

体育科学習指導案

授業者

- 1 日 時 令和4年7月 日 () 第 校時
- 2 単 元 名 水泳運動「自分の課題に挑戦しよう」
- 3 学年・人数 第6学年 組 67名 (男子 名 女子 名)

4 単元目標

【知識及び技能】

次の運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、その技能を身に付けることができる。

ア クロールでは、手や足の動きに呼吸を合わせて続けて長く泳ぐことができる。

イ 平泳ぎでは、手や足の動きに呼吸を合わせて続けて長く泳ぐことができる。

ウ 安全確保につながる運動では、背浮きや浮き沈みをしながら続けて長く浮くことができる。

【思考力・判断力・表現力等】

自己の能力に適した課題の解決の仕方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ができる。

【学びに向かう力、人間性等】

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、仲間の考えや取組を認めたり、水泳運動の心得を守って安全に気を配ったりすることができる。

5 単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<ul style="list-style-type: none"> ・クロールや平泳ぎの行い方を理解している。 ・安全確保につながる運動の行い方を理解している。 ・クロールもしくは平泳ぎで、手や足の動きに呼吸に合わせて続けて長く泳ぐことができる。 ・安全確保につながる運動では、背浮きや浮き沈みをしながら続けて長く浮くことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自己の能力に適した課題の解決の仕方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ができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動に積極的に取り組みようとし、約束を守り助け合って運動をしようとしたり、仲間の考えや取組を認めようとしたり、水泳運動の心得を守って安全に気を配ったりしている。

6 学習活動に即した評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<ul style="list-style-type: none"> ①安全確保につながる運動の行い方について言ったり書いたりしている。 ②補助具や壁につかまって浮くことができる。 ③何にもつかまらないで浮くことができる。 ④自分の息が続く限り、続けて長く浮くことができる。 ◆クロール ⑤クロールの行い方について言ったり書いたりしている。 ⑥キックで進むことができる。 ⑦手で水をかき、進むことができる。 ⑧顔を水面から上げて呼吸をすることができる。 ◆平泳ぎ ⑤平泳ぎの行い方について言ったり書いたりしている。 ⑥外側から内側に円を描くように足の裏で水をけることができる。 ⑦手の平で水をかくことができる。 ⑧顔をあげて呼吸をすることができる。 ⑨クロールもしくは平泳ぎで1回呼吸して泳ぐことができる。 ⑩クロールもしくは平泳ぎで2回呼吸して泳ぎ続けることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ①自分の能力に適した課題を学習資料の中から選んでいる。 ②課題解決の仕方（バディでの学び方、補助具の活動の仕方、資料の活用の仕方）を知り、自分の課題に応じた場や距離、練習方法を選んでいる。 ③自分や仲間の考えたことを他者に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ①水泳運動に積極的に取り組みようとしている。 ②自己や仲間の課題を解決するための練習では、約束を守り、仲間と助け合おうとしている。 ③水泳運動で使用する用具の準備や片付けなど、分担された役割を果たそうとしている。 ④課題を見付けたり、解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組を認めようとしている。 ⑤水泳運動の心得を守り、安全に気を配っている。

7 子どもの実態

【知識及び技能】

クロールを泳げる（距離は問わず）と答えた児童は67名中23名、平泳ぎを泳げる（距離は問わず）と答えた児童は67名中17名であった。本校の近くにスイミングスクールがあり、泳げる児童が一定数いることも確かであるが、水泳学習に苦手意識を感じている児童は全体の半数を占めている。コロナの影響で、昨年度までの2年間、水泳学習をほとんど行えていない児童やスイミングスクールに通っていない児童がプールや海水浴場で水と親しむ機会が少なかったことも予想される。そのため、苦手意識を感じている原因の一つには、経験不足の影響が大きいのではないかと考えた。

