

体育授業の進め方 ～技能・体力・人間関係力の向上をめざして～

<授業の基礎的条件> ★授業時間の確保 ★授業の雰囲気 ★学習規律の確立

	児童の動き ★言語活動	体育授業の基本的事項	教師の自己評価 ■評価の観点
始 業 前	<input type="checkbox"/> 素早く着替え、洋服をきちんとたたんで体操着袋に入れておく。 <input type="checkbox"/> チャイムが鳴る前に集合場所に整列	【体育の授業は着替えから】 <input type="checkbox"/> 服装→半袖、クォーターパンツ、学年帽、冬はトレーナーも可（フード、レギンス×） <input type="checkbox"/> 体育館へ移動の時はクラスで並んで、黙って、右側歩行で移動	<input type="checkbox"/> 事前の準備、他学年との確認 <input type="checkbox"/> 授業の確認 <input type="checkbox"/> 児童への指示→集合場所、準備するもの <input type="checkbox"/> 見学者をどのように授業へ参加させるか。
導 入	<input type="checkbox"/> 整頓・服装・体調の確認 髪の長い女子はゴムで束ねる <input type="checkbox"/> 気持ちのよいあいさつ <div style="border: 1px solid orange; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> 集合や移動はテキパキ・ハキハキ・キビキビと！ </div>	【児童が集中する導入のあり方】 <input type="checkbox"/> 教師の立ち位置や姿勢 太陽に正対、風向き、話をするときには児童の目の高さに揃える。 <input type="checkbox"/> 基本的には横隊、教師は3歩下がって全体が見えるようにする。120度の範囲に子どもを集める。 <input type="checkbox"/> 児童への指示 「休め、気をつけ、前へ、ならえ」 ①背筋を伸ばしてへそを向け教師の方を見る ②手はももの横で指先まで伸ばす ③かかとをつけ、つま先を45～60°開く 1の休め…手を後ろに組み、左足を前 2の休め…左足を立てて、背筋を伸ばす 3の休め…体育座り	<input type="checkbox"/> めりはりのある号令 大きな声でハキハキと！ <input type="checkbox"/> 健康状態の確認 <input type="checkbox"/> 服装の確認 <input type="checkbox"/> 先生の笑顔 <input type="checkbox"/> 「誰が何をどのように」の指示を具体的に する。
	<input type="checkbox"/> 準備運動（上っ子体操） 伸ばすところは伸ばす <input type="checkbox"/> グループで準備運動するときは？ 最初からグループ任せにすると動きが雑になるので、一斉指導を行ってから、巡回指導をする。 <input type="checkbox"/> 集中して体をあたためる（心拍数を上げる）。 <input type="checkbox"/> 協力して素早く安全に準備をする。	【準備運動は心と体の準備】 <input type="checkbox"/> 基本的には教師が主導 <input type="checkbox"/> 太鼓やピットナルでリズムカルに <input type="checkbox"/> 各準備運動のポイントをわかりやすく伝える。 <input type="checkbox"/> 良い動きをしている児童をほめる <input type="checkbox"/> ストレッチは呼吸をしながら 【慣れの運動で運動感覚・体力向上】 <input type="checkbox"/> 主運動につながる『意味のある活動』を <input type="checkbox"/> 新体力テストに向けて意図的に継続的に続ける ★運動場…鉄棒の「だんごむし10秒」で握力向上 鉄棒まで全力短距離ダッシュで走力向上 ★体育館…帽子でシャトルスローで投力向上	<input type="checkbox"/> 一人ひとりが一つひとつの動きを正確にできるように、巡回しながら言葉かけ（称賛や助言）や、補助をしてあげる。 <input type="checkbox"/> 特に負担がかかる部位は入念に <input type="checkbox"/> 運動の目的を意識させる。 <input type="checkbox"/> 心拍数を挙げる運動 <input type="checkbox"/> 子どもたちの伸びを認め、褒める ■協力して素早く安全に準備ができたグループや児童を称賛する。 <評価 関・意・態（観察）>

