

学年	教科等	単元名	日時
第3学年	体育科	うきうきスー（浮く・泳ぐ運動）	平成29年6月27日(火)5校時
本実践の主張	<p>○ 自分の身体のことをよく知る授業を創造するために・・・</p> <p>① 前時は、子どもの意識がばた足に向いていたため、前時の子どもの日記「もっと距離が長くても、『ばたラッコ』で進めるのかなあ？」を本時の出発点にした。ばた足をしているイラストを動かしながら進む動きを提示することで、自らの経験から「苦しくなる。」「息をしないと！」という呼吸に対する意識を高めることができるようにした。</p> <p>② 「ばたラッコ（※「ふし浮き+ばた足」と「背浮き+ばた足」を交互に繰り返し行う初歩的な泳法）」を取り入れ、記録の伸びや「何か楽になってきた！」等の感じ方の変化の要因を考えさせ、身に付けさせたい動きを理解したり、習得したりできるようにした。</p> <p>③ 習熟の異なる3人組での活動において、泳者、補助者、記録者を交代で行った。水中での動き（姿勢、呼吸、重心等）は、どこかに不十分なところがあると遠くに進むことはできない。泳者は仲間から補助をもらうことで、不十分な点に気付くことができる。補助者や観察者は、泳者のよい点や改善点を見付け、自分の動きに生かすことができるようにした。</p>		

### ① 身体を介さずに知るために・・・

前時において、伏し浮きの姿勢も背浮きの姿勢も体の軸が一直線になっており、体の軸で反転することで、動きを視覚的に捉えさせるだけではなく、反転すること自体に「簡単そう。」「おもしろそう。」「やってみよう！」という思いを引き出した。

ばた足を頑張れば、もっと距離が長くても、「ばたラッコ」で進めるのかなあ？

ケース①

ケース②

ばた足は大事！でも、それだけでは・・・

バタバタバタ・・・

苦しい！

息ができない

本時は、子どもの行う動きに合わせてケース①を示すことで、これまでの変身浮きや変身浮きで進む経験からラッコ（反転して息をする）にならないと遠くに進めないことを確認した。そうすることで、「呼吸」の必要性に改めて気づき、ラッコ（背浮き）の時に息を吸おうとする姿につながっていった。

### ② 自分の身体で知るために・・・

導入の段階において、「ばたラッコ」で遠くに進むためにはラッコの時の呼吸が大事であることを確認した。

前回よりも遠くに進むことができた子どもの本時学習のふりかえりや体育日記の中から、呼吸をすることで、遠くに進めた実感ができた子どもがいたことが明らかになった。しかし、既に、25mを泳ぐことのできた子どもからの「楽に泳げた。」等の気付きは、授業の中では聞くことができなかった。導入やふりかえりにおける発問で身体への気付きを促す工夫が必要である。



前時に比べ記録が伸びた子どもの日記

### ③ 仲間の身体で知るために・・・

習熟の異なる3人組で役割を分担し活動をする中で、背浮きの際に腰が沈んでしまう仲間の動きを注意深く観察し、腰を支え補助する姿が多く見られた。また、呼吸に課題のある補助者が泳者の動きを観て、「ラッコの時は、進む方向をみて浮かべばいいのか！」と気づき、自分の泳ぎに生かそうとしていた。

また、補助者の場合、仲間との身体接触が生まれるが、ラッコの際の腰を支えるという行為は、観察者が「腰が曲がっているよ。」と伝えるよりも、軽く腰に触れるだけで、協働的に課題を解決することができた3人組もあった。補助の在り方の可能性を感じた。

今日の、ばたラッコをくまなく練習した。おなかの力があつた。わたくしは、声をかけたり、声を聞いたりして、助けを求めた。おなかの力があつた。わたくしは、声をかけたり、声を聞いたりして、助けを求めた。

