

教科指導

実践のヒントとアイデア

※学習活動の実施に
当たり、新型コロナ
ウイルス感染症に
関わる各自治体
の対応方針を踏ま
えるなど、子供の
安全確保に十分配
慮してください。

小学 **三年** 生



国語

気もちを想像しながら読み、「気もちのことばマップ」を作ろう
「せつ明文のひみつ」をさがろう



算数

九九表とかけ算のきまり
たし算とひき算（筆算）



体育

体ほぐしの運動・多様な動きをつくる運動
～体づくり運動～

調子よく走り越えよう！
～走・跳の運動（小型ハードル走）～

領域 C読むこと

「気持ちの想像しながら読み、 「気持ちのことはマップ」を作ろう

教材名「きつつきの商売」

光村図書三年上

執筆／東京都昭島市立武蔵野小学校主任教諭
編集委員／文部科学省教科調査官

柳平春奈
大塚健太郎
東京都練馬区立大泉学園小学校校長
加賀田真理

年間指導計画

- 4/5月 読んで、そう思うことをつたえ合おう
段落とその中心をとらえて読み、つたえ合おう
- 6/7月 登場人物のへんかに気をつけて読み、感想を書こう
仕事のくふう、見つけたよ
- 8/9月 場面をくらべながら読み、感じたことをまとめよう
はんで意見をまとめよう
- 10/11月 れいの書かれ方に気をつけて読み、それをいかして書こう
たから島のぼうけん
- 12/1月 読んで感想をもち、つたえ合おう
これがわたしのお気に入り
- 2/3月 わたしたちの学校じまん
登場人物について話し合おう

1 単元で身に付けたい資質・能力

①身に付けたい資質・能力

登場人物の行動や気持ちなどを、叙述を基に捉える力を育成することをめざします。これまでは「場面の様子」や「登場人物の行動」に着目して内容の大体を捉えてきましたが、第三学年の学習から叙述を基に登場人物の「気持ち」についても捉えさせることがポイントです。第一歩として、さまざまな言葉から気持ちを想像する活動をていねいに行うことで、より具体的に想像力をふくらませながら読む力を身に付けさせていきます。

②言語活動とその特徴

本単元では、気持ちで想像できるヒントとなる言葉を探して、想像した気持ちとともに、学級全体で「気持ちのことはマップ」にまとめるという言語活動を設定します。前学年までの物語を読むことの学習をふり返り、これからもその力を活用していくことを確認したうえで、登場人物の気持ちを捉えるステップアップのためには、どのような言葉に着目するとよいかを子供に投げかけて考えさせます。気持ちを想像するヒントとして「①ひょうかのことば」「②時間をあらわすことば」「③ようすや動きをあらわすことば」「④音や会話のことば」の4つの観点にまとめ、直接的に気持ちを表す言葉以外にも、このような言葉から気持ちを想像しながら読むことができるという発見を促し、活動についての意欲を引き出します。

自分で見付けた言葉は想像した気持ちとともに「ことばノート」に記録し、

2 単元の展開（8時間扱い）

学級全体で「気持ちのことはマップ」にまとめることで全体での共有を図ります。さらに言葉から想像した気持ちについて音読と説明を行う活動や、ほかの物語でも「気持ちのことはマップ」を作成すること、「ことばノート」を本単元後も年間を通して活用することで、力の定着を図ります。

指導事項（知識及び技能）（1）ク（思考力、判断力、表現力等）C（1）イ 言語活動例イ

主な学習活動

| 次時 | 1・2 | 3～5 | 6～8 |
|--|--|---|-----|
| <p>◎学習の見通しをもち、学習計画を立てる。</p> <ul style="list-style-type: none"> これまで学習した物語の読み方をふり返り、確認する。 教材文に出合い、「気持ち」が想像できる言葉を見付けて、「気持ちのことはマップ」にまとめるという見通しをもち、学習計画を立てる。 <p>学習課題 気持ちを想像しながら読み、「気持ちのことはマップ」を作ろう</p> | <p>◎気持ちを想像するヒントとなる言葉を探して、その言葉から想像できる気持ちとともに、学級全体で「気持ちのことはマップ」にまとめる。</p> <ul style="list-style-type: none"> 4つの観点に基づき、気持ちが想像できる言葉を探して、想像した気持ちとともに「ことばノート」に記録する。（個人作業） 学級全体で「気持ちのことはマップ」を作成する。 <p>言葉をもつ選び、気持ちの説明や音読を通して、その言葉から想像したことを小グループで共有する。 （アイデア②）</p> | <p>◎本単元で学習した言葉から気持ちを想像する力を、ほかの物語で活用する。</p> <p>既習の物語や日常的な読書で出合った物語から自分の好きな物語を1つ選んで「気持ちのことはマップ」を作成し、学級で紹介し合い、学習のふり返りをする。</p> <p>日常的な読書などで「ことばノート」を活用して、語彙や「気持ち」を想像するヒントとなる言葉の観点を増やしていく。 （アイデア③）</p> | |

アイデア

①

「気持ちを表す言葉を集める意欲を引き出す、
「気持ちのこぼれマップ」の作成
(主体的な学び)

これまで「スイミー」や「お手紙」などの教材で、
場面の様子に着目して登場人物の行動を具体的に
想像した学習経験について確認し、活用を促
します。そのうえで登場人物の気持ちに着目を
させ、気持ちを想像するヒントとなる言葉につ
いて考え、教材文を1枚にまとめたワークシー
ト(全文シート)に個人作業で印を付けていき
ます。みんなで見付けた言葉は、全文シートを
拡大して黒板に掲示したものを使って、学級全
体で確認していきます。子供が見付けた言葉を

「①ひよつかのこぼれ」「②時間をあらわすことば」「③ようすや動きをあらわすことば」「④音
や会話のことば」に整理することで、直接気持
ちを表現する言葉でなくても、気持ちを想像で
きる言葉がちりばめられていることに気付かせ
ます。この観点でさらに言葉を探し、気持ちを

- ①ひよつかのこぼれ
 - ・えりすぐり
 - ・すてきな
 - ・とくとく、とくとく
 - ・など
- ②時間をあらわすことば
 - ・できたて
 - ・じじり
 - ・四分音符
 - ・うんと長い時間
 - ・やっこ
 - ・はじめて
 - ・など
- ③ようすや動きをあらわすことば
 - ・うっとり
 - ・書いちゃ書まいか
 - ・うれしそう
 - ・など
- ④音や会話のことば
 - ・コーン
 - ・だま
 - ・しいんと
 - ・「うんふん」
 - ・など

■「気持ちのこぼれマップ」の例

(全文シートの掲示)

きつつきの商売
きつつきの商売

きつつきは、森の中の木の中から「えりすぐり」の
木を見つけてきて、かんばんをこしらえました。

見付けた言葉 ○
想像した気持ち □

アイデア

②

想像したことの共有化を図る音読と対話
(対話的な学び)

想像しようと呼びかけることで、主体的に教材
文にかかわろうとする意欲を引き出します。
印を付けた言葉の周りに、その言葉から想像
した気持ちを付箋に書いて貼り、「気持ちのこぼ
れマップ」は、同じ言葉であっても、さまざま
な感じ方があることも確認できます。

アイディア①の「気持ちのこぼれマップ」の
作成を通して、自分が想像した登場人物の気持
ちなどが伝わるように、小グループで互いに音
読を聞き合い、共有化を図ります。音読をする
前に、選んだ場面の言葉からどのような気持ち
を想像したのかを聞き手にもあらかじめ伝えて
おくことで、感想の交流の活性化を促します。

近距離での音読発表や対話が難しい場合には、
録画した動画などの視聴による発表や「筆談イ
ンタビュー」を行う工夫も考えられます。
「筆談インタビュー」の場合は、対話に時間が
かかりますが、小グループに分けて活動を行っ
ても記録に残るため、子供自身の振り返りや評
価に生かすことも可能となります。

■筆談インタビュー(音読前)の例

どうしてこの言葉をえ
らんだのですか?

