながら活動できる。 |

| (2) 児童の実態 |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ○アンケートを行った結果、「ハードル走は好きですか」の項目に9割程度の児童が肯定的な回答をしている。しかし、「ハードル走に自信がありますか」の項目については4割程度の児童が否定的な回答をしている。理由の多くは「上手に跳べないから」「リズムがあわないから」などであった。 ○本学年の児童は体育の学習を楽しむ児童が多い。また、自分自身が楽しむだけでなく、友達ができたときに一緒に喜び合ったり、応援し合ったり、共によりよくなろうと教え合ったりするなど、友達と共に学び合う学習に意欲的に取り組む姿が多く見られる。 ○本学年の児童は、昨年度の体育科の学習で小型ハードル走の学習を行っており、小型ハードルをリズムカルに走り越える学習に取り組んだ経験がある。しかし、素早いハードリングのための技能について、まだ身につけていない児童が多い。 |

(3) 運動(学習内容)系統性



(4) 単元目標

【知識及び技能】

ハードル走の楽しさや喜びを味わい、ハードルの走り越し方を理解するとともに、リズムカルに走り越すことができるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】

自己やグループの課題を見付け、課題に応じた場や段階や運動の仕方を工夫し、仲間考えたことを伝えることができるようにする。

【学びに向かう力、人間性等】

ハードル走に積極的に取り組み、約束を守り合って運動をしたり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取組を認めたり、安全に気を配ったりすることができるようにする。

(5) 学びへの働きかけ（指導の意図）

- 単元前半では、楽しみながらリズムカルに走り越える感覚を感じられるように、いろいろなインターバルを試したり、競走したりする。〈する〉〈知〉
- 自分にあったインターバルが見つけれられるように5m、5.5m、6m、6.5m、7mのコースを準備する。〈知〉
- なるべく近いインターバルごとで6、7人でグループを作り、教え合いができるようにする。〈支〉
- バーの部分をやわらかい素材にしたハードルを使いハードルへの恐怖心を低くさせる。〈する〉
- 映像機器を活用し、事前に理想となる素早いハードリングの映像を見たのち、学習の中で自分のハードリングを映像で確認することを通して、自分自身の動きのよさや課題に気付いたり、教え合いに活かしたりすることができるようにする。〈見〉
- ハードリングのポイントを提示し、子どもたちが言葉で伝えられるようにする。〈知〉
- グループ対抗のタイムアタックを行うことで、教え合ったり、認め合ったりすることを奨励するとともに意欲の向上につなげるようにする。〈支〉

(6) 単元の流れ及び評価の計画

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6（本時） | 7 |
|-----------------------|---|---|--|--|--|--|---|
| 主な ねらい | 準備や片付けの仕方が分かり、学習の見通しをもとう。 | 自分にあったインターバルを見つけよう。 | 踏み切りや着地の位置を意識して練習しよう。 | 振り上げ足や抜き足の動きを意識して練習しよう。 | 自分や友達の課題を見つけよう。 | 友達と教え合いながら、課題に沿った練習をしよう。 | 練習の成果を確かめよう。 |
| 核となる 学習内容 | ・場づくり・40m走 ・試しのハードル走 | ・短距離走の動きづくり ・いろいろなインターバル いろいろなリズムで走り越す。 ・追いかけ走 | ・第1ハードルを走り越える練習をグループで行う。 (踏み切り、着地) ・第1ハードルタイムアタック | ・ハードリングの練習をグループで行う。(振り上げ足、抜き足) ・追いかけ走 | ・ハードリングの練習をグループで行う。(課題の把握教え合い。) ・グループ対抗タイムアタック | ・ハードリングの練習をグループで行う。(教え合いや練習の工夫。) ・グループ対抗タイムアタック | ・40m走記録会 ・グループ対抗タイムアタック |
| 学習活動【わかる・できる・チャレンジする】 | 用具の準備・ハードル走の動き作り・本時の学習の確認 | | | | | | |
| | ・オリエンテーション ・40m走のタイム計測 ・目標タイムを設定する。 ・試しのハードル走 ・個人のタイムを計測する。(1回目) | ・ハードル走のポイントを 知る。(3歩、5歩のリズム) ・自分にあったインターバル を見つけよう。 ・動きの完成を高める。 ・追いかけ走をする。 | ・第1ハードルの走り越え方を知る。 (踏み切り、着地) ・踏み切り足を決め、グループ ごとで練習する。 ・第1ハードルタイムアタック をする。 | ・ハードル走のポイントを 知る。(振り上げ足、抜き足) ・グループごとで練習 する。 ・追いかけ走をする | ・既習のハードル走のポイントを 確認する。 ・グループごとで練習 する。 ・グループ対抗タイムアタック をする。 | ・自分や友達の課題を確認し、 練習の仕方を相談する。 ・グループごとで練習 する。 ・グループ対抗タイムアタック をする。 | ・グループ練習をする。 ・個人のタイムを計測する。 (2回目) ・グループ対抗タイムアタック をする。 |
| 評価の 計画 | 知 | | ② | ③ | | | ① |
| | 思 | | ① | | | ② | ③ |
| | 学 | ① | ④ | | ② | ③ | ② |
| 具体的 な評価 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 | | |
| | ①ハードル走の行い方について、言ったり実際に動いたりしている。 ②第1ハードルを決めた足で踏み切って走り越えることができる。 ③インターバルを3歩または5歩で走り越えることができる。 | | ①動きのポイントと照らし合わせて自己やグループの課題を見つけ、自己の課題に応じた練習の場や方法を選んでいる。 ②自己の記録やグループ対抗タイムアタックへの挑戦の仕方を選んでいる。 ③仲間の動きから見付けたハードリングのポイントや課題、記録の伸び、自分の考えなどを仲間に伝えている。 | | ①ハードル走に積極的に取り組み、競走やタイムアタックの勝敗を受け入れようとしている。 ②約束を守り、仲間と助け合ったり、考えや取組を認め合ったりして活動しようとしている。 ③用具の準備や片付け、計測や記録などで、分担された役割を果たそうとしている。 ④運動する場を整備し、安全に気を配っている。 | | |