<p>展開</p>	<p>★本時の学習のめあてを確認する。 (全員、グループ人、ランダム)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>(例)〇〇ができるようになりたい。 のために、△△を練習する。</p> </div> <p><input type="checkbox"/>協力 <input type="checkbox"/>技能向上 出来る子にはさらに発展的な内容を取り 組ませる</p>	<p>【本時のねらいを明らかにした展開】</p> <p><input type="checkbox"/>児童から本時のめあての発表 <input type="checkbox"/>ほめ、認める言葉がけを多くし、動きを観察して具体的に全体 やチームに聞こえるように評価する。</p> <table border="1" data-bbox="786 240 1485 387"> <tr> <td>言葉かけ</td> <td>一般的</td> <td>具体的</td> </tr> <tr> <td>肯定的</td> <td>いいね</td> <td>腕をふるリズムがいいね!</td> </tr> <tr> <td>矯正的</td> <td>こうしよう</td> <td>〇〇すると腕振りがよくなるよ</td> </tr> <tr> <td>否定的</td> <td>そうじゃないよね</td> <td>その振り方じゃだめだよ</td> </tr> </table>	言葉かけ	一般的	具体的	肯定的	いいね	腕をふるリズムがいいね!	矯正的	こうしよう	〇〇すると腕振りがよくなるよ	否定的	そうじゃないよね	その振り方じゃだめだよ	<p><input type="checkbox"/>本時ではということ意識してねらいを 設定する。 <input type="checkbox"/>よい体育の授業は「ほめ100回以上」 <input type="checkbox"/>言葉かけだけではなく、笑顔、拍手、握手、 ハイタッチも有効</p>
言葉かけ	一般的	具体的													
肯定的	いいね	腕をふるリズムがいいね!													
矯正的	こうしよう	〇〇すると腕振りがよくなるよ													
否定的	そうじゃないよね	その振り方じゃだめだよ													
	<p>★動きの言語化 (□伴奏) <input type="checkbox"/>自分たちの動きや相手チームの動きを説 明することで、仲間に関わりやすく動き をつたえることができるようにする。 <input type="checkbox"/>動きのポイントの焦点化 →技術ポイントを示すカード →掲示資料の活用 <input type="checkbox"/>情報の発信と共有化</p> <p><input type="checkbox"/>互いに力を伸ばしあう ★認め合い・教え合い・励ましあい</p>	<p><input type="checkbox"/>ゲーム運動では、握手・円陣・ハイタッチなど雰囲気をよくす るきまりを設定する。 【技術の向上を目指して】 <input type="checkbox"/>負けているチームや技の習得に時間のかかる児童には、特に 支援・指導をする。 <input type="checkbox"/>一人ひとりに運動量を確保する。 <input type="checkbox"/>示範は上手な児童、めあてを達成した児童、がんばっていた児 童を取り上げる。→見る観点をはっきりしておく。 <input type="checkbox"/>すべての子にできる喜びを体験させる。</p> <p>【人間関係力の向上を目指して】 <input type="checkbox"/>みんなで伸びあう学級集団づくり(支持的風土) <input type="checkbox"/>見合い・教え合い・励ましあい →ヒントカードや掲示資料に技術ポイントを示し、それに基づ いたアドバイスや励ましあいをする。 <input type="checkbox"/>話し合い →限られた時間で、すべての児童が積極的に話し合いに参加す るために、めあての明確化、作戦ボードやカード、話型の活用</p>	<p><input type="checkbox"/>学習効果をあげるための支援や指導がで きたか。 <input type="checkbox"/>45分間で運動量が30分以上確保され ているか。 <input type="checkbox"/>授業中の集合はできるだけ少なくする。 (3分3回以内) <input type="checkbox"/>教師の立ち位置は意図的に。</p> <p><input type="checkbox"/>ふわふわ言葉の活用</p> <p><input type="checkbox"/>話し合いの視点の明確化 ■〈思考(観察・記録・話し合い)〉</p>												
<p>終末</p>	<p><input type="checkbox"/>整理運動・授業のふり返し・体調の確認・ 片づけ・次時の予告・あいさつ</p>	<p><input type="checkbox"/>整理運動は確実に <input type="checkbox"/>本時のねらいに正対したまとめを <input type="checkbox"/>片づけは当番制・全員で行う。最後まで教師が見届ける。 <input type="checkbox"/>児童のがんばりを具体的に取る。</p>	<p><授業の内容的条件> ★学習のめあてを明確に ★努力を要する児童への手立てを ★できている子へ発展的な内容を ★発達段階を踏まえて意欲的に ★運動の特性を踏まえて楽しく</p>												

- ・「小学校学習指導要領解説 体育編」文部科学省 ・「埼玉県小学校教育課程評価資料」埼玉県教育委員会 関東図書株式会社
- ・「評価規準の作成、評価方法等の工夫改善のための参考資料【小学校 体育】」国立教育政策研究所教育課程研究センター
- ・「言語活動の充実に関する指導事例集～思考力、判断力、表現力等の育成に向けて～」文部科学省 教育出版
- ・「体育の授業を改善する4つの視点～授業観察法をもとに授業を振り返る～」埼玉県立総合教育センター 学力向上 BOOKLET
- ・「小学校体育の授業10場面のポイント」埼玉県立総合教育センター 学力向上 BOOKLET