「やっ」と「はじめて」「み
んなで」という言葉に、全
野ねずみの家族が、全
員でとても楽しみにし
ていた気持ちが、よく
表れていると思うから
です。

どんなくふうをして音
読しますか?

「やっ」と「はじめて」
「みんなで」という言葉
を、ひとつずつはっき
り、ゆっくり音読する
ことで楽しみな気持ち
や、期待する気持ち
をつたえたいです。

アイデア

③

獲得した力の活用を図る
「ことばノート」の作成
(深い学び)

本単元で見付けた気持ちを想像するヒントとな
る言葉は、「ことばノート」と名付けた専用のノ
ートに記録して、年間を通して言葉を蓄積してい
き、活用を図ります。アイディア①で取り上げた
①④の観点を次単元や読書活動でも活用して言
語を増やしていくほか、「明暗や色をあらわすこ
とば」「数や大きさをあらわす言葉」など、観点
そのものを増やしていくことにも取り組みます。
「ことばノート」は、物語を読む際の自分自身
のガイドブックとなるほか、コンピュータを使
って記録し直したものを再編集し、「自分だけの
辞書作り」などに取り組むことで、語彙を増や
し定着を図ること、書く場面で表現を豊かにす
ることなどにも活用することができます。

■「ことばノート」(ワークシート)の例

年度当初はワークシートに記入し、1枚ずつ
ノートに貼りますが、慣れてきたら、自分自身
で工夫したオリジナルノート作りに移行するよ
うにしていきます。

○見付けた言葉……………えりすぐり

- ・どんな言葉……………ひよつかの言葉
- ・どこで見付けたのか……………きつつきの商売
- ・し書の意味……………よいものの中からえらびぬ
いたもの

言葉から想ぞつした気持ちや感想

「えりすぐりの木を見つけてきて、かんばんをこしら
え」たことから、きつつきのお店を大切に……

領域 C読むこと

「せつ明文のひみつ」を さぐるろう

教材名「言葉で遊ぼう」「こまを楽しむ」

光村図書三年上

執筆／東京都江東区立第二天島小学校主任教諭 望月美香
編集委員／文部科学省教科調査官 大塚健太郎
東京都練馬区立大泉学園小学校校長 加賀田真理

年間指導計画

| | |
|--------|---|
| 4/5月 | 読んで、そう思ったことをつたえ合おう 段落とその中心をとらえて読み、つたえ合おう |
| 6/7月 | 登場人物のへんかに気をつけて読み、感想を書こう 仕事のくふう、見つけたよ |
| 8/9月 | 場面をくらべながら読み、感じたことをまとめよう はんで意見をまとめよう |
| 10/11月 | れいの書かれ方に気をつけて読み、それをいかして書こう たから島のぼうげん |
| 12/1月 | 読んで感想をもち、つたえ合おう これがわたしのお気に入り |
| 2/3月 | わたしたちの学校じまん 登場人物について話し合おう |

1 単元で身に付けたい資質・能力

①身に付けたい資質・能力

本単元では、〈はじめ〉〈中〉〈おわり〉という文章全体の構成や、「段落」の意味や働きについて学びます。段落相互の関係に着目しながら、考えとそれを支える理由や事例との関係などについて、叙述を基に捉える力を育成することをめざします。そして、文章のまとまりを意識することで、説明的な文章を俯瞰的に読み、全体の内容を捉える力の素地を養います。

②言語活動とその特徴

本単元では、「せつ明文のひみつ」を探ることを意識しながら読むことで、よりよい説明のしかたを知り、「昔遊びカード」をまとめて学級・学年の友達に伝えるという言語活動を設定します。

「言葉で遊ぼう」「こまを楽しむ」を読んで学んだ「せつ明文のひみつ」を活用し、選んだ昔遊びの名前、遊び方や楽しみ方などを中心とする語や文を意識して分かりやすくまとめ、オリジナルの「昔遊びカード」を作り上げます。「せつ明文のひみつ」を知りたいという目的意識を明確にもつことで、主体的に読む姿を期待することができます。また、実際に「せつ明文のひみつ」を活用することで、説明の工夫についての理解を深めます。

可能であれば、でき上がった「昔遊びカード」を集めて、「三年〇組〇人〇色！ オリジナルの『昔遊びカード』集」という形で製本し、一人ひとりの学習の成果を確認することで活用を図ります。一人ひとりの感じ方や考え

2 単元の展開（8時間扱い）

主な学習活動

| 次時 | 主な学習活動 |
|-----|---|
| 1・2 | <p>◎学習の見通しをもち、学習計画を立てる。 ●第二学年での説明的な文章の学習をふり返り、活用への意欲をもつとともに、さらに「せつ明文のひみつ」を探っていくという学習の見通しをもつ。 ●「昔遊びカード」のモデルを見て、学習のゴールを確かめる。 (アイデア①)</p> <p>学習課題「せつ明文のひみつ」をさぐるろう</p> <p>◎第一教材「言葉で遊ぼう」を読み、「段落」の意味や働き、「問い」と「答え」の関係について理解する。</p> <p>◎第二教材「こまを楽しむ」を読み、「段落」の意味や働き、「問い」と「答え」の関係について理解を深める。 ●文章全体を〈はじめ〉〈中〉〈おわり〉に分ける。 ●「組み立て読み取り表」を活用し、段落相互の関係について捉える。 ●〈中〉の6つの事例について、「事例の入れかえをしてみよう」という話し合い活動を取り入れることにより、事例の順の意図について考える。 (アイデア②)</p> |
| 3～5 | <p>◎日常生活などで興味をもった昔遊びについて、「せつ明文のひみつ」を活用して「昔遊びカード」にまとめる。 ◎「昔遊びカード」を基にお気に入りの昔遊びを紹介し合い、実際に昔遊びを体験しながら、説明の工夫を確かめ合う。 ●「三年〇組〇人〇色！ オリジナルの『昔遊びカード』集」を作成する。</p> |
| 6～8 | |

方を大切にして、互いに交流することのよさを感じる子供を育てるため、意図的に「オリジナル」「十人十色」（学級の人数に応じて「〇人〇色」とする）といった表現を使い、意識を高めることも工夫します。

