

第 3 章

「京の子ども元気なからだスタンダード」
を使ってみましょう

各学校の実態に合わせて使いましょう。

☆授業(体育)での取組例① 1学級(1教員)単位で使う場合

☆授業(体育)での取組例② 複数学級(複数教員)単位で使う場合

☆休み時間での取組例

☆保護者との連携例

授業(体育)での取組例①

スタンダード動作スキル	スタンダード動作課題	主な関連領域
「ボールに合わせて動く」動き	ドリブル・ジグザグドリブル走	ゲーム(ゴール型ゲーム)
「全身をうまく使う」動き	逆上がり	器械運動(鉄棒運動)
「全身をうまく使う」動き	後転	器械運動(マット運動)
「ボールに合わせて動く」動き	手で打つ	ゲーム(ベースボール型ゲーム)
「ボールに合わせて動く」動き	ボールを蹴る	ゲーム(ゴール型ゲーム)
「力いっぱい押ししたり引いたりする」動き	押し合い・引っ張り合い	体づくり運動(多様な動きをつくる運動)
「きれいに走ったり、リズムカルに跳んだりする」動き	障害物跳び越し	走・跳の運動(小型ハードル走)
「きれいに走ったり、リズムカルに跳んだりする」動き	力強く走る(走動作)	走・跳の運動(かけっこ・リレー)
「動きながらバランスを保つ」動き	平均台歩き	体づくり運動(多様な動きをつくる運動)
「動きながらバランスを保つ」動き	スクワット	体づくり運動(多様な動きをつくる運動)



★関連する領域の導入等で使ってみましょう。

例1 「ドリブル走・ジグザグドリブル走」をゴール型ゲーム(ポートボール)の単元で活用

時間	実施内容	先生のねらい
1時間目	「ドリブル走・ジグザグドリブル走」でタイムを測定 ねらいと単元計画を知る、ルールやゲームの進め方を知る等	「ボールに合わせて動く」動きの獲得状況把握
2・3時間目	リーグ戦①	(リーグ戦でゲームを楽しむ) (ボールの操作や動き方に慣れる)
4時間目	「ドリブル走・ジグザグドリブル走」でタイムを再測定 対抗戦	子どもに動きが身に付いているか確認 (チームの時間に振り返り、練習)
5・6時間目	対抗戦とチームの時間	
7時間目	リーグ戦②	(チームの時間の活動を生かす)
8時間目	コーン位置や条件の工夫をした発展型でチーム対抗戦 まとめ	動きの上達の実感を味わわせる

○単元の最初と最後等に測定をすることで、子どもたち自身にも技能が身についた実感を味わわせることができます。

○指導者が子どもたちの技能の実態を知ることで授業の展開を考えることに役立ちます。

例2 体づくり運動の単元でスタンダード動作課題を活用

- 「平均台歩き」を変化させて、「動きながらバランスを保つ」動きをやってみましょう。
→文部科学省「多様な動きをつくる運動(遊び)」パンフレットの活用
※安全のためにマットを敷く等、配慮をしてください。



たとえば、ボールをつきながら歩いてみましょう。



★動作課題測定の時間を設定して使ってみましょう。

スタンダードの測定をしましょう。

「体づくり運動」領域で活用→学習指導要領で増加した授業時間の有効活用
先生が1人で、1学級の児童を見るときは、1時間の授業で3課題程度の測定をします。先生が、指導者用カードを持って進めます。
子どもたちは自分のチャレンジカードに記入していきます。

