公開授業学習指導案

小学校分科会(市原市立千種小学校)

指導者	展開学級	領域「単元」	展開場所
大野　達生	２年２組	走・跳の運動遊び「障害物リレー」	晴天時：グラウンド （南側　正門側） 雨天時：１年２組
小原　啓太	４年３組	走・跳の運動「高跳び」	晴天時：グラウンド （北側　奥側） 雨天時：１年３組
前　健太	６年４組	ボール運動：ゴール型「ハンドボール」	体育館
根本　理紗子	ちぐさ学級 (特別支援知的学級)	ゲーム「コース遊び」	晴天時：第２グラウンド 雨天時：１年４組





第２学年２組体育科学習指導案

令和８年 11 月 20 日（金）第５時限　グラウンド
第２学年２組（男子 17 名、女子 14 名）計 31 名
指導者名　　大　野　　達　生

1　単元名　走・跳の運動遊び　「障害物リレー」

2　単元について

（1）　一般的な特性【陸上運動系】

(機能的特性)

○走・跳の運動遊びは、いろいろなレーンを走ったり、リズムよく跳んだりする楽しさに触れることができる運動遊びである。

(構造的特性)

○走・跳の運動遊びは、いろいろな方向へ走ったり、低い障害物を走り越えたり、前方や上方に跳んだり、連続して跳んだりするなどの基本的な動きで構成される運動である。

(効果的特性)

○体を巧みに操作したり、体の力を最大限に出したりすることで、敏捷性や筋力、巧緻性を高めることができる運動である。

○生涯を通じて、基礎的な運動能力や体力の維持・向上に役立てることができる運動である。

（2）　児童から見た特性

・友達と競走する楽しさがある。
・チームで協力して走る楽しさがある。
・障害物を走り越える楽しさがある。
・障害物の置き方を工夫することができる。
・障害物を走り越えることに怖さや難しさを感じる。

（3）　児童の実態（男子 17 名　女子 14 名）計 31 名

【意識調査】

①　体を動かすことは好きですか？

好き 15 名　どちらかというと好き 14 名　どちらかというと嫌い１名　嫌い１名

(「好き」「どちらかというと好き」の主な理由)
・健康になるから　・成功すると楽しいから　・気持ちがよいから　・落ち着くから
(「どちらかというと嫌い」「嫌い」の理由)
・苦手だから　・汗をかくのが嫌だから　・動くことが嫌いだから

②　走ったり、跳んだりする運動は好きですか？

好き 22 名　どちらかというと好き４名　どちらかというと嫌い０名　嫌い５名

(「好き」「どちらかというと好き」の主な理由)
・楽しいから　・褒められると嬉しいから　・気持ちがよいから　・得意だから

（「嫌い」の理由） ・苦手だから　・疲れるから

③　どうしたら速く走ったり、遠くへ跳んだりできると思いますか？

いっぱい練習する

そう思う	少しそう思う	少し思わない	思わない
18 名	6 名	3 名	4 名

手本を見る

そう思う	少しそう思う	少し思わない	思わない
12 名	6 名	7 名	6 名

友達や先生にアドバイスをもらう

そう思う	少しそう思う	少し思わない	思わない
28 名	3 名	0 名	0 名

技のポイントを理解する

そう思う	少しそう思う	少し思わない	思わない
17 名	7 名	3 名	4 名

【技能調査】

①　15ｍの直線上に障害物を１つ置いた。20 ㎝から５㎝ずつ高さを上げていき、走り越えることができる高さを調査した。

走り越えることができた人数

35 ㎝	40 ㎝	45 ㎝	50 ㎝	55 ㎝
31 名	31 名	27 名	22 名	16 名

②　15ｍの直線上に障害物（高さ 35㎝）を等間隔に３つ置き、以下の項目について調査した。

片足で踏み切ることができる。	速度を落とさず、踏み切ることができる。	障害物を連続して走り越えることができる。
26 名	23 名	23 名

本学級の児童は、体を動かすことや、走ったり跳んだりする運動に対して８割程度が肯定的に捉えている。理由としては、「健康になるから」「成功すると楽しいから」「気持ちがいいから」「褒められると嬉しいから」などが挙げられた。一方で、「苦手だから」「疲れるから」などの理由から、走・跳の運動遊びに不安を感じている児童もいる。

技能調査では、２項目の検証を行った。①では、高さ 40 ㎝まで全員走り越えることができると分かった。②では、等間隔に置かれた障害物であれば、８割程度の児童が片足で踏み切り、走り越えることができていることが分かった。

しかし、①では、障害物が高くなるにつれて、走り越えることに難しさを感じる児童が増えた。②では、２割程度の児童について、速度を維持しながら踏み切ることや、着地後すぐに次の一歩を踏み出し、連続してリズムよく走り越えることに課題が見られた。

（４） 指導観

本単元では、コース上の障害物を走り越える運動遊びに取り組ませる。１年生で回旋リレーの学習をし、友達と競走したり、チームで協力したりして走る楽しさを体感している。そこに障害物を加えることで、走る動きと跳ぶ動きを組み合わせ、連続して走り越えられるようにする。また、自分や友達の走る様子を基に、障害物の置き方を考え、考えたことを友達に伝えられる児童を育てたい。

本学級の多くの児童は、障害物を難なく走り越えることができた。しかし、障害物が増えると走り越えることが難しい児童が２割程度いた。

児童の実態を踏まえ、障害物の高さは、全員が安心して走り越えられる高さに設定し、その分、前に跳び越すことへの意識をもたせるために、奥行きのある箱状の障害物を用いることとした。段ボールなどの軽く身近な素材を使うことで、恐怖心を減らし、意欲的に活動できるようにした。

補助運動では、折り返しの運動でスキップや大股走、池行けドンドン！（池に見立てた段ボールを３枚程度並べ、それを踏まないように連続して走り越える運動）を取り入れ、大きく一歩を踏み出したり、走り越えたりする動作の経験を積ませる。その際、スキップではリズムを口伴奏で言ったり、大股走では担任の名前を言ったりするなど、児童自身が動きに合わせて口伴奏をすることで、リズムよく運動できるようにする。口伴奏を行うことで、動くタイミングやリズムを捉えやすくするとともに、動きを身に付けやすくする。これらの運動を繰り返すことで、障害物の前で止まったり、上に大きく跳び上がったりせず、前に進みながら走り越える動きを楽しみながら習得できるようにしていく。

単元後半では、相手チームが走りにくい置き方を考える『チャレンジリレー』から、チーム全員が走りやすい置き方を考える『やさしさリレー』へと活動を発展させる。二つの活動を通して、障害物の間隔と走りやすさの関係に気付かせ、自分や友達の動きを基に考えを伝えながらチームに合った置き方を見つけられるようにしていく。

指導に当たっては、①児童が安全に、思い切り運動ができるよう障害物を置いてよい範囲を決めるなど、安全の約束を明確にする。②競い合う楽しさを味わい、意欲的に活動できるようチームは走力がおおむね均等になるよう編成する。③勝敗だけでなく、チームの記録の伸びや、友達と励まし合う姿を価値付けることで、結果に関わらず、自分たちの成長や仲間と協力することのよさを実感できるようにする。また、『する』では、実際に走って確かめる。『みる』では、友達の動きやコースの様子を捉える。『支える』では、気付きを伝えたり励ましたりして仲間の活動を応援する場を設定する。『知る』では、記録や走った感覚をもとに障害物の間隔と走りやすさとの関係に気付く。これらの関わりをもとに、一人一人が気付きや考えを伝えながらチームに合ったコースをつくり、仲間とともに運動の楽しさを広げる児童を育てていく。

また、本単元は、中学年の小型ハードル走をはじめ、幅跳びなどの走・跳の運動につながる基礎的な運動経験となる。フォームを細かく追求するのではなく、補助運動やリレー遊びを通して、大きく一歩を踏み出す、片足で踏み切って前方へ進む、障害物の間隔に合わせて歩幅やリズムを調整するといった動きに親しませることで、連続して走り越える感覚や、走る動きと跳ぶ動きを組み合わせる感覚を味わわせ、今後の走・跳の運動の学習へつなげていきたい。

（５） 仮説に対する手立て

【手立て１】運動やスポーツとの多様な関わりについて

〈する〉・回旋リレーや障害物リレーを行い、友達といっしょに体を動かす楽しさを味わわせる。

・補助運動において、主運動につながる運動を反復することで、主運動を行う際に苦手意識を軽減する。

〈みる〉・自分が走っていない時間は、友達の動きを見させることで友達の動きのよさや変化を見つけられるようにする。

〈支える〉・走っている友達を応援する声かけを促す。

・友達が走りやすいように障害物の間隔を調整する活動を設定する。

〈知る〉・障害物の間隔によって走りやすさが変わることを感じさせる。

・安全面や運動時のルールを掲示して、常に確認できるようにする。

【手立て２】振り返りの工夫について

〈多様な関わり方の振り返り〉

「ちぐさっ子のたね」は、○や◎の記入と、目指す姿の例文を参考に、自分で思ったことの記述ができるようにする。記述の内容を発表させることで、全体での理解へとつなげていく。

〈学習の振り返り〉

その日の学習のめあてに沿って、全体で確認した運動のポイントを発表させ、自分が見つけた動きのポイントや友達のよい動きを共有する。

３　単元の目標

○障害物リレーの行い方を知るとともに、障害物を連続して走り越えることができるようにする。　【知識及び技能】

○障害物の間隔によって走りやすさが変化することに気付き、自分や友達が走り越えやすい障害物の置き方を考えたり、自分の考えを伝えたりすることができるようにする。　【思考力、判断力、表現力等】