指導事項（知識及び技能）（1）カ（2）ア（思考力、判断力、表現力等）Cア 言語活動例ア

アイデア

①

身に付けたい力の自覚と活動への
意欲を高める

単元冒頭にこれまで学んできた説明的な文章についてふり返り、今年度の学習の見通しをもたせることで、主体的に説明的な文章を読もうとする意欲を引き出します。第二学年において学習した説明的な文章を想起させ、それぞれの文章における「説明のしかた」をふり返ります。

これまでの学習で「組み立て」という言葉で話のまとまりや時間・事柄の順序を意識し、「はじめ」「中」「おわり」という3つのまとまりで考えることなどを経験してきました。また、重要な語や文を考え、選ぶことも行っています。

今回、第三学年で初めて説明文を学習する機会に、「段落」という言葉を使って改めて文のまとまりを意識することや、「問い」の文を見付けることで、段落には役割があることを考えながら読むことに取り組んでいきます。

筆者の考えと理由や事例の関係を捉えることで、文章全体の構成を見通し、筆者が意図した分かりやすい説明の工夫について理解を深めることにも取り組みます。筆者の工夫を「せつ明文のひみつ」と捉えることで、第三学年で学習する説明的な文章にはどのような秘密が隠されているのかを探していくという、学習を通して身に付けたい力への自覚を高めます。

また、単元の最後に、「せつ明文のひみつ」を活用して、「昔遊びカード」を書くという活用を

意識した活動を設定することでも、教材文を詳しく読み、工夫に迫ろうとする意欲を高めます。

説明の分かりやすさのひみつを探る。

+

読み方について学んだことを生かして活動する。

主体的に説明的な文章を読む姿

アイデア

②

「組み立て読み取り表」を活用して、
構成の工夫について確かめ合う

本文の構成を理解し、読み取った情報を整理する手立てや、段落相互の関係を視覚的に把握する手立てとして、「組み立て読み取り表」を活用します。表にまとめることにより、段落の役割や関係について確認し、視覚的に全体の構成を理解することができます。

中心となる語や文を書き抜くことで、内容の要約にもつなげていくことが可能です。

■「こまを楽しむ」の組み立て読み取り表(例)

| | | | | |
|-----|------|----------------|---------|----------------------|
| 終わり | 中 | はじめ | だん落 | 役わり |
| ⑧ | ② | ① | ① | ① |
| まとめ | 事れい1 | 話題のていじ 問いの文 | 1 問いと答え | 問い1 どんなこまか。 |
| | 答え1 | 事れい1 | 2 問いと答え | 問い2 どんな楽しみ方ができるか。 |
| | 事れい2 | 答え2 | | 中心となる語や文 |

アイデア

③

事例の順序に着目した話し合い活動により、
「順序の意図」を考える

「こまを楽しむ」は、〈はじめ〉に書かれた2つの問いに答える形で、〈中〉で6つのこまの事例についての紹介が展開されます。

それぞれの段落では、こまごとの名称と楽しみ方、特徴となっているこまの作りや回し方、回す場所などが書かれています。

ここで紹介されているこまの事例について、なぜこの順序で説明されているのか、順序の意図について、対話を通して考えていきます。

具体的には、「事例の入れ替えをしてみよう」という投げかけにより、事例の順序に着目した話し合い活動を取り入れます。

この活動を通して、こまの作りそのものに特徴がある事例から、動きや回し方に特徴がある事例、回す場所の特徴がある事例という順になっていることに気付かせます。

事例の順序を入れ替えてみるシミュレーションには、付箋を使うことなども有効です。「事例の順序には意図がある」という視点は、「すがたをかえる大豆」などの別の説明文でも生かして活用することができます。

説明文の秘密をいろいろと見付けていくことで、詳しく読めるようになりたい！理科や社会の学習にも生かせるぞ！





九九表とかけ算のきまり

執筆 / 富山県射水市立大島小学校教諭 前田正秀
 編集委員 / 文部科学省教科調査官 笠井健一
 前・富山県南砺市立福光東部小学校校長 中川慎一

| | | |
|--------|--------|----------------------------|
| 年間指導計画 | 4/5月 | 九九表とかけ算のきまり たし算とひき算(筆算) |
| | 6/7月 | 表とグラフ(棒グラフ) 10000より大きい数 |
| | 8/9月 | あまりのあるわり算 円と球 |
| | 10/11月 | かけ算の筆算(×1けた) 重さ |
| | 12/1月 | 分数 小数 |
| | 2/3月 | かけ算の筆算(×2けた) □を使った式 |

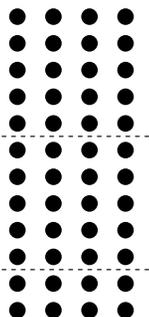
本時のねらい (本時9/9時 単元終末の発展的な学習)

九九の範囲を超えるかけ算を、九九や十の段のかけ算を活用して考える。

評価規準 かけられる数が10を超える場合の答えの求め方を、図や式を用いて表し、九九や十の段のかけ算を活用して考えている。(思考・判断・表現)

問題

12 × 4の答えはいくつですか。



T : (6 × 4に並んだチョコの写真を提示) チョコは、何個ですか。
 C : 6 × 4で24個です。
 T : (10 × 4に並んだチョコの写真を提示) チョコは、何個ですか。
 C : 10 × 4で40個です。
 T : では、これは何個でしょう。(12 × 4に並んだチョコの写真を提示)
 C : 式は12 × 4だけど…。
 C : 九九の範囲を超えているよ。
 C : でも、求められそうだよ。だって、6 × 4の2倍だから…。
 C : それに、10 × 4より2 × 4だけ多いから…。
 T : それでは今日は、12 × 4を使って九九を超えるかけ算の答えの求め方を考えていきましょう。

👍 学習のねらい 九九をこえるかけ算の答えの求め方を考えよう。

見通し



九九を超えるかけ算も、九九や十の段のかけ算をうまく使えば、答えを求めることができる。[方法の見通し]

自力解決の様子

A つまづいている子
 $12 + 12 + 12 + 12 = 48$
 ・たし算に戻して考えようとしている。

B 素朴に解いている子
 $6 \times 4 = 24$
 $24 + 24 = 48$
 ・12を6と6に分けて考えている。
 「12の段 = 6の段 + 6の段」

C ねらい通り解いている子
 $10 \times 4 = 40$ $2 \times 4 = 8$
 $40 + 8 = 48$
 ・12を10と2に分けて考えている。
 「12の段 = 10の段 + 2の段」

学び合いの計画

学び合いは、互いの考えを理解することから始まります。考えを発表させる際には、一人の子供にすべてを語らせるのではなく、友達を描いた図から、どんな式になるかを想像させたり、友達の書いた式を言葉で説明させたりするとよいでしょう。図と式と言葉を結び付けることで、互いの考えを理解しやすくなります。

みんながどのように考えているかを理解できたら、それぞれの考えに共通する点について話し合います。「それぞれの考えの似ているところはどこですか」と問い、共通する点に目を向けさせます。「どの考えも、分けて計算して後から足している」といったことなどが挙がってくることで、共通していることから本質に目を向けるこ

とができたら、「だったら、12を7と5に分けても計算できる」「8と4でもできる」などと、考えを広げていくことができます。

そのうえで、それぞれの考えのよさやポイントについて考えます。ここでは、先に、12を6と6に分けた子供たちに、その理由を尋ねましょう。「真っ二つに分ければいいから、すぐに思い付いた」「かけ算が1回ですむから簡単」といった理