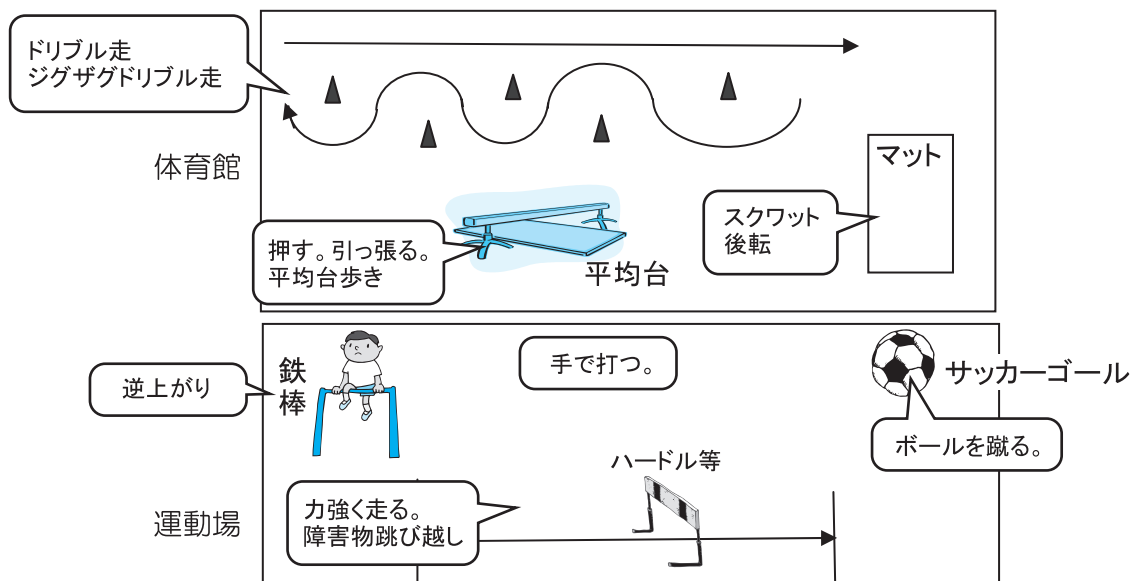


1時間目	体育館	平均台歩き・スクワット・後転
2時間目	運動場	逆上がり・ボール蹴り
3時間目	体育館	ドリブル走・ジグザグドリブル走・押す・引っ張る
4時間目	運動場	走る・障害物跳び越し・手で打つ

授業（体育）での取組例②

2時間連続授業の設定をします。

子どもを2班に分け、体育館スタート班と運動場スタート班とします。
先生も体育館担当(2人)と運動場担当(2人)に分かれます。
子どもは自分のチャレンジカードを持ってそれぞれの場所で動きにチャレンジし、先生は指導者用記録用紙(課題別)に記録します。



休み時間での取組例

休み時間を30分に伸ばしてみましょう。→週1回、隔週1回、学期に1週間など

休み時間の子どもたちは、内遊びと外遊び、どんな様子でしょう。
高学年になると、特に女子で外遊びが減ってきていませんか。
しかし、30分に時間を伸ばすだけでは外遊びをする子どもは増えません。

さまざまな手立てを講じる ↓ ことで外遊びが増えます。

休み時間を使ってスタンダード動作課題を、子どもたち自身でお互いできるかの確認をしてみましょう。学校でアレンジをして‘学校版サスケ(体力づくり指導の手引き The First Step 授業実践事例及び展開例 Ver.2参照)’として実施してもよいでしょう。

- 学級で取り組む。(全員で・グループで)
- 縦割り班で取り組む。

○先生と一緒にやる。

保護者との連携

- ①学習ボランティアとして、測定の補助をお願いする。
- ②参観時等を利用して、保護者と一緒にスタンダード測定にチャレンジする。

実際に子どもの実態を見ることで、保護者の意識が変わります。

- ③長期休業中(夏休みや冬休み)に家庭での取組の啓発

元気なからだづくりシートを活用してみましょう。

京の子ども元気なからだスタンダード 元気なからだづくりシート	
年	組 名 前
私の課題…チャレンジカードを見て、自分がうまくできなかったり、 気づかなかった動きやわざのポイントを書き出そう。	
私の目標…できなかったものをがんばったり、できたものをもっとうまくできるよ うにがんばる目標を立ててみましょう。 ★	
感想	
保護者からのメッセージ	
京都府教育委員会では、21世紀を担う子どもたちが確かな学力、豊かな人間性、健康 や体力などの「生きる力」を身に付け、夢や希望を持てはたく人間として育つことを 目指した教育を推進しています。子どもたちが、たくましく生きるためには、心身の健 康や体力の向上は欠かせることができません。	
子どもたちが、生涯にわたってスポーツに親しむために「京の子ども元気なからだスタ ンダード」にご家庭においても取り組んでいただきますようお願いいたします。	

スタンダード動作課題から
子ども自身が課題を見つけ
ることができるといいです
ね。

子どもたちの夏休みや冬休みの
1日の生活の中に‘体を動かす’
ことが入ってくるといいでしょう。
サンプルシートでは10日間の設定
ですが、自由に設定してください。