○障害物リレーに進んで取り組もうとし、きまりを守って、安全に気を付けることができるようにする。　【学びに向かう力、人間性等】

４　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
内容のまとまりごとの評価規準	走の運動遊びの行い方を知っているとともに、その動きを身に付けている。 ・走の運動遊びでは、いろいろな方向に走ったり、低い障害物を走り越えたりしている。	・走ったり跳んだりする簡単な遊び方を工夫しているとともに、考えたことを友達に伝えている。	・運動遊びに進んで取り組もうとし、順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動をしようとしていたり、勝敗を受け入れようとしていたり、場の安全に気を付けたりしている。
単元の評価規準	①障害物リレーの行い方を理解している。 ②片足で踏み切ることができる。 ③障害物を連続して走り越えることができる。	①障害物の間隔によって走りやすさが変わることに気付いている。 ②走り越えやすくなるように、障害物の置き方を考え、伝えている。	①順番やきまりを守り、誰とでも仲よくしようとしている。 ②場の安全に気を付けて準備をしている。

5　指導と評価計画

<table>
<tr><td rowspan="11">学習の流れ</td><td>時</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4（本時）</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td></tr>
<tr><td>0</td><td colspan="7">1　整列・挨拶</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="7">2　準備運動</td></tr>
<tr><td></td><td>3　オリエンテーション</td><td colspan="6">3　補助運動
（スキップ、大股走、池行けドンドン！）</td></tr>
<tr><td>10</td><td rowspan="2">4　補助運動</td><td rowspan="2">4　めあての確認
「しょうがいぶつをはしりこえてみよう」</td><td rowspan="2">4　めあての確認
「しょうがいぶつを、れんぞくではしりこえよう」</td><td rowspan="2">4　めあての確認
「チャレンジコースを考えよう」</td><td rowspan="2">4　めあての確認
「はしりやすくなるようにしょうがいぶつをおこう」</td><td rowspan="2">4　めあての確認
「もっとはしりやすくなるようにしょうがいぶつをおこう」</td><td rowspan="2">4　めあての確認
「リレー大会をしよう」</td></tr>
<tr><td>5　めあての確認
「かいせんリレーのやり方をしろう」</td></tr>
<tr><td></td><td>6　場の設定</td><td colspan="6">5　場の設定</td></tr>
<tr><td>20
30</td><td>7　回旋リレー</td><td>6　チャレンジリレー
（障害物１つ）
（教師）</td><td>6　チャレンジリレー
（障害物３つ）
（教師）</td><td>6　チャレンジリレー
（障害物３つ）
（児童）</td><td colspan="3">6　やさしさリレー
（障害物３つ）
（児童）</td></tr>
<tr><td>40
45</td><td>8　学習の振り返り
9　整理運動
10　整列・挨拶</td><td colspan="6">7　学習の振り返り
8　整理運動
9　整列・挨拶</td></tr>
<tr><td rowspan="5">評価機会</td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td></tr>
<tr><td>知識技能</td><td>①（観察・カード）</td><td>片足 →</td><td></td><td></td><td>②（観察）</td><td>連続 →</td><td>③（観察）</td></tr>
<tr><td>思判表</td><td></td><td></td><td></td><td>①（観察・カード）</td><td>②（観察・カード）</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>態度</td><td>健康・安全 →</td><td></td><td>②（観察）</td><td></td><td></td><td>公正・協力 →</td><td>①（観察）</td></tr>
<tr><td rowspan="4">運動やスポーツとの多様な関わり方</td><td>する</td><td></td><td>◆</td><td></td><td></td><td>◆</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>みる</td><td></td><td></td><td>◆</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>支える</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>◆</td><td>◆</td></tr>
<tr><td>知る</td><td>◆</td><td></td><td></td><td>◆</td><td></td><td></td><td></td></tr>
</table>

6　本時の指導（4／7）

（1）目標

◎　障害物の間隔によって走りやすさが変わることに気付くことができるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】

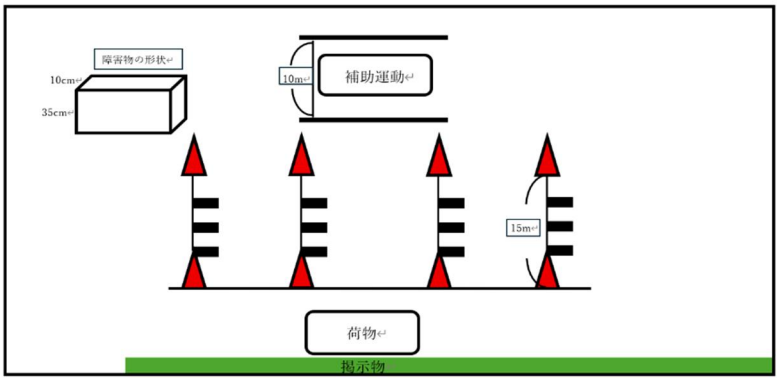
○　片足で踏み切ることができるようにする。　【知識及び技能】

（2）展開

過程	時間	学習内容と活動	指導・支援（○）、評価（☆）、多様な関わり（◆）	用具・資料
導入	12分	1　整列・挨拶をする。 2　準備運動をする。 3　補助運動をする。 （1）スキップ （2）大股走 （3）池行けドンドン！	○健康観察、服装の確認を行う。 ○足首や膝など、よく使う部位を中心に行う。 ○口伴奏を用いて、児童が正しく、また意欲的に運動に取り組めるようにする。 ○よい動きやゴールした児童には、称賛の声かけやハイタッチをさせる。 ○担任の名前をいいながら、運動させることで、一歩一歩大きく踏み出せるようにする。 ○運動のしかたを確認し、前に進みながら走り越える感覚づくりをする。 ○片足で踏み切るよう声かけをする。	段ボール(池)
展開	23分	4　めあての確認をする。 **チャレンジコースを考えよう** 5　場の設定をする。 （1）用具を準備する。 （2）相手コースの障害物の置き方を考える。	○前時までの学習を振り返る。 ○各チームで使用する用具を準備し、場の安全を確認する。 ○障害物を置いてよい範囲を確認し、スタート・ゴール付近やコーナーには置かないようにする。 ・障害物の置き方を考えることが難しい。 →友達が置いたものを走り越え、感じたことを伝えるようにさせる。 ○障害物の位置を見て、安全に運動が行えるか確認をする。	掲示物 学習カード コーン 障害物 リングバトン

		6　チャレンジリレーを行う。 （1）１回戦 チャレンジリレー競走をする。 （2）走りやすさのちがいを振り返る。 ・間隔にばらつきがあると走りにくい。 ・等間隔でも狭すぎると走りにくい。 （3）２回戦 チャレンジリレー競走をする。	○友達の走りを見て、今までとちがうところを見つけるよう声かけをする。 ○走ったチームと障害物を置いたチーム双方の意見を聞くことで、原因を明確にする。 ◆走り越えた感覚と今までの置き方との違いに着目させることで、障害物の置き方によって走りやすさが変わることを感じさせる。 【知る】 ○共有したことを実感しながら走るよう声かけをする。 ○気付きをもとに、２回戦に向けて障害物の置き方を変えてもよいことを伝える。 ☆障害物の間隔によって走りやすさが変わることに気付いている。 【思考・判断・表現】(観察) (学習カード) ・障害物の間隔によって走りやすさが変わることに気付いていない。 →走ったコースの具体的な場面を思い出せるよう声かけをする。	ストップウォッチ
まとめ	10分	7　学習の振り返りをする。 ・ちぐさっ子のたねを使って、振り返りをする。 8　整理運動をする。 9　整列・挨拶をする。	○学習を振り返り、自分の考えを発表させる。 ○振り返りやすいように、文例を提示する。 ○足首や膝を中心に行う。 ○健康観察をして、児童のけがや体調を確認する。	学習カード

（3）場の設定



第４学年３組体育科学習指導案

令和８年 11 月 20 日（金）第５時限　グラウンド
第４学年３組（男子 14 名、女子 17 名）計 31 名
指導者名　　小 原　　啓 太

1　単元名　　走・跳の運動　「高跳び」

2　単元について

（1）　一般的な特性【陸上運動系】

（機能的特性）

○ 走・跳の運動は、調子よく走ったり、バトンの受渡しをしたり、小型ハードルを走り越えたり、短い助走から踏み切って跳んだりする楽しさや喜びに触れることのできる運動である。

（構造的特性）

○ 走・跳の運動は、体全体を大きく、素早く、力強く動かし、体を巧みに操作しながら調子よく走ったり、跳んだりする動きで構成される運動である。

（効果的特性）

○ 体を巧みに操作したり、体の力を最大限に出したりすることで、敏捷性や筋力、巧緻性を高めることができる運動である。

○ 生涯を通じて、基礎的な運動能力や体力の維持・向上に役立てることができる運動である。

（2）　児童から見た特性

・ 高く跳べたときや記録が伸びたときに楽しさや達成感を感じる。
・ 記録を伸ばすことや自他の記録と競い合う楽しさを感じる。
・ バーやゴム紐への接触することの恐怖心があり、強く踏み切ることをできないと考えられる。
・ 運動が苦手な児童にとっては踏み切り足が定まらず、強く上方へ跳ぶ動きを難しく感じることが考えられる。

（3）　児童の実態（男子 14 名　女子 17 名）計 31 名

【意識調査】

①体を動かすことは好きですか？

好き 21 名　どちらかというと好き６名　どちらかというと嫌い４名　嫌い０名

（「好き」「どちらかというと好き」の主な理由）
・運動が好きだから　・疲れるけど楽しいから　・体を動かすと、気持ちがよいから
・体力がつくから　・健康によいから　・チームの絆が深められるから
・運動には一つ一つ違う楽しさがあるから　・習い事と関係しているから
（「どちらかというと嫌い」の理由）
・体力がなくて動けないから　・体を動かすことが苦手だから　・嫌いな運動があるから
・運動は好きだけど、体操服を着るのが嫌だから