由が挙がることでしょう。

そのうえで、12を10と2に分ける考えの理由を尋ねます。

半分に分ければ簡単なのに、あえて10と2に分けたのは、どうしてなのでしょう。これは、全員で考えていきたい内容です。10といくつに分ける方法には、かけられる数がどんな数でも使えるというよさがあるのです。

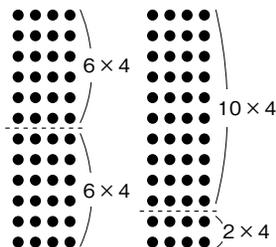
ノート例



| | | |
|---|--|--|
| 九九を超えるかけ算の答えのまとめ方を考えよう。 | | |
| 〈問題〉 12×4 | | 〈まとめ〉 分けて計算して、後からたすと、まとめられる。 |
| 〈自力かい決〉 $6 \times 4 = 24$ $24 + 24 = 48$ 12を6と6に分けて計算した。 | | 〈問題〉 13×4 |
| 〈友だちの考え〉 $10 \times 4 = 40$ +) $2 \times 4 = 8$ 48 | | $10 \times 4 = 40$ $3 \times 4 = 12$ +) 52 |
| 10といくつに分けると、13のんだり15のんだりでも使える。 | | 〈感想〉 10といくつに分ければ、14や15のかけ算もできそうです。 |

全体発表とそれぞれの考えの関連付け

- T: 半分に分けて考えれば簡単なのに、どうして〇〇さんは、10と2に分けて考えたのでしょうか。
- C: きっと、10の段のかけ算は簡単だからだと思います。10×4の答えは、4に0を付け加えるだけです。40です。
- C: それに、40+8は一の位に0があるので、24+24よりもたし算が簡単です。
- C: 半分に分ける方法だって計算は簡単だけど、かけられる数が13や15だと使えません。10といくつに分ける方法は、どんな数でも使えます。



👍 学習のまとめ

12の段は、「6の段+6の段」「10の段+2の段」などに分けて計算できる。



「7の段+5の段」「8の段+4の段」「9の段+3の段」でも計算できる。

九九を超えるかけ算も、分けて計算して後から足すと、答えを求めることができる。

評価問題

13×4

子供の期待する解答の具体例

13を10と3に分けて、 $10 \times 4 = 40$ $3 \times 4 = 12$ $40 + 12 = 52$

本時の評価規準を達成した子供の具体の姿

13×4を10×4と3×4に分けて考え、計算している。

感想例



九九を超えるかけ算も、分けて計算して後から足せば、答えが求められました。



10といくつに分ければ、かけられる数が14や15のかけ算も簡単に答えが求められそうです。



たし算とひき算 (筆算)

執筆 / 富山大学人間発達科学部附属小学校 屋鋪善祐
 編集委員 / 文部科学省教科調査官 笠井健一
 前・富山県南砺市立福光東部小学校校長 中川慎一

| | | |
|--------|--------|----------------------------|
| 年間指導計画 | 4/5月 | 九九表とかけ算のきまり たし算とひき算(筆算) |
| | 6/7月 | 表とグラフ(棒グラフ) 10000より大きい数 |
| | 8/9月 | あまりのあるわり算 円と球 |
| | 10/11月 | かけ算の筆算(×1けた) 重さ |
| | 12/1月 | 分数 小数 |
| | 2/3月 | かけ算の筆算(×2けた) □を使った式 |

本時のねらい (本時7/8時 3けたのたし算とひき算(筆算)のしかたを理解した後)

3けた+3けた=何百が成り立つ式について、繰り上がりのしくみに基づきながら筋道立てて考える。

評価規準 3けた+3けたの計算について、十進位取り記数法による数の表し方や十を単位として見る数の見方などを基に考えている。(思考・判断・表現)

問題

□の中に①から⑨までの数カードを1まいずつ入れて、たして500になる式をつくりましょう。(同じ数を2回使うことはできません。)

$$\square\square\square + \square\square\square = 500$$

- T: ①から⑨の中から6枚選んで、足して500になる式をつくることはできそうですか。
 (※一人ひとりに数カード10枚を配付する)
- C: すぐに全部の数を入れることは難しいな…
 C: 十の位と一の位を0にするには、合わせて10になる数を考えればよいのかな。
 C: どの位から考えればよいのだろう。

👍 学習のねらい 足して500になる式のつくり方を考えよう。

- 見通し**
- 大きい位の数から順番に考えていくとよさそうだ。[方法の見通し]
 - 合わせて10になる数を□に入れていけばよさそうだ。[方法の見通し]
 - 百の位の数が5なので、1〇〇+3〇〇という式になりそうだ。[結果の見通し]

自力解決の様子

十の位は、足して9になる数の組。
一の位は、足して10になる数の組。

A つまづいている子

$$\begin{array}{r} 187 \\ +423 \\ \hline 500 \end{array}$$

繰り上がりの数について考えていない。

B 素朴に解いている子

$$\begin{array}{r} \boxed{3}\boxed{2}1 \\ +\boxed{1}\boxed{7}9 \\ \hline 500 \end{array}$$

一の位から順に、式が成り立つ数の組み合わせを考えている。

C ねらい通り解いている子

$$\begin{array}{r} 1\square\square \quad \boxed{0}\boxed{1}\boxed{2}\boxed{3}\boxed{4}\boxed{5}\boxed{6}\boxed{7}\boxed{8}\boxed{9} \\ +3\square\square \quad (\text{十の位})\ 9\ \text{と}\ 0,\ 7\ \text{と}\ 2,\ 5\ \text{と}\ 4 \\ \hline 500 \quad (\text{一の位})\ 2\ \text{と}\ 8,\ 4\ \text{と}\ 6 \end{array}$$

「百の位は足して4になる数の組」「(0と4)も(2と2)もないので(1と3)」などと、筋道立てて考えている。

学び合いの計画

見いだした式を発表し合うだけでなく、「どうやって、この式を見つけたの」「どう考えたの」と問い返すことによって、考えの筋道や根拠を語る場を設けることが大切です。

そうすることで、互いの考えを共有したり、「十の位の合計は、必ず9になっているよ」など、互いの考え方の共通点から筆算のしくみに目を向け

たりすることができます。

また、「百の位の合計は、5じゃないよ」「十の位の合計は、10じゃなくて9にしなければならないよ」など、誤答について語る発言やつぶやきがあった場合、「どうして〇〇にはいけないの」と問い返し、その根拠を語る場を設けましょう。

ノート例

たして500になる式のつくり方を考えよう。

$$\begin{array}{r} \square\square\square \\ +\square\square\square \\ \hline 500 \end{array}$$

「1」を2回つかって
しまった。

〈自力解決〉

$$\begin{array}{r} 321 \\ +179 \\ \hline 500 \end{array} \rightarrow \begin{array}{r} 324 \\ +176 \\ \hline 500 \end{array}$$

一の位は10になる数を考える。

〈友だちの考え〉

$$\begin{array}{r} 104 \\ +396 \\ \hline 500 \end{array} \quad \begin{array}{r} 142 \\ +358 \\ \hline 500 \end{array}$$