児童64名に事前学習調査を取ったところ、水泳学習が好き・大好きと答えた児童は31名で、

- ・泳げるから
 - ・泳げるようになったから
 - ・水が気持ちよから
 - ・泳ぐのが好きだから
 - ・泳ぎ方が学べるから
- という理由が挙げられた。

水泳が好きではないと答えた児童は33名で、

- ・泳げないから（浮けない、水中で目があけられない含む）
 - ・水が冷たいから
 - ・鼻に水が入るから
 - ・怖いから
 - ・授業外のプールならすき
 - ・つまらないから
- という理由が挙げられた。

「好き・好きではない」という質問には、技能の定着具合を理由に判断している児童が多かった。

「泳げないから」と回答したのは、18名であった。6年生ではあるが、2年間ほとんど水泳学習を行えていない背景があるため、浮けない・水中で目があけられないという課題に向き合う必要があると考える。子どもたちが感じている技能への不安を一つずつ取り除き、一人ひとりが自分なりの泳ぐ楽しさを感じられるようにしていきたい。さらに、コロナにより児童の会話が制限されている。そのような状況の中でも、対話的に知識及び技能を身につけられる手立てを考える必要がある。これらのことから、子どもが課題解決の方法を選択する際に、中学年の指導内容である浮いて進む運動やもぐる・浮く運動の内容も選べるようにすることが大切だと考えた。水泳研究部でつくった学習資料をもとに、バディでは選んだめあてをできたかできなかったかどうかをチェックする。ジェスチャーで伝えられることは伝え合うようにする。見学をしている児童は、タブレット端末で動きを撮影したり、気付いたことを会話で伝えたりするという活動を行うことで、バディ学習を充実させ、知識・技能の定着を図りたい。

【思考力・判断力・表現力等】【学びに向かう力、人間性等】

自分の課題を見付け、解決方法を選択する学習は、特に体育の器械領域や陸上領域、算数の時間に経験している。

前年度の体育科の器械領域「マット運動」や陸上領域「ハードル走」では、タブレット端末で自分の運動の様子を撮影し、撮影した動画と目指す体の動かし方を友達と一緒に比較したり、何度も見返したりして課題を見付けていくという学び方を行った。また、学習資料にあるチェックシートを使って、課題解決に向けた取り組み方を自分で選択し、ひとつずつ確認しながら段階的に課題解決に取り組む学習展開に親しみがある。

算数では、自分の課題に合わせて計画を立て、自分の「できた」「わかった」を基準に学習を進めている。自分のペースで学習を進められるため「わからない」を自然と表現できる児童が多いと感じる。また、その「わからない」を自分で解決するために、他の児童に解き方の助言をもらいに声を掛けに行く児童が多く見られる。答えを教えるのではなく、解き方や考え方を自らの言葉で言語化し、学び方を一緒に考えていく取り組みを繰り返すことが、思考力・判断力・表現力を育むことに繋がると思う。

課題を見付け、解決する方法を選んだり、考えたりして学習を進めていく経験を通して、自分の学びたいというニーズに応じた学習環境や自分の学習計画に沿って自分のペースで取り組める環境により、児童から安心感が表出されていると感じた。

事前学習調査の結果から、水泳学習に対して児童が不安に感じていることも多いと分かった。

- ・コロナ感染症が心配
- ・人に体を見られるのが嫌
- ・2年間ほとんどが学習していないのが心配
- ・体力がもつかどうか心配

という声も尊重し、中学年の学習内容から取り組むことが可能であることや水着の指定はせず、水泳学習を安全に行えるものであればよいということを伝え、誰もが安心して水泳学習を行えるよう支援していきたい。

このことから、児童が安心して水泳学習に取り組むために、個々の実態に合わせて、練習方法や場を自分たちで選べるようにすることが必要であるといえる。児童が、自分の課題に合わせて学習に参加できる環境をつくること、水泳学習に対する不安を取り除くことに繋がると考える。

