

令和元年度 文京区立本郷小学校 授業改善推進プラン（体育科）

身に付けさせたい力	低学年	中学年	高学年
	<ul style="list-style-type: none"> ○20～40mの距離を蛇行せずに、真っすぐ走る。 ○手タッチやバトンを利用したリレーをする。 ○大きさの異なるボールを投げたり、ボールを蹴ったりする、攻守交代型と攻守分離型の簡単なボールゲームをする。 ○体を動かす楽しさや心地良さを味わいながら、基本的な動きを身に付ける。 ○それぞれの運動の動き方を知り、楽しく運動ができる場や行い方を工夫したり、選んだりする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○40～70mの距離を前後に腕を大きく振って、前を見て軽く前傾させて走る。 ○テークオーバーゾーン内で走りながらバトンパスをし、コーナーの内側に軽く体を傾けて走ってリレーをする。 ○基本的なボール操作やボールを持たないときの動きによって、易しいゲームをする。 ○体を動かす楽しさや心地良さを味わいながら、体の基本的な動きを身に付けたり、それらを組み合わせたりする。 ○自己の能力に適した課題をもち、動きを身に付けるための活動を工夫する。 ○自身の課題を達成するために友達と活動や動きを見合い、アドバイスをする力をつける。 	<ul style="list-style-type: none"> ○50～80mの距離をスタンディングスタートで上体をリラックスさせて走る。 ○リレーではテークオーバーゾーン内で減速の少ないバトンパスをする。 ○簡易化されたゲームで、基本的なボール操作やボールを受けるための動きによって、攻防をする。能力を向上させたり、チームを勝利に導いたりするような声掛けや作戦を立てるようにする。 ○運動の楽しさや喜びに触れ、マット運動では基本的な回転技や倒立技を、跳び箱運動では支持跳び越し技を安定して行う。また鉄棒運動では、基本的な上がり技や支持回転技、下り技を安定して行う。 ○自己の能力に適した課題の解決の仕方や技の組み合わせ方を工夫する。



		低学年	中学年	高学年
児童の実態	1年	<ul style="list-style-type: none"> ○体を動かすことが好きな児童が多く、校庭や体育館遊びのある日の朝遊びや休み時間には、ほとんどの児童が校庭や体育館で遊び、体育の授業を楽しみにしている。 ○一定の力を維持して真っ直ぐ走れる児童もいるが、走りながら曲がっていつてしまう児童もいる。 ○簡単なゲームのきまりを守って楽しむことができる。 ○マット遊びで、前転がりや肋木を使った逆立ちができる児童が多い。自分で考えて遊びを工夫する児童が多く見られた。 ○固定施設を使って、安全に気を付けて運動遊びができる。 ○運動遊びにすすんで取り組み、勝敗を受け入ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○体育を楽しみにしている児童が多く、体を動かすことが好きな児童が多い一方で、休み時間は室内で過ごそうとする児童もいる。 ○自分のめあてをもち、自分のめあてを達成するために活動する経験が乏しい。 ○多様な動きの経験に乏しいので、動きのレパートリーが少ない。自分の体を思うように動かせない児童がいる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○体を動かすことに好む児童が多いが、休み時間に積極的に外で遊ぶことにつながらない児童が女子に多くみられる。体を動かすことは好きでも、うまくできない、苦手というように自信のなさが消極性につながっている。 ○ゲームの中では、作戦を立てて生かしていこうとすることよりも、個人の技能でなんとかしようとする児童が多く見られる。 ○リレーではバトンを受け渡す距離やタイミングが合わず、スピードを落とさずスムーズにバトンパスをすることが十分ではない。
	2年	<ul style="list-style-type: none"> ○体を動かすことが好きな児童が多く休み時間に、鬼遊びやボール、一輪車等で遊ぶ児童が多い。 ○声をかけないと外遊びをしようとして、読書や会話など、教室で過ごすことを好む児童も見られる。 ○新しい動きや遊び方を提示すると、意欲的に取り組む児童が多い。 ○簡単なゲームでは、きまりを守って楽しむことができる児童が多い反面、苦手な児童もいる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○体育を楽しみにしている児童が多い。 ○今年度から学年全員が外に出て遊ぶように声をかけ、男女関係なく走り回って遊ぶ姿が見られる。 ○表現の学習に意欲的に取り組み、全身を使って踊る技能は向上した。 ○自己の能力に合った場を選択したり、動きを工夫したりする経験が少ない。 ○多様な動きの経験に乏しいので、動きのレパートリーが少ない。 	<ul style="list-style-type: none"> ○スタートのタイミングがつかめず、前を向いたまま、スピードを落とさずにバトンパスをすることが十分ではない。 ○マット運動では、倒立系の技はほとんどの児童が習得しているが、回転系の後転の習得率が低い。 ○運動のポイントを意識せずに運動してしまうことが多い。「わかる・できる」のつながりを大切に、基礎・基本的な動きを丁寧に指導していく必要がある。 ○技能面での差が大きいため、児童同士の教え合いを活発化させたい。

