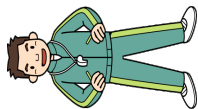


# ボールキャッチの達人



ボールを上<sup>うへ</sup>に投げ<sup>な</sup>げて、5回<sup>5かい</sup>手をたたいてから、いろんなしせいでキャッチします。たくさん動きが身<sup>み</sup>につく運動<sup>うんどう</sup>です。

運動の前にみんなで読もう！



友達<sup>ともだち</sup>とぶつからないように、まわりをよく見てからはじめましょう。

めざせ！達人

達 人  
せなかで  
キャッチ

3 点  
ジャンプして  
空中でキャッチ

2 点  
あたまの上で  
キャッチ

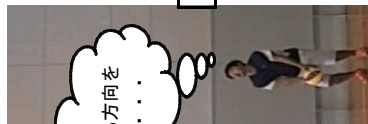
1 点  
むねの前で  
キャッチ

<動きをくふうするポイント>  
・人数 ・ボールのしゅるい  
・キャッチするしせい

達人になるためのコツはこれだ！



3 点



投げる方向を  
見て・・・



すばやく手  
をたたく！



ナイス  
キャッチ！



達人



体をスツと  
前に！



せなかをまるめちゃうと、  
とれないよ！



動きができたならシールをはろう。動きのコツやかんそうを書いておこう。



記 録 室



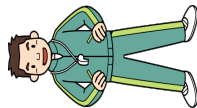
①	月	日	1点	2点	3点	くふう	③	月	日	1点	2点	3点	くふう
達人													
②	月	日	1点	2点	3点	くふう	④	月	日	1点	2点	3点	くふう
達人													

おうちでも  
やってみよう



ボールがあれば、いつでもどこでもできる運動<sup>うんどう</sup>ですが、なるべく広いところできましょう。道路<sup>どろ</sup>の近く<sup>ちかく</sup>ではぜったいにやらないでね。

# ボールキャッチの達人



ボールを上投げて、5回手をたたいてから、いろいろな姿勢でキャッチします。すばやきやたくさん動きがみにつく運動です。

指導要領上の位置付け・実施可能学年

(ウ)用具を操作する運動(遊び)

・用具を投げる、捕るなどの動きで構成される運動

1年

2年

3年

4年

めざせ！達人

1 せなかで  
キャッチ

2 ジャンプして  
空中でキャッチ

3 あたまの上で  
キャッチ

4 むねの前で  
キャッチ

<動きをくふうするポイント>  
・人数 ・ボールのしゅるい  
・キャッチするしせい

達人になるためのコツはこれだ！

3点



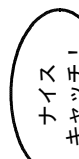
投げる方向を  
見て・・・



すばやく手  
をたく！



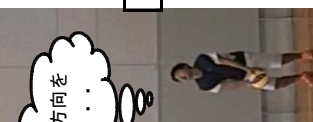
ナイス  
キャッチ！



達人



せなかをまめちやうと、  
とれないよ！



体をスツと  
前に！

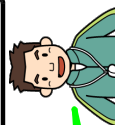


指導される先生方へ(ワンポイントアドバイス)

おさえておきたい動きのコツ！

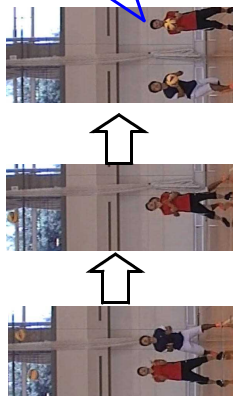
- ① ひざを伸ばす反動を使って投げ上げる。
- ② ボールと自分の位置を確認する。
- ③ ボールの動きに合わせて、手のひらを少し下に引くようにして捕る。

投げる方向を見て、  
ねらって投げよう！



人数を増やすと・・・

ペアやグループでやっても、おもしろい運動になります。



場所を入れ  
替わって  
キャッチ！

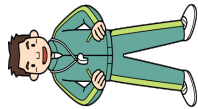
準備するもの  
・場の設定



- ・やわらかいボール(人数分)
- \*上の写真はソフトバレーボールを使っています。

・じゅうぶんな広さ

# ボールはこび の達人



友達とボールをはさんではこび  
運動です。相手に合わせて力を  
調整する力が身に付きます。

運動の前にみんなで読もう！



- ・体のいろいろなところにボールをはさんで、コーンを1しゅうしてからゴールします。
- ・ボールがおちてしまったら、やりなおします。
- ・友達にあげることができることがたいせつです。



達人になるためのコツはこれだ！



ボールを少し  
おすようにして

せーの。

かけ声は大切だね！！

大きいボールで



コースに障害物を置いて



ボールやコースをかえても、  
おもしろいよ。



めざせ！達人

達人

あしで  
はさんで

3点

あたまで  
はさんで

2点

せなかで  
はさんで

1点

おなかで  
はさんで

<動きをくふうするポイント>  
・ボールの数 ・ボールの大きさ  
・コースの長さ ・人数を増やす

動きができたならシールをはろう。動きのコツやかんそうを書いておこう。

①	月	日	1点	2点	3点	達人	くふう	③	月	日	1点	2点	3点	達人	くふう
②	月	日	1点	2点	3点	達人	くふう	④	月	日	1点	2点	3点	達人	くふう



記録室



おうちでも  
やってみよう

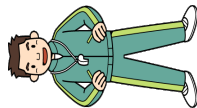


おうちでだれとでもできる運動です。大人といっしょにやってみると、子どもとうしとはちがったおもしろさがありますよ。

もっと小さいボールをつかったり、人数をふやしてチャレンジしたりしてもおもしろいね。



# ボールはこび の達人



友達とボールをはさんではこび運動です。相手に合わせて力を調整する力が身に付きます。



指導要領上の位置付け・実施可能学年  
(ウ)用具を操作する運動(遊び)  
・用具を運ぶなどの動きで構成される運動(遊び)

1年

2年

3年

4年



達人になるためのコツはこれだ！



ボールを少し  
おすようにして

せーの。

かけ声は大切だね！！



大きいボールで



コースに障害物を置いて



ボールやコースをかえても、  
おもしろいよ。



指導される先生方へ(ワンポイントアドバイス)

運動の行い方の説明は簡潔に！

- ① ペアや友達と体のいろいろなところでボールをはさみます。
- ② 落とさないようにボールを運び、コーンを1周して戻ります。
- ③ もし途中で落ちてしまったら、最初からやり直します。
- ④ ボールを少しおすようにして、お互いに体重をかけることが大切です。

運動は、「かけ声」が大切！

ペアやグループでの運動で大切なのが「声」です。『せーの』『いち、二、三』など、声をかけ合っているペアやグループをクラス全体に紹介しほめましょう。そうするとみんながまねをし、授業が活気あるよい雰囲気になっていきます。

声をかけ合っているグループは  
上手だね！



準備するもの  
・場の設定



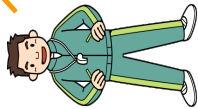
- ・ボール(ペア数)
- ・コーン(4人につきくらい)
- ・スタートからコーンまで→5～7メートルくらい

\* 子どもの実態に合わせて変えてください

<動きをくふうするポイント>  
・ボールの数 ・ボールの大きさ  
・コースの長さ



# 動物歩きの達人



いろいろなどうぶつになっ  
てあるいたり、はねたり、はった  
りします。  
タイミングよくはねたり、体全  
体で力強くあるいたりはったり  
しましょう。



運動の前にみんなで読もう！

- ・いろいろなどうぶつになっ  
て、あるいた  
り、はねたり、はったりします。
- ・うまくできないときは、友達の動きをよく見て  
まねをしましょう。

めざせ！達人

3点  
・うさぎ  
・カンガルー①  
・カンガルー②

2点  
・アザラシ  
・イモムシ  
・ペンギン

1点  
・フマ  
・フモ

1点  
・アヒル  
・カニ

<動きを工夫するポイント>  
・きより ・向き



うさぎとび

達人になるためのコツはこれだ！



指を立てない  
でね！



手をついた位置より  
前に着地しよう！



手を  
つきはなす



こしを高く！！



手のひら全体  
をつく



うでを  
前にふりだす

動きができたらシールをはろう。動きのコツやかんそうを書いておこう。



記録室



①	月	日	1点	2点	3点	達人	くふう	③	月	日	1点	2点	3点	達人	くふう
②	月	日	1点	2点	3点	達人	くふう	④	月	日	1点	2点	3点	達人	くふう

