

○単元の目標

知識及び技能	○40mハードル走の行い方を理解し、①第一ハードルを決めた足で踏み切って走り越えること②インターバルを3歩か5歩のリズムで走ること③ハードル上で上体を前傾させ、振り上げ足が地面と平行になるように走り越えることの3点ができるようにする。	評価規準
思考力・判断力・表現力等	○自分の記録を伸ばすために、①第一ハードルまでの踏切②インターバル③フォームの3点を友達と相互評価しながら練習をしたり、相手チームに勝つために練習の仕方を工夫したりすることができるようにする。	
学びに向かう力・人間性等	○相手チームと勝敗を競いながら40メートルハードル走をすることに関心をもち、ハードリングの理想像を共有して、友達と意欲的に動きを相互評価しながら、共に達成する楽しさや競争する楽しさに向かって運動する態度を育てることができるようにする。	

共：男女共習

○単元構造図

	1	2	3	4	5	6	
ねらい	単元のゴール像をつかみ、自己の動きの課題を把握することができる。	第一ハードルを決めた足で踏み切って走り越えることができる。	インターバルを3歩のリズム（ジャー、1,2,3）で走ることができる。	振り上げ足が地面と平行になるように走り越えることの3点ができるようにする。	助走からハードリングまでの一連の動きで、ハードルを走り越えることができる。	記録会（モリリンピック）を開催し、チームで協力し合い、記録の向上を実感できる。	【知識・技能】 ①第一ハードルを決めた足で踏み切って走り越えることができる。 ②インターバルを3歩か5歩のリズムで走ることができる。 ③ハードル上で上体を前傾させ、振り上げ足が地面と平行になるように走り越えることができる。 ④40mハードル走の行い方を理解することができる。
導入	理想のハードル走の映像をもとに、ゴール像をつかむ。（モリリンピック）	ウォーミングアップ（場の準備+簡単ストレッチ+感覚づくりの運動）①・②の場を選択しながら ①5mインターバルの40mハードル（ハードル間が5m） ②6mインターバルの40mハードル（ハードル間が6m） 共：心と体をほぐすために、チームで場の準備やウォーミングアップを行う。				会場設営	
展開	場のづくり方、ウォーミングアップの仕方を理解する。  試しの運動をする。（40mハードル走）	試しの運動をする。（第一ハードル15m走） めあてを確認する。 練習タイム① 共：自己の目標の達成の楽しさを味わうために、チームの仲間と場を選択したり、動きのポイントを教え合いながら練習する。 練習タイム② 共：仲間と競争する楽しさを味わうために、他チームとハードルリレーを行う。	試しの運動をする。（自己にあったインターバル（5,6m）） を選択した40mハードル走） めあてを確認する。 練習タイム① 共：自己の目標の達成の楽しさを味わうために、チームの仲間と場を選択したり、動きのポイントを教え合いながら練習する。 練習タイム② 共：仲間と競争する楽しさを味わうために、他チームとハードルリレーを行う。	試しの運動をする。 めあてを確認する。（前時と同じ場で、踏切足に気を付けて40mハードル走）  練習タイム① 共生：自己の目標の達成の楽しさを味わうために、チームの仲間と場を選択したり、動きのポイントを教え合いながら練習する。 練習タイム② 共：仲間と競争する楽しさを味わうために、他チームとハードルリレーを行う。	試しの運動をする。（前時と同じ場で、助走からハードリングまでの一連の動きのめあてを確認する。 練習タイム① 共：自己の目標の達成の楽しさを味わうために、チームの仲間と場を選択したり、動きのポイントを教え合いながら練習する。 練習タイム② 共：仲間と競争する楽しさを味わうために、他チームとハードルリレーを行う。	開会の言葉  競技場の注意  競技（ハードルリレー）  表彰  講評  閉会の言葉	【思考・判断・表現】 ①自己にあった第一ハードルを走り越える歩幅を考えることができる。 ②自己にあったインターバルの距離を考え、友達がリズムカルに走り越えることができているかを伝えることができる。 ③振り上げ足が地面と平行になるように走り越えるための踏切の場所を考え、友達の振り上げ足が平行に走り越えることができているか伝えることができる。 ④友達の一連の動き（助走からハードリング）のよさを伝えることができる。 ⑤自分の動きのよさを振り返り、感想文にまとめることができる。
終末	学習の振り返りをする  片付け	学習の振り返りをする  片付け	学習の振り返りをする  片付け	学習の振り返りをする  片付け	学習の振り返りをする  片付け	学習の振り返りをする  片付け	

