

体育科指導略案

指導者名 ○○ ○○

- 1 対象 第5学年2組 18名
- 2 日時 令和6年6月26日 水曜日 第5校時 (13:40~14:25)
- 3 場所 体育館
- 4 単元名 体づくり運動「噛む力で運動能力向上！」

5 単元の目標

- (1) 噛む力を向上させることで、運動能力の向上につながることを理解する。
- (2) 自身の身体のために意欲的に咀嚼する意識を高めることができる。

6 単元指導計画 (全4時間)

【単元のゴール】

噛む力と、運動能力の関係性について考え、運動能力を向上するために噛む力を鍛える実践意欲を高め
ている。

第1時 噛む力と運動能力が関わっているのかを調べる。

第2時 噛む力と運動能力の関係について実験をする。(本時)

第3時 自分たちの噛む力を調べ、課題を設定する。

第4時 どうすれば噛む力を向上できるのかを考え実践意欲を高める。

第5時 正しく噛むことによって身体にどのような影響があるのかを知る。

7 本時の目標

噛むことを意識しながらいくつかの種目に挑戦し、記録の結果から、噛む力と運動能力の関係について
考えたことを伝えることができる。

8 本時の展開 (2/5)

過程	学習活動	学習 形態	指導上の留意点	評価規準 【評価の観点】 (評価方法)
導入 5分	○これまでの学習を振り返る。	一斉	○噛む力が運動能力向上に関わっているという事を確認し、現状の噛む力について考える。	◇噛むことを意識して行った実験の結果から、考えたことを伝えている。 【思考・判断・表現】 (発言、ワークシート)
	噛むことを意識して、記録を測ってみよう。			
展開 35分	○握力、長座体前屈、反復横跳びの3種目に取り組み、噛むことを意識している時と意識していない時の結果を比べてみる。 ○結果から分かることを考える。 ○全体で交流し、噛む力と運動能力に関わりがあったのかどうかを話し合う。	一斉 ペア 一斉	○実施途中で噛む意識からそれてしまわないように、しっかり噛みしめるように声掛けを適宜行う。 ○噛む力と記録の関係性があるのかについて交流する。 ○結果に違いが出なかった場合は、前時に調べたことを想起させ、噛む力と運動能力には関わりがあるはずだという視点を持たせる。	十分満足できると判断される状況 ○実験の結果から、具体的な考えを持ち、交流している。 努力を要する状況への手立て ○噛むことを意識することで、実験中に体に変化がなかったか考えさせる。
まとめ 5分	○学習の振り返りをする。	個別	○どうして本時のような結果が出たのかに目を向け、自分の噛む力に興味を持たせ、次時に繋げる。	