②ケンケンパや幅跳びなど、リズムよく跳んだり遠くに跳んだりする運動は好きですか？

好き 17 名　どちらかというと好き 12 名　どちらかというと嫌い１名　嫌い１名

（「好き」「どちらかというと好き」の主な理由）
・自分の記録がわかるから　・記録が伸びると嬉しいから　・できたらうれしいから

・リズムに乗って跳ぶのが楽しいから　・ばねを使って跳ぶことが楽しいから
（「嫌い」「どちらかというと嫌い」の理由） ・あまりできないから　・遠くに跳べないし、ひっかかると嫌だから

③どうしたらリズムよく跳んだり遠くに跳んだりすることができると思いますか？

いっぱい練習する

そう思う	どちらかというとそう思う	どちらかというとそう思わない	そう思わない
23名	６名	０名	２名

手本を見る

そう思う	どちらかというとそう思う	どちらかというとそう思わない	そう思わない
21名	７名	１名	２名

友達や先生にアドバイスしてもらう

そう思う	どちらかというとそう思う	どちらかというとそう思わない	そう思わない
24名	４名	２名	１名

技のポイントを理解する

そう思う	どちらかというとそう思う	どちらかというとそう思わない	そう思わない
22名	７名	０名	２名

【技能調査】

ゴム紐を用いて高跳びを行わせた。高さは30 ㎝と 60 ㎝、80 ㎝の３パターンを設定した。指導のポイントとして、①ゴムから遠い方の足で踏み切ること②踏み切った足と反対の足から着地することを伝え、上記２つの動きができているかを調査した。加えて、どちらの足の方が踏み切りやすいか気付かせるようにした。（利き足の確認）

		右から助走 （左足踏み切り右足着地）			左から助走 （右足踏み切り左足着地）		
		30 ㎝	60㎝	80 ㎝	30㎝	60㎝	80 ㎝
①	できる	28名	24名	18名	27名	24名	18名
	反対足になる	３名	４名	９名	４名	３名	９名
	跳べない	０名	３名	４名	０名	４名	４名
②	片足で着地する	30名	27名	25名	31名	26名	22名
	両足で着地する	１名	１名	２名	０名	１名	４名
	跳べない	０名	３名	４名	０名	４名	５名

本学級の児童は、体を動かすことや跳ぶ運動に対して肯定的な意識をもち、楽しさや達成感を感じながら意欲的に取り組んでいる。多くの児童が「練習する」「手本を見る」など、上達に向けた見通しをもって学習している。一方で、運動が苦手、体力がない、特定の運動が嫌いと感じている児童も少数ながら在籍し、情意面に差が見られる。

技能調査の結果では、30㎝ 程度の低い高さであれば、踏み切り足をそろえたり片足で着地したりといった基本的な跳躍技能を概ね身につけている。しかし、高さが 60㎝・80㎝ と上がるにつれて、踏み切り足が反対になったり、踏み切り位置が近すぎたり遠すぎたりして助走から踏み切りまでの流れが乱れる児童が増える。また、助走方向によって動きが変わる児童も多く、左右の助走でリズムが一定でないことが踏み切りの不安定さにつながっている。さらに、苦手意識や体力差から、高さが上がると跳べなくなる児童も一定数見られる。

（４） 指導観

高跳びでは、より高く跳ぶことができるようにするために、「踏切り位置の調整」と「踏切り足の安定」、「助走のリズムづくり」、「力強い踏み切り」が課題であると捉える。

本学級は、体を動かすことが好きで意欲的に挑戦する児童も多いが、運動への苦手意識や高跳びに対する恐怖心をもつ児童も中にはいる。特に、「踏切り位置が安定しない」「助走のリズムがつかめない」「跳ぶ瞬間に体が固まる」といった不安もあるため、意識のもち方や技能の差が学習のつまずきにつながりやすいと考える。

そのため、『助走を短くする』『ゴムの高さを低くする』『ゴム紐を細くする』『着地にマットを敷く』など安全に児童が取り組めるよう手立てを講じていきたい。

また補助運動では、①振り上げ体操で脚を高く振り上げる感覚を育てる②リズム跳び走で「いち・に・さーん」のリズムと振り上げ動作を身に付ける③はさみ跳びで振り上げ脚と後ろ脚を素早く引き上げる練習をするなどの３つを取り入れる。３種目のサーキット運動を行うことで、楽しさと運動量を確保しながら、高跳びに必要な基礎動作を身に付けられるようにしていきたい。また、運動が苦手な児童でも「できた」を感じやすく、成功体験につながるようにしていく。

本単元では、「助走のリズムづくり」と「踏切り位置の調整」、「踏切り足の安定」、「力強い踏み切り」の４つを運動のポイントとする。まず、「いち・に・さーん」といった口伴奏や手拍子を用いることで、助走のリズムをつかませる。リズムを意識することで、自分がどちらの足で踏み切ると跳びやすいかがわかり、踏切り足を安定させることにつながる。次に、助走の始まりの位置を決めるために、助走の距離とスピードを自分の跳び方に合わせて調整できるようにする。助走の位置が決まることで、踏切り位置が安定し、踏み切りのタイミングが合わせやすくなる。さらに、踏切り板を使い、力強く跳ぶための練習を行う。踏み切った時に「ドン」と強い音が鳴るかを、友達と互いに聞き合うことで、自分の踏み切りの強さを実感させる。

どの時間も自分のめあてを明確にし、何を練習すればよいかを意識させながら学習を進めていきたい。めあてをもって挑戦させることで、学習への意識が高まり、技能への向上につなげたい。

この単元を通して、自己肯定感を高め、高跳びを楽しいと感じる児童が増えることを願う。身長や跳べる高さの違いを生かした異質グループを編成し、互いの動きを見合いながら学習を進めていく中で、友達と動きのよさや記録の伸びを伝え、認め合える場を設けていきたい。

こうした学習を通して、協力して学ぶことや、自分の成長につなげるとともに、仲間の成功を共に喜び合える児童を育てていきたい。

（５） 仮説に対する手立て

【手立て１】運動やスポーツとの多様な関わりについて

〈する〉・補助運動を通して、リズム感や脚を高く振り上げる感覚を楽しみながら身に付けられるようにする。

・個人の記録だけでなく、学級全体の記録をとり、記録の伸びや達成感を共有できるようにする。

・ゴム紐の太さを変えることで、恐怖心を取り除き、安心して取り組めるようにする。

・踏切り板を使い、上方への力の伝え方を定着させることで運動への意欲を高める。

〈みる〉・運動のポイントを意識して跳べている児童を手本として全体で運動観察を行い、ポイントの理解が深まるような時間を設ける。

・チームで活動する際には、互いにポイントを見合って友達の動きのよさに気付けるように声掛けをしていく。

〈支える〉・「いち・に・さーん」（３歩）や「いち・にい・いち・に・さーん」（５歩）のように助走のリズムを口伴奏や手拍子をさせ、リズムをつかめるようにしていく。

・異質チームでの活動や学習の振り返りの際に友達の動きのよさを伝え合う時間を設け、互いのよさを認め合えるようにする。

〈知る〉・授業開始時や終了前などに運動のポイントを確認する時間を設け、理解を深められるようにしていく。

・児童の運動を観察し、具体的な声掛けをすることで運動のポイントへの理解が深まるようにしていく。

※ 運動のポイント（４つ）

「助走のリズム作り」「踏切り位置の調整」「踏切り足の安定」「力強い踏切り」

【手立て２】振り返りの工夫について

〈多様な関わり方の振り返り〉

単元の初めには、多様な関わり方に関する掲示物を提示し、高跳びの学習の中で、どのような関わり方があるのかを児童に伝え、関わり方ごとのイメージをもたせるようにする。

授業ごとの振り返りの時間には、その日の授業で意識できた関わり方を振り返って記述させ、発表の機会を設ける。さらに、児童の発表内容やよい気付きについては、『みんなのたね』の掲示物に貼り出していき、全体で関わり方への理解を深めていく。

〈学習の振り返り〉

その日の学習のめあてに沿って、全体で確認したポイントやその後、自分なりにつかんだ運動のこつなどについて書くことができるよう、振り返りで書かせたい内容を明確にして伝える。

３ 単元の目標

○高跳びの行い方を知るとともに、短い助走から強く踏み切って跳ぶことができるようにする。

【知識及び技能】

○課題を見付け、動きを身に付けるための活動をすることができるようにする。また、友達にアドバイスができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】

○安全に気を付け、友達と認め合いながら、進んで高跳びの学習をすることができるようにする。

【学びに向かう力、人間性等】

4　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
内容のまとまりごとの評価規準	運動の楽しさや喜びに触れ、行い方を知っているとともに、その動きを身に付けている。 ・高跳びでは、短い助走から踏み切って跳んでいる。	自己の能力に適した課題を見付け、動きを身に付けるための活動や競走の仕方を工夫しているとともに、考えたことを友達に伝えている。	運動に進んで取り組もうとし、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしようとしていたり、友達の考えを認めようとしていたり、場や器具の安全に気を付けたりしている。
単元の評価規準	①片足で踏み切り、逆足から着地することについて理解している。 ②助走位置を決めて跳ぶことができる。 ③短い助走から上方に強く踏み切って跳ぶことができる。	①友達のよい動きや変化を見付けたり、考えたりしたことを友達に伝えている。 ②自分の課題を見付けたり、動きを身に付けるための活動を選んだりしている。	①友達と認め合いながら高跳びに進んで取り組もうとしている。 ②器具の準備や片付けを友達と一緒にしたり、安全に気を付けたりしようとしている。