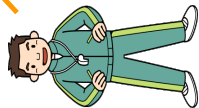
おうちでも  
やってみよう



いつでもどこでもできる  
運動です。

「達人」になれた人は、自  
分で新しいどうぶつの動き  
をつくってみましょう。

# 動物歩きの達人



いろいろな動物になって歩いたり、はねたり、這ったりします。タイミングよくはねたり、体全体で力強く歩いたり這ったりしましょう。



指導要領上の位置付け・実施可能学年

(イ)体を移動する運動(遊び)  
・跳び、はねるなどの動きで構成される運動(遊び)

1年

2年

3年

4年

めざせ！達人

達  
人  
・うさぎ  
・カンガルー①  
・カンガルー②

3  
点  
・アザラシ  
・イモムシ  
・ペンギン

2  
点  
・フマ  
・ワモ

1  
点  
・アヒル  
・カニ

<動きを工夫するポイント>  
・きより ・体の向き



うさぎとび

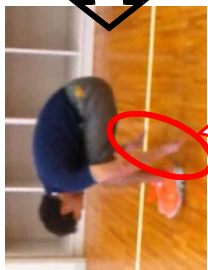
達人になるためのコツはこれだ！



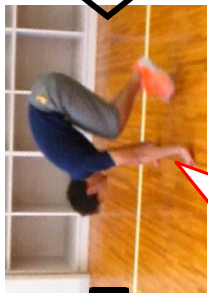
指を立てない  
でね！



手をついた位置より  
前に着地しよう！



手を  
つきはなす



こしを高く！！



手のひら全体  
をつく



うでを  
前にふりだす

指導される先生方へ(ワンポイントアドバイス)

「うさぎとび」指導のポイント

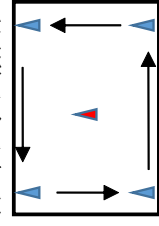
- ①両手を後ろに引いておき、腕を前にふりだす。
- ②手のひら全面をつく(指を立てない)
- ③腰を高い位置で保つ。

\* 連続して行うことで、リズムが生まれ、前に進むよい感じが得られます。

ジャンケン双六で多様な動きづくり

次のコーンへ移動する時に「動物歩き」を取り入れれば、繰り返し運動しながら動きの習熟を図ることができます。

<ジャンケン双六>



- ①四隅のカラーコーンに均等な人数に分かれる。
- ②近くにいる友達とジャンケンをし、勝ったら次のコーンへ進む。
- ③負けたら、真ん中の赤いコーンまでジャンケンで行き、元のコーンに戻って別の相手とまたジャンケンをする。
- ④時間を決めて、何周できたかを競う。



準備するもの  
・コーン  
(スタートとゴールの目印)

- ・スタートからゴールまでの距離は5～10メートルくらい。

# ボールキャッチの達人②

ペアの友達と同時にボールを投げ合って、いろんなしでかしやっちゃいます。すばやい動きやたくさんな動きが身に付く運動です。

運動の前にみんなでもう！  
あせらずに、相手がとりやすいボールを投げることが大切です。  
ペアの友達と声をかけあいながら、がんばりましょう。

めざせ！達人

1 パスこうかんしてキャッチ  
 2 ジャンプして空中でキャッチ  
 3 あたまの上でキャッチ  
 4 むねの前でキャッチ

<動きをくふうするポイント>  
 ・人数 ・ボールのしゅるい  
 ・2人のあいだのきより

達人

ボールを上投げる  
 パスをもらう  
 パスをかえす  
 おちてきたボールをとる

セーの。  
 すばやく！！  
 ナイスキャッチ！

このあたりに投げるぞ...

しっかりとねらいをつけて、ていねいに投げるのがたいせつだよ。

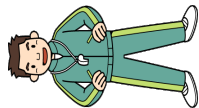
動きができたらしールをはろう。動きのコツやかんそうを書いておこう。

①	月	日	1点	2点	3点	くふう	③	月	日	1点	2点	3点	くふう
<div>記録室</div>													
②	月	日	1点	2点	3点	くふう	④	月	日	1点	2点	3点	くふう

おうちでもやってみよう  
 ボールがあれば、いつでもどこでもできる運動ですが、なるべく広いところできましょう。道路の近くではだいたいにやらないでね。



# ボールキャッチの達人②



ペアの友達と同時にボールを投げ合って、いろんなしきいでキャッチします。すばやい動きやたくさんな動きが身に付く運動です。



指導要領上の位置付け・実施可能学年

(ウ)用具を操作する運動(遊び)

・用具を投げる、捕るなどの動きで構成される運動

1年

2年

3年

4年

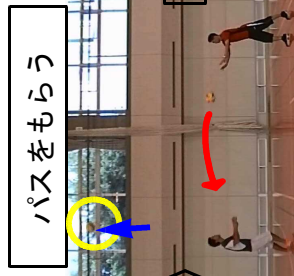


達人

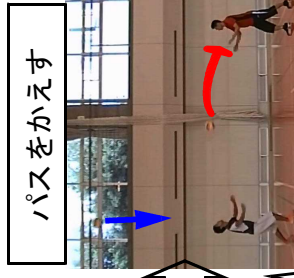
達人になるためのコツはこれだ！



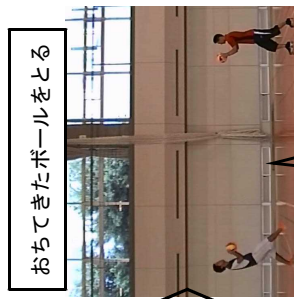
ボールを上投げる



パスをもらう



パスをかえす



おちてきたボールをとる

せーの。

すばやく！！

ナイスキャッチ！



しっかりとねらいをつけて、ていねいに投げるのがたいせつだよ。

このあたりに投げるぞ・・・



指導される先生方へ(ワンポイントアドバイス)

運動の行い方の説明は簡潔に！

- ① ペアの友達と向かい合って立ちます。
- ② 2人で同時にボールを投げ上げます。
- ③ 落ちてきたボールをいろいろな姿勢でキャッチします。
- ④ 友達とぶつからないように、気をつけてやりましょう。



相手がとりやすいやさしいボールを投げよう！



準備するもの  
・場の設定

- ・やわらかいボール  
(ペアの数+α)
- \* 上の写真は、ソフトバレーボールを使っています。
- ・2人の間の距離は3メートルくらい
- \* 児童の実態に合わせて変えてください。

こんな運動の工夫もできます

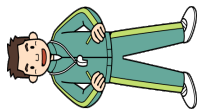
2人が向かい合うのではなく、横に並んでもおもしろい動きになります。



場所を入れ替わってキャッチ！

<動きをくふうするポイント>  
・人数 ・ボールのしゅるい  
・2人のあいだのきより

# バランスボールの達人



いろいろなしせいでバランスボールにのります。  
 バランス感覚や集中力、力強さが身に付く運動です。



運動の前にみんなで読もう！

- いろいろなしせいでバランスボールのります。10秒間のれたらごうかくです。
- まわりに何もいないことをかくにんして、広いところでやりましょう。

めざせ！達人

3 点  
 達人  
 「せいざ」のしせいで

2 点  
 りょうとより足をつかずに

1 点  
 かた足をついて

<動きを工夫するポイント>  
 ・人数（友達と手をつないで）  
 ・体の向き（あおむけで）

達人になるためのコツはこれだ！

達人

集中して・・・

まっすぐに前を見よう！



せすじを  
 ピーン！

おへその下に力を入れて、ももをはさむようにしてみよう！

動きができたらシールをはろう。動きのコツやかんそうを書いておこう。



記録室



①	月	日	1点	2点	3点	達人	くふう	③	月	日	1点	2点	3点	達人	くふう
②	月	日	1点	2点	3点	達人	くふう	④	月	日	1点	2点	3点	達人	くふう