一の位はたして10になる数のペア。

くり上がりがあるから、

十の位はたして9になる数のペア、

百の位はたして4になる数のペア。

〈まとめ〉

くり上がりに気を付けながら、位ごとに数の組み合わせを考える。

〈問題〉

$$\begin{array}{r} \square\square\square \\ +\square\square\square \\ \hline 600 \end{array} \rightarrow \begin{array}{r} 132 \\ +468 \\ \hline 600 \end{array}$$

〈感想〉

くり上がりに気を付けながら、百の位から順番に数の組み合わせ方を考えれば、うまく式をつくることができました。

4けたや5けたの筆算でも、数のしぐみに注目すれば式をつくれそうです。ちょうせんしてみたいです。



全体発表とそれぞれの考えの関連付け

T: どのように考えましたか。

C: 一の位は10になる数の組を探しました。

C: 百の位は足して4になる数、十の位は足して9になる数にしました。

T: どうして百の位は、5ではいけないのですか。

C: 十の位から1繰り上がるからです。足して4になる数の組は、「0と4」「1と3」「2と2」がありますが、百の位に「0」は使えないし、

「2」は1回しか使えないので、百の位は「1と3」だけです。

C: 十の位は足して9になればよいから、数のペアは「9と0」「7と2」「5と4」でもできます。「1と8」「3と6」も足して9になりますが、百の位で使っているので考えなくてよいです。

C: なるほど! だったら、ほかの数の数のペアでもできそうです。

👍 学習のまとめ

百の位は、足して4(5 - 1)になる組を考えればよい。 (1-3)

十の位は、足して9(10 - 1)になる組を考えればよい。 (0-9, ~~1-8~~, 2-7, ~~3-6~~, 4-5)

一の位は、足して10になる組を考えればよい。 (~~1-9~~, 2-8, ~~3-7~~, 4-6)



繰り上がりに気を付けて、位ごとに数の組み合わせを考えれば、式をつくることができる。

評価問題

□の中に0から9までの数カードを1まいずつ入れて、合わせて600になる式をつくりましょう。

(同じ数を2回使うことはできません。)

$$\square\square\square + \square\square\square = 600$$

子供の期待する解答の具体例

$$\begin{array}{r} 132 \\ +468 \\ \hline 600 \end{array} \quad \begin{array}{r} 214 \\ +386 \\ \hline 600 \end{array} \quad \text{など}$$

本時の評価規準を達成した子供の具体の姿

繰り上がりに気を付けて、位ごとに数の組み合わせを考えている姿。

感想例



繰り上がりに気を付けて、百の位から順番に数の組み合わせを考えたら、うまくできました。



4けたの問題でも、数の組み合わせに気を付ければ式をつくれそうです。やってみたいです。



いろいろな動きにチャレンジ! 体ほぐしの運動・ 多様な動きをつくる運動

体づくり運動

執筆／埼玉大学教育学部附属小学校校内教頭 森田哲史
編集委員／国立教育政策研究所教育課程調査官 塩見英樹
埼玉県教育委員会主任指導主事 河野裕一

| 年間指導計画 | 内容 |
|--------|--|
| 4/5月 | 体づくり運動 走・跳の運動 (小型ハードル走) ゲーム (ベースボール型ゲーム) |
| 6/7月 | 水泳運動 |
| 8/9月 | 表現運動 走・跳の運動 (かけっこ・リレー) |
| 10/11月 | 器械運動 (鉄棒運動) 走・跳の運動 (高跳び) |
| 12/1月 | 体づくり運動 ゲーム (ネット型ゲーム) |
| 2/3月 | 器械運動 (マット運動) ゲーム (ゴール型ゲーム) |

授業づくりのポイント

本単元では、多様な動きをつくる運動の中で、「体のバランスをとる運動」と「力試しの運動」を扱います。12/1月号では「体を移動する運動」と「用具を操作する運動」を扱う計画です。



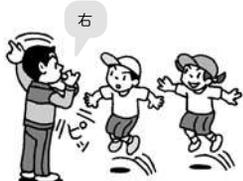
中学年の体づくり運動は、「体ほぐしの運動」及び「多様な動きをつくる運動」で構成されています。「体ほぐしの運動」では、心と体の変化に気付くことと、みんなでかかわり合うことをねらいとしています。「多様な動きをつくる運動」では、ほかの運動領域では扱われにくい体のさまざまな動きを取り上げ、その行い方を知るとともに、運動の楽しさを味わいながらさまざまな基本的な体の動きの幅をさらに広げていくとともに、動きの質を高めることをねらいとしています。運動を楽しく行うために、友達の動きを見たり、話し合ったりしながら自分の課題を見つけ、その解決のための活動を工夫し、それを友達に伝えられるような授業展開としましょう。また、きまりを守って誰とでも仲よく運動をし、友達の考えを認め、場や用具の安全に気を付けることができるようにしていきます。コロナ禍で、直接触れ合うことは難しいのですが、友達と心のかかわり合いができるような授業づくりをしていきましょう。

楽しもう ～動きのレパートリーを増やし、いろいろな動きを広げよう～

クラス替えをして間もない時期に体ほぐしの運動をすることは、人間関係づくりにも有効です。手軽でどの子供も楽しめる運動 (伝承遊びなど) から始めましょう。ただし、活動だけにならないよう「体を動かすと、どんな気持ちになるかな」「友達と運動するよさは何かな」などと発問をし、心と体の変化に気付くことができるようにしましょう。多様な動きをつくる運動では、じゃんけんすごろくを楽しんでいるうちに、さまざまな動きを身に付けられるようにします。友達と仲よく安全に運動できるよう、きまりを守ったり、場の安全を確かめたりすることも忘れずに指導しましょう。

体ほぐしの運動例

●言うこといっしょ、やることいっしょ



慣れてきたら「言うこといっしょ、やること逆」や「言うこと逆、やることいっしょ」と変えてみましょう。

●だるまさんの一日



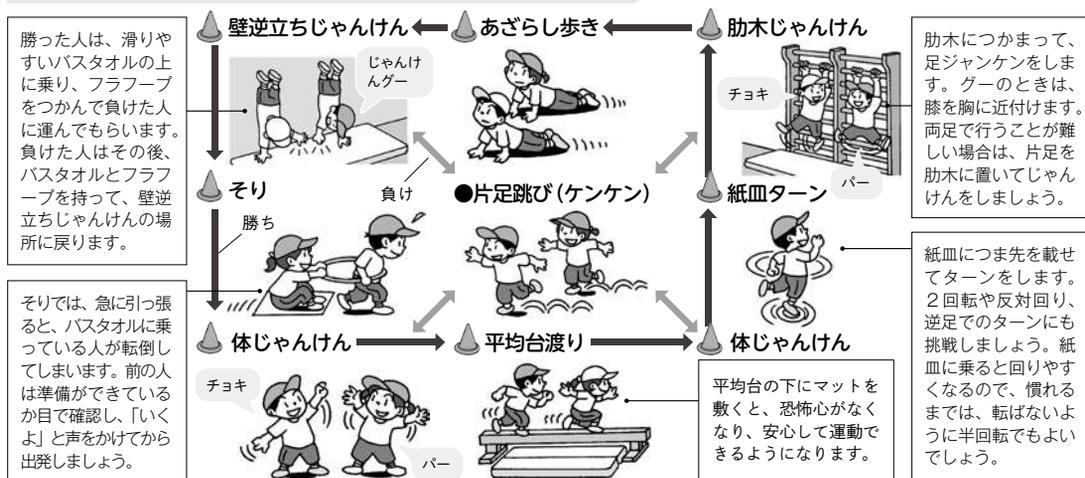
感染症拡大防止のため、鬼に捕まった際には手と手ではなく、足と足でつながるようにしましょう。