評価場面	1	2	3	4	5	6
知識・技能	④	①	②	③	⑤	③
思・判・表		①	②	③	④	⑤
主	①	②				③

【主体的に学習に取り組む態度】  
①40mハードル走に積極的に取り組むことができる。  
②場や用具の安全に気を配りながら、ハードル走に取り組むことができる。  
③ハードル走の競争で、勝敗を受け入れることができる。

## 実践事例

仲間と共に運動の楽しさを味わうための教材化の工夫や運動の4つの関わり方

小学校第5学年 C 陸上運動 イ ハードル走「モリリンピック ハードル走」

うきは市立御幸小学校

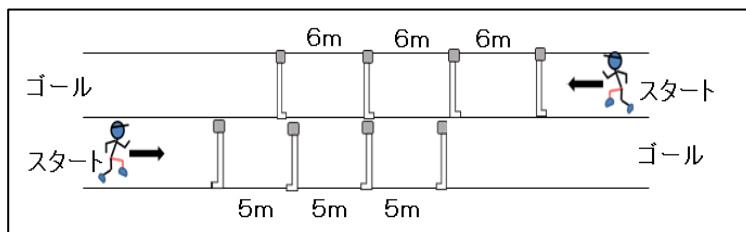
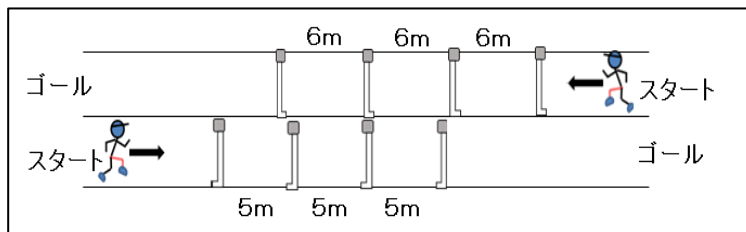
### 1 単元の目標

- 40mハードルリレーの行い方を理解し、①第一ハードルを決めた足で踏み切って走り越えること ②インターバルを3歩か5歩のリズムで走ること③ハードル上で上体を前傾させ、振り上げ足が地面と平行になるように走り越えることの3点ができるようにする。【知識及び技能】
- 自分の記録を伸ばすために、①第一ハードルまでの踏切②インターバル③フォームの3点を友達と相互評価しながら練習をしたり、相手チームに勝つために練習の仕方を工夫したりすることができるようにする。【思考力、判断力、表現力等】
- 相手チームと勝敗を競いながら40メートルハードルリレーをすることに関心を持ち、ハードリングの理想像を共有して、友達と意欲的に動きを相互評価しながら、共に達成する楽しさを味わったり、や競争する楽しさに向かって運動する態度を育てたりすることができるようにする。【学びに向かう力、人間性等】

### 2 共生を基盤とした授業づくりにおける仕掛け

#### (1) 仲間と共に運動の楽しさを味わうための教材化の工夫（ハードルリレー）

本学習は、仲間と共に運動する楽しさを味わうために、教材をハードルリレーと設定した。ハードルリレーを設定することで、仲間と競争する楽しさを味わったり、チームで関わったりすることができるようにした。具体的には、右図のコースをチームごとに準備し、競争型のゲームができるようにした。このゲームは、前の走者が5mのインターバルに置かれた4台のハードルを走り越し、前の走者がゴールに