5　指導と評価計画

	時	1	2	3	4（本時）	5
学習の流れ	0 10	1　整列・挨拶 2　準備運動 3　補助運動				
	15	4　めあての確認 「助走のリズムをつかもう」	4　めあての確認 「助走の始まりを見付けよう」	4　めあての確認 「強く踏み切って跳ぼう」	4　めあての確認 「もっと高く跳ぼう」	4　めあての確認 「最高記録に挑戦しよう」
		5　ゴム高跳び （リズムを確認）	5　ゴム高跳び （助走の始まりにマーカーを置く）	5　ゴム高跳び （踏み切り板を使って強く踏み切る）	5　ゴム高跳び （めあてをもち、互いに見合いながら取り組む）	5　記録会
	35	6　片付け 7　学習の振り返り 8　整理運動 9　整列・挨拶	6　記録測定 7　片付け 8　学習の振り返り 9　整理運動 10　整列・挨拶			6　片付け 7　学習の振り返り 8　整理運動 9　整列・挨拶
	40 45					

		1	2	3	4	5
評価機会	知識技能	①（観察・学習カード）	助走 →	②（観察・学習カード） 踏み切り →		③（観察・学習カード）
	思判表		①（観察・学習カード）		②（観察・学習カード）	
	態度	健康・安全 →	②（観察）	愛好的態度 →		①（観察）
運動やスポーツとの多様な関わり方	する				◆	◆
	みる		◆			
	支える			◆		
	知る	◆				

6　本時の指導（4／5）

（1）目標

◎自分の課題を見付けたり、動きを身に付けるための活動を選んだりできるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】

○短い助走から上方に強く踏み切って跳ぶことができるようにする。　【知識及び技能】

○友達と認め合いながら高跳びに進んで取り組むことができるようにする。

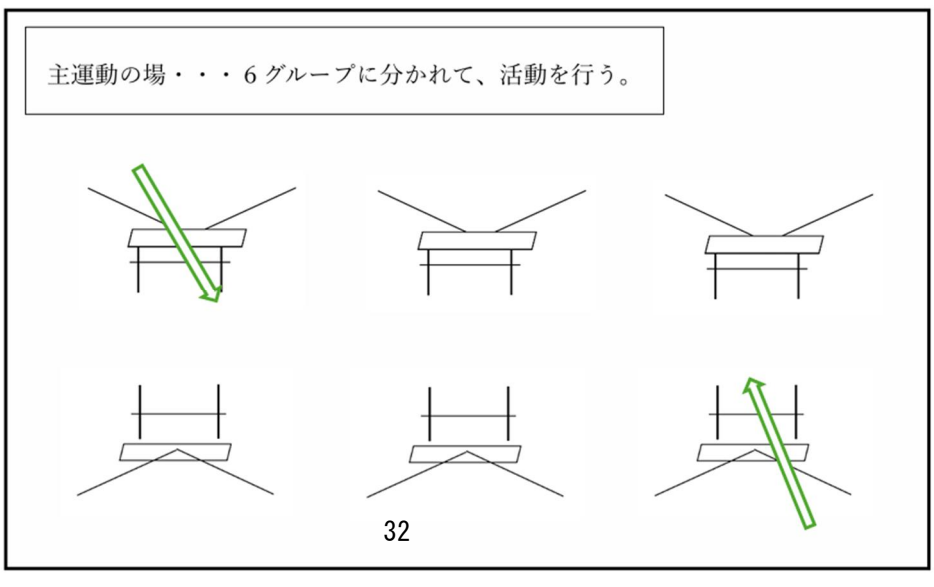
【学びに向かう力、人間性等】

（2）展開

	時間	学習内容と活動	指導・支援（○）、評価（☆）、多様な関わり（◆）	用具・資料
導入	8分	1　整列・挨拶をする。	○児童の健康観察をする。 ○かかとを付けてまっすぐ立たせ、元気よく大きな声で挨拶をさせる。	
		2　準備運動をする。 ・リズムに合わせて腿上げを行う。 ・アンクルホップ（10回）を、ペアと交互に行う。	○跳ぶ時や着地時に使う膝や足首を中心にほぐし、安全に運動に取り組めるようにする。 ○踏み切りや空中動作をスムーズに行うために、股関節の可動域を広げるように声を掛ける。 ○地面からの反発力を高める運動をさせる。	ゴム紐
		3　補助運動をする。 ・3種目を1分 15 秒交代で行う。（種目1分→15 秒移動） ①振り上げ体操 ②リズム跳び走 ③はさみ跳び	◆補助運動を通して、リズム感や足を高く振り上げる感覚を楽しみながら身に付けられるようにする。　【する】 ○移動の際は、使用したものを片付け、次のグループが使いやすいように声を掛ける。 ○振り上げ動作を身に付けさせる。 ○「いち・に・さーん」のリズムと振り上げ動作を身に付けさせる。 ○振り上げ脚と後ろ脚の素早い引き上げを習得させる。	
展開	29分	4　めあての確認をする。 もっと高く跳ぼう	○これまで学習してきた「助走のリズム」「助走の始まり」「強い踏み切り」を確認する。 ○自分のめあてを確認し、グループで伝え合う活動をさせる。	掲示物
		5　めあてにそって、練習する。 ・踏切り位置 ・利き足の確認 ・助走のリズム ・力強い踏み切り	○グループごとにゴム高跳びの道具（棒・ゴム）を準備させ、はじめさせる。 ○めあてをもち、互いに見合いながら取り組むようにさせる。 ○自分のめあてを大きな声で伝えてから跳ぶようにさせ、見ている児童はアドバイスをするよう声を掛ける。 ◆ゴム紐にすることで、どの児童も安心して取り組めるようにする。　【する】 ○アドバイスのポイントがはっきりしない児	棒 ゴム 6セット

			童には、掲示物を見るように助言する。 ☆自分の課題を見付け、動きを身に付けるための活動をしている。 【思考・判断・表現】（観察・学習カード） ・自分の課題がわからなくて、取り組めない。 →学習カードを確認して、これまでの学習で特に必要な動きを課題とさせる。 →自分の力に合っためあてをもって練習しているかを確かめ、必要に応じてめあてを修正するように声を掛ける。 ○脚が高く振り上がっていない児童や踏み切りが合わない児童には、個別に声を掛ける。 ○グループ内で個人のめあてを伝えたり教え合ったりしている児童を認める声を掛ける。	学習カード
		6　記録測定をする。 ・仲間の動きを相互に評価する。 ・グループで見合い、出来栄えを確かめる。	○高さを確認し、グループごとに記録の測定を行わせる。 ○見てほしいポイントを言ってから高跳びをするようにさせる。 ○記録が伸びた児童や跳び方がよくなった児童を見付け、褒める。	
まとめ	8分	7　片付けをする。	○すばやく安全に片付けができるように声を掛ける。 ○協力して片付けをしているグループを褒める。	学習カード
		8　学習の振り返りをする。 ・学習カードに振り返りを書く。	○多様な関わり（する、みる、支える、知る）の視点で本時の中で最も意識できたことを記述させる。 ○高く跳ぶために意識したこと、気付いたことを学習カードに記述させる。	
		・次時のめあてをもつ。	○本時のめあての振り返りをし、次時の自分のめあてに挑戦しようとする意欲を高める。	
		9　整理運動をする。	○使った部位を中心に行わせる。	
		10　整列・挨拶をする。	○児童の健康観察をする。	

（3）場の設定



第６学年４組体育科学習指導案

令和８年 11 月 20 日（金）第５時限　体育館
第６学年４組（男子 13 名、女子 16 名）計 29 名
指導者名　　前　　健　太

1　単元名　ボール運動「ハンドボール」

2　単元について

（1）　一般的な特性【ボール運動系】

(機能的特性)

○高学年のボール運動は、ルールや作戦を工夫したり、集団対集団の攻防によって仲間と力を合わせて競い合ったりする楽しさや喜びを味わうことができる運動である。

○ボール操作とボールを持たないときの動きによって、得点を競い合う楽しさや喜びを味わうことができる運動である。

(構造的特性)

○ドリブルやパス、シュートなどのボール操作と、空間に走り込む、味方をサポートするなどのボール操作に至るための動きから構成される運動である。

(効果的特性)

○ボールをコントロールすることや相手や味方の動きを把握し、それらに対応した素早い身のこなしが必要となるため、巧緻性、敏捷性、スピード、全身持久力を高めることができる運動である。

（2）　児童から見た特性

・シュートが入った時の喜びが大きく、自分だけでなく、同じチームの仲間と一緒に成功を喜ぶことができる。
・仲間と協力してプレーすることで得点に結びつきやすくなるため、チーム内での連携に喜びや楽しみを感じやすい。
・パスやシュートのボール操作以外にも、相手に応じたポジショニングなど必要な技能が多く、習得に難しさを感じやすい。
・個人の失敗が見て分かりやすく、苦手な児童にとってはゲームへの意欲が低下しやすい。

（3）　児童の実態

【意識調査】（男子 13 名　女子 16 名）計 29 名

①体を動かすことは好きですか。

好き	どちらかというと好き	どちらかというと嫌い	嫌い
15 名	12 名	２名	０名

（「好き」「どちらかというと好き」の理由）
・体を動かすことが好きだから　・運動が得意だから　・体を動かすと楽しいから
・体を動かすと気持ちがいいから　・走ることが好きだから　・自分のためになるから
・得意なこともあるけど苦手なこともあるから

（「どちらかというと嫌い」の理由）
・体を動かすことが得意ではないし、家でもあまり運動しないから
・疲れるから

②ボールを使った運動は好きですか。

好き	どちらかというと好き	どちらかというと嫌い	嫌い
19 名	10 名	０名	０名

（「好き」「どちらかというと好き」の理由）

・得意、楽しいから　・ボールを使ってよく遊ぶから　・投げることが好きだから
・ボールを捕れたときにうれしく感じるから　・できるとうれしいから
・ボールを使った運動はいろいろなゲームがあって面白いから　・サッカーが好きだから
・バレーボールや野球などボールを使った運動が楽しいから