●まねっこランニング



順番を決めて並び、先頭の真似をして走ります。30秒を目安に交代し、先頭を終えた人は列の一番後ろに並びましょう。

多様な動きをつくる運動例「じゃんけんすごろく」



単元計画

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、授業前後の手洗いを徹底しましょう。用具を触った手で顔などを触らないことを確認しましょう。また、適宜水分補給もしましょう。

| 時 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|---|---|--|--------|---|-----|-------------|---------|--------|----------|--|------------|--|--|-------------|--------|-------------|-----------|------------------------|------------|--|--------------|--|
| 0 | <p>●オリエンテーションをしよう</p> <ul style="list-style-type: none"> 集合、整列、あいさつ、健康観察をする。 一年のはじめに体育の学習での約束を確認する。 学習の進め方を確認する。 チーム編成をする。 ※1チーム4～5人(男女混合) 安全に運動するための約束を確認する。 ※集合する際には、一定の間隔(2m以上)を空けること。 試しの体ほくしの運動をする。 試しの多様な動きをつくる運動をする。 ※肋木や平均台の上などの高い位置から安全に着地できるように、着地する場所に人がいないことを確認すること、両足で膝を曲げて着地することを指導しましょう。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | <p>●集合、整列、あいさつ、健康観察をする。</p> <p>●一年のはじめに体育の学習での約束を確認する。</p> <p>●学習の進め方を確認する。</p> <p>●チーム編成をする。</p> <p>●※1チーム4～5人(男女混合)</p> <p>●安全に運動するための約束を確認する。</p> <p>●※集合する際には、一定の間隔(2m以上)を空けること。</p> <p>●試しの体ほくしの運動をする。</p> <p>●試しの多様な動きをつくる運動をする。</p> <p>●※肋木や平均台の上などの高い位置から安全に着地できるように、着地する場所に人がいないことを確認すること、両足で膝を曲げて着地することを指導しましょう。</p> | | <p>●集合、整列、あいさつ、健康観察、準備運動をする。</p> <p>●体ほくしの運動をしよう</p> <ul style="list-style-type: none"> 言うこといっしょ、やることいっしょ ※列が近いとぶつかる危険性があります。感染症拡大防止の観点からも手はつながず、間隔を広くとりましょう。 だるまさんの一日 ※鬼は「だるまさんが〇〇した」と動きを指示してからふり向きませす。ほかの子供は指示された動きをしてから止まります。 まねっこランニング ※先頭は、けがにつながる危ない動きはしないように注意しましょう。 | | <p>●チーム対抗体づくり運動大会に向けて、動きを高めよう</p> <ul style="list-style-type: none"> チーム対抗体づくり運動大会に向けて動きを高めるために、チームで動きを見合ったり、話し合ったりする。 チーム対抗体づくり運動大会に取り組む。 ※チーム対抗戦というゲーム化をすることで、運動への意欲を高めましょう。ただし、勝敗にこだわらぬあまり、動きが雑になりがちですので、「動きの質を高めなければ勝てないゲーム」となるように工夫する必要があります。また、じゃんけんという不確定要素のある種目を入れることで、どのチームにも勝つ楽しさや喜びに触れられるように配慮をしましょう。 ※大会はリーグ形式とし、単元後半3時間をかけてリーグを終了できるように計画をしましょう。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | <p>●じゃんけんすごろくで、いろいろな動きを身に付けよう</p> <ul style="list-style-type: none"> じゃんけんすごろくに取り組む。 ※じゃんけんを取り入れた遊びを繰り返すなかで、いろいろな動きのレパートリーを増やせるようにします。カラーコーンが置いてある場所で友達1人とじゃんけんをし、勝った場合は次のコーンまで指定された動きをしながら移動します。負けた場合は中央のコーンまで片足跳びで進み、元のポイントまで逆足の片足跳びで戻ります。 ※すごろくを3周したらあがりとし、じゃんけんマン(赤白帽子を裏返す)として各ポイントに立つようにします。 ※各ポイントのじゃんけんを、体じゃんけん、回転してからのじゃんけん、壁逆立ちじゃんけん、肋木じゃんけんなどに变化させることで動きのレパートリーを増やすこともできます。 <p><じゃんけんすごろくで取り上げる動きの例></p> <table border="1"> <tr> <td>体のバランスをとる運動</td> <td>力試しの運動</td> </tr> <tr> <td>●紙血ターン</td> <td>●そり</td> </tr> <tr> <td>●片足跳び(ケンケン)</td> <td>●あざらし歩き</td> </tr> <tr> <td>●平均台渡り</td> <td>●肋木じゃんけん</td> </tr> <tr> <td></td> <td>●壁逆立ちじゃんけん</td> </tr> </table> | | 体のバランスをとる運動 | 力試しの運動 | ●紙血ターン | ●そり | ●片足跳び(ケンケン) | ●あざらし歩き | ●平均台渡り | ●肋木じゃんけん | | ●壁逆立ちじゃんけん | <p>●チーム対抗体づくり運動大会で取り上げる動きの例></p> <table border="1"> <tr> <td>体のバランスをとる運動</td> <td>力試しの運動</td> </tr> <tr> <td>●平均台どんじゃんけん</td> <td>●肋木ひざ文字対決</td> </tr> <tr> <td>※体が接触しないように言葉がけをしましょう。</td> <td>●折り返しそりリレー</td> </tr> <tr> <td></td> <td>●壁逆立ちどんじゃんけん</td> </tr> </table> | | 体のバランスをとる運動 | 力試しの運動 | ●平均台どんじゃんけん | ●肋木ひざ文字対決 | ※体が接触しないように言葉がけをしましょう。 | ●折り返しそりリレー | | ●壁逆立ちどんじゃんけん | |
| 体のバランスをとる運動 | 力試しの運動 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ●紙血ターン | ●そり | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ●片足跳び(ケンケン) | ●あざらし歩き | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ●平均台渡り | ●肋木じゃんけん | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ●壁逆立ちじゃんけん | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 体のバランスをとる運動 | 力試しの運動 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ●平均台どんじゃんけん | ●肋木ひざ文字対決 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ※体が接触しないように言葉がけをしましょう。 | ●折り返しそりリレー | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ●壁逆立ちどんじゃんけん | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 45 | <p>●ふり返りをしよう ・できたことや分かったこと、友達の真似したい動きなどのふり返り。・整理運動、あいさつ。</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 運動を楽しもう | | もっと運動を楽しもう | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