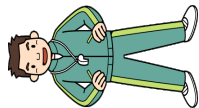
おうちでも  
 やってみよう



目をつぶり、かた足で何秒立っていられるかな？

校庭や公園にあるタイヤやわったり、石の上にあるいたりしてみても、楽しくバランス感覚を身に付けられます。

# バランスボールの達人



いろいろなしせいでバランスボールにのります。  
バランス感覚や集中力、力強さが身に付く運動です。



指導要領上の位置付け・実施可能学年

(ウ) 用具を操作する運動

・用具に乗るなどの動きで構成される運動

3年

4年

めざせ！達人

3 点  
達人  
「せいざ」の  
しせいで

2 点  
りょう足を  
つかずに

1 点  
かた足を  
ついて

<動きを工夫するポイント>  
・人数（友達と手をつないで）  
・体の向き（おおむねで）

達人

集中して・・・

まっすぐに  
前を見よう！

達人になるためのコツはこれだ！



せすじを  
ピーン！

おへそその下に入力を入れて、ももをはさむようにしてみよう！

指導される先生方へ（ワンポイントアドバイス）

安全面の配慮を・・・

「転んだ時に友達とぶつからないくらいの距離をとる」「まわりに何も落ちていないか確認する」「壁のそばでやらない」など、安全に実施するためのルールを徹底しましょう。

もし可能なら、最初は敷き詰めたマットの上で活動させましょう。



さらに動きの工夫を・・・

体を横にしたり、仰向けになったり、体の向きを変えようと、少し難しい動きになります。



準備するもの  
・場の設定

・バランスボール

\* 1人に1つは難しいかもしれませんが、4人に1つくらいあるとやりやすいです。

・じゅうぶんな広さ

\* 転んでしまった時、物や人、壁にぶつかるとのことのないように徹底しましょう。



2年生の実践例

指導資料「動きの達人」を活用した指導計画・評価計画

\* 16種類の運動（遊び）の中から、クラスの実態に合わせて4つの運動遊びを選びます。

	1	2	3	4	5	6
	学習の進め方を知り、見通しをもつ。	一つ一つの動きを確認しながらじっくりと経験し、動きを習得する時間	身に付けた動きをたくさん経験しながら、動きを工夫したりもう一度やってみたい動きを選んで運動したりする時間			
0	1 学習の進め方を知る。 単元のめあてと学習の進め方を提示する。 めあて：「動きの達人」をめざして楽しく運動しよう！					
10	2 準備運動と体ほぐしの運動をする。 単元のめあてと学習の進め方を提示する。 めあて：「動きの達人」をめざして楽しく運動しよう！	2 運動(遊び)① 「達人カード」や「動画画資料」を使って運動の行い方や一つ一つの動きを確認しながら、取り組ませる。	2 運動(遊び) 「達人カード」や「動画画資料」を使って運動の行い方や一つ一つの動きを確認しながら、取り組ませる。	2 達人ビンゴ 前時までに学習した4つの運動に取り組みさせる。 (ペアでの活動)	2 達人ビンゴ 前時までに学習した4つの運動に取り組みさせる。 (ペアでの活動)	2 おかわりタイム もう一度やってみたい活動に挑戦させたり、工夫した動きを紹介しあったり、友達のつくった動きに挑戦させたりする。
20		3 運動(遊び) 「達人カード」や「動画画資料」を使って運動の行い方や一つ一つの動きを確認しながら、取り組ませる。	3 運動(遊び)④ 「達人カード」や「動画画資料」を使って運動の行い方や一つ一つの動きを確認しながら、取り組ませる。			
30	3 達人カードの使い方を知る。 一つの運動遊びを取り上げ、運動しながら達人カードの見方や使い方をおさえる。					
40		4 学習のまとめ・ふりかえり・片付けをする。				
45	② <観察>	①<観察・カード>	①<観察・カード>	3 学習のまとめ・ふりかえり・片付けをする。	① <観察> ② <観察・カード>	① <観察> ② <観察・カード>

## ○観点別評価規準

関心・意欲・態度	① 体づくりに運動に進んで取り組もうとしている。 ② ルールやマナーを守り、友達と仲良く運動しようとしている。
思考・判断	① 動きのポイントや友達の良い動きを見つけている。 ② 自分のやりたいたい運動を選んで運動している。
運動の技能	① 体のバランスをとる動きが安定してできている。 ② 体のバランを正し、力の入れ方でできる。 ③ 力試しの動きが正しい力で行うことができる。 ④ 田島皇を操作する動きがスムーズにできる。 ⑤ 田島皇を操作する動きがスムーズにできる。











第3時（2年生の実践例）

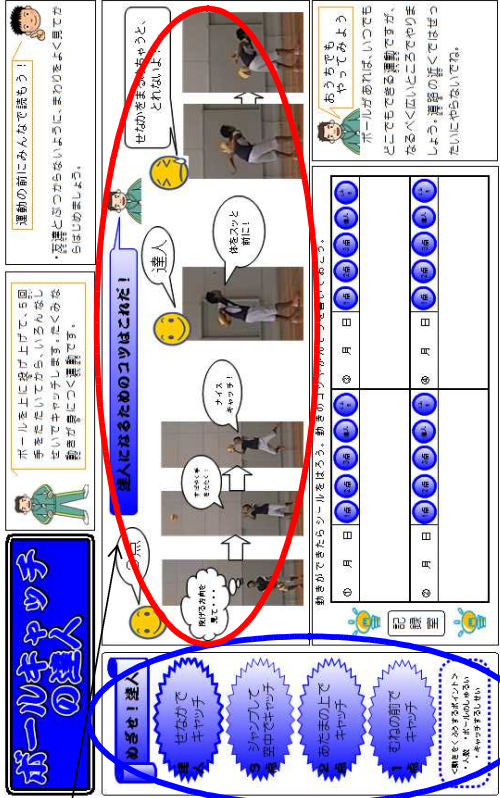
本時のねらい	第3時：友達と楽しく用具を操作する運動を行い、運動の行い方や動きのコツを見つけることができる。（思考・判断）		
準備・資料	・掲示物（単元計画・学習カード・学習の約束） ・ラジカセ   ・CD（軽快な音楽） ・本時の活動で使う用具（グループごとにかごに入れておく）		
学習活動	時	指導上の留意点及び支援・評価	
1   あいさつ・準備運動・体ほぐしの運動をする。 ・ペアで行う運動 ・グループで行う運動	10	<ul style="list-style-type: none"><li>・元気のよいかけ声や友達とのよい関わりなど、よくできた取組を称賛する。</li><li>・児童がきまりを守り、友達と仲良く学習に取り組めるように、単元を通しての約束やマナーを再確認する。</li><li>・児童が見通しをもって学習に取り組めるように、掲示した単元全体計画をもとに学習の進め方を再確認する。</li><li>・児童が意欲的に学習に取り組めるように、前時のふりかえりを生かして本時のめあてを提示する。</li></ul>	
2   本時の学習内容の確認をする。			
「動きの達人」をめざして、友達と仲良く運動し、動きのコツを見つけよう。（第3時）			
3   活動1（ボールキャッチの達人）を行う。		<ul style="list-style-type: none"><li>・児童が動きのコツを意識して運動に取り組めるように、達人カードの「達人になるためのコツはこれだ！」を参考に動きのコツを確認する。</li><li>・「めざせ！達人」（動きの得点表）をもとに、動きを高めていくことを確認する。</li><li>・「動画資料」でそれぞれの得点の動きを見せながら運動の行い方を説明する。</li><li>・児童がよりよい動きを身に付けるために、友達の動きをしっかりと見ることの大切さを確認する。</li><li>・ペアの友達と交代で運動を行いながら、できた動きをお互いにチェックし合うことを伝える。</li><li>・児童の運動の様子を見ながら、よい動きや気付きを全体に紹介する。</li><li>・一度集合させ、次の運動の説明をする。（説明の仕方は活動1と同様）</li></ul>	
4   活動2（わなげの達人）を行う。			
		【思考・判断】（第3時） 動きのポイントや友達の良い動きを見つけている。 （観察・学習カード）	
5   本時の学習をふりかえり、次時の活動について見通しをもつ。		<ul style="list-style-type: none"><li>・次時の活動への期待と意欲をもたせるために、本時の活動における取り組みのよさを称賛する。</li><li>・児童が本時の学習をふりかえり、次時の活動につなげるため、「達人カード」に、動きのコツや工夫、友達の良い動きなどを書かせる。</li><li>・運動の日常化へつなげるために、「達人カード」の「おうちでもやってみよう」の部分を紹介する。</li></ul>	

