



第3学年3組 体育科学習指導案

平成26年6月30日(月) 第2校時 校庭

男子17名 女子19名 計36名

授業者 教諭 橋本 隆弘

1 単元名 スローイングボール (ボール運動・ベースボール型)

2 運動の特性

(1) 一般的特性

- ・2つのチームが攻撃と守備を交互に行い、ボールを投げたり捕ったりしてチームで協力しながら得点を競い合う運動である。
- ・攻撃側は進塁して得点を入れ、守備側は進塁を阻止して競い合うことができる楽しい運動である。
- ・練習やゲームを通して、注意力や判断力が養われ、投力や走力などの体力を高めることが期待できる運動である。
- ・ゲームを成立させるために、「投げる・捕る・走る」といった多くの技能の要素を求められる運動である。
- ・技能の優劣、成功、失敗といった結果が、はっきり表れる運動である。
- ・一つ一つのプレーの責任、判断が個に委ねられることが多く、成功体験、失敗体験がはっきりしやすい運動である。
- ・技能の個人差が大きいため、配慮に欠けると、優越感や劣等感を生じやすい運動である。

(2) 児童から見た特性

- より多く得点し、ゲームで勝利した時に楽しみや満足感が味わえる運動である。
- 自分がチームの勝利に貢献できた時、所属感や満足感が味わえる運動である。
- 友だち同士で教え合い、認め合うことができると楽しい運動である。
- △「投げる・捕る」という基本の技能が身につけていないとゲームを楽しめない運動である。
- △ボールが自分の所に飛んでこないと楽しめない運動である。
- △ルールが分からなかったり、マナーが守られなかったりすると楽しめない運動である。
- △失敗体験が多いと意欲を失い、好き嫌いがはっきり分かれる運動である。

3 児童の実態

(1) 一般的な児童の実態

本学級の児童は、運動が好きな児童が多く、明るく元気がよい。休み時間になると、素早く外に行き、どろけいや増え鬼等で汗を流している。また、3年生になり図書室が利用できるようになったことから読書に興味をもち、本の返却のために図書室に行き来する児童も多い。週2回のクラス遊びでは、あそび係の計画に沿って、クラスのみんなで遊び、仲を深めている。

ボール遊びに関しては、学級レクでドッジボールをやることもあるが、ボール遊びをあまり好まない児童もいるので、希望の多いどろけいや鬼ごっこをよく行っており、全体でのボール遊びは少ない。

放課後は、学童保育グループ4、5人がキックベースボールを時々行っている。サッカーが大好きな一部の男子グループは公園でサッカーを行っている。少年団の野球チームに入って活動している児童はおらず、一部の児童以外は、ボール遊びをほとんど行っていない実態がある。

体育の授業では、多くの児童が意欲的に参加している。しかし、運動を苦手と感じている児童もおり、意欲的な児童とそうでない児童の差が大きい。全員が楽しく進んで体育の授業に取り組めるように、場の設定や教材・教具の工夫が必要である。

【新体力テストの結果(平成26年5月2日実施)と県平均(平成25年度)との比較】

男子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ
本学級	11.24	16.76	35.24	41.76	43.53	9.66	141	14.94
県平均	12.56	17.02	29.49	35.45	39.47	10.12	138.24	14.88
比較	▲	▲	○	○	○	○	○	○

女子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ
本学級	10.95	14	41.11	40.39	29.33	10.61	124.42	10.79
県平均	11.91	16.36	33.23	33.63	30.42	10.41	131.13	9.50
比較	▲	▲	○	○	▲	▲	▲	○

○…県平均（H25）を上回った

▲…下回った

5月に行った新体力テストの結果を分析すると、「長座体前屈」と「反復横とび」「ボール投げ」は男女とも県の平均を上回っていたが、半分ほどの種目において、平均値を下回っている。特に女子の体力や、「握力」「上体起こし」の筋力に課題があると言える。また、県平均を上回った種目を見ても、個人の記録には大きな差があり、一人一人に十分な体力が身についているとは言えない。個々の児童の体力を伸ばすための、継続的な取り組みが必要である。

(2) 本教材にかかわる児童の実態

体育・ベースボール型ゲームに関する意識調査（平成26年6月6日実施）

調査人数 36名

1 外遊びは好きですか。			
①好き	②どちらかという人喜欢	③どちらかという人嫌い	④嫌い
27人	7人	1人	1人

2 運動は好きですか。			
①好き	②どちらかという人喜欢	③どちらかという人嫌い	④嫌い
23人	8人	3人	2人

3 どんな運動が好きですか。（3つまで選択可）			
①体づくり運動	②なわとび	③鉄棒・マット運動・とび箱	④かけっこ・リレー、幅跳び
3人	9人	23人	28人
⑤水泳	⑥ボール運動	⑦表現、ダンス	
20人	9人	14人	

4 野球、ソフトボール、キックベースのルールを知っていますか。		
①知っている	②少し知っている	③知らない
6人	11人	19人

5 野球、ソフトボール、キックベースは好きですか。			
①好き	②どちらかという人喜欢	③どちらかという人嫌い	④嫌い
8人	5人	5人	18人
<ul style="list-style-type: none"> ・楽しいから ・投げるのが好きだから ・分からないけどやってみたくから ・やったことがあるから ・運動になるから ・ボール運動が好きだから ・野球が得意だから 		<ul style="list-style-type: none"> ・ルールをよく知らないから ・ルールが難しいから ・やったことがないから ・投げるのが下手だから ・苦手だから ・運動が嫌いだから ・走るから 	

6 今まで体育の学習で、楽しかったこと・うれしかったこと、つらかったこと・いやだったことがありますか。（両方記入可）	
楽しかったこと・うれしかったこと	つらかったこと・いやだったこと
<ul style="list-style-type: none"> ・ボール投げで遠くまで飛んで楽しかった ・リレーで力を合わせて走ったこと ・縄跳びが跳べるようになった ・とび箱で5段跳べたこと ・ドッジボールで勝ったこと ・運動会のダンスが楽しかった 	<ul style="list-style-type: none"> ・マット運動が嫌い ・鉄棒でお腹が痛くなった ・かけっこで負けて悔しかった ・持久走で走るのが辛かった ・みんなに下手と言われた ・授業中にうるさくなった

外遊びが好きな児童が多く、運動もほとんどの児童が好きである。好きな運動の内容は、いろいろな領域に分かれるが、ボール運動を好む児童が9人と少ないことが分かった。ベースボール型の運動に関しては、「きらい」「どちらかというときらい」が多く、その理由として「知らない」「難しい」「苦手」が挙げられていることから、未経験への不安が苦手意識に繋がっていると思われる。しかしその反面、ベースボール型のゲーム内容を知り、投げる、捕るができるようになることで、他の運動のように好きになっていく可能性は高いと考えられる。

本学年の児童は、1、2年生で、ボール投げゲーム、ボールけりゲームを行ってきた。今回初めてベースボール型のゲームを経験する。既存のルールにとらわれず、意欲的に取り組めるよう十分な配慮が必要と考える。ベースボール型の特性は維持しながらも、わかりやすく簡潔でグループみんなで協力し合えるようなゲームの内容を工夫していきたい。

