

**授業概要**

本授業は、小学校学習指導要領に示された各運動領域の内容と指導方法を理解することを目的とする。低学年に示された運動遊びと中学年以降の各種の運動・技との動きの系統性を明らかにしながら、実技をとおして各種の運動の運動技術（=合目的な体の動かし方）、運動技術を獲得するために必要な教具・場の設定・帮助の仕方を指導する。体育科においては、運動を「する」のみにとらわれず、「する」・「見る」・「支える」・「知る」といった、運動との多様なかわり方があることを理解するために、実技に加え、スポーツ運動学における「運動観察」を伴った運動実施における動きの見方と観察内容を活かした対話的な学びの方法について指導する。

**授業計画**

第 1 回	「オリエンテーション」：授業の目標・内容・方法とグルーピング，準備運動・整理運動の考え方
第 2 回	「体づくり運動①」：体ほぐしの運動，体の柔らかさ・力強い動きを高める運動，動きを持続する能力を高める運動
第 3 回	「体づくり運動②」：巧みな動きを高める運動，新体力テストの実施方法
第 4 回	「陸上運動①」：短距離走・リレーの運動技術と指導方法
第 5 回	「陸上運動②」：幅跳び・走り幅跳びの運動技術と指導方法（★）
第 6 回	「陸上運動③」：高跳び・走り高跳びの運動技術と指導方法（★）
第 7 回	「表現運動」：表現・リズムダンス・フォークダンスの指導方法
第 8 回	「器械運動①」：マット運動の運動技術・帮助の仕方と指導方法（★）
第 9 回	「器械運動②」：鉄棒運動の運動技術・帮助の仕方と指導方法（★）
第 10 回	「器械運動③」：跳び箱運動の運動技術・帮助の仕方と指導方法（★）
第 11 回	「ゲーム・ボール運動①」：ネット型の教材・運動技術・作戦の考え方と指導方法
第 12 回	「ゲーム・ボール運動②」：ベースボール型の教材・運動技術・作戦の考え方と指導方法
第 13 回	「ゲーム・ボール運動③」：ゴール型の教材・運動技術・作戦の考え方と指導方法
第 14 回	「器械運動④」：マット運動・跳び箱運動の指導方法 2（★）
第 15 回	「運動指導方法にかかわるレポートの作成」：運動技術・指導方法にかかわるレポートの作成
第 16 回	「レポートの修正・提出」：運動技術・指導方法にかかわるレポートの修正

**到達目標**

- 小学校学習指導要領解説体育編に示された各運動領域の各種の運動の試行をとおして、取り上げた運動の運動技術を理解した上で自己の動きを高めることができる。
- 運動技術の理解をもとに、運動局面・身体部位・動きに着目して他者観察する方法を身に付け、動きの修正に必要な助言をすることができる。

**履修上の注意**

- 第 1 回目の授業では、本講義の概要と方針を伝え、グループ分けをするため、必ず出席すること。
- 第 2 回以降の実技の際は、体育アリーナ用のシューズと運動に適した服装で授業に臨み、ピアスやネックレス、指輪などの宝飾品を外して自己管理しておくこと。また、適宜水分補給ができるように飲料を準備しておくこと。
- 体調不良やケガなど、実技に参加できない場合は、遠慮なく必ず申し出ること。
- （★）の回では、実技評価を実施する。
- 授業で学んだ各運動の運動技術・指導方法をレポート作成に活かすこと。

**予習・復習**

- 次時の授業に向けて資料が配付された際は、事前に熟読した上で教科書とともに授業時に持参すること。

**評価方法**

次のように総合評価する。①実技評価：50%，②レポート：50%  
※授業態度を加減点する。

**テキスト**

- ・教科書名：小学校学習指導要領解説体育編
- ・著者名：文部科学省
- ・出版社名：東洋館出版社
- ・出版年（ISBN）：2018年（978-4-491-03467-6）