第2時とは違う2つの運動遊びを、第2時と同じような流れで行います。

- 今日は「動きの達人になろう」の3回目ですね。今日は「ボールキャッチの達人」と「わなげの達人」の2つの運動に挑戦しましょう。
- 前回、みんなが達人カードに書いてくれた感想にこんなのがありました。「バランスをとるためには、下を見ない方がいい」「○○ちゃんの動きをまねしたら、簡単にできた」・・・、自分で動きのコツを見つけたり、友達の動きをまねしたりしてできるようになったということですね。とてもすばらしいと思います。
- こういうのをみんなんで伝え合っていければ、みんながもっと達人に近づけると思いませんか。今日のめあてを読みましょう。→めあて提示

第2時と同じ流れの学習なので、子どもたちにとってはわかりやすく、スムーズに学習を進められると思います。  
前時でうまくいかなかった部分や「もっとこうさせたい」という部分について、授業の始めに全体で確認し、修正すると更に授業がうまく流れます。

前時の確認



○運動が上手にできる子は、ペアの友達がやっている時に、いつもその動きをとともよく見ています。そうすると、「ここが上手だな」とか「ここがうまくできていないな」とか、動きのコツがわかってくるのです。そうすると「自分の番の時はこうしよう」と考えながら運動するので、運動が上手にできるようになるのですね。自分の番の時にがんばるだけでなく、友達の番の時もすごく大切なのですよ。

○前回と今日で合計4つの「達人」に挑戦しました。楽しく運動できましたね。今までにやった4つの運動は、休み時間やおうちでも簡単にできる運動がほとんどです。「達人カード」の右下にやり方や用具の使い方、運動の工夫の仕方などが書いてあります。あとで読んで参考にしてみてください。

○同じような運動を休み時間に友達と遊んだり、家でおうちの人の人といっしょに遊んだりしたら、楽しいですよ。



第4時（2年生の実践例）

本時のねらい	第4時：用具を操作する運動遊びを楽しむ行い、用具を操作する動きがタイミングよくできる。 ＊は、取り上げた運動種目により異なります。		
準備・資料	・掲示物（単元計画・学習カード・学習の約束） ・ラジカセ   ・CD（軽快な音楽）   ・ビンゴカード ・本時の活動で使う用具（グループごとにかごに入れておく）		
学習活動		時	指導上の留意点及び支援・評価
1	あいさつ・準備運動・体ほぐしの運動をする。 ・ペアで行う運動 ・グループで行う運動	5	・元気のよいかけ声や友達とのよい関わりなど、よくできた取組を称賛する。
2	本時の学習内容の確認をする。		・児童が本時の活動をスムーズに行えるように、活動の流れと活動の仕方を確認する。 ・児童が、きまわりを守り友達と仲良く学習に取り組めるように、単元を通しての約束やマナーを再確認する。 ・前時までの児童の様子で気づいたことや意識させたいことをもとに、本時のめあてを提示する。
動きのコツを意識しながら運動したり、動きを工夫したりして友達と仲良く運動を楽しもう。（第4時）			
3	ペアの友達と一緒に「ビンゴにちょうせん」を行う。		・「めざせ！達人」（動きの得点表）をもとに、動きを高めていくことを確認する。 ・できた動きをお互いにチェックし合い、できていたらビンゴカードにシールをはるという約束を確認する。 ・児童の運動の様子を見ながら、よい動きや気付きを全体に紹介する。 ・動きを効果的に高められていない児童（ペア）には、達人カードを見せながら、本時に意識させたい動きのコツを確認する。
		30	【運動の技能】（第4時） 用具を操作する動きがタイミングよくできる。（観察）
「ビンゴ」をめざして、ペアごとに4つの場を移動しながらそれぞれの運動遊びに挑戦します。			
5	本時の活動を振り返る。		・次時の活動への期待と意欲をもたせるために、本時の活動における取り組みのよさを称賛する。 ・児童が本時の学習をふりかえり、次時の活動につなげるため、「達人カード」に、動きのコツや工夫、友達のよい動きなどを書かせる。

場の設定

\*体育館に4つの運動遊びの場を準備しておきましょう。

ボール運びの達人

ボールキャッチの達人

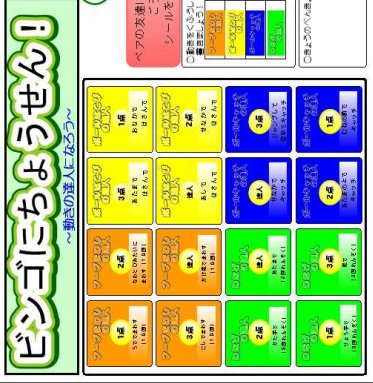
わなげの達人

フープまわしの達人

- 今日は「動きの達人になろう」の4回目ですね。今日は今までにやってきた4つの運動すべてに挑戦してもらいたいと思います。ただ、全員で一斉にやっても、待っている時間が長くなってしまっ、いやですよね？だから、今日は4つのコーナーを用意しました。「フープまわしの達人コーナー」「ボール運びの達人コーナー」「ボールキャッチの達人コーナー」「わなげの達人コーナー」です。
- 合図の笛が鳴ったら、ペアの友達と一緒に自分たちがやりたいコーナーに行って運動をしましょう。
- ただ、みんなが同じコーナーに集まってしまうと、待つ時間が長くなってしまいますので、まわりの様子を見ながらすいているコーナーに行くといいですね。
- 今日、行うのは「ビンゴにちょうせん」です。このビンゴカードを持ってペアの友達と一緒に自分たちがやりたいコーナーへ行き、順番に運動しましょう。
- 動きをペアの友達に見てもらい、動きができていたら、できた点数のところにシールをはります。シールが1列そろったビンゴです。
- 必ずペアの友達と一緒に行動しましょう。友達に見てもらわないとシールをはれませんよ。
- できない動きがあっても大丈夫です。できない時は「達人カード」を見たり、ペアの友達と教え合ったりしましょう。
- それでもできない動きもあると思います。できなくても大丈夫です。自分ができる範囲でシールをたくさん集め、ビンゴをつくりましょう。
- 違うコーナーへ移動する時は、使った道具を片付けるとか、じゃまにならないように注意するとかも忘れないようにしましょう。
- 時間内にできるだけ4つの運動をして、たくさん動きを経験しましょう。もし達人の動きができたら、動きを工夫して新しい達人の動きをつくっていいですね。



