

体育科 学習指導案

2019年6月8日（土）学習指導Ⅲ （体育館）5年2組 指導者

I 単 元 スローマスター 「投の運動」

II 考 察

1 教材観

(1) 育成を目指す資質・能力の三つの柱

①知識及び技能

遠くに力一杯投げる動きの行い方についての知識や技能

②思考力、判断力、表現力等

遠くに力一杯投げる動きにおける自己の課題を見付ける力、練習方法を選ぶ力、考えたことを伝える力

③学びに向かう力、人間性等

互いに励まし合い、安全に気を付けながら、遠くに力一杯投げることに取り組む態度

(2) 学習内容：学習指導要領上の位置付け

第2章 体育科の目標及び内容

・第1節 教科の目標及び内容 4 各領域の内容 ウ 陸上運動系

（中略）なお、児童の投能力の低下傾向が引き続き深刻な現状にあることに鑑み、遠投能力の向上を意図し、「内容の取扱い」に「投の運動（遊び）」を加えて指導することができることにした。遠くに力一杯投げることに指導の主眼を置き、投の粗形態の獲得とそれをを用いた遠投能力の向上を図ることが主な指導内容となる。

・第2節 各学年の目標及び内容〔第5学年及び6学年〕 3 内容の取扱い

(3) 内容の「C陸上運動」については、児童の実態に応じて、投の運動を加えて指導することができる。

C 陸上運動

(2) 自己の能力に適した課題の解決の仕方、競争や記録への挑戦の仕方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。

(3) 運動に積極的に取り組み、約束を守り助け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、場や用具の安全に気を配ったりすること。

(3) 単元の価値

本校第5学年では、陸上運動「短距離走・リレー」「ハードル走」「走り幅跳び」の内容に加えて「投の運動」の学習を行う。本単元は、「5の2ボール投げ大会」に向け、オーバーハンドで遠くに力一杯投げる学習である。その価値は以下のとおりである。

ボール投げは、腰の捻り、腕の振り、体重移動といった一連の動きを身に付けていくことでオーバーハンドで遠くに力一杯投げることに面白さや楽しさがある。また、記録を測定していくことで、自己の記録の伸びに喜びを感じることができる。子どもたちは、投の運動遊びやベースボール型の学習の中で、投げる手と反対の足を一步前に踏み出して投げる、腕を後ろに引いてから投げる動きを身に付けてきている。しかし、投げるときにひじの位置が下がる、投げ出す角度が

低くなる、腕を素早く振れないといった課題も見られる。本単元で取り組むオーバーハンドで遠くにカー杯投げる動きは、「ひじを肩より高く上げて投げる」「投げ出す角度を45°程度にする」「素早く腕を振る」といった動きのポイントが視覚的に捉えやすく、自己の動きと連続図や演示といった目標とする動きと比べることにより、自己の課題を見いだすことができる。そして、見いだした自己の課題に応じた練習方法を選び、友達とアドバイスをし合いながら、練習に取り組むことができる。さらに「5の2ボール投げ大会」というグループの記録の伸びを競うクライマックスイベントを「つかむ」過程で知り、グループで記録を伸ばしていくという目標をもつことで、互いに協力してボール投げに取り組んでいくことができる。また、教具としてゴム製の0号球を使用する。このボールは片手で持ちやすく、重さも200g程度あるのでボールの軌道が安定し、何度も繰り返し投げることができる。

こうして身に付けたり、高めたりした遠くにカー杯投げる動きは、子どもの遠投能力の向上につながり、今後のボール運動の学習の中で生かされていく。

(4) 今後の学習

ここでの学習は、6年「ブレイクベースボール」の中で、捕球したり、送球したりする守備などのボール操作を行う学習へと発展していく。

2 児童の実態及び指導方針

子どもたちは、2年「スローランド」において、音の出るボール、ゴム製の野球ボール、空気の入った袋を投げる運動遊びを学習してきた。この学習の中で明らかになった子どもたちの実態及び本単元を進めるにあたっての指導方針は、次のとおりである。