8 研究の視点と手立て

視点：誰もが安心して課題解決学習に取り組むことができる場の設定や支援・指導方法

○指導観

2年間水泳学習をほとんど行えていないため、足りない知識と技能を補えるよう、浮くこと・浮き沈みすることに全員で取り組む時間を設ける。水慣れでも「浮く・もぐる」の内容を取り入れ、さまざまな動きを経験できるようにする。

クロール・平泳ぎのうち、自分で選んだ泳法について、長く続けて泳ぐための知識・技能を獲得するように、泳ぎ方や学び方について伝える時間を設ける。

自分で見つけた課題に応じた場や練習方法を選んで、手元にある学習カードを使って学習することができるようにする。各々の学習課題に応じた取り組みができるような学習資料をもとに、課題解決に向かう。今回、使用する学習資料は、目指したい動きに向けて、どのような体の動きを意識して取り組めば課題を解決できるかが分かるものである。目指したい動きをゴールとして、段階的に練習できるように一連の動きを細分化したものや手、足、口など体の部分に分けた練習が行えるような資料を提示する。この段階に沿って学習していくことが「わかった」「できた」の積み重ねに繋がり、水の中でも安心して動くことができるという自信をもつことに繋がるのではないかと考えた。

○学び方

自分の力に合った課題を見付け、課題解決の方法を自己選択しながら、課題解決していくことを中心として学習を行う。ボディ学習を取り入れることで、学習資料に示された動きのポイントをできているのかどうかということを客観的に判断できるようにする。また、客観的に判断する根拠をより多くするために、プールに入らず見学する児童が、タブレット端末で動画を撮影したり、めあてについて評価した内容の音声を動画に入れたりする機会もつくるようにする。児童が、毎回の水泳学習を安心して始めることができるようにするために、水慣れの動きを固定する。

○場の設定

2年間水泳学習をほとんど行っていなかったため、さまざまな技能の段階の児童がいること、また学習していく中でその都度最適な練習方法が変わっていくことが予想される。このことから、児童の多様な課題に対応したり、自分に合った距離を選んだりしやすくするために、プールの横幅（6コース分で8.4m）を使い、学習を行う。

プールサイド片側（校庭側）から泳ぎ始め、自分の課題解決に適した距離を意識して（最長8.4m×3本）泳ぐ。その後、反対側（畑側）に移動し、カードや動画を見ながら、見合った結果をボディに伝える。マスクを外しているため、声は出さずジェスチャーなどで伝える。

技能に不安を感じている児童が安心して学べるように、図1のように、浮く・もぐる動きに取り組むスペースをつくるようにする。また、高学年になり水位が上昇したことで、より強く恐怖心を抱く児童がいる場合には、必要に応じて水位を下げることで徐々に水にもぐることも浮くことに慣れていくように支援する。