もっと楽しもう ～動きを見たり話し合ったりして、動きの質を高めよう～

単元後半では、動きの質を高めることをめざします。しかし、ただ単に繰り返すだけでは子供たちは飽きてしまいます。リレー形式の遊びなどを組み入れたチーム対抗のゲームとすることで、楽しみながら動きの質を高められるようにしましょう。勝負に夢中になるあまり、動き方が雑になってしまう場合には、「〇〇さんは、◇◇を意識して行っているから上手だし、ゲームにも勝てるのですね」など言葉がけをし、よい動きに着目できるようにします。そして、友達と自分の動きを比べて課題を見付け、壁逆立ちどんじゃんけんでは、「腰の高さぐらいに足を上げてやってみよう」と自分に合った解決のための活動を選んだり、考えたことを友達に伝えたりする活動につなげていきましょう。

チーム対抗体づくり運動大会

●平均台どんじゃんけん



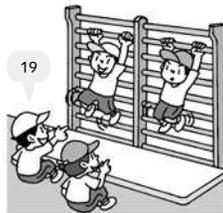
通常のどんじゃんけんでは、合流したところで「ど～ん」と言いながら手でタッチをしますが、感染症拡大防止のため「ど～ん」の言葉だけにしましょう。

●壁逆立ちどんじゃんけん



どんじゃんけんでは、相手陣地(平均台やマットに印を付けておく)までたどり着いたチームの勝ちとします。また、1ゲーム3分と時間を決めて、終了の笛が鳴ったとき、半分以上進んでいたほうのチームの勝ちとするのもよいでしょう。横移動が難しい場合は、跳び箱の1段目を壁に沿って並べ、その跳び箱に足を載せた姿勢で移動するなど、自分に合った動き方を選ぶようにしましょう。

●肋木ひざ文字対決



肋木につかまり、膝で2けたの数字を描きます。それぞれに違う数字をお題として与え、チームの友達がその数字を当てます。両膝で行うことが難しい場合は、片足を肋木に置いて、反対足の膝で数字を描くようにします。

●折り返しそりリレー



そりから落ちないようにバランスをとります。そりに乗っていた人は、次に引っ張る役になります。どうしたらそりを速く引っ張ることができるのか、どうしたらそりから落ちないようにバランスをとることができるかを考え、チームの友達に伝えましょう。



自分に合ったリズムや心地よさを引き出す 調子よく走り越えよう！

走・跳の運動（小型ハードル走）

執筆／埼玉県川口市立並木小学校教諭 諏訪真宣
編集委員／国立教育政策研究所教育課程調査官 塩見英樹
埼玉県教育委員会主任指導主事 河野裕一

| | | |
|--------|--------|-----------------------------|
| 年間指導計画 | 4/5月 | 体づくり運動 走・跳の運動（小型ハードル走） |
| | 6/7月 | ゲーム（ベースボール型ゲーム） 水泳運動 |
| | 8/9月 | 表現運動 走・跳の運動（かけっこ・リレー） |
| | 10/11月 | 器械運動（鉄棒運動） 走・跳の運動（高跳び） |
| | 12/1月 | 体づくり運動 ゲーム（ネット型ゲーム） |
| | 2/3月 | 器械運動（マット運動） ゲーム（ゴール型ゲーム） |

授業づくりのポイント

中学年の「小型ハードル走」では、小型ハードルを調子よく（動きがとぎれずに滑らかに）走り越える心地よさや、友達と競い合う楽しさや喜びに触れることができます。また、体をたくみに操作しながら走り越える動きも身に付けることができる運動です。運動を楽しく行うために、自己の課題を見付け、その解決のための活動を工夫するとともに、きまりを守り、誰とでも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりできるようにすることなどをねらいとしています。

授業では、小型ハードルを自己に合ったリズムで走り越える動き自体のおもしろさや心地よさを引き出す指導を基本にしながら、すべての子供が、進んで運動に取り組むことができるような活動のしかたや場を工夫していくことが大切です。

新型コロナウイルス感染症対策として、授業前後に手洗いを行うことや、友達と話し合う際には身体的距離を確保したり、マスクをしたりすることを確認しましょう。



楽しもう ～いろいろなリズムの小型ハードル走を楽しもう～

単元前半では、インターバルの距離や小型ハードル、障害物の高さがさまざまなコースで小型ハードル走を行います。スキップリレーやゴム跳び鬼ごっこなど、小型ハードル走につながる感覚づくりの運動を、単元を通して授業のはじめに行います。そして、いろいろなリズムを感じることができるコースを作り、コースに応じたリズムで走り越える楽しさが味わえるようにしましょう。授業の後半ではチーム対抗競走を行い、それぞれのチームで走りやすいコースを作り、競走をして楽しみます。

競走を通して、同じ間隔に並べられた小型ハードル間を一定のリズムで走る楽しさや心地よさを味わえるようにし、単元後半の学習につなげられるようにしましょう。

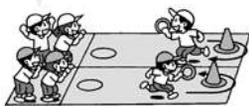
ゴムを張った小型ハードルやダンボールを用いたハードルなど当たっても痛くない用具を工夫することで、運動が苦手な子供も安心して学習に取り組めるでしょう。



感覚づくりの運動

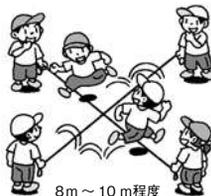
●スキップリレー

低く跳ぶと速くスキップできるね。



走っている友達の足が○に入ったら、次の人がスタートします。

●ゴム跳び鬼ごっこ



8m～10m程度

ゴムひもの高さを子供の膝程度の高さとし、安心して走り越える高さにします。接触を避けるために逃げる人と鬼が同じ領域に入ったら鬼を交代し、時間で区切ってほかの友達と交代します。また、衝突の危険を避けるために、走る方向を決めたり、ゴムひもが顔に当たらないように強く張りすぎないようにしたりして安全に楽しめるようにしましょう。

小型ハードルとしての用具例

- ・ダンボール ・ゴム
- ・シート ・ミニハードル
- ・2つに切ったダンボール
- ・ペットボトル
- ・コーン



いろいろなリズムでの小型ハードル走

●いろいろなインターバル



●一定のインターバル



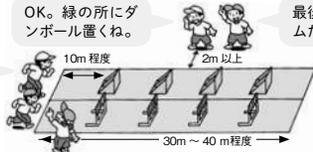
●いろいろな高さ



教師は「どんなリズムで走り越えていたかな」や「いろいろなリズムと一定のリズムだとどっちが速く走れるかな」など、子供の思考を促す発問をし、一定のリズムで走る心地よさを実感できるようにしましょう。

チーム対抗競走で楽しもう

緑のテープ（4m間隔）の所にダンボールを置いて、3歩で走れているか見て！



OK。緑の所にダンボール置けね。

最後まで3歩のリズムだったか、見るね。

調子よく走り越すことができる子供には「より速く走り越すためにはハードルをどう跳ぶ」などと発問をし、「走り越える高さ（低く越える）」や「遠くから踏み切ること」を意識できるようにすることで、動きの質を高められるようにしましょう。「チーム対抗競走」と「コースを作って各チームで試す」活動を交互に行います。その際、チームの友達に横から「調子よく走り越えられているか」を見てもらい、気付いたことを伝えてもらうことで、自分に合ったリズムを見付けられるようになります。