4 教師の指導観

学校教育目標	思いやりのある子（徳） よく考える子（知） たくましい子（体）
研究主題	楽しさや喜びを味わい、進んで運動に取り組む児童の育成 一投力を重視したボール運動の展開一

【仮説1】

児童の発達段階と個々の児童の実態を的確に把握し、一人一人を伸ばす指導法を工夫すれば、進んで運動に取り組む児童が育つであろう。

【仮説1への手だて】

○児童の実態把握

体力測定の結果、アンケート、ボール投げの実態調査をもとに、児童一人一人の意識、技能、体力を把握する。

○一人一人を伸ばすための指導法の工夫

多くの児童は、「体育が好き」であり、体を動かすことが好きである。ただ、ボール運動に関しては、遊びの中で行うことが少なく、投げること、捕ることの苦手意識もある。過去にやったことがないことや投げたり捕ったりすることが思うようにできないことから「嫌い」につながっていると考えられる。そこで、「投げること」の楽しさを十分味わえる授業を組み立てたいと考えた。パワーアップタイムでは、「投げる」「捕る」を組み入れた場を多く設定し、上手下手にかかわらず、一人一人が楽しめるように工夫する。楽しくパワーアップタイムを継続していく中で、技能の向上を図っていく。自分の伸びが実感できれば、さらに意欲がわき、進んで運動に取り組むであろう。

試合においては、児童の実態から、簡単なゲームから始めることが必要だと考えた。得点を取りやすくするために、打って走るのではなく、技能的に少し簡単な、投げて走る（スローイングボール）という攻撃にする。守備は、アウトサークルを設け、チーム全員で守るようにする。

授業以外に教室では、紙鉄砲の作り方を教えてバンバン鳴らさせたり、メンコを一人3枚配り、雨の日の休み時間に遊ばせたりしている。また、「パワーアップカード」を活用し、家庭でも毎日補強運動に取り組んでいる。「投力チャレンジ」では、お手玉を軍手の中に詰めた飛びにくい特製ボールを使って、ボール投げの練習を行っている。普段の生活の中で、ボールを投げるような動きがない児童にとって、これらの活動は有効であると考えている。

【仮説2】

児童の願いを生かし、児童が仲間とコミュニケーションを取りながら、計画的・継続的に運動を実践する場である環境整備を進めていけば、進んで運動や遊びに取り組む児童が育つであろう。

【仮説2への手だて】

○チーム練習の充実

児童には、上手になりたい、友達に認められたいという思いがある。パワーアップタイムでは、チームで4つの場を回っていくが、一つ一つの場で声を掛け合ったり、教え合ったりすることを大事にしたい。「いくよ」「はい」などの連携のための声かけや、「ナイス」「上手」という認め合いの言葉がけを大いに称賛したい。また、パワーアップタイムを継続して行っていく中で友だちの動きのよさを学んだり、お互いにアドバイスし合ったりすることで投力や捕球力が身につくと期待される。そして、チームの仲間と試合を楽しむことができれば、ボールゲームに親近感を持ち、進んで取り組む児童が育つと考える。

○身につけさせたい技能の明確化と指導の要点・パワーアップタイムの工夫

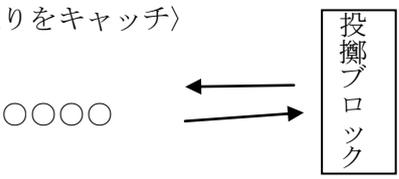
ゲームに直接つながる運動を、パワーアップタイムで行う。「スローイングボール」のゲームにおいて必要とされる「投げる」「捕る」「走る」の動きを取り上げていく。特に技能面において不安に感じている児童が多いことからこのパワーアップタイムを大切にしていきたい。次のゲームに直接つながる運動を継続的に行うことで、意欲的にゲームに参加することができるようになると思う。

この単元においては、本学級の児童の実態を踏まえ、以下の2つの技能に焦点をあて、重点的に指導していくこととする。また、指導の要点を細分化し、毎時間ポイントを絞って児童に意識させていきたい。

身につけさせたい技能	指導の要点
遠くまでボールを投げる	<ul style="list-style-type: none"> ・後ろ脚に体重を乗せてから踏み出し、重心移動をして投げる。 ・肘を高く上げ、腕を大きく振って投げる。 ・体をひねり、腰・肩をしっかり回転させて投げる。 ・手首のスナップでボールに力をこめて投げる。 ・投げる角度を工夫し、その方向を見ながら胸を反らして投げる。 ・腰・肩の回転と腕の振りを連動させて投げる。
飛んできたボールを自分の前でしっかりと捕ること	<ul style="list-style-type: none"> ・両手でボールを包み込むように捕る。 ・ボールが低く飛んできたなら、腰をしっかり落として捕る。 ・飛んでくるボールの正面に移動して捕る。

〈パワーアップタイム4つの場〉

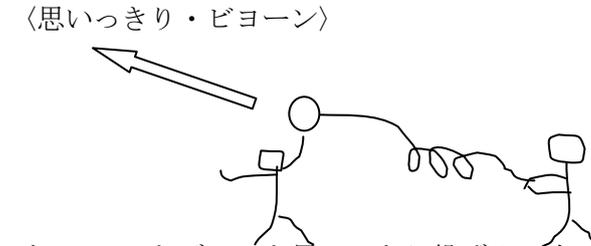
〈はね返りをキャッチ〉



先頭がボールを投擲ブロックに投げる。投げたらはね返ってきた球をキャッチして列の後ろに並ぶ。そして、次の児童がまた投擲ブロックに投げる。それを繰り返していく。最初は正面に投げて、慣れてきたら、左右に少しずらして投げるようにする。

【ねらい】
 投・狙ったところに投げる。(調整力)
 捕・飛んできた球の正面に動いて補球する。

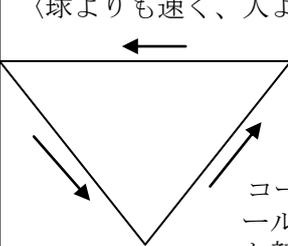
〈思いっきり・ビヨーン〉



ゴムのついたボールを思いっきり投げる。次の人は後ろでゴムの先を持ち、ボールが戻ってくるようにする。長さの違う3種類のゴムを用意し、徐々に長いものに挑戦する。

【ねらい】
 投・投力を高める。投げる角度を身につける。(ボールの勢いを視覚で捉える。)