3 本時の学習 (6/7) 【晴】・・・校庭

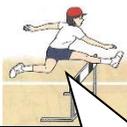
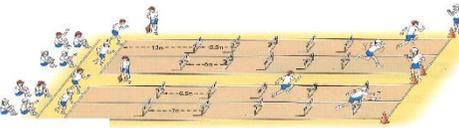
- (1) 目標 自己やグループの課題が分かり、課題の解決に向けて互いに教え合って練習に取り組むことができる。(思考力、判断力、表現力等)
 (2) 準備 ハードル、タブレット、振り返りカード、掲示資料、紅白玉、ストップウォッチ
 (3) 展開

児童のつぶやき
 教え合い・言葉かけ
 核となる言葉かけ

| 学習活動と予想される児童の反応 | ○教師の支援 (○、吹き出し) ※手立て★評価 (方法) |
|--|--|
| <p>1 用具の準備</p> <p>2 準備運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ワンミニッツエクササイズ ストレッチ | <p>○用具の準備から準備運動まで、安全に短時間で準備できるよう声をかける。(T1、T2)</p> |
| <p>3 本時の学習の流れとめあてを確認する。</p> <p>友達と教え合いながら、課題に沿った練習をしよう。</p> <p>グループの課題をみつけよう。</p> | <p>○これまでに学習したことを振り返り、6つのグループで自分や友達の課題を確認し、見てほしいポイントを伝えさせる。(T1)</p> |
| <p>4 課題を解決するためにハードリングの練習をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・振り上げ足 ・抜き足 ・踏み切りと着地 ・タイムを計測 <p>決めた足で跳ぼう。(見)(支)</p> <p>ひざをまげて横にしよう。(見)(支)</p> <p>高くとばないようにしよう。(見)(支)</p> <p>もっと速く走り越すにはどうすればいいだろう。(知)</p> <p>ひざからふりだすつもりでだそう。</p> <p>抜き足側の手を前から横に大きくふるう。</p> <p>遠くで踏み切って、振り上げ足を振り下ろそう。</p> <p>自分や友達のハードリングの課題はどこだろう。</p> | <p>○掲示資料を使って、本時のめあてを確認するとともに、わたしたちの体育を使ってハードリングのポイントを確認しながら取り組めるようにする。(T1)</p> <p>★仲間の動きから見付けたハードリングのポイントや課題、記録の伸び、自分の考えなどを仲間に伝えている。 【思考・判断・表現】(観察・発言)</p> <p>※児童にハードリングの様子をタブレットで撮影させ、グループでハードリングの様子を見合いながら、互いの見てほしいところを意識させ助言できるようにする。(T1、T2)</p> <p>※課題が見つけれなかったり、教えるポイントに困ったりしているグループについては、映像や掲示資料等を使って助言する。また、必要に応じて示範したり、上手にできている児童のハードリングの様子を見せたりする。(T1、T2)</p> |
| <p>4 グループ対抗のタイムアタックをして練習の成果を確かめる。</p> <p>ポイントに気をつけてがんばろう。(支)</p> <p>記録が伸びたよ。(支)</p> | <p>○グループでの振り返りの時間を設けることで、練習の成果を確かめられるようにする。(T1)</p> |
| <p>5 グループで振り返りを行う</p> | <p>○前時までの記録もわかるようにしておき、具体的な目標をもって挑戦できるようにしておく。</p> |
| <p>6 学習をふり返り、まとめとする。</p> | <p>○振り返りカードに感想を記入させた後、本時の感想を交流する。(T1)</p> <p>○教え合いの仕方や練習への取り組み方など、よかった点を取り上げて紹介し、次時への意欲づけを行う。(T1)</p> |

