

令和5年度 文京区立本郷小学校 授業改善推進プラン（体育科）

	低学年	中学年	高学年
身に付けさせたい力	<ul style="list-style-type: none"> ○20～50m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。 ○運動のきまりを守り、楽しく運動することができる。 ○用具・器具を使用して様々な運動感覚を身に付ける。 	<ul style="list-style-type: none"> ○めあてや技能ポイントを意識したり、練習方法を工夫したりしながら運動を行い、課題解決に向けて思考力や判断力を身に付ける。 ○マット運動、鉄棒運動及び跳び箱運動では、回転したり、支持したり、逆位になったり、懸垂したりする技能を身に付け、運動する楽しさを味わう。 ○ボール操作やボールを持たないときの動きを身に付け、チームで協力しながら易しいゲームをする。 	<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。 ○自己や仲間の考えたことを他者に伝える。

児	低学年	中学年	高学年
---	-----	-----	-----

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っ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児童が多いが、気持ちが高ぶって切り替えられない児童もいる。 ○ボール遊びをする際に、片手で思い切り投げることができない児童が多くいる。 ○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。 	3 年	<ul style="list-style-type: none"> ○鬼ごっこをして、体を動かすことが好きな児童が多い。 ○ゲームにおいては、経験が浅いためか、休み時間にボール遊びをする児童が少ない。 ○ルールを守り、友達と協力して運動することができる。 ○友達のよさを見付け、自分の動きに取り入れたりすることができる。 ○自分の課題からめあてを立て、めあてを達成するために技能ポイントを意識したり、練習方法を工夫したりしながら活動する経験が乏しい。 ○器械運動やボールを使った運動など、運動経験が少ないことから苦手意識のある児童が多い。 	5 年	<ul style="list-style-type: none"> ○体育を楽しみにしている児童が多い。新しい技に前向きに挑戦しようとする児童が多い。 ○友達の動きを見て、よさを見つけたり、よさを取り入れて自分の動きを工夫したりする児童がいる。 ○ゲームの中では、個人の技能より、作戦を立てて生かしていこうとする児童が多く見られる。 ○リレーにおけるバトンパスや器械運動、球技などで技能差が大きい。 ○見つけたり気が付いたりした技能や作戦等を友達に伝えて広げていくことが十分ではない。
2 年	<ul style="list-style-type: none"> ○大半の児童は体を動かすことが好きであるが、苦手に思っている児童もいる。 ○声をかけないと外遊びをしようとせず、読書や自由帳など、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が、躊躇する児童もいる。 ○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。 ○ゲーム性をもたせた運動遊びでは、意欲をもって取り組んでいるが、気持ちを抑えきれない児童もいる。 ○体の動かし方にイメージをもてる児童は多いが、もてない児童もいる。 	4 年	<ul style="list-style-type: none"> ○多くの児童が外に出て男女関係なく、走ったり、遊具を使ったりして遊ぶ姿が多く見られるが一部は体を動かすことに抵抗が出てきた。 ○テークオーバーゾーンを使いこなすことや、スピードを落とさずにリードすることを伴ったバトンパスができていない。 ○ボールを投げるといった基本的なボール操作の仕方ができていない子が多い。 ○器械運動やマット運動などの運動経験が少なく、苦手意識を持つ児童も多い。 ○表現運動の学習において、表現とリズムダンスの双方の取り組み量に偏りがある。 ○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。 ○各種の運動に入る前から抵抗もっている児童が多い。 	6 年	<ul style="list-style-type: none"> ○体を動かすことを好む児童と外で遊ぶことに消極的な児童が二極化している。体を動かすことは好きでも、うまくできない、苦手というような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。 ○運動のポイントを意識して練習を工夫できる児童が少ない。「わかる・できる」のつながりを大切にし、基礎・基本的な動きや練習方法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る必要がある。

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りリレー遊びをし、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体験させる。 ○各単元のねらいに繋がる感覚遊びを指導する。ゆりかごや動物模倣などの運動感覚遊びに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、鬼遊びや縄跳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し、事前学習や事後学習に活用する。 ○一人ひとりの運動量を確保できるようにサーキットトレーニングなどを取り入れる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○単元の初めに試しの運動を行い、自分の課題を把握してから学習問題や個人のめあてを立てるようにする。 ○「今もっている力」で十分に運動を楽しませる機会を増やす。 ○「走・跳の運動」や「ゲーム」領域では、よい動きを見て技能ポイントを見付けさせ、全体で共有する。 ○「器械運動」の領域では、学習カードを活用して技能ポイントを確認し、自分の力に適しためあてを設定させる。グループ学習で教え合いを行い、技能の定着を目指す。 ○複数の練習方法を提示し、そこから児童が選択したり、工夫したりできるようにする。 ○児童の実態に合わせて易しい動きから取り組ませ、楽しさやできる喜びを感じながら運動できるようにする。 ○児童同士の見合いや教え合いの場を意図的に設定する。 ○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。 ○視聴覚資料や学習環境を整備する。タブレットを活用して、手本の動画を確認したり、自己の動きを客観的に把握したり、する。ゲーム領域では、作戦を視覚的に捉えることで、技能の向上に生かせるようにする。 	<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。 ○タブレットを活用してお手本動画を見たり自分の動きを確認したりして、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>○チームで動き方や作戦を工夫し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>○マット運動では、いろいろな動物などになりきって、楽しみながら様々な動きを表現した。</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>○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>○技のポイントを視覚的に示すことで、すすんで取り組めた。</p> <p>○ボール投げゲームでは、ルールを単純・明確化することで、児童同士でゲームを進められた。</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、友達の態度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、苦手意識が拭えず、意欲的に活動できない児童が見られた。</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。自分たちで取り組めそうな活動を紹介し、関心をもたせることで、放課後や休日にも運動しようと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た。リレーや器械運動などの際、状態を伝え合って、修正し、改善につながった。</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。跳び箱運動の台上前転では様々な場を設定することで、児童が主体的に活動に取り組む様子が見られた。</p> <p>○毎時間、主運動につながる運動を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、本時のめあてや、単元の目標を確認していく。</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かけが増えてきた。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や作戦の有効性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や自分の動きの課題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>○児童がルールを意識し、規律を守りプレイできるようになるために相互審判で試合を行い、公平にゲームを進めることができるようになってきた。</p> <p>●5分間の体力向上のための運動に取り組めていない。</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>