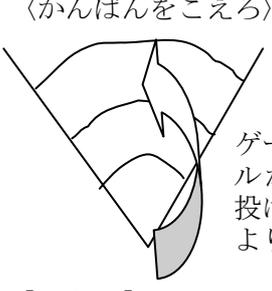
〈球よりも速く、人よりも速く〉



コーナーを走る人とベースにいてボールを中継する3人とどちらが速いか競争する。

【ねらい】
 投・狙ったところに投げる。(調整力)
 捕・飛んできた球の正面に動いて補球する。
 走・ベースの走り方を知り、ベースランニングできるようにする。

〈かんばんをこえろ〉



ゲームコートを使って、ボールがどこまで飛ぶか全力で投げる。得点の看板を置き、より遠くの看板をねらう。

【ねらい】
 投・投力を高める。(投力の伸びを数値化して捉える。)
 捕・飛んできた球の正面に動いて補球する。

○活気のある授業を目指して

試合においても励まし、教え合い、認め合う声かけを大事にする。また、守備の運動量確保とチームワークを高めるという観点から、アウトサークルに守備の児童全員が手をつないで入って「アウト」と叫んだ時にアウトが成立するというルールを設定した。試合は運動量の確保も考えて、審判をおかずセルフジャッジとし、アウトの判定が対立したときはじゃんけんで決めることとした。3年生という発達段階からも、勝ち負けにこだわらないということは難しいが、勝っても負けても気持ちのよい試合になるように素晴らしいプレーや頑張っている姿を称賛し、指導していきたい。また、行動の素早さや規律等もしっかり行わせたい。

【仮説3】

児童自らが健康・安全について理解し、体力の伸びを実感できる活動の工夫をすれば、進んで運動に取り組む児童が育つであろう。

【仮説3への手だて】

○体力の伸びを実感できるように

パワーアップタイムの場のなかで、前よりも今のほうができるようになったということが実感できるような工夫を行っていく。

〈思いっきり・ピヨーン〉では、ゴムの伸びや球が戻ってくる勢いを視覚で見ることにより、自分が投げた球の勢いを測ることができる。また、長さの違うゴムを用意することで次のステップへのモチベーションを高め、ゴムが長くなる度に力の伸びも実感できると考える。

〈かんぱんをこえろ〉では、5メートルごとに得点の看板をおき、大体の距離がわかるようにする。2回投げた合計点を学習カードに毎回記入していくことで投力の伸びを実感できるようにする。

○学習後にボール投げの記録を測定し比較する

単元学習後に、ボール投げの記録を再度測定し、5月の体力テストの結果と比較することで練習の成果を実感させる。体力の伸びが実感できれば、ボール投げの継続的な取り組みに意欲的になるだけでなく、体育授業や休み時間等、進んで運動に取り組む児童が育つと考える。

○準備運動や学習の進め方、ゲームのルール等のオリエンテーションを行う。

準備運動についても、なぜ大事なのかを3年生にわかる範囲で話していく。特に、動きごとに体のどこに働きかけているかも説明し、怪我防止等の安全への意識をもって準備運動をさせたい。動きがわかる言葉がけを大事にし、準備運動の効果を高めていく。

体を動かすことが、体力をつけ、健康な体を作ることにもつながるが、運動をするときには、怪我や事故がないように心を配り、健康管理、場の確認、準備運動など一人一人が丁寧にやっていくことが大事であることに気づかせ、実際に行わせていきたい。

5 単元の目標

- (1) チームで協力して進んで練習やゲームに取り組み、ルールを守って公正にゲームをしたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。 【関心・意欲・態度】
- (2) ボールの投げ方や簡単な作戦を考えながら学習に取り組むことができるようにする。 【思考・判断】
- (3) ボールを投げる、捕るなどの基本的な技能を身に付け、ゲームを楽しむことができるようにする。 【技能】

6 単元の評価規準

関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能
・友達とはげまし合い、進んで練習やゲームに取り組もうとしている。 ・ルールやマナーを守り、公正にゲームをしようとしている。 ・運動する場や用具の安全に気を配ろうとしている。	・ボールの投げ方やゲームの行い方を知るとともに、チームに合った作戦を選んでいる。	・ボールを投げる、捕るなどの基本的な技能を身に付け、ゲームをすることができる。

7 単元の計画

(1) ボール運動の取り上げ方

運動／学年	第3学年	第4学年	第5学年	第6学年
ネット型	10	—	—	—
ゴール型	8	26	16	16
ベースボール型	8	—	8	9

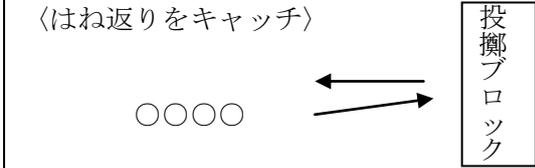
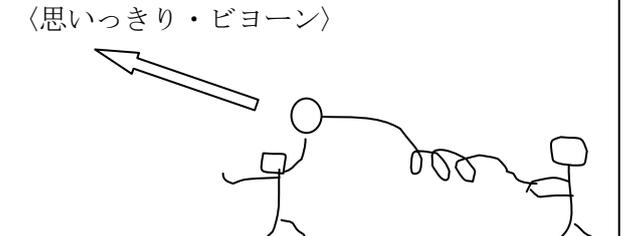
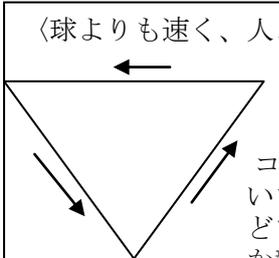
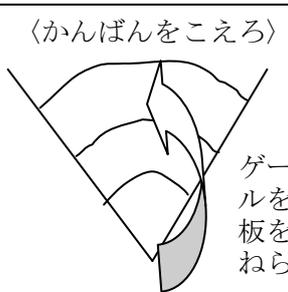
(2) 学習過程（8時間扱い） 本時は○印 4 / 8時

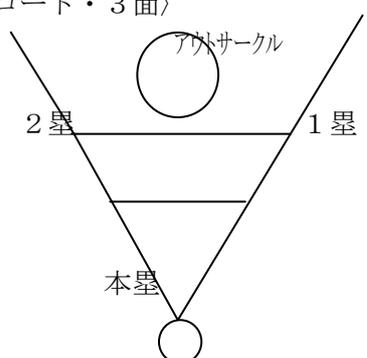
時	1	2	3	④	5	6	7	8
0	オリエンテーション	集合・整列・挨拶・健康観察・準備運動・補強運動・慣れの運動・用具の準備						
10	・学習内容の確認と進め方 ・準備運動について ・基礎技能について ・ルール、コート ・チーム編成 ・学習カードの使い方 ・めあての設定	【ねらい1】 パワーアップタイムやゲームの流れを知り、必要な技能を身に付けよう。 ○パワーアップタイム 〈はね返りをキャッチ〉 〈思いっきり・ビヨーン〉 〈球よりも速く、人よりも速く〉 〈かんばんをこえろ〉		【ねらい2】 チームでかんたんな作戦を工夫し、ゲームを楽しもう。 ○パワーアップタイム 〈はね返りをキャッチ〉 〈思いっきり・ビヨーン〉 〈球よりも速く、人よりも速く〉 〈かんばんをこえろ〉 ○作戦タイム・チーム毎の練習			【ねらい3】 スローイングボール大会をしよう。 スローイングボール大会	
20								○ゲーム ・リーグ戦 ・ルール、コートに慣れる ・チームに慣れる ・自分のチームや相手のチームの特徴を知る
30		後片付け・学習のまとめ・整理運動・次時の予告・挨拶						
40 45								