インターバルロープ（障害物を置く場所にビニールテープなどの印を付けることで、素早く準備することができます）



※インターバル（3m、4m、4.5m）及び第1ハードルまでの距離（10m）は例です。子供の実態に応じて決めましょう。

30m～40m

単元計画

※単元前半はいろいろなリズムで走り越えたり、チームでコースを作って競走したりして楽しめます。単元後半は自分に合ったインターバル (3m、4m、4.5m) を選んでタイムリミット走を行い、グループで競走を楽しみます。

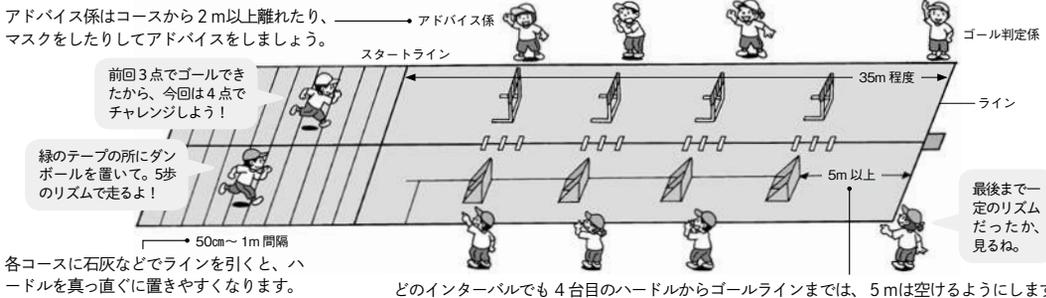
| 時 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|----|--|--|--|--|------------|---|
| 0 | <p>●オリエンテーションをしよう</p> <ul style="list-style-type: none"> 集合、整列、あいさつ、健康観察をする。 安全に関する指導をする。 ※「走るときは前の友達を走り終えてからスタートする」 「ハードルがずれていないか、倒れていないか確認する」 「集合する際には、一定の間隔 (2m 以上) を空ける」 チーム編成をする。 ※1チーム4～6人程度 (男女混合) 準備運動をする。 感覚づくりの運動をする。 いろいろなリズムでの試しの小型ハードル走をする。 試しのチーム対抗競走をする。 ※1時間目は、ダンボールやペットボトル、シートなどさまざまな小型ハードルを経験することができるように促し、いろいろなリズムで楽しく走ることができるようにとよいでしょう。 | <p>●いろいろなリズムで小型ハードルを走り越えよう</p> <ul style="list-style-type: none"> それぞれのチームで小型ハードル走に取り組む。 ※さまざまな種類の小型ハードルでコース (1コースにつきハードル4台程度) を作って実際に走ります。用具の置き方やインターバルを変えることでリズムが変わることに気付く子供を称賛し、いろいろなリズムで走る楽しさを味わえるようにしましょう。 <p>また、一定の間隔で並べたときと比較することで、同じリズムで走る心地よさを実感できるようにしましょう。</p> <p>●ローテーションのしかた</p> <p>走り終わった人が合図をしたり、横で見ている友達がずれたハードルを安全に運動を楽しめるようにしましょう。</p> | <p>●チーム対抗競走をして楽しもう</p> <p>(2チーム対抗、2回戦1セット)</p> <p>《走るときの流れ①～④》</p> <ol style="list-style-type: none"> ①障害物 (ダンボール、ミニハードル、ゴムハードルなど) を決める。 ②インターバル (3m、4m、4.5m) を決める。 ③インターバルと障害物をチームの友達に伝え、走る。 ④次の人と交代する。 <p>※リズムを伝えるときには「イチ、ニ、サーン」や「トトーン」など、短く分かりやすい言葉で伝えられるとよいでしょう。</p> | <p>●タイムリミット走をして楽しもう</p> <ul style="list-style-type: none"> それぞれのチームで練習に取り組む。 ※4時間目までに行った「チーム対抗競走」と同じ要領 (走るときの流れ①～④) でコースを作り、練習をします。 ※速く走るためのよい動き (「一定のリズムで走り越える」に加え、子供の気付きを基にした「速くから踏み切って、近くに着地する」「着地した後の足を大きく速く出している」「低く走り越えている」など) をしている子供を取り上げ、全体に広めていきます。 チーム対抗タイムリミット走① (2チーム対抗) に取り組む。 ※1人1回ずつ走り、チームの合計得点で競います。 ※制限時間ごと (例：8秒ごと) に繰り返しブザーが鳴るようにタイマーをセットすること、ブザーの音に合わせてスタートすることができ、ゴールの判定もしやすくなります。タイマーの活用が難しい場合には、各チームで「スタート合図係」「ゴール判定係 (ストップウォッチで計測)」の役割を決めて行いましょう。 | | |
| 45 | ●ふり返りをしよう | できたことや分かったこと、困ったことをふり返り、次時につなげる。 | ●整理運動、あいさつをする。 | 運動を楽しもう | もっと運動を楽しもう | |

もっと楽しもう ～チーム対抗タイムリミット走をして楽しもう～

単元後半では、単元前半で見付けた自分に合ったインターバル (3m、4m、4.5m) と小型ハードルを選んで、チーム対抗タイムリミット走を楽しみます。ここでは、スタートから制限時間内でゴールすることができるように、各自でスタートラインを選び、走る距離を調整します。スタートラインが下がる (走る距離が長くなる) ほど、ゴールできたときに得られる得点が多くなります。制限時間内で走り切れる距離を伸ばそうという意欲を引き出すことで、速く走り越えるためのよい動きを身に付けられるようにし、小型ハードル走の楽しさをより味わえるようにしましょう。また、ここでは個人の得点を合計してチームの得点とし、ほかのチームと得点を競い合います。チームの得点を伸ばすために必要感をもってアドバイスしたり、応援したりすることで、チームの得点が伸びた際の達成感も味わえるようにしましょう。

チーム対抗タイムリミット走

用具の安全を確かめて運動に取り組んだり、勝敗を受け入れていたりする子供の姿を取り上げて全体に広めることで、運動を楽しむための大切な態度も身に付けられるようにしましょう。



多くの子供が制限時間内にゴールできる楽しさや喜びを味わえるように、制限時間の設定のしかたを工夫することが大切です。

《制限時間の設定のしかたの例》

- ①：「二年生時の50m 走の平均タイム」× 0.7
 - ②：「三年生時の50m 走の平均タイム」× 0.7
 - ③：「三年生時の50m 走で全員がゴールできるタイム」× 0.7
- ※ [0.7] …50m を 1 と見たとき、35m (例) は 0.7 にあたる。

チームタイムリミット走の規則の例

- 制限時間内でゴールできそうなスタート位置を選ぶ。
 - インターバルと障害物をチームの友達に伝え、走る。
 - 走り終えたら、ゴール判定係→アドバイス係と役割を交代する。
 - チーム全員が走り終えたら得点を集計し、勝敗を決める。
 - 一緒に走った相手に勝てたら、ボーナス得点1点。
- 例：1点の位置からスタートし、いっしょに走った相手に勝てた⇒2点 (1点+ボーナス1点)

一人ひとりがスタート位置が異なります。「いっしょに走った相手に勝てたらボーナス得点1点」とすることで、誰もが勝つ可能性があり、競走する楽しさを味わうことができます。