③どうしたらボールを使った運動が上達すると思いますか。

いっぱい練習する

そう思う	どちらかというとそう思う	どちらかというとそう思わない	そう思わない
26 名	１名	１名	１名

手本を見る

そう思う	どちらかというとそう思う	どちらかというとそう思わない	そう思わない
20 名	６名	２名	１名

アドバイスをもらう

そう思う	どちらかというとそう思う	どちらかというとそう思わない	そう思わない
22 名	６名	０名	１名

技のポイントを理解する

そう思う	どちらかというとそう思う	どちらかというとそう思わない	そう思わない
24 名	３名	１名	１名

④得点をするためにはどのような工夫が必要だと思いますか。

・協力する　・ボールを投げる練習をする　・たくさん練習する
・キャッチする　・ボールをもらえるところに動く　・作戦を立てる
・ゴールの隅をねらう　・速く、遠くにボールを投げる　・わからない

⑤ハンドボールを知っていますか。

はい	いいえ
21 名	８名

⑥ハンドボールをやったことがありますか。

はい	いいえ
６名	23 名

⑦ハンドボールの試合を見たことがありますか。

はい	いいえ
４名	25 名

【技能調査】（男子 13 名　女子 15 名）計 28 名

ボールを投げること、捕ることができるかを調査するため、①壁当て②キャッチボール③走りながらパスの３つの調査を行った。

①壁当て

３球連続でノーバウンドで壁まで投げられたら１ｍ下がるという壁当てを３ｍから７ｍまで調査した。（最長の距離）

３ｍ	４ｍ	５ｍ	６ｍ	７ｍ
０名	２名	１名	５名	20 名

②キャッチボール

ペア（出席番号順）をつくり、５ｍ程度の間隔で１分間キャッチボールを行い、その回数とその中で落とさずにキャッチできた回数を調査した。

パスをした回数（ペア）

０～10 回	11～20 回	21～30 回	31～40 回	41 回以上
０組	２組	４組	５組	３組

キャッチできた回数（個人）

０～５回	６～10 回	11～15 回	16～20 回	21 回以上
１名	４名	７名	12 名	４名

③走りながらパス

スタートからゴールまで 10ｍの距離をペアと走りながらパスを交換した（ペアとの間隔は５ｍ程度）。スタートから 10ｍ先のラインまで行くことを１回とし、全部で５回取り組ませた。その中で、最後までボールを落とさずパスを交換できた回数を調査した。

１回	２回	３回	４回	５回
１組	２組	５組	３組	３組

本学級の児童は体を動かすことについて 90%以上の児童が肯定的に捉えており運動に対して前向きな児童が多くいることが分かった。ボールを使った運動に対しては、全員の児童が肯定的な回答をしており、ボールを使った運動に対しても、前向きに捉えている児童が多くいることが分かった。

一方で、本単元で扱うハンドボールに対しては、知っていると回答した児童が約 70%、やったことがあると回答した児童が約 20%、試合を見たことがあると回答した児童は約 10%となっており、ハンドボールという運動への理解はそれほど高くないことが分かった。

技能調査については、ボールを投げられる距離が６ｍ以下の児童が 28 名中８名、キャッチボールでも安定してキャッチすることができない児童も見られた。走りながらのパスでは、自分が動きながらキャッチすることが難しく、後ろにそらしてしまう児童やボールを落としてしまう児童が見られた。

（４） 指導観

本学級の児童は体を動かすことが好きな児童が多くいるが、ボールを投げたり安定して捕ったりすることが苦手な児童もいる。そのため本単元を通して、基礎的な技能を身に付けられるような運動を繰り返し行う。また、指導のポイントを明確にしたりスモールステップで学習を進めたりすることで、どの児童にとっても「できた」という達成感や喜びを感じられる授業にしていきたいと考える。

ハンドボールは「ドリブルやパス、シュートといったボールを操作するための技能が多くあること」や「ボールを持っていないときの空いている空間への動き」など、ゲームを行うために必要な技能や要素が非常に多いことが特徴である。そこで、ボール運動が得意な児童も苦手意識をもっている児童も楽しめるようにルールを工夫しながら進めていきたい。まず、攻めと守りを時間で分け、落ち着いてプレーすることができるようにする。さらに、試合を行う人数については、攻めが３人、守りは１人の攻めの数的有利の状況で試合を行う。攻めの人数の方が多いことで、どの児童もシュートを打つチャンスが増えてくるのではないかと考える。得点が多く取れるようになってきたら、攻めを４人、守りを２人にして、ゲームの難易度を段階的に引き上げていく。また、必要な技能の精査のために、ドリブルは行わず、パスを使ってボールを運んでいくようにする。そうすることで、技能習得の過負荷を防ぐことができ、さらに、攻めの児童の前へ前へとゴールに向かってパスをもらえる位置に動いていく姿が増えてくるのではないかと考える。その際、児童へは「どの場所に動けば、『パスをもらえるのか』、『シュートを打つことができるのか』を考えよう」と問い、ボールを持っていないときの動き方について考えさせていきたい。

学習を通して、運動やスポーツへの多様な関わりとの関連について以下の取組を行う。「する」楽しさを味わえるようにするために、ゲームを簡易化することをはじめ、やわらかく軽量なボールの使用やゴールやコートのサイズを工夫し、ボール運動が得意な児童やそうではない児童、どの児童にとっても取り組みやすく楽しめるようにしていきたい。「みる」では、ボールを持っていない児童の動き方やシュートをよく決めている児童のシュートを打つ位置などの見る視点を示したり、ワークシートを活用し、記録させたりすることで、「みる」大切さや楽しさを感じさせていきたい。「支える」では、試合に出ていないときに精一杯自分のチームを応援することや、自分のチームや兄弟チーム（単元を通して、互いに動きを見合う相手）が今より得点を増やせるように意見を出し合ったり試合のメンバーの組み合わせを話し合わせたりさせたい。またゲームをセルフジャッジする中で、公平な判定をしてゲームを進行する難しさと楽しさを味わわせ、多様な立場から関わる楽しさを味わわせたい。「知る」では、「運動のポイントを知ること」や「自分の課題や成長を実感すること」の楽しさを味わわせたい。試合を途中でとめて動きのポイントを理解できるようにしていくことや、自分の現状を知るために、兄弟チームと試合をしてその様子を伝えることで、課題や成長に気付けるようにしていきたい。

本時の学習では、攻めの人数が４人で守りの人数が２人の状態で試合を行っていく。既習内容として、パスをもらうためには守りがいないところへ動いていくことなどを確認し、試合を行っていく。試合と試合の間では、「どんな展開でシュートを決めることができたのか」「どんな攻撃がうまくいったのか」などをチームや全体で話し合わせていきたい。また、試合の中では、児童の動きをよく観察し、特によい動きを積極的に取り上げていきたい。また、プレーだけではなく、多様な関わり方についても児童のよい声かけや行動にもよく注目し、積極的に取り上げていきたい。

これらを踏まえて、ハンドボールへの多様な関わり方を感じられるような学習にしていきたい。

（5）仮説に対する手立て

【手立て１】運動やスポーツとの多様な関わりについて

〈する〉・どの児童も得点する楽しさを感じられるように攻め有利の人数設定にして試合を行う。
・ルールを簡略化し、どの児童も覚えやすく取り組みやすいように工夫する。

〈みる〉・単元を通して、「ボールを持っていないときにどこに動くとよいのか」という視点で学習を進めていくことで、みる視点も明確にできるようにする。
・学習カードを活用し、記録させることで、シュートを多く打っている児童や得点を多く決めている児童のよさに気付けるようにする

〈支える〉・学習カードを活用し、チームがより得点を増やせるようにするための話し合いに生かせるようにしていく。
・自分のチームを応援することやよいプレーを称賛することを大切にし、児童同士が励まし合える雰囲気になるよう声かけを行う。

〈知る〉・「空いている場所へ動く」ことを理解できるようにするために、状況や動き方を全体で確認する時間を設けていく。
・兄弟チームで動きを見合うことを通して、自分の課題や成長を知ることができるようにする。

【手立て２】振り返りの工夫について

〈多様な関わり方の振り返り〉

・単元の初めに、多様な関わり方に関する掲示物を提示し、ハンドボールの学習の中で、どのような関わり方があるのかを児童に伝え、関わり方ごとのイメージをもたせるようにする。
・振り返りの時間には、その日の授業で最も意識できた関わり方を振り返って記述させ、全体で共有していく。
・児童の発表内容やよい気付きについては、『みんなのたね』の掲示物に貼り出していき、全体で関わり方への理解を深めていく。

〈学習の振り返り〉

・自分が得点できたときの状況や作戦を説明させたりすることで、攻め方のバリエーションやイメージを増やせるようにしていく。
・次回の個人のめあてやチームの作戦を考えさせることで学習への意欲を高めさせていく。

3　単元の目標

○ハンドボールのルールを理解するとともに、ボール操作とボールを持たないときの動きによって、簡易化されたゲームをできるようにする。　【知識及び技能】

○友達の動きを観察して考えたことを伝えたり、自己やチームの特徴に応じた作戦を仲間と話し合ったり、選んだりすることができるようにする。　【思考力、判断力、表現力等】

○ルールを守り助け合って運動をしたり、仲間の考えや取組を認めたりすることができるようにする。　【学びに向かう力、人間性等】

4　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
内容のまとまりごとの評価規準	次の運動の行い方を知っているとともに、その動きを身に付けている。 ・ゴール型では、ボール操作とボールを持たないときの動きによって、簡易化されたゲームをしている。	ルールを工夫したり、自己やチームの特徴に応じた作戦を選んだりしているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	運動に積極的に取り組もうとし、ルールを守り助け合って運動をしようとしていたり、勝敗を受け入れようとしていたり、仲間の考えや取組を認めようとしていたり、場や用具の安全に気を配ったりしている。