(3) 評価計画

時	重点観点	学習活動における具体的評価規準	評価の場面	評価の方法
1	関心・意欲・態度	・スローイングボールに関心を持ち、意欲的に取り組もうとしている。	オリエンテーション	観察 問いかけ
2	関心・意欲・態度	・友達とはげまし合い、進んで練習に取り組もうとしている。 ・怪我の防止、運動する場や用具の安全に気を配ろうとしている。	準備運動 パワーアップタイム	観察 問いかけ
3	思考・判断	・ボールの投げ方やパワーアップタイム、メインゲームのやり方を知っている。	パワーアップタイム メインゲーム	観察 学習カード
④ 本時	技能	・全力で投げたり、飛んできたボールを捕ったりすることができる。	パワーアップタイム メインゲーム	観察 学習カード
5	関心・意欲・態度	・ルールやマナーを守り、公正にゲームをしようとしている。 ・運動する場や用具の安全に気を配ろうとしている。	パワーアップタイム メインゲーム	観察 学習カード
6	思考・判断	・チームに合った簡単な作戦を立てている。	メインゲーム	観察 学習カード
7	技能	・全力で投げたり、飛んできたボールを捕ったりすることができる。	メインゲーム	観察 学習カード
8	関心・意欲・態度 技能	・チームで協力し、ゲームを楽しもうとしている。 ・ボールを投げる、捕るなどの基本的な技能を身に付け、ゲームをすることができる。	メインゲーム	観察 学習カード

(4) 学習と指導・評価

段階	学習のねらい・活動	指導・評価 (指導 (○) 評価規準 (◆))	評価方法
はじめ 45分×1	<p>1 学習のねらいや進め方を知り、単元の見通しを持つ。</p> <ul style="list-style-type: none"> 必要な基本技能を知る。 ゲームの仕方を知る。 <p>2 チーム編成をする。(6チーム)</p> <ul style="list-style-type: none"> 男女混合6人 チームキャプテンを決める。 チーム名を決める。 ビブスの色を決める。 	<p>○スローイングボールの特性を理解させる。</p> <p>○学習のねらいと進め方を説明し、単元の見通しを持たせる。</p> <p>○投げ方、捕球の仕方について説明し、練習への意欲をもたせる。</p> <p>○安全に対してしっかり意識させる。</p> <p>○背、体力測定の結果、50m走・ボール投げの結果、性格等を考慮してチームを決める。(第1時)</p> <p>◆スローイングボールに関心を持ち、意欲的に取り組もうとしている。</p> <p style="text-align: right;">【関心・意欲・態度】</p>	<ul style="list-style-type: none"> 観察 問いかけ
なか ① 45分×3	<p>【ねらい1】 パワーアップタイムやゲームの流れを知り、必要な技能を身に付けよう。</p> <p>1 準備運動・補強運動・慣れの運動</p> <p>2 本時のねらいや学習の進め方を確認する。</p> <p>3 パワーアップタイム</p>	<p>○動きを正確に行えるようにする。</p> <p>○学習のねらいと進め方を説明し、単元の見通しをもたせる。</p>	
<p>〈はね返りをキャッチ〉</p>  <p>先頭がボールを投擲ブロックに投げる。投げた後はね返ってきた球をキャッチして列の後ろに並ぶ。そして、次の児童がまた投擲ブロックに投げる。それを繰り返していく。最初は正面に投げて、慣れてきたら、左右に少しずつずらして投げるようにする。</p> <p>【ねらい】 投・狙ったところに投げる。(調整力) 捕・飛んできた球の正面に動いて補球する。</p>		<p>〈思いっきり・ビヨーン〉</p>  <p>ゴムのついたボールを思いっきり投げる。次の人は後ろでゴムの先を持ち、ボールが戻ってくるようにする。長さの違う3種類のゴムを用意し、徐々に長いものに挑戦する。</p> <p>【ねらい】 投・投力を高める。投げる角度を身につける。(ボールの勢いを視覚で捉える。)</p>	
<p>〈球よりも速く、人よりも速く〉</p>  <p>コーナーを走る人とベースにおいてボールを中継する3人とどちらが速いか競争する。</p> <p>【ねらい】 投・狙ったところに投げる。(調整力) 捕・飛んできた球の正面に動いて補球する。 走・ベースの走り方を知り、ベースランニングできるようにする。</p>		<p>〈かんばんをこえろ〉</p>  <p>ゲームコートを使って、ボールを全力で投げる。得点の看板を置き、より遠くの看板をねらう。</p> <p>【ねらい】 投・投力を高める。(投力の伸びを数値化して捉える。) 捕・飛んできた球の正面に動いて補球する。</p>	
		<p>○それぞれの場のネーミングを工夫して、動きを分かりやすくする。</p>	

	<p>4 スローイングボールの試合 〈コート・3面〉</p>  <p>5 学習のまとめ</p> <p>6 後片付け、整理運動</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○チームで声をかけ合って行わせる。 ○教え合いや認め合いができるようにチームを回り、助言・支援をする。 ○腕を大きく振って投げることやボールの正面に移動して腰を落として捕球することを意識させる。 ○音楽でそれぞれの場の終了が分かるようにして、手際よく次の場に移動する。 <ul style="list-style-type: none"> ○チームで協力して、取り組ませる。 ○安全を意識させ、適切に行わせる。 ○協力して取り組み、動きが高められているチームを称賛する。 ○苦手意識をもっている児童に対し、声かけをする。 ○チーム内で、積極的に声をかけ合わせる。 ○判定がもつれた場合や、トラブルになりそのような場合は、積極的に教師が関わる。 ○自分のめあての達成状況を確認させる。 ○友だちのよかったところを見つけ、互いのがんばりを認め合わせる。 <p>(第2時)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆友達と励まし合い、進んで練習に取り組もうとしている。 【関心・意欲・態度】 ◆怪我の防止、運動する場や用具の安全に気を配ろうとしている。 【関心・意欲・態度】 <p>(第3時)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ボールの投げ方やパワーアップタイム、メインゲームのやり方を知っている。 【思考・判断】 <p>(第4時・本時)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆全力で投げたり、飛んできたボールを捕ったりすることができる。 【技能】 	<ul style="list-style-type: none"> ・観察 ・問いかけ ・観察 ・学習カード ・観察 ・学習カード
<p>な か ②</p> <p>45 分 × 3</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>【ねらい2】 チームでかんたんな作戦を工夫し、ゲームを楽しもう。</p> </div> <p>1 準備運動・補強運動・慣れの運動</p> <p>2 めあての確認</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○一つ一つの動きを正確に行わせる。 ○めあてを確認し、自分のチームの特徴や課題を考えさせ、パワーアップタイムの練習に生かすように助言する。 	