3 本時の学習 (6/7) 【雨】・・・体育館

- (1) 目標 自己やチームの課題が分かり、課題の解決に向けて互いに教え合って練習に取り組むことができる。(思考力、判断力、表現力等)
 (2) 準備 ハードル、タブレット、振り返りカード、掲示資料、紅白玉、ストップウォッチ
 (3) 展開

| 学習活動と予想される児童の反応 | ○教師の支援 (○、吹き出し) ※手立て★評価 (方法) |
|--|---|
| <p>1 用具の準備</p> <p>2 準備運動 ・ワンミニッツエクササイズ ストレッチ</p> <p>3 本時の学習の流れとめあてを確認する。 友達と教え合いながら、課題に沿った練習をしよう。</p> <p>4 課題を解決するためにハードリングの練習をする。 ・振り上げ足 ・抜き足 ・踏み切りと着地 ・タイムを計測</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>決めた足で跳ぼう。(見) (支)</p>  <p>ひざからふりだすつもりでだそう。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>ひざをまげて横にしよう。(見) (支)</p>  <p>抜き足側の手を前から横に大きくふるう。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>高くとばないようにしよう。(見) (支)</p>  <p>遠くで踏み切って、振り上げ足を振り下ろそう。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>もっと速く走り越すにはどうすればいいだろう。(知)</p>  <p>自分や友達のハードリングの課題はどこだろう。</p> </div> </div> <p>4 第1ハードルタイムアタックをして練習の成果を確かめる。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="text-align: center;"> <p>ポイントに気をつけてがんばろう。(支)</p> </div> </div> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;"> <p>記録が伸びたよ。(支)</p> </div> <p>5 グループで振り返りを行う</p> <p>6 学習をふり返し、まとめとする。</p> | <p>○教師の支援 (○、吹き出し) ※手立て★評価 (方法)</p> <p>○用具の準備から準備運動まで、安全に短時間で準備できるよう声をかける。(T1、T2)</p> <p>○これまでに学習したことを振り返り、6つのグループで自分や友達の課題を確認し、見てほしいポイントを伝えさせる。(T1)</p> <p>○掲示資料を使って、本時のめあてを確認するとともに、わたしたちの体育を使ってハードリングのポイントを確認しながら取り組めるようにする。(T1)</p> <p>○準備するハードルは第1ハードルのみとし、第1ハードルの走り越し方にポイントを絞って練習させる。</p> <p>★仲間の動きから見付けたハードリングのポイントや課題、記録の伸び、自分の考えなどを仲間に伝えている。 【思考・判断・表現】(観察・発言・)</p> <p>※児童にハードリングの様子をタブレットで撮影させ、グループでハードリングの様子を見合いながら、互いの見てほしいところを意識させ助言できるようにする。(T1、T2)</p> <p>※課題が見つけれなかったり、教えるポイントに困ったりしているグループについては、映像や掲示資料等を使って助言する。また、必要に応じて示範したり、上手にできている児童のハードリングの様子を見せたりする。(T1、T2)</p> <p>○グループでの振り返りの時間を設けることで、練習の成果を確かめられるようにする。(T1)</p> <p>○前時までの記録もわかるようにしておき、具体的な目標をもって挑戦できるようにしておく。</p> <p>○振り返りカードに感想を記入させた後、本時の感想を交流する。(T1)</p> <p>○教え合いの仕方や練習への取り組み方など、よかった点を取り上げて紹介し、次時への意欲づけを行う。(T1)</p> |