観察者

泳者

補助者

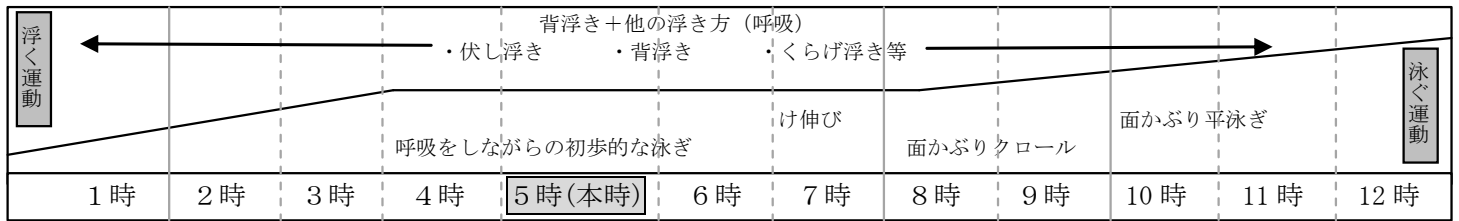
言葉を介さない補助を実感した子どもの日記

御意見・御質問はこちら（研究部アドレス）

miyafuken@cc.miyazaki-u.ac.jp

# 授業実践計画

## ○ 指導計画（12時間）



## ○ 本時の目標

- 呼吸をしながらの初歩的な泳ぎで進むことができる。

## ○ 指導過程

学習活動及び学習内容	教師のかかわり
<p>1 まねっこ浮き沈み遊びをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 準備運動 → シャワー → バディの確認</li> <li>○ 命令変身浮き <ul style="list-style-type: none"> <li>・ アメンボ → ロケット → ラッコ</li> <li>・ だるま → ラッコ → クラゲ 等</li> </ul> </li> <li>○ 進んで変身浮き <ul style="list-style-type: none"> <li>・ イルカ → ラッコ → イルカ…</li> </ul> </li> </ul> <p>2 本時の運動課題や学習の流れをつかみ、3人組で「ばたラッコ」をやってみる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 運動課題 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;">                     「ばたラッコ」で遠くまですすむことができるかな。                 </div> </li> <li>○ 3人組での練習の仕方の確認 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 泳者…「ばたラッコ」で進む。</li> <li>・ 補助者…必要があれば、背浮きを補助する。</li> <li>・ 観察者…どこまで泳げたかをみる。</li> </ul> </li> <li>○ 3人組での「ばたラッコ」に挑戦 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 泳者…ばた足 → 背浮き+ばた足 → ばた足 → 背浮き+ばた足…</li> <li>・ 補助者…泳者の補助をどの程度するか。</li> <li>・ 観察者…泳ぐ姿がどうなっているのか。</li> </ul> </li> </ul> <p>3 学習のふりかえりをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 前回よりも進めたか。</li> <li>○ 何が上手くできたからなのか。</li> <li>○ 整理運動 → シャワー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 3人組で順番にリーダーをさせ、背浮きを入れた3つ以上の浮き方を指示させる。そうすることで、楽しみながら浮く運動を行い、自然に呼吸をすることができるようにする。</li> <li>○ 床を蹴って進むイルカの姿勢から背浮きをするラッコに変化する動きをさせることで、進みながら呼吸する感覚をえることができるようにする。</li> <li>○ 前時に記録が伸びた子どもを紹介し、遠くに進むことへの予感を全体で共有することで、仲間と磨き合おうとする意欲を高められるようにする。</li> <li>○ 補助者は、泳者ができるだけ遠くに進めるようになる手助けをする役割であることを再確認することで、泳者の課題に合った補助ができるようにする。</li> <li>○ 補助者が泳者とのかかわりをおして補助の程度を変えている姿を称賛することで、泳者をより観察したり、泳者の変化に気付いたりしようとする意識を高めることができるようにする。</li> <li>○ 泳者が泳いだ後、補助者や観察者に「どう感じた？」と問う。それぞれの立場からの気付きを声に出させることで、仲間の身体から「ばたラッコ」のポイントに気付くことができるようにする。</li> <li>○ 呼吸がうまくできていない泳者については、「パッ!!」と強く声を出すことを、補助者については、泳者に合わせて「パッ!!」と声をかけることを助言することで、泳者が息を吸うことができるようにする。</li> <li>○ 「前回に比べて遠くに進めた？」と問うことで、前回の自分と比較し、一人一人の泳ぎが高まったことを実感できるようにする。</li> <li>○ 上手くいった原因を問うことで、身体の使い方を共有することができるようにする。</li> </ul>

## ○ 学びの本質に向かっている子どもの姿

「ばたラッコ」でこの間よりも遠くに進めたよ。息ができて楽だなあ。

【技能】

