

のぞみ学級 自立活動 学習指導案〈略案〉

指導者 根 布 谷 隆

1. 日時 12月20日(火) 5校時(13:50~14:35)

2. 単元名 夢に向かってホップ、ステップ、ジャンプ!!

3. 本時の実際

- (1) ねらい ①自分のめあてに向かってトレーニングをすることで、楽しみながら筋力・調整力の向上に取り組む。
②自分のもっている技能をつかって、ゲームを楽しむことができる。

(2) 展開

時間	学 習 活 動	教 師 の 支 援	指導主事の先生との関わり
13:50	1 今日の活動内容について確認し、めあてをもつ。	・「トレーニング」では運動することの有用性を感じることができるよう、また「スポーツ」では楽しみをもてるよう、短く紹介する。	
	2 「 <u>ホップ</u> 運動」通常 の最初のトレーニングをする。 ・車椅子ランニング ・ <u>スラローム</u>	・元気が出るように、声をかけたり途中のタイムを知らせたりする。	
14:00	3 「 <u>ステップ</u> トレーニング」をする。 ・準備運動(「みんなの体操」)をする。 ・ボール回し ・ボールドリブル ・ダンベル運動 ・竹刀振り ・椅子の上でふんばる運動 ・マットの上でのランニング	・音楽に合わせて運動し、楽しい雰囲気作りをする。 ・「トレーニング」は(以前からやっている運動なので)マンネリ化しないようにうまくできたことや、タイムが速いことなど、具体的にあげて励ますようにする。 ・竹刀振りやマット上の運動は、正しくやらないと危険を伴うので、目を離さないようにする。 ・「トレーニング」の最後に学習カードへ、種目に応じたふり返りを記入させ、反省と次時への意欲付けにする。	
14:22	4 「 <u>ジャンプ</u> スポーツ」をする。 ・風船バレー or 野球 or グランドゴルフ or フリスビー等の中から一つ。	・事前の話し合いで決めておいた「スポーツ」の、準備(後片付け)が早くできるように、声をかける。 ・二人だけの「スポーツ」であるが、楽しい雰囲気を作るために、声をかけたり、BGMを流したりする。	
14:32	5 まとめをする。 ・ふり返りカードに記入する。	・「スポーツ」は楽しかったか、前半のトレーニングのし方はこれでいいのかなど、今日の学習全体のふり返りも含めて、学習カードへ記入させる。 最後に、次回の「スポーツ」は何をするかを話し合い、継続した意欲をもたせるようにする。	
14:35			・児童の意見や、学習カードへの自己評価も参考にさせていただいて、今回の運動の是非などをお聞きしたい。 ・また、後でもいいですが、他の効果的な運動・楽しい運動についてお聞きしたい。