動きがうまくできていないペアに声をかけ、「動画資料」や「達人カード」を使って、動きのコツを意識させるような言葉かけを行います。



本時と次時で使用するビンゴカード

\*掲示資料&ワークシート集に見本が入っています。

「動きができた・できない」や「自分の得点」を振り返るのではなく、本時のめあてである「動きのコツを意識して」や「動きの工夫」について振り返らせましょう。



本時のねらい	第5時：用具を操作する運動遊びを楽しむ行い、用具を操作する動きがタイミングよくできる。		
準備・資料	＊ は、取り上げた運動種目により異なります。 ・掲示物（単元計画・学習カード・学習の約束） ・ラジカセ ・CD（軽快な音楽） ・ビンゴカード ・本時の活動で使う用具（グループごとにかごに入れておく）		
学習活動		時	指導上の留意点及び支援・評価
1	あいさつ・準備運動・体ほぐしの運動をする。 ・ペアで行う運動 ・グループで行う運動	5	・元気のよいかけ声や友達とのよい関わりなど、よくできた取組を称賛する。
2	本時の学習内容の確認をする。		・児童が本時のグループ活動をスムーズに行えるように、本時の活動の流れと活動の仕方を確認する。 ・児童が、きまりを守り友達と仲良く学習に取り組めるように、単元を通しての約束やマナーを再確認する。 ・前時までの児童の様子で気づいたことや意識させたいことをもとに、本時のめあてを提示する。
動きのコツを意識しながら運動したり、動きを工夫したりして友達と仲良く運動を楽しもう。（第5時）			
3	ペアの友達と一緒に「ビンゴにちょうせん」を行う。	30	・「めざせ！達人」（動きの得点表）をもとに、動きを高めていくことを確認する。 ・できた動きをお互いにチェックし合い、できていたらビンゴカードにシールをはるという約束を確認する。 ・児童の運動の様子を見ながら、よい動きや気付きを全体に紹介する。 ・動きを効果的に高められていない児童（ペア）には、達人カードや動画資料を見せながら、動きのコツを意識させるような声かけをする。 ・達人の動きができた児童（ペア）には、動きを工夫して新たな達人の動きをつくることに挑戦するように促し、「工夫するポイント」を提示する。
活動のスタート時は、一斉に移動させるのではなく、「話をきちんと聞いたグループから移動する」「今日は〇〇グループから移動する」など、少し時間差をつけると、子どもたちは1つのコーナーに集中しません。また、落ち着いて活動を始められます。			【運動の技能】（第5時） 用具を操作する動きがタイミングよくできる。（観察）
5	本時の活動を振り返る。	5	・次時の活動への期待と意欲をもたせるために、本時の活動における取り組みのよさを称賛する。 ・児童が本時の学習をふりかえり、次時の活動につなげるため、「達人カード」に、動きのコツや工夫、友達のよい動きなどを書かせる。

第4時と同じ運動遊びを、第4時と同じような流れで行います。

- 今日は「動きの達人」の5回目の勉強です。前回と同じように、ペアの2人で協力しながら、ビンゴに挑戦しましょう。
- やり方は前回と同じです、ペアの友達に動きをみてもらい、合格だったらシールをはりましょう。
- 動きがうまくできなかつたら、達人カードを見たり教え合ったりしましょう。
- 違うコーナーへ移動する時は、使った道具を片付けるとか、じゃまにならないように注意するとかも忘れないようにしましょう。
- 時間内にできるだけ4つの運動をして、たくさん動きを経験しましょう。
- もし達人の動きができたら、動きを工夫して新しい達人の動きをつくってもいいです。新しい達人の動きができたら、次の体育の時間に紹介してもらいたいと思います。

第4時と同じ流れの学習なので、子どもたちにとってはわかりやすく、スムーズに学習を進められると思います。  
前時でうまくいかなかった部分や「もっとこうさせたい」という部分について、授業の始めに全体で確認し、修正すると更に授業がうまく流れます。

- 前回の授業で□□さんたちのペアの様子を見ていたら、「もっと膝を曲げて」とか「ビュンって勢いをつけて回すといいよ」とか、動きのコツをお互いにたくさん言い合っていました。それを聞いて、先生はとてもしこいと思いました。こういうふうにできるペアは、運動がどんどん上手になって「達人」に近づけると思います。
- 今日のめあてをみんなで読みましょう。→めあて提示



動きがうまくできていないペアに声をかけ、「動画資料」や「達人カード」を使って、動きのコツを意識させるような言葉かけを行いましょう。

- 「動きを工夫する」と言っても、どんなことを工夫すればいいのか、難しいですよね？実は、「達人カード」の中にそのヒントが書いてあります。「動きを工夫するポイント」のところに書いてあるようなことを変えようと、新しい達人の動きがつくれますよ。

＜工夫のポイント＞  
姿勢 方向 速さ リズム きより 回数 人数 用具の数 用具の種類 ……

- でも、新しい達人の動きをつくっても、誰もできないような難しい動きだったら…、つまらないですね。また、簡単すぎて、誰でもすぐにできてしまうようなものだったら…、それもつまらないですね。みんなが「ちよっとがんばればできそう」と思えるようなちょうどいい難しさの動きがつくれたらすごいと思います。

「動きができた・できない」や「自分の得点」を振り返るのではなく、本時のめあてである「動きのコツを意識して」や「動きの工夫」について振り返らせましょう。



第6時（2年生の実践例）

本時のねらい	第6時：自分のやりたい運動を選び、ルールやマナーを守って友達と仲良く運動することができる。 （関心・意欲・態度）（思考・判断）	
準備・資料	・掲示物（単元計画・学習カード・学習の約束） ・ラジカセ   ・CD（軽快な音楽） ・本時の活動で使う用具（グループごとにかごに入れておく）	
学習活動	時	指導上の留意点及び支援・評価
1   あいさつ・準備運動・体ほぐしの運動をする。 ・ペアで行う運動 ・グループで行う運動	10	・元気のよいかけ声や友達とのよい関わりなど、よくできた取組を称賛する。  ・児童が、きまりを守り友達と仲良く学習に取り組めるように、単元を通しての約束やマナーを再確認する。 ・前時までの児童の様子が気づいたことや意識させたいことをもとに、本時のめあてを提示する。
2   本時の学習内容の確認をする。		
もう一度やりたい運動に挑戦したり、友達がつくった動きに挑戦したりして「動きの達人」を楽しもう。		
3   自分がもう一度やってみたい運動に取り組む。 （おかわりタイム）		
	15	・同じ運動を選んだ友達と動きを見合いながら、できた動きをお互いにチェックし合い、達人カードに記入していくことを伝える。 ・児童の運動の様子を見ながら、よい動きや気付き、動きの工夫を称賛する。 ・動きを効果的に高められていない児童（ペア）には、達人カードを見せながら、工夫のポイントを確認する。
		【関心・意欲・態度】（第6時） ルールやマナーを守り、友達と仲良く運動しようとしている。（観察）
4   工夫した動きを全体で共有し、もう一度やってみたい運動に取り組む。		・自分が気づかなかった動きの工夫を知り、活動への更なる意欲をもてるように、児童が考えた「新たな達人の動き」を全体に紹介し、共有させる。 ・紹介された動きを参考にしながらもう一度やってみたい運動に取り組むように伝える。
	15	【思考・判断】（第6時） 自分のやりたい運動を選んで運動している。（観察）
5   本時の活動を振り返り、本単元のまとめをする。	5	・今後の体育授業への期待と意欲をもたせるために、本時の活動における取り組みのよさを称賛する。 ・運動の日常化につなげるために、「達人カード」の中の「おうちでもやってみよう」の部分を紹介する。

○今日は「動きの達人」の6回目、まとめの勉強です。今までみんなは「動きの達人」をめざして、4つの運動に取り組んできました。うまくできた運動もあれば、なかなかうまくできなかった運動もあると思います。今日は最後のまとめの時間ですので、「もう一度やってみよう」と思う運動を選んで、挑戦してください。

○「今まで1点だったから、今日こそ2点をとりたい」という気持ちで、自分の苦しい運動にもう一度挑戦してもいいです。

○「『達人』になれた動きをさらに工夫して、新たな達人の動きをつくりたい」という気持ちで挑戦し、できた動きを友達と見せ合ってもいいです。

○いろいろな運動をたくさんやってみたい人は、一つの場所だけでなくいろいろな場所に行って挑戦してもいいです。

○運動をやりながらうまくできるよくなるためのヒントになるのが、この「達人カード」です。できなくて困ったときや工夫のポイントがわかなくなるときには、この「達人カード」を見るようにしてください。

○単元のまとめの時間ですので、今まで勉強してきたことを生かして、運動を楽しみましょう。

→めあて提示

クラスの実態によっては、前時までと同様、単元を通しての固定ペアで活動させてもいいです。

○今まではペアの人が決まっていたけど、今日は一人一人が自分のやりたいところへ移動するので、ペアの人が決まっていません。今日は、同じ運動を選んだ人同士で、その場でペアになってお互いに動きを見てアドバイスしたりシールをはったりしてください。もしちょっといい人数ではなかったら、3人組になるとか自分たちで工夫してください。まわりの様子をよく見て、思いやりをもって運動ができる人はすばらしいですね。