- ① 音の出るボール、ゴム製の野球ボール、空気の入った袋を投げる運動遊びの行い方を知り、自分なりにボールをカー杯投げられるようになってきている。このような子どもたちが、ボール投げのひじを高く上げて、投げ出す角度を高くして腕を素早く振って投げる行い方を理解し、オーバーハンドで遠くにカー杯投げられるように、投げる動きの連続図を用意したり、基礎的な感覚づくりを毎時間設定したりする。
- ② 投げる手と反対の足を一步前に踏み出す、腕を後ろに引くといった投げる動きのよさを踏まえて遊び方を工夫したり、アドバイスをしたりできるようになってきている。このような子どもたちが、投げる動きのポイントを踏まえ、自己の課題に応じた練習方法を選べるように、ロープに通したバトンを斜め上方へ投げる場、目指す角度の範囲を示したブルーシートに投げる場、バドミンントンのネットを越えるように床にたたきつけて投げる場といった複数の場を設定する。
- ③ 友達と互いの動きを見合ったり励まし合ったりし、友達のよい動きを認められるようになってきている。このような子どもたちが、ボール投げで互いに励まし合い、グループの友達と協力して活動に取り組み、友達のよい動きを認められるように、4～5人の少人数のグループを編制する。

Ⅲ 目標及び評価規準

Ⅳ 指導計画 ※Ⅲ・Ⅳについては、指導と評価の計画参照

Ⅴ 本時の学習（3／4時間目）

- 1 ねらい ひじを高く上げる、投げ出す角度を高くする、腕を素早く振るといった投げる動きのポイントを踏まえて、自己の課題に応じた練習方法を選び、繰り返し練習することを通して、オーバーハンドで遠くにカー杯投げることができる。
- 2 準備 「つかむ」過程で作成した模造紙 課題に応じた練習方法をまとめた図

3 展 開

学習活動と子どもの意識	指導上の留意点
<p>1 本時のめあてをつかむ。</p> <ul style="list-style-type: none"> 投げる時にひじを高く上げて投げたいな。 自分の課題に合った練習方法を選んで練習をすればもっと遠くに投げられそうだな。 	<p>○自己の課題に応じた練習をして、遠くにカー杯投げるといふ学習の見通しをもてるよう、「つかむ」過程で作成した模造紙を提示し、できるようになりたい動きや学び方を問いかける。</p>
<p>めあて「自分の課題に合った練習をして、ボールを遠くにカー杯投げられるようになるう」</p>	
<p>2 自己の課題に応じた練習方法でボール投げに取り組み、記録を測定する。</p> <ul style="list-style-type: none"> 僕の課題は、ひじが高く上がらなかったことだったな。○○さんは、腕を素早く振って投げることだったね。 ひじを高く上げて投げるのがうまくできなかったから、今日はバトンコーナーでひじを高く上げて投げる練習をしてみよう。 ひじの位置が上がってきたと友達も言ってくれたな。バトンを何度も繰り返して投げているら感覚がつかめてきたぞ。 動画を見ると、ひじが高く上がっているな。投げる角度も大切だったから友達に見てもらいながら、ブルーシートコーナーでやってみよう。 ブルーシートの黄色のラインの中に投げられるようになってきたな。友達もよい角度で投げられていると言ってくれたな。 記録を測定したら、前に測定したときよりも伸びていたな。選んだ練習が合っていたんだな。 <p>3 本時のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> バトンコーナーとブルーシートコーナーで練習したから、ひじを高く上げて、投げる角度を高くしてカー杯投げられたな。 次はボール投げ大会だから、今日やった練習で動きを確認してからカー杯投げて最高記録をねらいたいな。 	<p>○互いの課題を把握した上で、課題の解決策を考えられるよう、前時見付けた課題をグループ内で共有するよう促す。</p> <p>○投げる動きの自己の課題に応じた練習方法を選べるよう、「ひじの高さ」「投げる角度」「腕の振りの素早さ」といった投げる動きのポイントに照らし、課題に応じた練習方法をまとめた図を提示する。</p> <p>○投げる動きの変化や高まりに気付けるよう、観察する人の役割を設定し、動きのポイントに照らしてアドバイスを促す。</p> <p>○投げる動きの自己の課題の達成度合を判断できるよう、投げる動きの連続図を提示し、タブレットPCで撮影した動画と比較するよう促す。</p> <p>○自己の課題に応じた練習方法で取り組んでいることを自覚できるよう、取り組んでいる練習方法を選んだ理由を問いかける。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p style="text-align: center;">評価項目</p> <p style="text-align: center;">ひじを高く上げてボールを投げるができる。 <行動①></p> </div> <p>○動きの出来映えと練習方法のよさを実感できるよう、「できるようになった動き」「よかった練習方法やアドバイス」という振り返りの視点を提示する。</p> <p>○次時への見通しをもてるよう、「つかむ」過程で作成した模造紙を提示し、次時に取り組みたい動きや学び方を問いかける。</p>