単元の評価規準	①ゲームの行い方を理解している。 ②投げる、捕るといったボール操作ができる。 ③ボール保持者からパスを受けやすい場所に動くことができる。	①自己やチームの特徴に応じた作戦を仲間と話し合ったり、選んだりしている。 ②ボールを持たないときの友達の動きを観察し、考えたことを伝えている。	①ルールやマナーを守り、仲間と助け合っている。 ②互いの動きを見合ったり、話し合ったりする際に仲間の考えや取組を認めようとしている。	

5　指導と評価計画

<table>
<tr><td rowspan="8">学習の流れ</td><td>時</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6（本時）</td><td>7</td></tr>
<tr><td>0</td><td colspan="7">1　整列・挨拶
2　準備運動</td></tr>
<tr><td>10</td><td>3　補助運動の行い方を確認する</td><td colspan="2">3　補助運動
・30秒キャッチボール
・パスパスシュート（攻2対守0）</td><td colspan="3">3　補助運動
・30秒キャッチボール
・パスパスパスシュート（攻3対守0）</td><td>3　めあての確認
「ハンドボール大会をしよう」</td></tr>
<tr><td>20</td><td></td><td>4　めあての確認
「パスをつないでゴールをねらおう」</td><td>4　めあての確認
「どういった場所に動けば、シュートが打てるのだろうか」</td><td>4　めあての確認
「守りが増えても空いている場所を見つけてゴールをねらおう」</td><td>4　めあての確認
「他のチームの試合を見て自分のチームの作戦に生かそう」</td><td>4　めあての確認
「より得点を増やすための作戦をチームで選ぼう」</td><td rowspan="2">4　ハンドボール大会
（攻4対守2）</td></tr>
<tr><td>30</td><td>4　めあての確認
「ハンドボールのルールを知ろう」
5　試しのゲーム（攻3対守1）を行う</td><td colspan="2">5　ハンドボール
（攻3対守1）
【2試合】</td><td colspan="3">5　ハンドボール
（攻4対守2）
【2試合】</td></tr>
<tr><td>40
45</td><td>6　振り返り
7　片付け
8　整理運動
9　整列・挨拶</td><td colspan="4">6　振り返り
7　片付け
8　整理運動
9　整列・挨拶</td><td>5　振り返り
6　片付け
7　整理運動
8　整列・挨拶</td></tr>
<tr><td rowspan="5">評価機会</td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6（本時）</td><td>7</td></tr>
<tr><td>知識技能</td><td>①（観察）</td><td>ボール操作 →</td><td>②（観察）
ボールを受ける →</td><td></td><td>③（観察）</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>思判表</td><td></td><td></td><td></td><td>②（観察 カード）</td><td></td><td>①（観察 カード）</td><td></td></tr>
<tr><td>態度</td><td>公正・協力 →</td><td>①（観察）</td><td></td><td></td><td>共生 →</td><td></td><td>②（観察）</td></tr>
<tr><td colspan="8"></td></tr>
<tr><td rowspan="4">運動やスポーツとの多様な関わり方</td><td>する</td><td></td><td>◆</td><td></td><td>◆</td><td></td><td>◆</td><td></td></tr>
<tr><td>みる</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>◆</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>支える</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>◆</td></tr>
<tr><td>知る</td><td>◆</td><td></td><td>◆</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
</table>

6　本時の指導（6／7）

（1）目標

◎自己やチームの特徴に応じた作戦を仲間と話し合ったり、選んだりすることができるようにする。
【思考力、判断力、表現力等】

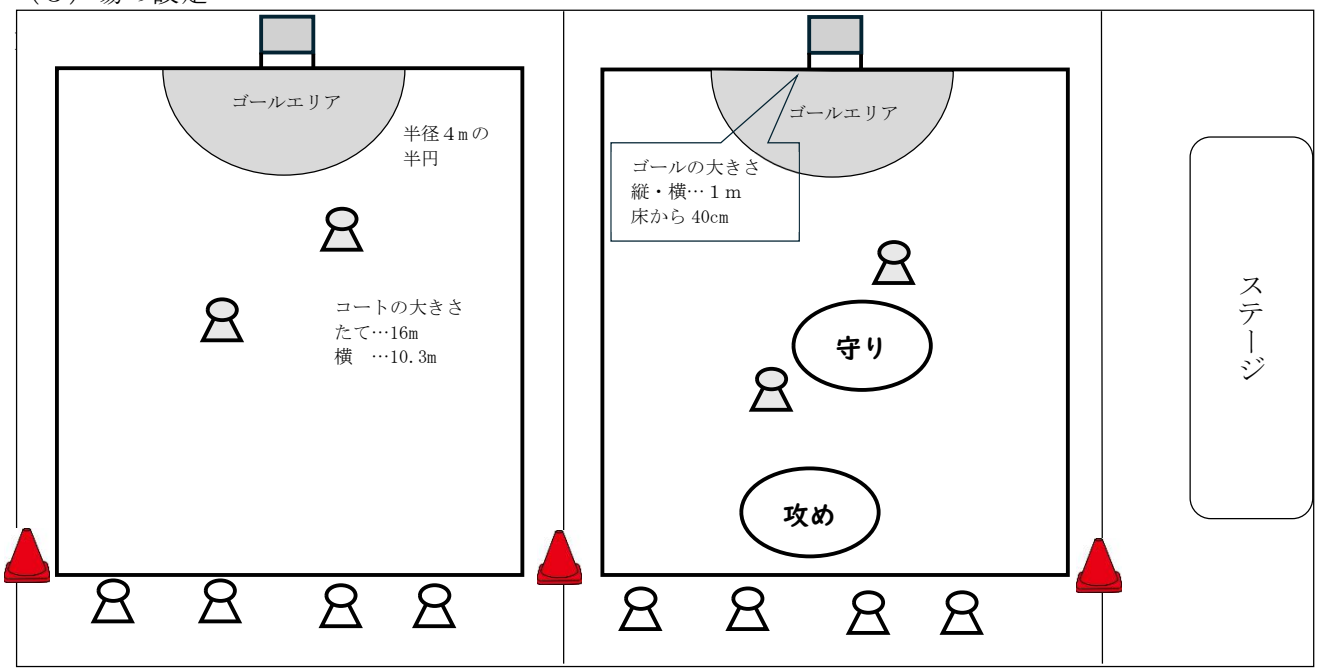
○互いの動きを見合ったり、話し合ったりする際に仲間の考えや取組を認めることができるようにする。
【学びに向かう力、人間性等】

（2）展開

過程	時間	学習内容と活動	指導・支援（○）、評価（☆）、多様な関わり（◆）	用具・資料
導入	13分	1　整列・挨拶をする。	○元気よく大きな声で挨拶をさせる。 ○児童の健康観察を行う。	ビブス
		2　準備運動をする。 ・手首、足首、肩をよく動かす。	○ハンドボールの動きでよく使う部位を重点的に動かし、安全に運動に取り組めるようにする。	
		3　補助運動をする。 ・30秒キャッチボール 30秒間で何回キャッチボールができるかに挑戦する。 1回目：片手で投げる 2回目：両手で投げる 3回目：バウンドさせて投げる	○様々な投げ方でボールを投げる・捕る運動を繰り返し行わせる。 ○相手が捕りやすい場所（胸あたり）にパスを出すように声かけをする。 ○捕ってから素早く投げ返せている児童を称賛する。	ボール 体育太鼓
		・パスパスパスシュート（攻3対守0） 3人1組で走りながらパスを交換し合い、最後にシュートを打つ。	○ボールを持たないときは、積極的に前進し、パスをもらえるように声かけを行う。 ○互いに声をかけ合い、パスからシュートまででよい動きが見られる児童やグループを称賛する。	ゴール コーン
		4　めあての確認をする。	○「得点するために空いている場所をねらうこと」を確認し、前時に見つけたよい作戦を想起させ、本時への意欲を高める。	
		より得点を増やすための作戦をチームで選ぼう		
		ハンドボールのルール ○攻め4人、守り2人で行う。 ○前後半で攻守を入れ替える。 ○ドリブルは行わない。 ○ゴールキーパーはつけない。 ○ボールがラインを出たり相手に取られたりしたら、攻め側のスローインで再開する。 ○攻め側がシュートをしたら次のメンバーが出る。	○チームごとに作戦を話し合わせる。まず、前時に見つけたよい作戦を発表し合い、自チームに合った作戦を決定させる。（2分） ○話し合い活動が活発になるように声かけをする。 ○自分の意見を伝えている児童や友達の意見を認めようとしている児童を称賛する。	作戦 ボード
		5　ハンドボール（攻4対守2）をする。 【第1試合】（3分間で攻守交代） 前時の振り返りを生かし、1試合目を行う。	○兄弟チームで試合を行い、ワークシートを活用して、互いの動きを観察させる。 ○観察させる際には、前時からの変容により注目して観察できるように声かけをする。 ○空いている場所に動いている児童を称賛する。 ◆どの児童も得点する楽しさを味わえるよう、ルールを簡略化し、攻め有利の人数設定で試合を行う。【する】	学習カード 得点板

展開	25分	【作戦タイム】 １試合目の結果を参考に２試合目の作戦を話し合う。（３分） 【第２試合】（３分間で攻守交代） １試合目の振り返りをもとに２試合目を行う。	○１試合目に立てた作戦が機能していたか、２試合目はどのような作戦でいくとよいかを話し合わせる。 ○自分の意見を伝えている児童や友達の意見を認めようとしている児童を称賛する。 ○チームでの話し合いの様子を観察し、それぞれのチームの作戦や次の試合のめあてを確認する。 ☆自己やチームの特徴に応じた作戦を仲間と話し合ったり、選んだりしている。 【思考・判断・表現】（観察・カード） ・自己やチームの特徴がわからない。 →個別に声をかけ、見取った特徴を伝える。 ・作戦を話し合ったり、選んだりすることができない。 →そのチームにあった作戦を助言する。 ○１試合目と比較し、動きがよくなった児童を称賛する。 ○応援している児童や運動やスポーツへの多様な関わり方についてよい取組をしている児童へも積極的に称賛する。	作戦ボード
まとめ	7分	6　学習の振り返りをする。 7　片付けをする。 8　整理運動をする。 9　整列・挨拶をする。	○めあてについて、うまくいったことや失敗したこと、次回どう改善していくかをカードに記述させる。 ○振り返りを全体で共有する。 ○安全に気を付けながら、素早く片付けができるよう、声かけをする。 ○よく使った部位を中心に行わせる。 ○児童の健康観察を行う。 ○元気よく大きな挨拶で終了する。	学習カード