3 パワーアップタイム

〈はね返りをキャッチ〉

○○○○



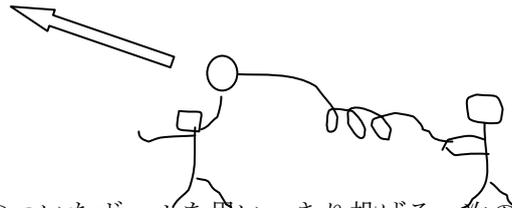
投擲
ブロック

先頭がボールを投擲ブロックに投げる。投げたらはね返ってきた球をキャッチして列の後ろに並ぶ。そして、次の児童がまた投擲ブロックに投げる。それを繰り返していく。最初は正面に投げて、慣れてきたら、左右に少しずつずらして投げるようにする。

【ねらい】

投・狙ったところに投げる。(調整力)
捕・飛んできた球の正面に動いて補球する。

〈思いっきり・ビヨーン〉

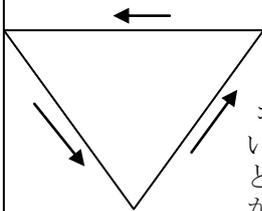


ゴムのついたボールを思いっきり投げる。次の人は後ろでゴムの先を持ち、ボールが戻ってくるようにする。長さの違う3種類のゴムを用意し、徐々に長いものに挑戦する。

【ねらい】

投・投力を高める。投げる角度を身につける。(ボールの勢いを視覚で捉える。)

〈球よりも速く、人よりも速く〉

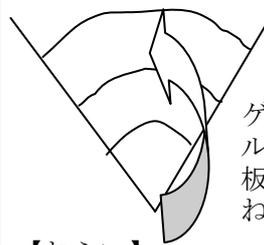


コーナーを走る人とベースにおいてボールを中継する3人とどちらが速いか競争する。

【ねらい】

投・狙ったところに投げる。(調整力)
捕・飛んできた球の正面に動いて補球する。
走・ベースの走り方を知り、ベースランニングできるようにする。

〈かんばんをこえろ〉



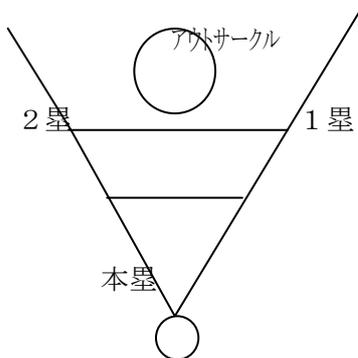
ゲームコートを使って、ボールを全力で投げる。得点の看板を置き、より遠くの看板をねらう。

【ねらい】

投・投力を高める。(投力の伸びを数値化して捉える。)
捕・飛んできた球の正面に動いて補球する。

4 チーム練習

5 スローイングボールの試合 〈コート・3面〉



6 学習のまとめ

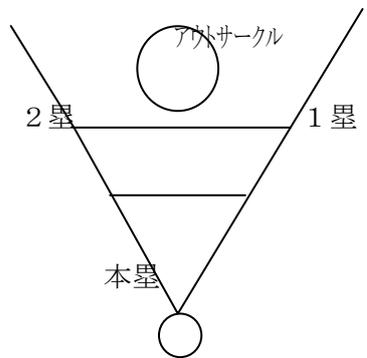
- 前回のパワーアップタイムの得点や記録と比較し、伸びが実感できるようにする。
- 教え合いや認め合いができるようにチームを回り、助言・支援をする。

- 自分たちのチームの特徴や課題から、練習の内容を考え、チーム毎に練習する。
- かんたんな作戦を考えさせ、攻撃や守備を工夫して楽しくゲームができるようにする。

- 挨拶をしっかりと行わせる。
- チームで協力して、取り組ませる。
- 安全に、適切に行わせる。
- 励まし合い、教え合っているチームを称賛する。
- 苦手意識をもっている児童に対し、声かけをする。
- チーム内で、積極的に声をかけ合わせる。
- 判定がもつれた場合や、トラブルになりそのような場合は、積極的に教師が関わる。
- 作戦を意識し、協力してゲームに取り組ませる。

- 自分のめあての達成状況を確認させる。
- 友だちのよかったところを見つけ、互いの

・観察
・学習カード

	<p>7 後片付け、整理運動</p>	<p>がんばりを認め合わせる。</p> <p>(第5時) ◆ルールやマナーを守り、公正にゲームをしようとしている。 ◆運動する場や用具の安全に気を配ろうとしている。 【関心・意欲・態度】</p> <p>(第6時) ◆チームに合った簡単な作戦を立てている。 【思考・判断】</p> <p>(第7時) ◆全力で投げたり、飛んできたボールを捕ったりすることができる。 【技能】</p>	<p>・観察 ・学習カード</p> <p>・観察 ・学習カード</p>
<p>ま と め 45 分 × 1</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>【ねらい3】 スローイングボール大会を楽しむ。</p> </div> <p>1 準備運動・補強運動・慣れの運動</p> <p>2 ルールの確認</p> <p>3 スローイングボール大会 〈コート・3面〉</p>  <p>4 学習のまとめ</p> <p>5 後片付け、整理運動</p>	<p>○一つ一つの動きを正確に行わせる。</p> <p>○ルールや、態度等のマナーを確認する。 ○今までの学習で習得した技能や考えた作戦を生かすように助言する。</p> <p>○挨拶をしっかりと行わせる。 ○チームで協力して、取り組ませる。 ○安全に、適切に行わせる。 ○励まし合い、教え合っているチームを称賛する。 ○苦手意識をもっている児童に対し、声かけをする。 ○チーム内で、積極的に声をかけ合わせる。 ○作戦を意識させ、協力してゲームに取り組ませる。 ○判定がもつれた場合や、トラブルになりそうな場合は、積極的に教師が関わる。</p> <p>○自分のめあての達成状況を確認させる。 ○友だちのよかったところを見つけ、互いのがんばりを認め合わせる。</p> <p>(第8時) ◆チームで協力し、ゲームを楽しもうとしている。 【関心・意欲・態度】 ◆ボールを投げる、捕るなどの基本的な技能を身に付け、ゲームをすることができる。 【技能】</p>	<p>・観察 ・学習カード</p> <p>・観察 ・学習カード</p>

8 本時の学習と指導 (4/8時)