低学年	中学年	高学年
<ul style="list-style-type: none"> ○いろいろな形状のコースを作ったり、スタートの姿勢を変えたりしながらいろいろな走り方を体験させる。 ○折り返しリレー遊びや低い障害物を置いたリレー遊びをし、相手のひらに向けてタッチしたり、筒状や輪のバトンを渡したり受けたりする。 ○大小、形、弾む・弾まないなど、いろいろなボールを使い、つく・転がす・投げる・当てる・捕る・蹴る・止めるなどの多様な動きを経験させる。 ○各単元のねらいに繋がる感覚遊びを指導する。ゆりかごやかえるの足うちなどの感覚遊びを十分に慣れ親しませることで、腕支持や、順次接触といった主運動につながる動きを身に付けさせる。 ○マット遊びや跳び箱遊びでは、複数の場を用意し、自分で場の選択を行う経験を積ませていく。 ○活動ごとに学習カードを使いポイントを明確に示す。また、教師が個別に声かけをしたり、ペアやトリオ、グループで見合い、アドバイスしたりするなど、実態に応じた関わり合いの場面を意図的に設定していく。 ○体力向上のため、毎時間最初の5分間を使い、鬼遊びなどの活動を取り入れていく。 ○視聴覚資料や学習環境を整備する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○グループに分かれてバトンパスをしながら競走することで、スタートするタイミングやバトンの渡し方、受け方の感覚をつかませるようにする。 ○スタートについて、いろいろな姿勢から走り出す経験をさせ、スタートラインより重心が前になることに気付けるようにする。 ○児童の実態に合った様々な種類の易しいゲームに取り組みせて、ゲームに合った動きを身に付けるようにする。 ○動きのポイントに合わせた場や技を習得しやすい易しい場を用意し、自己で練習の場を選択できるようにする。 ○ペアやトリオ、グループ活動を多く行うことで、児童同士の見合いや教え合いの場を意図的に設定する。 ○単元ごとに活動にあった感覚運動を行い、授業のねらった動きにつながるように指導していく。 ○毎時間の授業の中で5分間は、体力向上のための運動を取り入れる。集団行動や規律ある行動を徹底させ、運動量を十分に確保する。 ○視聴覚資料や学習環境を整備する。自己の動きを客観的に把握したり、作戦を視覚的に捉えたりすることで、技能の向上に生かせるようにする。 ○学習カードやNHK FOR SCHOOLを事前に見て確認しておくことで、視覚的な支援を行っている。 	<ul style="list-style-type: none"> ○まずはバトンの受け渡しを止まった状態で確認し、バトンの受け渡し方を身に付ける。また、目印を置いたり、「はい」「GO」の掛け声をかけたりしながら相手との距離をつかむことで、走りながら前を向いて受け取ることができるようにする。 ○器械運動では動画を活用したり、学習カードを用意したりして、動きのポイントを理解させる。児童同士の教え合いやコツの紹介といった交流を充実させていく。 ○体づくり運動を行い、スポーツテストの結果から自分の体力の現状を知り、継続的に取り組む時間を確保する。課題の残る基本的な動きについては、練習する時間を計画的に設ける。 ○学習カードを活用した振り返りを行い、運動を通して身についたことや高まったこと、うまくいかなかったことなどについて振り返るようにし、次時のめあてを考えるようにする。 ○ペアやトリオ、グループ活動を多く行うことで、児童同士の見合いや教え合いの場を意図的に設定する。 ○授業始めの5分間を体力向上のための運動に楽しみながら取り組ませるようにする。 ○自分の動きやチームの動きが感覚ではなく視覚的に理解できるように、視聴覚資料や学習環境を整備し、活用する。