（３）場の設定



知的特別支援学級体育科学習指導案

令和８年 11 月 20 日（金）第５時限　第２グラウンド
ちぐさ学級（男子 16 名、女子４名）計 20 名
指導者名　　根本　理紗子（Ｔ１）
　　矢代　純子　（Ｔ２）
　　三橋　かおり（Ｔ３）

１　単元名　ゲーム　「コース遊び（ボールを使った運動の基礎となる動き）」

２　単元について

（１）　一般的な特性

（機能的特性）

○ボールを使ったゲームは、個人対個人で競い合ったり、集団対集団で競い合ったりする楽しさに触れることができる運動遊びである。

（構造的特性）

○投球、捕球のボール操作と、ボールの落下点に移動する動きから構成される運動である。

（効果的特性）

○相手の投球や捕球に応じた動きが必要とされるため、巧緻性を高めることができる運動である。

（２）　児童から見た特性

・記録を取ることで達成感を味わいながら、意欲的に取り組むことができる。
・運動に対し苦手意識があっても、コース遊びにして複数の動きを取り入れることで楽しく取り組むことができる。

（３）　児童の実態（男子 16 名、女子４名）計 20 名

【意識調査】

①体を動かすことは好きですか？
　好き 14 名　どちらかというと好き６名　どちらかというと嫌い０名　嫌い０名

②走ったり跳んだりする運動は好きですか？
　好き 13 名　どちらかというと好き５名　どちらかというと嫌い１名　嫌い１名

③ボール遊びは好きですか？
　好き 17 名　どちらかというと好き２名　どちらかというと嫌い１名　嫌い０名

④ボールを遠くまで投げるためには、どうすればいいですか？
　・本気で投げる　・強く投げる　・速く投げる　・思い切り投げる　・上に投げる
　・上を向いて投げる　・手の筋肉で投げる　・手を頭より高くする

⑤ボールをキャッチするためには、どうすればいいですか？
　・ボールをよく見る　・手を広げる　・腕を上げ、高いところで捕る
　・手を閉じる　・練習する　・胸のところで捕る　・手で強く捕まえる　・ジャンプする

【技能調査】

ボールキャッチ（教師が投げたボールをキャッチ）※２回実施【１度でもできれば○】

学年		３ｍ	５ｍ	学年		３ｍ	５ｍ	学年		３ｍ	５ｍ
１年	A（女）	○	○	２年	H（男）	○	○	４年	O（男）		
	B（男）	○	○		I（男）	○	○		P（女）	○	○
	C（男）	○	○	３年	J（男）	○	○		Q（男）	×	×
	D（男）	×	×		K（女）	×	×	５年	R（男）	○	○
	E（女）	○	○		L（男）	○	○		S（男）	○	○
２年	F（男）	×	×	４年	M（男）	○	○		T（男）	○	○
	G（男）	○	○		N（男）	○	○				

ボール投げ（片手投げ）※１回実施

学年		距離	学年		距離	学年		距離
１年	A（女）	２ｍ	２年	H（男）	４ｍ	４年	O（男）	
	B（男）	３ｍ		I（男）	５ｍ		P（女）	９ｍ
	C（男）	１ｍ	３年	J（男）	４ｍ		Q（男）	２ｍ
	D（男）	０ｍ		K（女）	３ｍ	５年	R（男）	９ｍ
	E（女）	３ｍ		L（男）	９ｍ		S（男）	８ｍ
２年	F（男）	２ｍ	４年	M（男）	９ｍ		T（男）	１０ｍ
	G（男）	４ｍ		N（男）	５ｍ			

ボール避け（教師が投げたボールを避ける）※それぞれ１回実施

学年		大玉転がし	ボール転がし	バウンドボール	投げボール	学年		大玉転がし	ボール転がし	バウンドボール	投げボール	学年		大玉転がし	ボール転がし	バウンドボール	投げボール
１年	A(女)	○	○	○	○	２年	H(男)	○	○	○	○	４年	O(男)				
	B(男)	○	○	×	○		I(男)	○	○	○	×		P(女)	○	○	○	○
	C(男)	○	○	○	○	３年	J(男)	○	○	○	○		Q(男)	○	○	○	○
	D(男)	○	○	○	○		K(女)	○	○	○	×	５年	R(男)	○	○	○	○
	E(女)	○	○	○	○		L(男)	○	○	○	○		S(男)	○	○	○	○
２年	F(男)	×	○	×	×	４年	M(男)	○	○	○	○		T(男)	○	○	○	○
	G(男)	○	○	○	○		N(男)	○	○	○	×						

本学級の児童は体を動かす活動に肯定的であり、特にボールを使った遊びを好む児童が多いが、ボールを遠くに投げるための体の使い方については理解していないことがわかった。

ボールキャッチでは、８割の児童が教師の投げたボールを捕ることができた。一方で、２割の児童は３m程度の距離から投げられたボールでも捕ることができなかった。また、ほとんどの児童がドッジボールで使用する大きさのボールを片手で投げることができた。飛距離については、１・２年生の多くが５m以下であったのに対し、３年生以上では９～10m程度まで投げることができる児童も数名見られた。

ボールを避ける活動では、バランスボールやドッジボール用ボールを使用した。８割近い児童がボ

ールを避けることができた。一方、避けることが難しかった児童の様子を見ると、ボールを避ける際にジャンプをして避けようとしたり、飛んできたボールを捕ろうとしたりして、結果としてボールに当たってしまう姿が見られた。

（４） 指導観

本学級の児童は、体を動かすことに楽しさを感じており、休み時間には外で元気に走り回る姿が多く見られる。年度当初は、ボールを使った遊びに対して苦手意識をもつ児童もいたが、前単元のコース遊びを通してボールを使った基本的な運動に繰り返し取り組み、自分で練習する場を選択しながら学習を進めたことで、運動に対して肯定的に捉える児童が増えてきた。このことから、今後もコース遊びの学習において複数の活動の場を設定し、児童が自ら運動を楽しめる環境を整えることで、主体的に学習へ取り組む態度を育てることができると考える。

また、前単元のコース遊びでは、「投げる」「捕る」といったボールを使った基本的な運動を中心に学習した。その結果、多くの児童が両手を使い、的に向かってボールを投げることができるようになり、自分で投げたボールを自分で捕ることができる児童も増加した。さらに、ペアやグループで活動する中で、友達のよいところを伝えたり、下学年の友達を応援したりする姿も見られるようになった。しかし、遠くに投げるための体の使い方の理解について課題が残った。

こうした実態から、ボールを遠くに投げるための体の使い方を身に付けられるように、手の位置や足の開き方、体重移動を意識し、全身を使って投げられるようにしていきたい。また、今後もコース遊びを通してボールを使った基本的な運動に継続して取り組み、個人での技能の向上だけでなく、相手を意識しながらボールを投げたり捕ったりする経験を積めるようにしたい。そして、最終的にはドッジボールのような運動遊びへと繋げていきたいと考えている。そこで、毎時間「ワンポイントドッジボール」を行い、ドッジボールのルールに繋がる動きを段階的に取り入れていく。

本単元では、「投げる」「捕る」に加えて、「避ける」という動きも体験できるよう、ボール操作に一定程度慣れてきた単元後半にボールを避ける活動を位置付ける。しかし、本学級の児童は個人差が大きく、一度身に付いた動きであっても期間が空くことでできなくなる場合がある。そのため、本単元においても「投げる」「捕る」といった活動を継続的に取り入れ、繰り返し練習することで、基本的な動きを確実に身に付けられるようにしたい。

また、特別支援学校学習指導要領に基づき、今までの活動や実態調査および児童の実態から、児童を以下の３つのグループに分け、それぞれに応じた目標と手立てを設定する。

	対象児童
Ａグループ（１段階）	Ｄ、Ｆ、Ｋ、Ｑ
Ｂグループ（２段階）	Ａ、Ｂ、Ｃ、Ｅ、Ｇ、Ｈ、Ｉ、Ｊ、Ｎ、Ｏ
Ｃグループ（３段階）	Ｌ、Ｍ、Ｐ、Ｒ、Ｓ、Ｔ

Ａグループ（１段階）は、体を動かすことにぎこちなさがあり、達成感を味わう場面が他のグループに比べ少ないことが予想される。そのため、教師と学級補助員の支援を受けながら遊びから取り組み、楽しく運動の基本的な動きを身に付けることができるようにする。

Ｂグループ（２段階）は、種目によって苦手があったり、友達の動きのよさになかなか気が付かなかったりする。そのため、Ｃグループの児童の動きを見ながらボールを使った基本的な動きを身に付けることができるようにする。

Ｃグループ（３段階）は「投げる」「捕る」といった基本的な動きが身に付いている児童が多い。そのため、さらに技能を高めるために自ら目標を見付けたり、考えたことや気付いたことを言葉で伝えたりできるようにする。

本時の「めざせ！ボールマスターへの道！！」では、運動量の確保のため、教師の支援を受けるＡグループ、友達同士で高めあうことを目的としたＢ・Ｃの混合グループにする。「ふたりでキャッチ」ではＣグループ同士のペアにすることでミスを減らし、運動の質を高めるようにする。