(1)ねらい

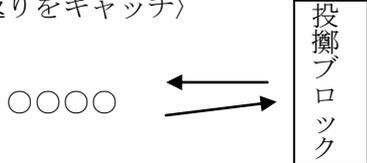
○全力で投げたり、飛んできたボールを捕ったりすることができる。【技能】

(2)準備

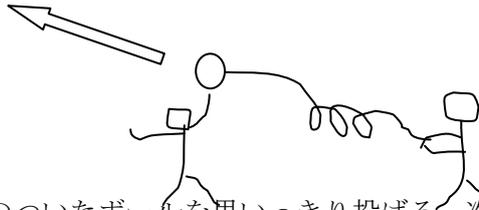
児童 学習カード、筆記用具、ビブス、赤白帽子

教師 指導用太鼓、笛、カセットデッキ、CD、得点板、ストップウォッチ、黄色ボール、紐付きボール、得点看板、ボールかご、ベース、対戦表、掲示資料

(3)展開

段階	学習のねらい・活動	指導上の留意点 (○指導 ◆評価 △努力を要する児童の手立て)
導入 6分	1 集合・整列・挨拶・健康観察をする。 2 準備運動・補強運動・慣れの運動をする。 <準備運動> ・屈伸、伸脚、前後屈、回旋、腕回し、アキレス腱、手首足首、跳躍 <補強運動> ・足上げ、ブリッジ、カエル倒立、横跳び、グーパー <慣れの運動> ・キャッチングフォーム (ゴロ) ・スローイングフォーム (腰の回転、シャドーピッチング)	○顔の表情を観察し、健康状態を把握する。 ○気持ちの良い挨拶・姿勢・身なり・表情で授業を始められるようにする。 ○各体の部位をしっかりと意識させ効果的な準備運動をさせる。 ○補強運動では、握力や筋力等が高められるように毎時間継続的に行っていく。 ○慣れの運動では、ゲームに必要な投げる・捕るの動きに慣れさせる。 ○正しいフォームを意識して行わせる。 △苦手な児童には、積極的に声をかけ、前回より少しでも上達した部分を称賛する。
展開 32分	3 本時の流れ、ねらいを確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> ねらい① パワーアップタイムやゲームの流れを知り、必要な技能を身に付けよう。 【学習内容】 全力で投げたり、飛んでくるボールを捕ったりすること 投・体をひねり、腰・肩をしっかりと回転させる。 捕・ボールの正面に移動して捕球する。 </div> 4 パワーアップタイムの4つの場で、投げる・捕る・走る等の基本的な技能の練習をする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p style="text-align: center;">〈はね返りをキャッチ〉</p>  <p>先頭がボールを投擲ブロックに投げる。投げたらはね返ってきた球をキャッチして列の後ろに並ぶ。そして、次の児童がまた投擲ブロックに投げる。それを繰り返していく。最初は正面に投げて、慣れてきたら、左右に少しずつずらして投げるようにする。 【ねらい】 投・狙ったところに投げる。(調整力) 捕・飛んできた球の正面に動いて捕球する。</p> </div>	○めあてを提示し、本時のねらいを確認させる。 ○前時までの活動を振り返り、本時の学習の意欲づけを行う。 ○本時のねらいに即した動きをしている児童(前時の MVP より)に実演させ、視覚的・具体的に本時のねらいをイメージしやすいようにする。 ○投げる・捕る・走る等の基本的な技能について、チームごとの練習を回りながら助言・支援をする。 ○教え合いや、認め合いができるようにチームごとの練習を回りながら助言・支援をする。 ○〈はね返りをキャッチ〉 的に向かって力強く投げ、はね返ってきた球を捕る。 投・フォームを意識しながら、投げようと思っていると的確に投げられるようにする。 捕・飛んできた球の正面に移動し、腰を落として低い姿勢で捕球できるようにする。 ○ボールが飛んでくる前にボールの正面に動けるようにアドバイスする。 △苦手な児童には、投擲ブロックまでの距離を短くするように助言する。

〈思いっきり・ビヨーン〉

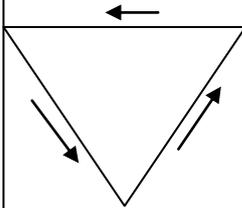


ゴムのついたボールを思いっきり投げる。次の人は後ろでゴムの先を持ち、ボールが戻ってくるようにする。長さの違う3種類のゴムを用意し、徐々に長いものに挑戦する。

【ねらい】

投・投力を高める。投げる角度を身につける。(ボールの勢いを視覚で捉える。)

〈球よりも速く、人よりも速く〉

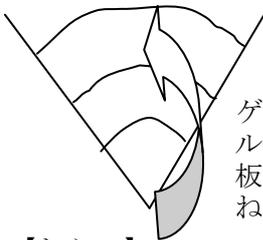


コーナーを走る人とベースにいてボールを中継する3人とどちらが速いか競争する。

【ねらい】

投・狙ったところに投げる。(調整力)
捕・飛んできた球の正面に動いて補球する。
走・ベースの走り方を知り、ベースランニングできるようにする。

〈かんばんをこえろ〉



ゲームコートを使って、ボールを全力で投げる。得点の看板を置き、より遠くの看板をねらう。

【ねらい】

投・投力を高める。(投力の伸びを数値化して捉える。)
捕・飛んできた球の正面に動いて補球する。

○〈思いっきり・ビヨーン〉

ゴムのついたボールを思いっきり投げる。

投・力強い手の振りでボールを勢いよく投げられるようにする。

・ボールの軌道が低くならないように、ボールを投げる角度が身につくようにする。

○空中でのゴムの伸びや、戻ってきたボールの勢いから、自分の投力を視覚的に捉えられるようにする。

○ゴムをもっている児童にゴムの感触を伝えさせることで、認め合いや教え合いにつなげていく。

△ボールの軌道が低い児童には、ボールを離すタイミングを早めるように助言する。

○〈球よりも速く、人よりも速く〉

ボールを持たずに動きにだけに集中して、進塁の練習をさせる。

投・狙ったところに投げられるようにする。

捕・味方が投げた球の正面に動いて補球できるようにする。

走・ベースの走り方を知り、ベースランニングできるようにする。

○必ずベースを踏む習慣をつけさせる。またボールを回す側は、落ちていて送球や捕球するというゲームにつながる練習をさせる。

○ゲーム性を持たせることで、試合のような緊張の中で速さを競い合わせる。

○ストップウォッチを使い、1週のベースランニングのタイムを計測させることで、力の伸びを感じさせる。

△ベースランニングの際で、カーブをふくらんで走るように助言する。

△強い球が飛んできたときは、体の前に落としてから捕るように助言する。

○〈かんばんをこえろ〉

投げるのが苦手な児童が多いので、ゲームと同じコートでボールを遠くに投げる練習をさせる。投げる児童と捕る児童に分かれ、素早く捕球する練習も兼ねる。ただし、ノーバウンドでは捕らないようにする。

投・遠くまでボールを投げられるようにする。

捕・飛んできた球の正面に素早く動いて補球できるようにする。

○得点の看板を用意し、遠くに投げる意欲を高めるようにする。

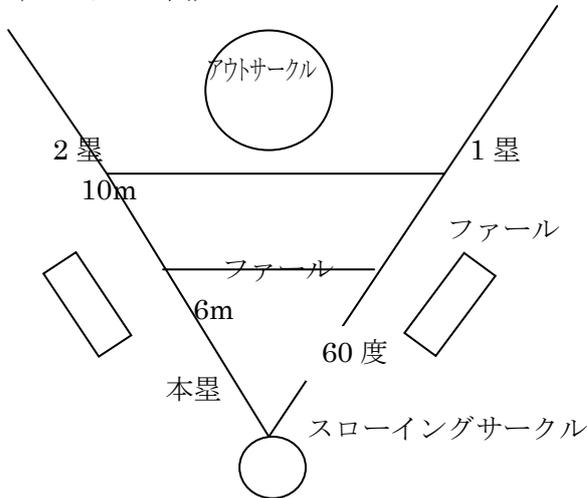
○毎回得点を記録していくことで、前回の記録と比較でき、力の伸びを感じられるようにする。

