

資料1 指導計画の工夫

次 時	到達目標	学習活動・内容	基礎的・基本的事項	評価計画
はじめ 第1次 2時間	◎学習の進め方を知らせ、学習計画をたてることができる。	1. 学習の進め方を知り、学習計画をたて見通しを持つ。 (1) リズムなわとびの仕方 ○とぶ種類 (2) 学習のめあて 2. グループづくりをする。 ○選曲 ○とぶ組み合わせ (1) グループ活動の進め方 (2) 学習カードの使い方	○学習の進め方。 ・体力づくりの重要性と意義 ・グループ活動の進め方 ・学習カードの使い方	※リズムなわとびの方法と内容を理解しこれからどんな学習を進めたらよいかやめあての方、グループ活動の仕方がわかり、学習意欲が高まったか。 (表情、吹き、学習カードの記録)
	◎自分の今の力を知り、グループづくりを通してグループのめあてや個人のめあてをたてることのできる。 ○運動量と心拍数の関係を理解できる。	1. 自分の今の力を知る。 (1) 既習のとび方の記録をとる。 ○前・後1回転跳躍 ○前・後2回転1跳躍 ○前・後あやとび ○はやぶさとび (2) 心拍数の計測の仕方を知る。 ○安静時心拍数 ○訓練心拍数 ○運動量と心拍数の関係 2. 簡単なリズムなわとびをし、グループのめあてと個人のめあてを設定する。技を増やす。	○心拍数の計測のしかたと意義 ・安静心拍数と訓練心拍数 ○心拍数は運動強度に比例すること ○自分の力にあつためあての設定	※自分の力をより正確に知るために全力を出して挑戦しているか。(表情、動作、記録) ※安静時と訓練心拍数を知ることによって運動負荷と心拍数、身体コンディションと心拍数の関係に気づくことができ自分の力にあつためあてがたてられているか。(学習カードの記録、吹き)
なか 第2次 4時間	◎ポーズやとぶ組み合わせを工夫したりしてグループで教え合い、協力し合って楽しく最後までとび続けることができる。	1. 本時のめあてをつかみ、グループや個人のめあてを確認する。 ○全体のめあて ○グループのめあて ○個人のめあて ○きょうやること 2. 音楽のリズムに合わせて、ポーズや組み合わせを決めてとぶ。 (1) ポーズやとぶ組み合わせを決める。 (2) 音楽の構成(8拍単位数、前奏、間奏、リズム、テンポ)とポーズや組み合わせを合わせながらとぶ。 (3) グループで教え合い励ましあいながら協力し合ってポーズや組み合わせを修正しながらとぶ。技を増やす。 3. 発表会をし、グループで見合いながらまとめをし、次時のめあてを持つ。自己評価・相互評価をする。	○曲の構成と動きの構成 ○教え合い、励まし合い、学び合うグループ活動 ○PDSの学び方 ○自己評価の仕方 ○相互評価の仕方	※曲の構成と自分達の考えたポーズや組み合わせを合わせながら、協力し合った望ましいグループ活動が展開されているか。 (話し合い、教え合い、励まし合い観察) ※自己評価基準、相互評価基準が高まってきた。(学習カード記録)
	◎隊形や移動を工夫したりしてグループで協力し合って最後まで楽しくとび続けることができる。	1. 本時のめあてをつかみ、グループや個人のめあてを確認する。 ○全体のめあて ○グループのめあて ○個人のめあて ○きょうやること 2. 音楽のリズムに合わせて、移動や隊形を決めてとぶ。 (1) 隊形や移動を決める。 (2) 音楽の構成(8拍単位数、前奏、間奏、リズム、テンポ)と隊形や移動、ポーズや組み合わせを修正しながらとぶ。とぶ技を増やす。 3. 発表会をし、グループ同士やグループ内で見合いながら次時のめあてをたてたり、発表会の計画をたてる。 (1) 発表をする。 (2) グループ同士見合いながら賞賛すべき所や問題点などを見つけ、話し合う。 (3) 自己評価、相互評価する。 (4) 発表会の計画をたてたり、準備したりする。	○曲の構成と、動きの構成、修正 ○演技を見る視点 ○見学態度、受容的雰囲気	※効果的な話し合いをもとに自分達の動きを積極的に修正し、よりよいものになようとして努力しているか。(観察) ※自分達の発表会の計画立案について進んで参画しているか。(観察)
まとめ 第3次 1時間	◎練習成果をまとめ、楽しく発表会をすることができ	1. 各グループごとに発表をする。 2. 良かったところ、もう少しだった所などを話し合う。 3. 反省をし、学習のまとめをする。	○発表態度 ○学習の反省とまとめ ○体力づくりの意義と重要性	※今までの練習の成果を発揮し、いきいきと発表しているか。(演技態度、発表内容、作文記録、学習カード記録) ※授業を通して体力づくりの意義と重要性を再確認できたか。

方を取うオリエンテーションも有効だった。

(2) 最初は、上手に話し合うことができなくてアドバイスを受けることが多かったが、次第に意見がまとまり、創り出す過程では、お互いの動きを見合い、教え合い、励まし合いながらよりよいものを創り出そうと工夫し、どのグループも協力して活動していた。特に優れたリーダーのいるグループは計画、練習段階においても短時間で効果的に動くことができ、一人一人の表情も明るく楽しそうであった。同じ動きや組み合わせがなかったことから、どのグループも独創的なリズムなわとびを構成したといつてよいと思われる。

(3) 既習のとび方七種目を選び、実施前と実施後の記録を比較すると、すべての種目についての技能の伸びがみられ、リズムなわとびの指導が有効であったと思われる。

(4) 心拍数は運動量とほぼ比例し、一生懸命動くときそれだけ多くなり、児童の意欲を示す一つの指標としてとらえることができた。最初のうちはどの児童も動きが小さかったり、少なかったり、めざす心拍数に到達できなかったが、回を重ねるうちに意識して、大きく