指導と評価の計画（全4時間）

目標	グループで協力し、自己の課題に応じた練習方法を選んだり、教え合ったりしながら、遠くにカー杯投げることができる。			
評価 規準	<p>(①知識及び技能)ひじを高く上げて、投げ出す角度を高くして腕を素早く振って投げる行い方を理解し、オーバーハンドで投げることができる。</p> <p>(②思考力、判断力、表現力等)遠くにカー杯投げる動きのポイントに照らした自己の課題を見付け、課題に応じた練習方法を選んで取り組んだり、課題の解決のために考えたことを友達に伝えたりしている。</p> <p>(③主体的に学習に取り組む態度)互いに協力して安全に気を付け、繰り返し遠くにカー杯投げる運動に取り組もうとしている。</p>			
過程	時間	学習活動	指導上の留意点	評価項目<評価方法(観点)>
つかむ	1	○試しのボール投げを行い、共通のめあてや自分のめあてを立てる。 ・共通のめあて 「5の2ボール投げ大会に向けて、投げる動きのポイントを見付けて、友達と協力しながら、練習を工夫してスローマスターになろう」	○ボール投げの中で取り組んでいく動きや学び方の見通しをもてるよう、「できるようになりたい動き」「学び方」「楽しく安全に運動するためにできること」の視点を提示する。	◇大会に向けて、遠くにボールを投げる、協力して取り組むといった具体的なめあてを記述している。 <学習プリント③>
追求する	1 1	○ボール投げに取り組み、投げる動きのポイントを見付ける。 ○投げる動きのポイントを踏まえて、ボール投げに取り組む。(本時)	○投げる動きのポイントに気付けるよう、「ひじ」「投げる角度」「腕の振り」といった観点を提示する。 ○ボール投げに対する自分の課題に応じた練習方法を選ぶよう、ロープに通したバトンを斜め上方へ投げる場、目指す角度の範囲を示したブルーシートに投げる場、バドミントンのネットを越えるように床にたたきつけて投げる場を設定する。	◇ひじを高く上げて投げる、腕を素早く振って投げる、角度を高くして投げるといったポイントを記述している。 <学習プリント②> ◇ひじを高く上げてボールを投げることができる。 <行動①>
まとめる	1	○「5の2ボール投げ大会」を行い、今までの動きのポイントを踏まえたボール投げに挑戦し、学習のまとめをする。	○オーバーハンドで遠くに投げられたよさを実感できるよう、「できるようになった動き」「よかった練習方法やアドバイス」「自分や友達のがんばっていたこと」という振り返りの視点を提示する。	◇ボール投げ大会に挑戦している自分や友達の遠くにカー杯投げる動きのよさを記述している。 <学習プリント③>