単元の後半に、児童から距離に挑戦したいという声が挙がった際には、2.5mの場を設定するようにする。

本時の場の設定

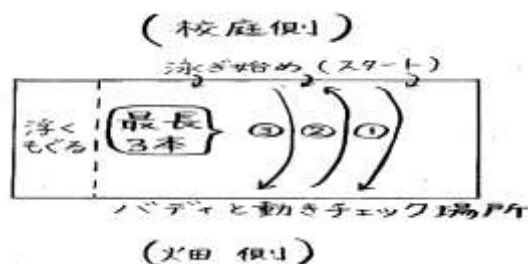


図1. 浮く・もぐるの場を取り入れた配置

9 単元計画と評価計画

	1・2時間目	3・4時間目	5・6時間目	7・8時間目	9・10時間目
学習活動の流れ	1 準備運動・シャワー ・汗をかかない程度に行う				
	2 水慣れ ・水かけ ・バブリング ・ボビング ・安全な立ち方	2 水慣れ ・バブリング ・ボビング ・ふし浮き ・背浮き ・けのび	2 水慣れ ・バブリング ・ボビング ・ふし浮き ・背浮き ・けのび	2 水慣れ ・ボビング ・ふし浮き ・背浮き（変身浮き） ・けのび	2 水慣れ ・ボビング ・ふし浮き ・背浮き（変身浮き） ・けのび
3 学習のねらいを知り、学習上の約束や自分のめあてを確認する					
4 もぐり方・浮き方を知る ○底タッチ ・鼻から息を出しながら、片手・両手・おしりの順にプールの底につく ○ふし浮き ・あごを引く ・腹を下げない ・全身の力を抜く ○背浮き ・胸を張る ・あごを出す ・全身の力を抜く	4 クロールと平泳ぎの行い方を知る ・学習資料の活用の仕方について伝える ・クロールと平泳ぎの泳ぎ方のポイントを知る 5 自分の力に合った練習方法を選んで行う ・自分の課題を選択して、バディと見合い、学習資料の順に練習する 6 整理運動・体調の確認・シャワー 7 振り返る	4 クロールと平泳ぎに分かれて、学習の行い方を確認する 5 自分の力に合った練習方法を選んで行う ・自分の課題を選択して、バディと見合い、学習資料の順に練習する 6 整理運動・体調の確認・シャワー 7 振り返る	4 クロールと平泳ぎに分かれて、学習の行い方を確認する 5 自分の力に合った練習方法を選んで行う ・自分の課題を選択して、バディと見合い、学習資料の順に練習する 6 整理運動・体調の確認・シャワー 7 振り返る	4 クロールと平泳ぎに分かれて、学習の行い方を確認する 5 自分の力に合った練習方法を選んで行う ・自分の課題を選択して、バディと見合い、学習資料の順に練習する 6 整理運動・体調の確認・シャワー 7 振り返る	
5 浮いて進む方法を知る ○けのび ・腕は耳の後ろ ・つまさきを伸ばす ・足から手まで一直線に。 ○壁をけてけのび					
6 振り返る					
7 整理運動・体調の確認・シャワー					

<p>知識・技能</p>	<p>①安全確保につながる運動の行い方について言ったり書いたりしている。</p>	<p>②補助具や壁につかまって浮くことができる。 ③何にもつかまらないで浮くことができる。 ④自分の息が続く限り、続けて長く浮くことができる。 ◆クロール ⑤クロールの行い方について言ったり書いたりしている。 ◆平泳ぎ ⑤平泳ぎの行い方について言ったり書いたりしている。</p>		<p>◆クロール ⑥キックで進むことができる。 ⑦手で水をかき、進むことができる。 ◆平泳ぎ ⑥外側から内側に円を描くように足の裏で水をけることができる。 ⑦手の平で水をかくことができる。</p>	<p>◆クロール ⑧顔を水面から上げて呼吸をすることができる。 ◆平泳ぎ ⑧顔をあげて呼吸をすることができる。 ⑨クロールもしくは平泳ぎで1回呼吸して泳ぐことができる。 ⑩クロールもしくは平泳ぎで2回呼吸して泳ぎ続けることができる。</p>
<p>思考・判断・表現</p>			<p>①自分の能力に適した課題を学習資料の中から選んでいる。 ②課題解決の仕方（バディでの学び方、補助具の活動の仕方、資料の活用の仕方）を知り、自分の課題に応じた場や距離、練習方法を選んでいる。 ③自分や仲間の考えたことを他者に伝えている。</p>	<p>①自分の能力に適した課題を学習資料の中から選んでいる。 ②課題解決の仕方（バディでの学び方、補助具の活動の仕方、資料の活用の仕方）を知り、自分の課題に応じた場や距離、練習方法を選んでいる。 ③自分や仲間の考えたことを他者に伝えている。</p>	
<p>主体的に学習に取り組む態度</p>	<p>①水泳学習に積極的に取り組もうとしている。 ⑤水泳運動の心得を守り、安全に気を配っている。</p>	<p>③水泳運動で使用する用具の準備や片付けなど、分担された役割を果たそうとしている。</p>	<p>②自己や仲間の課題を解決するための練習では、約束を守り、仲間と助け合おうとしている。 ④課題を見付けたり、解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組を認めようとしている。</p>		<p>④課題を見付けたり、解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組を認めようとしている。</p>