さらに、「心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力」の育成を目指し、単元を通して運動することの楽しさや喜びを感じ、それを表現できる力も育てていく。具体的には、活動場面に応じた表現の仕方を教師が示したり、友達を模倣する機会を設けたりすることで、楽しく運動するだけでなく、その楽しさや達成感を身振りや言葉で表現できるようにしていきたい。

（５） 仮説に対する手立て

【手立て１】運動やスポーツとの多様な関わりについて

〈する〉・学習カードに記録することで、記録の変化を前向きに受け入れ、運動に親しみ、記録の向上に達成感や喜びをもてるようにする。

・目標地点に色を付けたり、ボールの位置や手足の位置などを教具を使って示したりすることで、視覚的にわかるようにする。

〈みる〉・みるポイントを掲示物に記入したり、実際使用する用具に色を付けたりすることで、視覚的にわかりやすくする。

・「レベルアップタイム」では、必ず他の児童は、友達の動きを見るようにする。

〈ﾁｪﾚﾝｼﾞ〉・「レベルアップタイム」で友達を見るときは、教師が応援の声かけを先導し、友達の頑張りを認めることができるようにする。

・Ａ、Ｂグループは、友達を応援したり、友達や教師と喜びを共有したりすることができるようにする。

・Ｃグループは、友達の動きを見て、アドバイスをしたり、よい動きを伝えたりすることができるようにする。

〈知る〉・コース遊びの種目や運動のポイントを掲示することで、視覚で確認したり、声を出して覚えたりできるようにする。

・記録の確認をしたり、友達の動きを見たりして、自分の目標を見つけることができるようにする。

【手立て２】振り返りの工夫について

〈多様な関わりの振り返り〉

・多様な関わりの掲示物（みんなのたね）に児童が目指す関わりの姿のヒントとなるよう言葉を記入しておく。児童は、自分が目指す姿を達成できたかを確認をする。自分が頑張ったことや気付いたことなどを全体で共有することで、次の学習への意欲に繋げるようにする。

〈学習の振り返り〉

・児童が目標に向かって頑張ることができたか、運動に自分から挑戦することができたかを中心に挙手やワークシートを活用して振り返りを行う。本単元の取り組みを通して、体を

動かせることを楽しめるように、また、体の基本的な動かし方を習得することに繋がるように児童の頑張りを全体に伝えていく。

3　単元の目標

	目標	手立て
Aグループ	○教師の支援を受けながら、楽しくボールを投げたり捕ったりすることができるようにする。【知識及び技能】 ○教師と一緒に自分の成長を見つけたり、動きを真似したりしようとすることができるようにする。【思考力、判断力、表現力等】 ○簡単なきまりを守り、教師の支援を受けながら安全に楽しく、ボールを使って投げたり捕ったりしようとすることができるようにする。【学びに向かう力、人間性等】	・教師が手本を示しながら、「ボールを見る」「両手を出す」「前に投げる」など、動きを一つずつ分かりやすく伝える。 ・友達の動きを真似できるように体を支える。児童のできたことやよい動きをほめる。 ・前時の活動で頑張ったことを振り返り、活動の楽しさを味わえるようにする。
Bグループ	○運動遊びの行い方を知るとともに、ボールを投げたり捕ったりすることができるようにする。【知識及び技能】 ○自分の成長や友達のよい動きを見つけることができるようにする。【思考力、判断力、表現力等】 ○運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動したり、安全に活動したりすることができるようにする。【学びに向かう力、人間性等】	・楽しみながら繰り返し練習できる場を設定する。 ・教師が友達のよい動きを具体的に紹介し、見るポイントを共有する。 ・前時の活動で頑張ったことやできたことを振り返り、達成感を味わえるようにする。
Cグループ	○運動遊びの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、基本的な動きを身に付けることができるようにする。【知識及び技能】 ○自分の成長や友達のよい動きを見つけたり、考えたりしたことを伝えることができるようにする。【思考力、判断力、表現力等】 ○きまりを守り誰とでも仲よく運動したり、自分の目標を達成するために進んで取り組んだりすることができるようにする。【学びに向かう力、人間性等】	・動き方のポイントを各コースに設置することで、前時の活動を振り返り、目標をもって取り組めるようにする。 ・友達の動きを見る観点を具体的に提示する。 ・自分の目標を達成できたかどうかを振り返り、次時への目標をもてるようにする。

4　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
内容のまとまりごとの評価規準	教師の支援を受けながら、楽しくボールを使った基本的な運動やゲームをしている。	ボールを使った基本的な運動やゲームに慣れ、その楽しさや感じたことを表現している。	基本的なきまりを守り、友達とともに安全に楽しく、ボールを使った基本的な運動やゲームをしようとしている。
単元の評価規準	①コース遊びの種目や行い方を理解している。（A、B、C） ②的に向かってボールを投げることができる。（B、C） ③ボールを落とさないように捕ることができる。（B、C）	①自分や友達のよい動きを見つけている。（A、B、C） ②楽しかったことやできたことを表現している。（A、B） ③考えたことや気付いたことを言葉で伝えている。（C）	①安全に活動しようとしている。（A、B、C） ②コース遊びに進んで取り組もうとしている。（A、B、C）

5　指導と評価計画

	時	1	2～3	4～6	7～9	10、11(本時)、12	13～15	16
学習の流れ	0	1　整列・挨拶						
		2　準備運動・補助運動						
	10	3　めあての確認「ボールゲーム三大スキルなげる・とる・よけるにちょうせんしよう。」	3　めあての確認「力強いボールをなげよう。」	3　めあての確認「まとをねらってかた手でなげよう。」	3　めあての確認「ボールをおとさず２人でキャッチしょう。」	3　めあての確認「めざせ！ボールマスターへの道！！」	3　めあての確認「すばやくうごいてボールをかわそう。」	3　めあての確認「みんなでめざせ！ボールマスター！！！」
	15	4　オリエンテーション 5　振り返り 6　整列・挨拶	4　レベルアップタイム（練習・記録会） 5　ワンポイントドッジボール （捕ったボールをすぐに投げる・障害物をよけてすぐに投げる・線を意識してすぐに投げる・パスで来たボールを捕って投げる） 6　振り返り 7　整列・挨拶				4　ワンポイントドッジボール（ボールを避ける） 5　振り返り 6　整列・挨拶	4　発表会 5　振り返り 6　整列・挨拶
	35							
	40							
	45							

		1	2～3	4～6	7～9	10、11、12	13～15	16
評価機会	知識技能	①（観察・カード）	投 →		②（観察・カード）			捕 → ③（観察・カード）
	思判表						②（観察）	①（観察） ③（観察）
	態度	健康・安全 →		①（観察）				
			愛好的態度 →				②（観察）	
運動やスポーツとの多様な関わり方	する		◆	◆	◆			
	みる					◆		
	支える							◆
	知る	◆					◆	

6　本時の指導（11／16）

（1）目標

◎コース遊びに進んで取り組むことができるようにする。　【学びに向かう力、人間性等】

○ボールを落とさないように捕ることができるようにする。　【知識及び技能】

（2）展開

過程	時間	学習内容と活動	指導・支援（○）、評価（☆）、多様な関わり（◆）	用具・資料
導入	10分	1　整列・挨拶をする。 2　準備運動・補助運動をする。 ・ラジオ体操 ・チグササイズ 〈音楽に合わせて全身運動を行う。〉	○健康観察、服装の確認を行う。 ○運動のポイントを伝えながら、正しく行えているか確認する。 ○必要に応じて、児童のそばで声をかけたり、手を添えたりする。（Ｔ２・Ｔ３） ○よい動きをしている児童を称賛する。 ○水分補給をしながら、体調確認をする。	スピーカー ＣＤ
展開	30分	3　めあての確認をする。 めざせ！ボールマスターへの道！！ 4　「レベルアップタイム」をする。 Ｔ１　根本 ・ふたりでキャッチ ○相手が取りやすいボールを投げるように声をかける。 ○片手投げが難しい児童は教師と一緒に活動する。 Ｔ２　矢代 ・コントロールボール ○目標位置を確認するよう声かけや支援をする。 ○的までの距離を意識した強さで投げるように声をかける。 Ｔ３　三橋 ・ロケットボール ○目線はベランダを見るように声をかける。 ○手は頭の上になるように声かけや支援をする。 ○体の向きや体重移動も意識させる。 ・各活動場所で練習後、記録を測定する。 ・記録の測定後、次の活動場所へ移動する。	○掲示物を使って前時までの学習を振り返り、本時の学習内容を確認する。 ○学級補助員はＡグループの児童に付き添い、支援を行う。 ☆コース遊びに進んで取り組むことができる。 【主体的に学習に取り組む態度】（観察） ・活動の場にいることはできるが、進んで練習に取り組むことが難しい。 →教師が一緒に付き添い、励ましたり賞賛	掲示物 ロープ ボール 的 ケンステップ 掲示物

			したりすることで進んで練習に取り組むことができるようにする。 ◆教師や友達の動きを見て自分の動きを確認する。　【みる】	コーン 学習カード ライン カー ボール 的
		5　ワンポイントドッジボール ・ドッジボールのルールに繋がる動きを練習する。 Ｔ１　根本 ○コートの線から出ないようにボールを投げ、的を倒すように指示を出す。	○前時までの活動に応じて、内容や場の設定をする。 Ｔ２、３　矢代・三橋 ○コートの準備をする。 ○線から出ないように声をかける。	
まとめ	5分	6　学習の振り返りをする。 ・みんなのたねを見ながら、できたことを確認する。 7　整列・挨拶をする。	○水分補給をする。 ○児童の実態に応じて、多様な関わり（する、みる、支える、知る）の視点で本時の中で意識できたことを挙手で確認する。 ○それぞれの場で児童が頑張っていたことを全体で共有する。 ○自分のよい動きに自信がもてない児童には個別で確認する。（Ｔ２・Ｔ３） ○児童の体調を確認する。 ○次時の活動の内容を伝える。	掲示物 （みんなのたね） 学習カード

（3）場の設定

