

□にチェックし自己評価!

展開例【Ⅱ+Ⅲ+Ⅴ+Ⅵ=60% (27分~30分) を目標に運動量を確保!】

**体育の授業は準備(マネジメント)で決まる!**

- ①授業のねらいを明確にするとともに児童・生徒の実態を考慮し、意欲的に活動できる運動、ルール等を選んでいる。
- ②授業で使用する掲示物、学習カード等を作成している。
- ③事前にコート等のポイント打ち等を行い、授業内の準備時間を減らす工夫をしている。
- ④チームごとの籠、ホワイトボード、ストップウォッチ等学習に必要なものを準備し児童・生徒の役割分担を決めている。
- ⑤危険箇所や使用する教具を点検・チェックし、けがを防ぐ配慮をしている。

**授業実践 導入(教師、児童・生徒共に体育・保健体育にふさわしい服装で!)**

- ⑥集合は、太陽の位置を確認し、児童・生徒がまぶしくない向きに並ばせている。
- ⑦めあてや授業の流れを視覚的・聴覚的に確認し、見通しをもたせている。
- ⑧準備運動では、教師がしっかりと各部位の動かし方を指導している。
- ⑨主運動につながる基本的な運動を繰り返し行わせている。
- ⑩見学者にもカード記入させるなど役割を決めて学習に参加させている。

**授業実践 展開**

- ⑪全体を見ながら、個の動きを見られるような教師の動線を考えて指導している。
- ⑫活動1では、運動を繰り返し行うことを大切に、できたことを賞賛している。
- ⑬目的を明確にして、ペア、グループ、チームを作り、学び合い、励まし合いを促している。
- ⑭「振り返り1」では、上手にできた理由について発問したり、より楽しむためには、どのように動いたらよいかを全体に考えさせたりしている。
- ⑮学び合いやICT機器を活用して自分の動きを振り返らせ工夫させようとしている。
- ⑯活動2では、「振り返り1」で明らかになったポイントを意識させ、動きを工夫させている。

**授業実践 まとめ**

- ⑰整理運動では、リラックスした状態で使った部位をほぐすよう指導している。
- ⑱「振り返り2」では、初めに確認しためあてが達成できたかどうか、満足できたかどうか振り返らせるとともに、次時への意欲付けをしている。

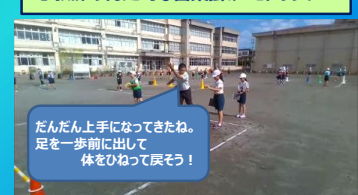
**授業終了時・後**

- ⑲全員で協力して後片付けをさせている。
- ⑳けがをした児童・生徒を把握し、保健室に行かせるなど適切に対応している。

**I 挨拶・めあて確認**

準備運動・主運動につながる運動

○教師の肯定的な言葉掛け・モデリング



だんだん上手になってきたね。足を一歩前に出して体をひねって戻そう!

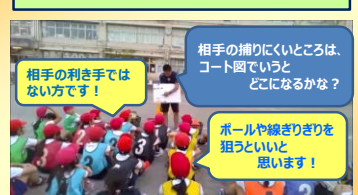
**Ⅲ 活動1**



ラリーが続いた回数分が得点

振り返り1

○コート図を使った解決すべき課題の共有



相手の利き手ではない方です!

相手の捕りにくところは、コート図でいうところになるかな?

ボールや線きりぎりぎりを狙うといいと思います!


**V 活動2(振り返り1を生かして)**

**Ⅵ 整理運動**

挨拶

振り返り2

○教え合い、励まし合いを促す言葉掛け



味方のミスを買めず、励まし合ってゲームをしよう!

立川市の課題1 (小学校での体育授業の充実!!)

(参考) 平成28年度東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査結果より

	握力 (Kg)	反復横跳び (点)	20mシャトルラン (回)	立ち幅跳び (cm)
立川・小1男子	9.0	25.7	16.7	108.8
都・小1男子	9.1	26.7	17.1	111.7
立川・小1女子	8.3	25.1	13.5	100.9
都・小1女子	8.4	25.7	14.1	104.2

※2年生も同様の結果が見られ、特に低学年の体力向上が課題である。小学校全体でも反復横跳び、20mシャトルラン、立ち幅跳びは、ほとんどの学年で都平均を下回っている。日頃の授業でこれらの運動につながる動きを楽しみながら繰り返し経験できるようにすることが大切である。

立川市の課題2 (中学校での保健体育授業に対する意欲の向上!)

(参考) 平成28年度東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査結果より

	保健体育の授業は楽しいと思うか (%)							
	男子				女子			
	思う	やや思う	結構楽しい	思わない	思う	やや思う	結構楽しい	思わない
立川・中1	56.0	31.9	8.9	3.2	53.3	33.7	8.8	4.2
都・中1	55.6	32.6	8.6	3.3	48.8	35.6	11.9	3.6
立川・中2	48.3	32.0	12.1	7.7	35.1	35.9	21.2	7.9
都・中2	52.5	33.5	9.5	4.5	42.4	37.5	14.7	5.4
立川・中3	53.5	34.8	8.7	3.0	38.1	39.2	16.1	6.7
都・中3	53.2	32.9	9.5	4.5	42.8	37.6	14.3	5.2

※立川市の中学生の体力・運動能力は都と比べても高い傾向にあるが、保健体育の授業を楽しいと思う生徒は都と同等か都より低い傾向にある。保健体育科の目標である生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するためにも個々の運動技能や意欲に合った課題を用意し、グループやチームで学び合い・励まし合いを促す授業を目指す必要がある。

**達成目標**



※自己申告で、それぞれの時期の目標を設定してください。(例) 7月までは70% (14項目)、12月までは80% (16項目)、2月までは90% (18項目) 達成