

② 年間指導計画で、題材の位置づけと時間の配当をみる。

体育科年間指導計画表 低学年

学期	2				
	8	9	10	11	12
領域	3	9	12	9	6
A 全身的運動 部分的な運動 固定施設 集団行動	全身運動	歩走、 投捕1	跳、投捕 押す引く1	歩走、跳 押す引く1	跳、投捕 押す引く、 運ぶ1
	部分的な運動	腕、胸1	腕、脚1	脚、胸1	脚、胸1
	固定施設				
	集団行動				
B 器械運動	鉄棒運動	足ねきわり さか上がり2			
	跳箱運動		ふみこし 2		
	マット運動				
C 陸上	走				
	跳		はばとび 1	はばとび 2	高とび1 高とび1
D 水泳	泳ぎ	水に慣れる	水あそび 3		
	泳ぎ方				
	とびこみ				
E ボール運動	バスケットボール型		ドッチボール 2	ドッチボール 1	
	サッカー型	ボール けり2	ボール けり2	ボール けり2	ボール けり1
F ダンス	ベースボール型				
	フォークダンス				
G 保健	運動表現	のりもの ごっこ1	のりもの ごっこ2	ゆうえ んち3	ゆうえ んち 小鳥 ごっこ1
	(1)				
	(2)				
(3)					

③ 月間時間配当表で、1か月の授業の流れをみる。

10月

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
0	ボールけりあそび				体操 (跳、押す、引く、腕、脚、投捕)							
10					ふみこし			ドッチボール				
20	はばとび											
30					のりものごっこ							
40												

④ 指導計画によって、3回の取扱いごとに、目標・内容・要点をおさえる。

指導計画 (10月・2時間3回きざみ)

次	1	2 (本時)	3
時間	30分	30分	20分
目標	・片足ふみきりから台上で強くふみこさせ、安全に着地させる。	・できるだけ高くとばせる。 ・できるだけ遠くとばせる。	・2個以上のとび箱を連続してふみこしやまたぎこしができるようにし、調整力を高める。
学習内容	・運動の方法や、練習のしかたについて話し合いをする。 ・とび箱を強くふんでとびこし、両足で安全に着地する。 ・とび箱をふみ越し、片足で着地し、走り抜ける。	・ふみこしのできるだけ高くとばせ、両足でしっかり着地する。 ・たてにおいたとび箱をいきおいよくふみこし、できるだけ遠くに着地する。	・組み合わせられたとび箱を連続してふみこしする。 ・組み合わせられたとび箱をそれぞれの条件に合わせてふみこしたり、またぎこししたりする。
指導の要点	・ふみ切り、ふみこしは、ともに足裏全体でふむようにさせる。 ・片足着地でも衝けきこないように柔かく着地できるようにする。	・助走一ふみきり一ふみこしの動作がとぎれないようにする。 ・ふみこすとき、速度が遅くならないようにする。	・運動のはじめから終りまで、一定のリズムを保って運動させる。 ・着地に細心の注意を払う。

⑤ 月別指導計画で単位時間毎の学習活動・内容をおさえる。

月別指導計画 (10月) 12時間 (低学年)

時間	教材	目 標	学 習 活 動 ・ 内 容	教 授 と 分 担	
				T 1	T 2
	ボールけり	・けり方を理解し、	・足の甲でける練習をする。	・健康観察	・全体指導 (準備運動)
5	体操 (10) ふみこし (30)	・全身のな動きで調整力を高める。 ・片足ふみ切りから強くふみこさせ安全に着地できるようにさせる。	・1回とび 2回とび 向きかえとびをする。 ・とび箱を強くふんでとび越し、両足で着地する ・とび箱でふみ越し、片足着地で走り抜ける。	・健康観察 ・個別指導 ・とび箱 (ふみこし) の全体指導 ・とびこし方を説明する ・男子グループの指導 ・整理運動	・体操の全体指導 ・女子グループの指導
6	体操 (10) ふみこし (30)	・跳を主とした体操で足の筋力を伸ばす。 ・できるだけ高くとんだり、遠くとんだりできるようにする。	・180°の向きかえとびや1回とび、2回とびなどをとする。 ・できるだけ高くとんで両足で着地する。 ・できるだけ遠くとんで安全に着地する。	・健康観察 ・とび箱の点検 ・ふみこしの全体指導 ・高くとぶ指導 ・男子グループの指導 ・整理運動	・体操の全体指導 ・健康観察 ・遠くとぶ指導 ・女子グループの指導