動きの工夫



○○ちゃんはこんな新しい動きを考えたんだね。やってみたい人は、あとで挑戦してね。

ぼくが考えた新しい達人の動きを紹介します。「苗」で回してみました。

すごいなあ。わたしもやってみたいな。

○何人かの人に自分で考えた新たな達人の動きを紹介してもらいました。おもしろかったですね。「その動き、ぼくもやってみたいな」とか「○○くんの動きを見ていたら、新たな達人の動きを思いついたぞ」という人もいます。残りの時間でもう一度やってみたい運動に挑戦してみましょう。

○今回、体育の時間に挑戦した「動きの達人」は、いつでも・どこでも・だれとでもできる運動ばかりです。授業は今日でおしまいです。この「おうちでもやってみよう」の部分を参考に、家族や友達と一緒にまた達人をめざしてやってみてください。体育の時間以外にもいろいろな人と一緒にたくさん運動して、これからも運動を楽しんでほしいと思います。

4年生の実践例

\* 16種類の運動（遊び）の中から、クラスの実態に合わせて4つの運動遊びを選びます。

	1	2	3	4	5	6
	学習の進め方を知り、見通しをもつ。	一つ一つの動きを確認しながらじっくりと経験し、習得する時間	身に付けた動きをたくさん経験しながら、動きを工夫したりもう一度やってみてみたい動きを選んで運動したりする時間			
0	1 学習の進め方を知る。	1 場の設定・準備運動・体ほぐしの運動をする。				
10	単元のめあてと学習の進め方を提示する。 めあて： 「動きの達人」をめざして楽しく運動しよう！	2 運動(遊び)① 「達人カード」や「動 画資料」を使って運動の 行いや一つ一つの動き を確認しながら、取り組 ませる。	2 運動(遊び)③ 「達人カード」や「動 画資料」を使って運動の 行いや一つ一つの動き を確認しながら、取り組 ませる。	2 達人サーキット	2 達人サーキット 前時までに学習し た4つの運動に取 り組ませる。 (グループ活動)	2 おかわりタイム もう一度やってみ たい活動に挑戦させ たり、工夫した動き を紹介したり、友 達のつくった動きに 挑戦させたりする。
20	2 準備運動と体ほぐしの運動をする。	3 運動(遊び)② 「達人カード」や「動 画資料」を使って運動の 行いや一つ一つの動き を確認しながら、取り組 ませる。	3 運動(遊び)④ 「達人カード」や「動 画資料」を使って運動の 行いや一つ一つの動き を確認しながら、取り組 ませる。			
30	3 達人カードの使い方を 知る。	4 学習のまとめ・ふりかえり・片付けをする。				
40	一つの運動遊びを取り上 げ、運動しながら達人カ ードの見方や使い方をお さえる。	3 学習のまとめ・ふりかえり・片付けをする。				
45	② <観察>	①<観察・カード>	①<観察・カード>	① <観察> ② <観察・カード>		
評価				①②③④ <観察> ①②③④ <観察>		
価値				①②③④ <観察> ①②③④ <観察>		

\* 第4時、第5時の評価は、選んだ運動により変わります。

○観点別評価規準

関心・意欲・態度	①体づくり運動に進んで取り組もうとしている。 ②ルールやマナーを守り、友達とともに活動を楽しもうとしている。
思考・判断	①動きのポイントや友達のよい動きを見つけている。 ②自分のやりたい運動をめあてに応じて選んでいる。
運動の技能	①体のバランスをとる動きが安定してできる。 ②体を移動する動きがスムーズにできる。 ③力試しの動きが正しい力の入れ方である。 ④用具を操作する動きがタイミングよくできる。















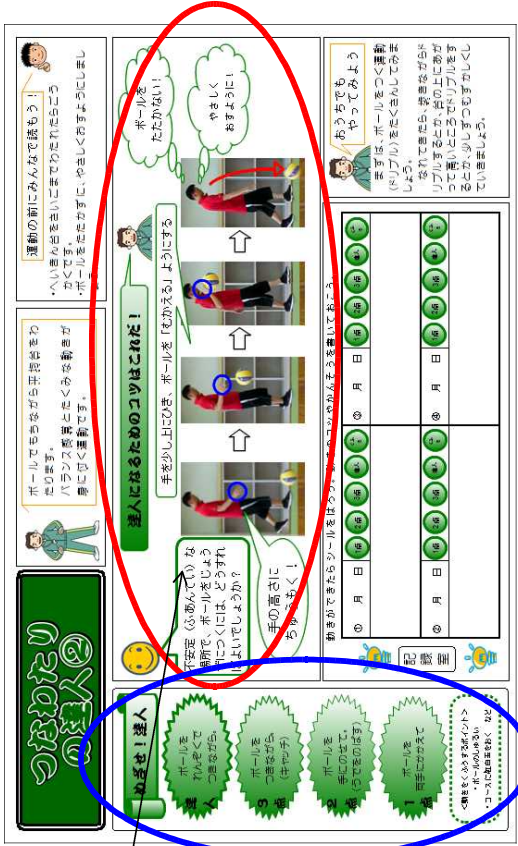
第3時（4年生の実践）

本時のねらい	第3時：友達と楽しく運動を行う中で、友達のよい動きや動きのコツを見つけ、友達と伝え合ったり、自分の動きに取り入れたりすることができる。 <div>(思考・判断)</div>		
準備・資料	・掲示物（単元計画・学習カード・学習の約束） ・ラジカセ   ・CD（軽快な音楽） ・本時の活動で使う用具（グループごとにかごに入れておく）		
学習活動	時 指導上の留意点及び支援・評価		
1	あいさつ・準備運動・体ほぐしの運動をする。 ・ペアで行う運動 ・グループで行う運動	10	・元気のよいかけ声や友達とのよい関わりなど、よくできた取組を称賛する。  ・児童がきまりを守り、友達と仲良く学習に取り組めるように、単元を通しての約束やマナーを再確認する。 ・児童が見通しをもって学習に取り組めるように、掲示した単元全体計画をもとに学習の進め方を再確認する。 ・児童が意欲的に学習に取り組めるように、 <u>前時のふりかえりを生かして本時のめあてを提示する。</u>
2	本時の学習内容の確認をする。 	10	・児童が動きのコツを意識しながら、楽しく運動しよう。（第3時）
3	活動1（つなわたりの達人②）を行う。  	15	・児童が動きのコツを意識して運動に取り組めるように、達人カードの「 <u>達人になるためのコツはこれだ！</u> 」を参考 <u>に動きのコツを確認する。</u> ・「めざせ！達人」（動きの得点表）をもとに、動きを高めていくことを確認する。 ・「動画資料」でそれぞれの得点の動きを見せながら運動の行い方を説明する。 ・児童がよりよい動きを身に付けるために、 <u>友達の動きをしっかりと見ることの大切さを確認する。</u> ・ペアの友達と交代で運動を行いながら、できた動きをお互いにチェックし合うことを伝える。 ・児童の運動の様子を見ながら、よい動きや気付きを全体に紹介する。 ・一度集合させ、次の運動の説明をする。（説明の仕方は活動1と同様）
4	活動2（ボールキャッチの達人）を行う。 	15	<div>【思考・判断】（第3時） 動きのポイントや友達のよい動きを見つけている。 （観察・学習カード）</div> ・次時の活動への期待と意欲をもたせるために、本時の活動における取り組みのよさを称賛する。 ・児童が本時の学習をふりかえり、次時の活動につなげるため、「 <u>達人カード</u> 」に、動きのコツや工夫、友達のよい動きなどを書かせる。 ・運動の日常化へつなげるために、「 <u>達人カード</u> 」の「 <u>おうちでもやってみよう</u> 」の部分を紹介する。
5	本時の学習をふりかえり、次時の活動について見通しをもつ。	5	

第2時とは違う2つの運動遊びを、第2時と同じような流れで行います。

第2時と同じ流れの学習なので、子どもたちにとってはわかりやすく、スムーズに学習を進められると思います。  
前時でうまくいかなかった部分や「もっとこうさせたい」という部分について、授業の始めに全体で確認し、修正すると更に授業がうまく流れます。