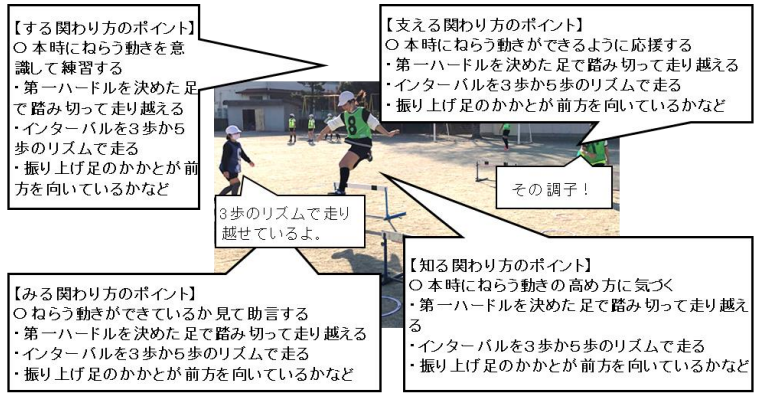


たどり着いたら、次の走者がスタートする（6mのインターバル）。これをチーム全員が走り終えるまで繰り返して行うものである。ハードルリレーを、自分の動きづくりを行った後に毎時間設定し、常にチーム同士で競争する楽しさを味わわせたり、チームでの課題を共有したりできるように工夫した。単元最後のハードルリレー大会では、大会運営も子供たちが行い、チームで円陣を組んだり、仲間を応援したりなど、仲間と共に運動の楽しさを味わったりする姿が見られた。



## (2) 動きを高めるための「する・みる・支える・知る」関わり方のポイント

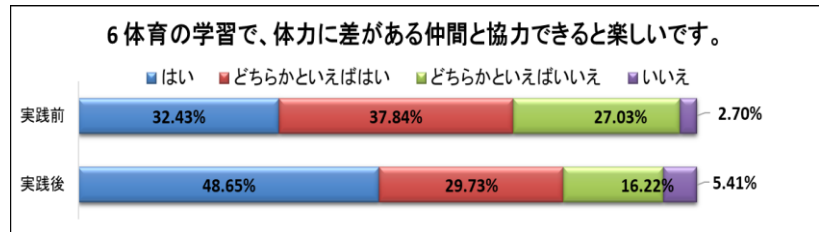
仲間と動きを高め合うために、「する・みる・支える・知る」関わり方のポイントを示した。4つの関わり方のポイントを示したことで、「する」関わり方では、自己の目標達成のために、ねらう動きを意識しながら、粘り強く練習する姿が見られた。「みる」関わり方では、仲間の動きを見ながら、ねらう動きができているか確認したり、動きの高め方を助言したりする姿が見られた。「支える」関わり方では、仲間がねらう動きができるように応援したり、練習の場や方法について助言したりする姿が見られた。「知る」関わり方では、タブレットで自己の動きを確認したり、仲間の助言を聞いたりすることで高め方のポイントに気づくことができた。これらのことから、4つの関わりをするには、動きを高め合うことに、つながっていると見える。



## 3 成果と課題

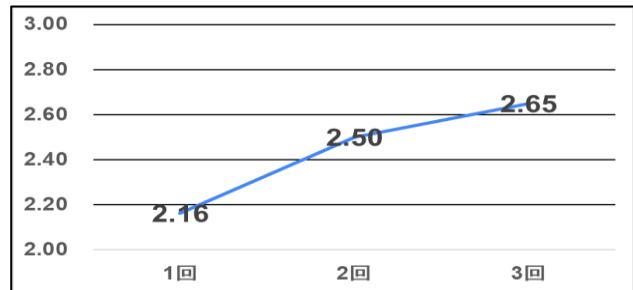
### (1) 成果

- 「体育の学習に関する児童アンケート」(21項目質問紙アンケート)からも、仲間と運動することの楽しさを味わうことが



ができた子が増加していることがわかる。これは、チームの仲間と関わったり、チーム同士で競争したりすることができるように、教材をハードルリレーと設定したことが有効だったからである。

- 「形成的授業評価アンケート」の「今までできなかった運動や作戦ができるようになりましたか。」については、学習が進むにつれ、「はい」と肯定的に回答する子どもが増えている。これは、子どもに動きを高めるための4つの関わり方のポイントを示し、仲間と関わり合う活動を適切に設定したからである。



### (2) 課題

本実践においては、チームを組んだり、単元のまとめに大会を設定したりしたことで、子どもの仲間と動きを高め合ったり、競争する楽しさを味わったりする姿は見られたが、中には勝敗を受け入れることができず、素直に楽しめない子どもも見られた。今後は、全ての子どもが仲間と運動を楽しむために、「勝敗に関係なく楽しめる」ような教材を工夫していきたい。