○チームで声を掛け合って行わせる。特に励まし合い、認め合い、教え合いの声かけを称賛する。

△苦手な児童も前回より少しでも上手になっていたらみんなで声をかけ、伸びを認め合う。

○それぞれの場で工夫しながら取り組ませる。

5 スローイングボールの試合を行う。
〈コート・3面〉



○伸びの見える児童への声かけを大事にする。
○音楽でそれぞれの場の終了がわかるようにして手際よく次の場に移動する。
△動き方が分からない児童には、積極的に教師が関わり、助言をする。

○めあてやルールを確認して始める。
○素早く集合・整列をしてゲームに取り組み始める。
○ルールを守り、運動にふさわしい態度で取り組ませる。
○積極的に声をかけ合い、励まし合いながら取り組ませる。
○意欲的に動いている児童や、声が出ている児童を積極的に称賛する。
△判定がもつた場合やトラブルになりそうになった場合はじゃんけんをさせるが、教師も積極的に関わる。
△ボール運動が苦手な児童の伸びを認め、声をかける。

- ◆全力で、投げることができる。【技能】
- ◆飛んできたボールを捕ることができる。【技能】

◆全力で投げたり、飛んできたボールを捕ったりすることができる。【技能】

〈努力を要する児童への手立て〉
△体をしっかりひねってから、腰と肩を回転させて投げるように助言する。
△腕の振りを除き、腰と肩だけで回転させるように助言する。
△ボールが飛んでくる前に、ボールの正面に素早く移動して捕球するように助言する。

〈十分満足できると判断する状況とその児童への手立て〉
・全身を使って力強く投げたり、ボールの正面に移動して捕球したりすることができる。
○ボールを投げる角度を工夫するように助言する。
○捕球の際、飛んでくるボールの高さに合わせて、腰の高さを変えるように助言する。
○チームの友達にも動きを教えられるように助言する。

スローイングボール

ルールとやくそく

攻撃と守備に分かれる。

- ① スローイングサークルからボールを投げる。ボールが手を離れたら走り、1塁・2塁・本塁とベースを踏みながら走る。
※フェアールゾーン（6m内と線の外）にボールが落ちた時は、やり直し。3回目のフェアールでアウトとする。
- ② 投げたボールと守備全員がアウトサークルに入り「アウト」と声があがった時に走塁をストップしなければならない。
「アウト」と声があがった時点で踏んだベースの数が攻撃者の点数となる。
- ③ 攻撃者は、ベースに残らずにベンチに戻る。
- ④ 攻撃を全員行ったところで守備と攻撃が入れ替わる。
※攻撃者の人数を合わせる。

整理
7分

- 6 後片付けをする。
- 7 学習のまとめをする。
ゲームの結果を伝え、互いのよさや頑張りを認め合う。
- 8 整理運動
- 9 次時の予告を聞き、終わりの挨拶をする。

- 全員で協力し合い、安全に片付けさせる。
- 本時のねらいが達成できたか振り返らせ、まとめをさせる。
- 本時の学習の成果を学習カードに記録させる。
- ゆっくり行い、使った部位を十分にほぐさせる。
- 児童の努力を認め、次時への意欲づけを行う。
- 全員の健康状態を把握し、気持ちのよい挨拶で学習を締めくくるようにする。

スローイングボール 学習カード

1. 学習の流れ

時	1	2	3	4	5	6	7	8
0	オリエンテーション	集合・あいさつ・じゅんび運動・ほきょう運動・なれの運動・用具のじゅんび						
10	・学習内容のかくにん ・じゅんび運動について	【わらい1】 パワーアップタイムやゲームの流れを知り、ひつような技能を身に付けよう。 ○パワーアップタイム <はね返りをキャッチ> <思いっきり・ビヨン> <球よりも速く、人よりも速く> <かんぱんをこえろ>		【わらい2】 チームでかんたんな作戦を工夫し、ゲームを楽しもう。 ○パワーアップタイム <はね返りをキャッチ> <思いっきり・ビヨン> <球よりも速く、人よりも速く> <かんぱんをこえろ>		【わらい3】 スローイングボール大会をしよう。 スローイングボール大会		
20	・のびたい動きについて ・ルールのかくにん			○作戦タイム・チーム毎の練習				
30	・チーム決め ・学習カードの使い方 ・めあての記入	○ゲーム ・リーグ戦 ・ルール、コートに慣れる ・チームに慣れる ・自分のチームや相手のチームの特徴を知る		○ゲーム ・リーグ戦 ・チームの作戦を生かす				
40 45		後片付け・学習のまとめ・せい理運動・あいさつ						