○今日は「動きの達人になろう」の3回目ですね。今日は「つなわたりの達人」と「ボールキャッチの達人」の2つの運動に挑戦しましょう。  
○前回、みんなが達人カードに書いてくれた感想にこんなものがありました。「バランスをとるためには、下を見ない方がいい」「OOちゃんの動きをまねしたら、簡単にできた」・・・、自分で動きのコツを見つけたら、友達の動きをまねしたりしてできるようになったということですね。とても素晴らしいと思います。  
○こういうのをみんなと読んで伝え合っていければ、みんながもっと達人に近づけると思います。今日のめあてをみんな読んで読みましょう。→めあて提示



前時の確認

○運動が上手にできる子は、ペアの友達がやっている時に、いつもその動きをととてもよく見えています。そうすると、「ここが上手だな」とか「ここがうまくできていないな」とか、動きのコツがわかってくるのです。そうすると「自分の番の時はこうしよう」と考えながら運動するので、運動が上手にできるようになるのですね。  
○自分の番の時にがんばるのも大切ですが、友達の番の時もすごく大切なのですよ。

○前回と今日で合計4つの「達人」に挑戦しました。楽しく運動できましたね。今までにやった4つの運動は、休み時間やおうちでも簡単にできる運動がほとんどです。「達人カード」の右下にやり方や用具の使い方、運動の工夫の仕方などが書いてあります。あとで読んで参考にしてみてください。  
○同じような運動を休み時間に友達と遊んだり、家でおうちの人といっしょに遊んだりしたら、楽しいですよ。



第4時（4年生の実践）

本時のねらい	第4時：用具を操作する運動遊びを楽しむ行い、用具を操作する動きがタイミングよくできる。 ＊ は、取り上げた運動種目により異なります。（運動の技能）		
準備・資料	・ 掲示物（単元計画・学習カード・学習の約束） ・ ラジカセ    ・ CD（軽快な音楽） ・ 本時の活動で使う用具（グループごとにかごに入れておく）		
学習活動	時	指導上の留意点及び支援・評価	
1    あいさつ・準備運動・体ほぐしの運動をする。 ・ ペアで行う運動 ・ グループで行う運動	5	・ 元気のよいかけ声や友達とのよい関わりなど、よくできた取組を称賛する。	
2    本時の学習内容の確認をする。	5	・ 児童が本時のグループ活動をスムーズに行えるように、サニット形式の行い方、ローテーションの仕方を確認する。 ・ 運動時間を確保するために、合図があったらリーダーを中心にすばやく移動して次の活動に移ることを確認する。 ・ 児童が、きまりを守り友達と仲良く学習に取り組めるように、単元を通しての約束やマナーを再確認する。 ・ 前時までの児童の様子で気づいたことや意識させたいことをもとに、 <u>本時のめあてを提示する。</u>	
「動きの達人」をめざして、動きのコツを意識しながら運動を楽しもう。（第4時）			
3    達人サーキットを行う。 ＊ 7分×4種目で行う。	<div></div>		
5    本時の活動を振り返る。	5	・ 次時の活動への期待と意欲をもたせるために、本時の活動における取り組みのよさを称賛する。 ・ 児童が本時の学習をふりかえり、次時の活動につなげるため、「 <u>達人カード</u> 」に、 <u>動きのコツや工夫、友達のよい動きなどを書かせる</u> 。	

場の設定

フープころがしの達人

ボールキャッチの達人

つなわたり

の達人

の達人

の達人

○今日は「動きの達人になろう」の4回目ですね。今日は今までにやってきた4つの運動すべてに挑戦してもらいたいと思います。ただ、全員で一斉にやっても、待っている時間が長くなってしまっ、いやですよ。だから、今日は4つのコーナーを用意しました。「フープころがしの達人コーナー」「バランスボールの達人コーナー」「つなわたりの達人コーナー」「ボールキャッチの達人コーナー」です。

○それぞれのコーナーをグループごとにまわります。運動の時間は、一つの運動につき約7分間です。○7分経ったらグループごとに次の運動へ移動します。これが「達人サーキット」です。そして、移動や運動開始の時に活躍してもらいたいのがリーダーさんです。

○7分経ったら先生が合図をします。リーダーさんは自分の班のかごをもって、すばやく自分の班を次の場所へ移動させてください。「すばやく」移動することができれば、運動する時間がいっばいとれます。つまり、達人に挑戦する時間が増えます。

○次のコーナーへ移動するときは、使った道具を片付けるとか、じゃまにならないように注意するとかも、忘れないようにしましょう。

○運動の仕方は前回までの授業と同じです。まずは、映像や達人カードをもとに、動きのコツを意識しながら運動してみてください。できるようなったと思ったら、ペアの友達に見てもらってください。ペアの友達は、相手の動きを見て、できていたところの得点のところにシールをはってあげましょう。

○でも、できない動きがあっても大丈夫です。できない時は「達人カード」を見たり、ペアの友達と教え合ったりしましょう。

○交代しながら仲良くやりましょう。お互いに動きを見せ合いながら、二人で上達していけるといいですね。

○前回の授業でグループさんの様子を見ていたら、「せすじを伸ばして」とか「手首をひねって」とか、お互いにたくさん言い合っていました。とてもすばらしいと思います。こういうふうに見えるグループは、運動がどんどん上手になってみんなが達人に近づけると思います。今日のめあてを読みましょう。→めあて提示

○次の運動の場所へ移動したあと、もう一つリーダーさんにやってほしいことがあります。それは、次の場所へ行ったあと、グループのみんなで「達人カード」の右上のところを大きな声で読むことです。すぐに運動を始めるのではなく、しっかりとルールやマナーを確認してから運動を始めるために、これをやってほしいと思います。



第5時（4年生の実践）

本時のねらい	第5時：用具を操作する運動や基本的な動きを組み合わせた運動ができる。 (運動の技能)		
準備・資料	・掲示物（単元計画・学習カード・学習の約束） ・ラジカセ    ・CD（軽快な音楽） ・本時の活動で使う用具（グループごとにかごに入れておく）		
学習活動		時	指導上の留意点及び支援・評価
1	あいさつ・準備運動・体ほぐしの運動をする。 ・ペアで行う運動 ・グループで行う運動	5	・元気のよいかけ声や友達とのよい関わりなど、よくできた取組を称賛する。
2	本時の学習内容の確認をする。		・児童が本時のグループ活動をスムーズに行えるように、 <u>サキット形式の行い方、ローテーションの仕方を確認する。</u> ・運動時間を確保するために、合図があったらリーダーを中心にすばやく移動して次の活動に移ることを確認する。 ・児童が、きまりを守り友達と仲良く学習に取り組めるように、単元を通しての約束やマナーを再確認する。 ・前時までの児童の様子で気づいたことや意識させたいことをもとに、本時のめあてを提示する。
動きのコツを意識しながら運動したり、動きを工夫したりしよう。（第5時）			
3	達人サーキットを行う。 ＊7分×4種目で行う。		・達人の動きができた児童（ペア）には、動きを工夫して新たな達人の動きをつくることに挑戦するように促し、「 <u>工夫するポイント</u> 」を提示する。 ・児童が運動のルールやマナーを再確認してから取り組めるように、グループごとに移動後、運動を開始する前に、「達人カードの」右上のところを読んでもらってから運動を開始するよう伝える。 ・「めざせ！達人」（動きの得点表）をもとに、動きを高めていくことを確認する。 ・ペアの友達と交代で運動を行いながら、できた動きをお互いにチェックし合うことを伝える。 ・児童の運動の様子を見ながら、よい動きや気付きを全体で紹介する。 ・動きを効果的に高められていない児童（ペア）には、達人カードや動画資料を見せながら、本時に意識させたい動きのコツを確認する。
5	本時の活動を振り返る。	5	【運動の技能】（第5時） これまでに学習してきた動きが安定してできる。（観察）  ・次時の活動への期待と意欲をもたせるために、本時の活動における取り組みのよさを称賛する。 ・児童が本時の学習をふりかえり、次時の活動につなげるため、「達人カード」に、動きのコツや工夫、友達のよい動きなどを書かせる。