10 本時目標

自分の力に合った課題やそれを解決するための場や練習方法を選び、バディと考えを伝え合いながら、自分の動きをよりよくしようとする事ができる。

11 本時展開 (第7・8時/10)

学習活動	指導上の留意点 (○) と評価 (◆)
<p>1 準備運動をする。</p> <p>2 シャワーを浴びる。</p> <p>3 水慣れをする。 ・ボビング ・ふし浮き ・背浮き (変身浮き) ・けのび</p> <p>4 学習のねらいを知り、学習上の約束や自分のめあてを確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>自分の課題を解決するための場や練習方法を選び、バディと伝え合いながら自分の動きを高めよう。</p> </div> <p>5 クロールと平泳ぎに分かれて、学習の行い方を確認する。</p> <p>6 自分の課題に合った練習方法を選んで、バディと学習を行う。</p> <p>7 整理運動をし、バディでの体調の確認後、シャワーを浴びる。</p> <p>8 学習を振り返り、次時の見通しをもつ。</p>	<p>○汗をかかない程度に行う。</p> <p>○シャワーを浴びる直前にマスクを外し、外した後は会話をしないことを確認する。</p> <p>○全身に水を浴び、しっかりと頭と体をこするように声をかける。</p> <p>○体に水がついていると冷えやすくなるので、水滴をきると体温が保たれることを伝える。</p> <p>○心臓に遠いところ (太もも→腕→頭→首筋→背中→腹→胸の順) から、水を体に置くようにかけて、水に入るようにする。</p> <p>○体感温度と実際の水温や気温とのずれを減らし、学校外のプールや海でも安全に活動するために、プールコンディション (水温、気温など) を伝える。</p> <p>○前時まで伝えていたポイントを意識しながら水慣れが行えるよう、声かけをする。</p> <p>○安全に関する約束の指導をする。</p> <p>○自分のめあてを意識しながら学習に取り組むことができるように声掛けをする。</p> <p>○バディ同士で体調の確認をしたり、お互いの動きを見合ったりするなど、バディ学習の進め方を確認する。</p> <p>○前時の学び方の様子を見て、課題解決につながる学び方を指導する。</p> <p>○学習資料を児童の手元と拡大掲示で用意し、課題や練習方法を選んだり、課題を伝え合ったりするときに使えるようにする。</p> <p>○バディ同士でお互いの課題や見るポイントを理解し合うことができるよう、自分の課題と見てもらいたいところを学習資料から選び、指差しで伝え合うようにする。</p> <p>○学習資料を使いながらジェスチャーをしたり、見学者の持つタブレットの動画を見せたり、課題についてチェックした音声をタブレットに録音して聞かせたりすることで、バディの課題について確認した結果を伝えるようにする。</p> <p>○見学する児童は、タブレット端末で動きを撮影したり、気付いたことをバディに言葉で伝えたりするよう、事前に指導する。</p> <p>◆ (知識・技能) クロール ⑥キックで進むことができる。 ⑦手で水をかき、進むことができる。 平泳ぎ ⑥外側から内側に円を描くように足の裏で水をけることができる。 ⑦手の平で水をかくことができる。</p> <p>◆ (思考・判断・表現) ①自分の能力に適した課題を学習資料の中から選んでいる。 ②課題解決の仕方 (バディでの学び方、補助具の活動の仕方、資料の活用の仕方) を知り、自分の課題に応じた場や距離、練習方法を選んでいる。 ③自分や仲間の考えたことを他者に伝えている。</p> <p>○体調、怪我の有無の確認を行う。</p> <p>○次時の学習につながるよう、学習資料を確認しながら、本時に取り組んだ課題解決についてと今日の学習の仕方について振り返りをする。</p>