2. 「スローイングボール」ゲームのルール

スローイングボール

ルールとやくそく

こうげきとしゅびに分かれる。

① スローイングサークルからボールを投げる。投げたら走り、1 るい・2 るい・ほんるいとベースをふみながら走る。

※ファールゾーン（6m 内と線の外）にボールが落ちた時は、やり直し。3回目のファールでアウトとする。

② 投げたボールと守っているチーム全員がアウトサークルに入り「アウト」と声があがった時に走るのをストップしなければならない。

「アウト」と声があがった時点でふんだベースの数がこうげきの点数となる。

③ こうげき者は、ベースにのこらずにベンチにもどる。

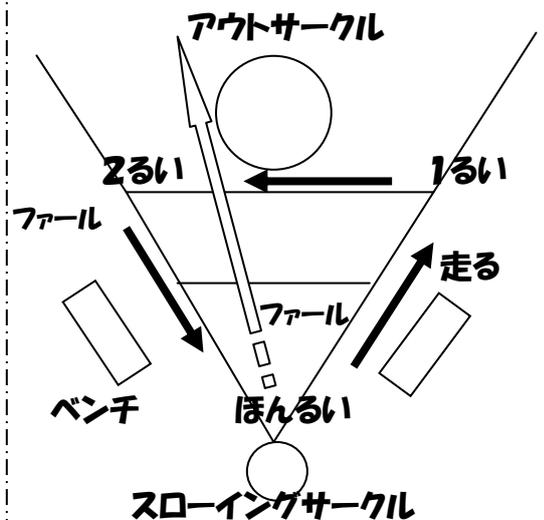
④ こうげきを全員行ったところで守りとせめが入れかわる。

※こうげき者の人数を合わせる。

⑤ はんていが分かれたときは、リーダーがじゃんけんをして決める。

⑤ チームで声をかけ合って、仲よく協力してゲームをする。
※勝ち負けにこだわらずに、上達したところをみとめあおう。

ゲームコート



3. のびたい動き「なげる」「とる」

ボールの投げ方



- ・投げる方をしっかり見る
- ・ボールを持っている手と反対の足を上げる

- ・足を前に出し、体重を前に移動する
- ・ひじを上げる

- ・うでとこしの回転を使って投げる
- ・ひじや手首をムチのように使う

ゴロのとり方



- ・ボールが体の正面に来るように移動する
- ・ひざを曲げ、こしをしっかりと落とす
- ・手のひらを上に向けて、下からすくうようにとる

フライのとり方



- ・体の正面で、両手でとる
- ・うでをのばすのではなく、引くようにとる
- ・おでこの前で、ボールをつつむようにとる。

パワーアップタイム

〈はね返りをキャッチ〉

①投げる
②とる
③後ろに並ぶ

うしろき板

先頭がボールをとうてき板に投げる。投げたらはね返ってきた球をキャッチして列の後ろに並ぶ。最初は正面に投げて、なれてきたら、左右に少しずらして投げる。

【めあて】
投・ねらったところに力強く投げる。
捕・とんできた球の正面に動いてしっかりとる。

〈思いっきり・ピヨーン〉

ゴムをついたボールを思いっきり投げる。次の人は後ろでゴムの先を持ち、はね返ってくるようにする。長さのちがうボール(3色)があり、力に合わせてちょうせんする。

【めあて】
投・ボールをいきおいよく投げる。投げる角度を工夫する。

〈球よりも速く、人よりも速く〉

コーナーを走る人とベースにいてボールをパスする3人と、どちらが速いかきょうそうする。

【めあて】
投・味方がとりやすい球を投げる。
捕・とんできた球の正面に動いてとる。
走・ベースの走り方を知り、はやく走る。

〈かんばんをこえろ〉

ゲームコートを使って、ボールを全力で投げる。より遠くのかん板をねらって投げる。2回の合計点が自分のとくてん。3人が投げ、3人がとる。(ノーバンではとらない)

【めあて】
投・ボールを遠くまで投げる。
捕・飛んできた球の正面に動いてとる。

スローイングボール 学習カード

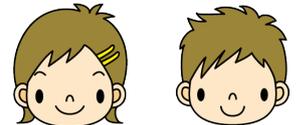
名前
番

1. チーム名

--

2. メンバー (◎リーダー、○ふくリーダー、・メンバー)

◎	・	・
○	・	・



3. めあて

--

4. スローイングボールの学習全体をふりかえって
(いちばんさい後のじゅぎょうが終わったあとに書きます。)



<投げる・フォームチェックシート>

ボールの投げ方



投げるフォームを友だちに見てもらって、できていると言われたら口に○を入れていこう！

かっこいいフォームをみにつけよう。

- | | | | |
|----------------------|--------------------------|--------------------------------|--------------------------|
| ①投げる方向に向けて横向きになる。 | <input type="checkbox"/> | ②投げる方向を見て、後ろ足に体重をかける。 | <input type="checkbox"/> |
| ③体をひねりながら、前足をあげる。 | <input type="checkbox"/> | ④両手を大きく開き、ボールを持っている手を後ろに大きく引く。 | <input type="checkbox"/> |
| ⑤あげた足を前にふみ出し、体重移動する。 | <input type="checkbox"/> | ⑥ひじの高さを、かたより高くする。 | <input type="checkbox"/> |
| ⑧腕を大きくかいたばいふりおろす。 | <input type="checkbox"/> | ⑨手首のスナップでボールに力をこめる。 | <input type="checkbox"/> |
| | | ⑦こし・かたを最後まで回転させる。 | <input type="checkbox"/> |
| | | ⑩ななめ45度をねらってなげる。 | <input type="checkbox"/> |

<とる・チェックシート>

ゴロのとり方



フライのとり方



- | | | | |
|------------------------------|--------------------------|--|--------------------------|
| ①飛んでくるボールより先に、ボールの正面に移動している。 | <input type="checkbox"/> | ②ゴロ（低いボール）が飛んできたときに、こしを落として、低いしせいになっている。 | <input type="checkbox"/> |
| ③両手でボールを包み込むように下からすくうようにとる。 | <input type="checkbox"/> | ④ボールを最後までよく見てとる。 | <input type="checkbox"/> |

パワーアップタイムのきろく

<かんばんをこえろ>

	②	③	④	⑤	⑥	⑦
自分のとく点	点	点	点	点	点	点
チームのとく点	点	点	点	点	点	点

<思いっきり・ビヨーン>

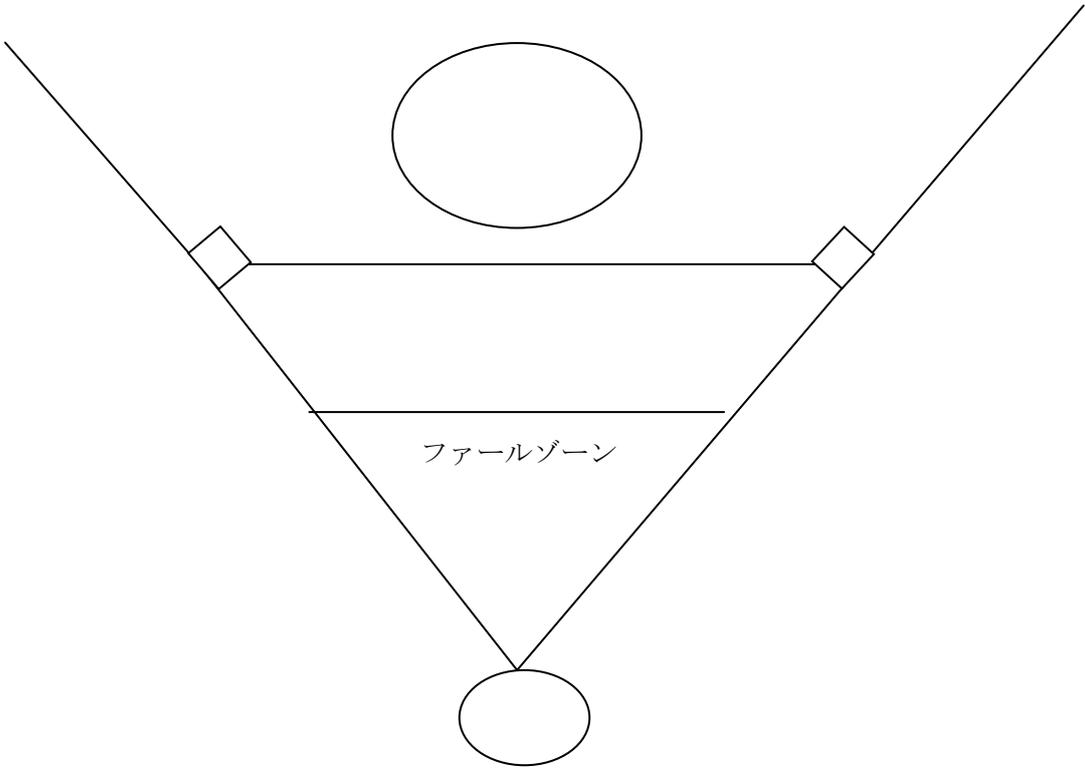
白色	青色	黄色	赤色
----	----	----	----

※自分のゴムの色に色をぬろう

<人よりも速く・球よりも速く>

○	秒	○	秒	○	秒	○	秒	○	秒
()	()	()	()	()

作戦カード ①



作戦カード ②