第4時と同じ4つの運動「〇〇〇の達人」を第4時と同じような流れで行います。

- 今日は「動きの達人」の5回目の勉強です。前回と同じように、ペアの2人で協力しながら、また、グループで協力しながら「達人サーキット」に挑戦し、それぞれの運動で「達人」をめざしてがんばりましょう。
- もちろん「達人」までいけなくても大丈夫です。最初の時間にも話しましたが、この『動きの達人になろう』の勉強は、すべての運動で達人になったり、友達の間でポイントとくらべたりすることが目的ではありません。楽しく運動しながら自分の得点に挑戦し、様々な動きを身に付けることが大切なのです。だから、まずは前回の自分の記録を超えて、新しい動きを身につけられるようにがんばってね。
- やり方は前回と同じです。7分経ったら先生が合図をします。なので、リーダーさんは自分の班のかごをもって、すばやく自分の班を次の場所へ移動させてください。そして、次の場所へ行ったら、グループごとにまるくなって「達人カード」の右上のところを全員で読んでください。しっかりとルールやマナーを確認してから運動を始めたいと思います。運動時間がたくさんとれるように、リーダーさんが中心となってがんばってくださいね。
- 動きがうまくできなかつたら、達人カードを見たり教え合ったりしましょう。
- 違うコーナーへ移動する時は、使った道具を片付けるとか、じゃまにならないように注意するとかも忘れないうにしましょう。

第4時と同じ流れの学習なので、子どもたちにとってはわかりやすく、スムーズに学習を進められると思います。  
前時でうまくいかなかった部分や「もっとこうさせたい」という部分について、授業の始めに全体で確認し、修正すると更に授業がうまく流れます。

- もし達人の動きができたら、動きを工夫して新しい達人の動きをつくってもいいです。新しい達人の動きができたら、次の体育の時間に紹介してもらいたいと思います。
- 「動きを工夫する」と言っても、どんなことを工夫すればいいのか、わからない人ともいいと思います。この「工夫のポイント」に書いてあるようなところを変化させてみてください。

＜工夫のポイント＞  
姿勢    方向    速さ    リズム    きより    時間    回数    人数    用具の数    用具の種類    ……

- でも、新たな達人の動きをつくっても、誰もできないような難しい動きだったら……、つまらないですね。また、簡単すぎて、誰でもすぐにできてしまうようなものだったら……、それもつまらないですね。みんなが「ちょっとがんばればできそう」と思えるようなちょうどいい難しさの動きがくれたらうれしいと思います。がんばってください。



動きがうまくできていないペアに声をかけ、「動画資料」や「達人カード」を使って、動きのコツを意識させるような言葉かけを行いましょう。

「動きができた・できない」や「自分の得点」を振り返るのではなく、本時のめあてである「動きのコツを意識して」や「動きの工夫」について振り返らせよう。



本時のねらい	第6時：いろいろな運動に友達と楽しく取り組もうとする。 （関心・意欲・態度）	
準備・資料	・掲示物（単元計画・学習カード・学習の約束） ・ラジカセ ・CD（軽快な音楽） ・本時の活動で使う用具（グループごとにかごに入れておく）	
学習活動	時	指導上の留意点及び支援・評価
1 あいさつ・準備運動・体ほぐしの運動をする。 ・ペアで行う運動 ・グループで行う運動		・元気のよいかけ声や友達とのよい関わりなど、よくできた取組を称賛する。
2 本時の学習内容の確認をする。	10	・児童が、きまりを守り友達と仲良く学習に取り組めるように、単元を通しての約束やマナーを再確認する。 ・前時までの児童の様子で気づいたことや意識させたいことをもとに、 <u>本時のめあてを提示する。</u>
3 自分がもう一度やってみたい運動に取り組む。		<div>もう一度やりたい運動に挑戦したり、動きを工夫したりして「動きの達人」を楽しもう。(第6時)</div> <ul style="list-style-type: none"><li>・同じ運動を選んだ友達と動きを見合いながら、できた動きをお互いにチェックし合い、達人カードに記入していくことを伝える。</li><li>・児童の運動の様子を見ながら、よい動きや気付き、<u>動きの工夫</u>を称賛する。</li><li>・動きを効果的に高められていない児童（ペア）には、達人カードを見せながら、工夫のポイントを確認する。</li></ul>
4 工夫した動きを全体で共有し、もう一度やってみたい運動に取り組む。	15	<div>【関心・意欲・態度】(第6時) 友達と仲良く、いろいろな運動に進んで取り組もうとする。(観察)</div> <ul style="list-style-type: none"><li>・自分が気づかなかった動きの工夫を知り、活動への更なる意欲をもてるように、児童が考えた「新たな達人の動き」を全体に紹介し、共有させる。</li><li>・紹介された動きを参考にしながら<u>もう一度やってみたい運動に取り組むように伝える。</u></li></ul>
5 本時の活動を振り返り、本単元のまとめをする。	5	・今後の体育授業への期待と意欲をもたせるために、本時の活動における取り組みのよさを称賛する。 ・運動の日常化につなげるために、「 <u>達人カード</u> 」の中の「 <u>おうちでもやってみよう</u> 」の部分を紹介する。


- 今日は「動きの達人」の6回目、まよめの勉強です。今までみんなは「動きの達人」をめざして、4つの運動に取り組んできました。うまくできた運動もあれば、なかなかうまくできなかった運動もあると思います。今日は最後のまよめの時間ですので、「もう一度やってみたい!」と思う運動を選んで、挑戦してください。
- 「今まで1点だったから、今日こそ2点をとりたい」という気持ちで、自分の苦手な運動にもう一度挑戦してみたいです。
- 『「達人」になれた動きをさらに工夫して、新たな達人の動きをつくりたい!』という気持ちで挑戦し、できた動きを友達と見せ合ってもいいです。
- いろいろな運動をたくさんやってみたい人は、一つの場所だけでなくいろいろな場所に行って挑戦してもいいです。
- 運動をやりながらうまくできるようになるためのヒントになるのが、この「達人カード」です。できなくて困ったときや工夫のポイントがわからないときには、この「達人カード」を見るようにしてください。
- 単元のまよめの時間ですので、今まで勉強してきたことを生かして、運動を楽しみましょう。

→めあて提示


クラスの実態によっては、前時までと同様、単元を通しての固定ペアで活動させてもいいです。

- 今まではペアの人が決まっていたけど、今日は一人一人が自分のやりたいところへ移動するので、ペアの人が決まっていません。今日は、同じ運動を選んだ人同士で、その場でペアになってお互いに動きを見てアドバイスしたりシールをはったりしてください。もしちよいといい人数ではなかったら、3人組になるとか自分たちで工夫してください。まわりの様子をよく見て、思いやりをもって運動ができる人はすばらしいですね。


動きの工夫




みんなでキャッチ!  
(ボールキャッチの達人)



何人続けてくぐれるかな  
(フープころがしの達人)



大きいボールをつなぎながら  
(つなわたりの達人)



みんなで作ろう!  
(バランスボールの達人)

すごいなあ。わたしもやってみたいな。

〇〇くんはこんな新しい動きを考えたんだね。やってみたい人は、あとで挑戦してね。

ぼくが考えた新しい達人の動きを紹介します。平均台の上でボールをつなぎながら、後ろ向きで歩きます。

- 何人かの人に自分で考えた新たな達人の動きを紹介してもらいました。おもしろかったですね。「その動き、ぼくもやってみたいな」とか「〇〇くんの動きを見ていたら、新たな達人の動きを思いついたぞ」という人もいます。残りの時間でもう一度やってみたい運動に挑戦してみよう。

- 今回、体育の時間に挑戦した「動きの達人」は、いつでも・どこでも・だれとでもできる運動ばかりです。授業は今日でおしまいです。この「おうちでもやってみよう」の部分を参考に、家族や友達と一緒にまた達人をめざしてやってみてください。体育の時間以外にもいろいろな人と一緒にたくさん運動して、これからも運動を楽しんでほしいと思います。