	低学年	中学年	高学年
成果（○）と課題（●）	<p>○リレー遊びに取り組み、友達と協力しながら走ることができた。</p> <p>○複数のリレー遊びに取り組み、コーナーの回り方やバトンパスの仕方を工夫して、意欲的に取り組むことができた。</p> <p>○チームで声をかけ合いながらボールを使ったゲームに取り組み、力いっぱい運動を行い、ゲームを楽しむ姿が見られた。</p> <p>○マット遊びでは、運動遊びに取り組むことで、主運動につながる動きが身に付いてきた。</p> <p>○マット遊びや跳び箱遊びでは、工夫した複数の場を用意したことで、自分で場の選択を行いながら活動に取り組むことができた。</p> <p>○様々なボール投げ遊びやボール蹴りゲームに取り組んだことで、休み時間にもすすんで活用して遊ぶ児童が見られた。</p> <p>○学習カードを使ったことで、取り組む運動が明確になり、すすんで運動するようになった。</p> <p>○お互いの動きを見合ったり、助言をし合ったりする活動を意図的に設定したことで、振り返りの時間に、友達の状態面や技能面を称賛できる児童が増えた。</p> <p>●ボールゲームでは、ボールを捕るより避ける児童が多く見られた。</p> <p>●優しいルールや教具を用意することで、捕る技能を高めていく。</p> <p>●反復して取り組む運動では、ポイントを押さえることや教え合うことで考えながら取り組む。</p> <p>●ICT機器活用ができなかった。積極的に活用する場を設ける。</p> <p>●運動を経験している子としていない子の能力の差が大きい。体づくり運動で様々な動きを取り入れ、関心をもたせ、運動する意欲につなげていく。</p>	<p>○グループ学習ではチームタイムを縮めるためにアドバイスし合いながら練習を重ね、減速せずにスムーズにバトンパスができるようになった。</p> <p>○走るフォームを正しく指導し、腕の振りや足の運び方を意識させることで、個々の短距離走の記録を伸ばすことができた。</p> <p>○全単元で小集団の学び合いを取り入れ、お互いに協力し合いながら技能の向上ができた。</p> <p>○ボールゲームの単元では、ゲームにつながる運動を設けることにより、ボールに合った投げ方や扱い方を身に付けることができた。</p> <p>○器械運動では様々な場を用意したことで、自分の課題に応じ、選択して活動できるようになった。</p> <p>○毎時間、俊敏性を高める運動を5分間取り入れたことで、ゲームや器械運動などでスムーズに方向転換をしたり、切り返したりする場面が以前よりも見られるようになってきた。</p> <p>○ビデオなどのICTを活用することで、フォームや動きの反省点や改善点、技能の向上につながった。</p> <p>○態度面では肯定的な言葉かけを意識させたことで温かい雰囲気の中で運動に取り組むことができた。</p> <p>○学習カードを使ったことで、取り組む運動が明確になった。</p> <p>●運動のポイントを理解し、教え合いながら取り組む態度を更に身に付けられるようにしていく。</p> <p>●ゲームに取り組んだ際に、勝敗にこだわり過ぎた児童もいたので、オリンピック・パラリンピック教育と絡めて、挨拶の意味やフェアプレーの精神を指導していく。</p>	<p>○バトンの受け渡し方について、止まった姿勢での練習や2～3人ずつでの練習をしたことによって、スムーズなバトンパスを身に付けさせることができた。</p> <p>○児童同士の教え合いを授業で意図的に取り入れたことで、授業内での児童同士の声掛けが増えてきた。そのことが苦手な児童への意欲向上にも繋がっているように感じる。</p> <p>○学習カードを活用した振り返りを行うことで、身に付いた力や技能の高まりを実感できるよい機会となった。また、コメントを入れて児童に返すことで、次の学習に活用でき、学習を深めることにつなげられた児童もいた。</p> <p>○映像資料を活用することにより、身に付ける技のポイントを明確にすることができた。</p> <p>○いろいろなパスの仕方やシュートを紹介し、実態に応じてゲームも簡易化させたことによって、身に付けたことをゲームの中で生かせるようになった。</p> <p>●スポーツテストの結果から、自分の体力の現状を知ることができたが、継続的に取り組む時間を確保することが難しかった。体力の必要性や体力を高めるための運動の行い方を理解させ、自己の体力に応じて運動できるように、「体づくり運動」を日常的に積み上げていく。</p> <p>●5分間の体力向上のための運動が単元によっては取り入れづらいものがあった。</p> <p>●休み時間に外で体を動かして遊ぶことに消極的な児童の数が年度当初とそれほど変わらなかった。</p> <p>●器械運動やなわとびなど、低学年からの積み上げが必要である。</p>