

令和6年度 授業づくりシート

教科名 自立活動 5 学年

単元名	「動物歩き・ストレッチ」	
単元の目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>イラストや教師の手本を見て、やるのがわかり、色々な身体の動かし方を体験することができる。</li> <li>今何をする時間なのかがわかり、指示を聞いたり、周りの動きを見たりして、活動に取り組むことができる。</li> <li>ストレッチやマッサージに慣れて、身体の緊張をほぐすことができる。</li> </ul>	
児童の実態	A 児	個人情報のため省略
児童の個別目標	A 児	<ul style="list-style-type: none"> <li>教師の手本やイラストを見て、イヌ歩きやクマ歩き、ペンギン歩き、ヒヨコ歩きなどの歩き方を一人で行うことができる。</li> <li>片足立ちで10秒間バランスを保ち続けることができる。</li> <li>股関節や肩回りのストレッチでは、教師の支援を受け入れ、可動域を広げることができる。</li> <li>身体の力を抜く経験を増やすことができる。</li> </ul>

○活動内容と具体的な手立て

活動内容	児童の予想される言動	具体的な手立て
・ 始めの挨拶	・ 繰り返し行うことでやるのがわかり、全体の指示でも行動することができる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>毎回の流れを同じにする。</li> <li>ヨガマットを敷き、座る位置がわかるようにする。</li> </ul>
・ 動物歩き	<ul style="list-style-type: none"> <li>慣れている活動やできる活動は、全体の指示で行うことができる。</li> <li>動作はできるが、身体の硬さからぎこちない動きになることが予想される。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>動き出せない時には名前を呼んで指示を出す。</li> <li>伸ばしきれない部位を補助したり、支持したりして、正しい動きに近づくようにする。</li> </ul>
・ ストレッチ	<ul style="list-style-type: none"> <li>模倣ができるので、教師の動きに合わせて体を動かそうとする。</li> <li>身体のどの部分が伸びているかを意識することは難しい。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>教師が正対して動きを伝える。</li> <li>手を当てる位置にシールを貼ったり、腹巻状の布を身体に巻き、そこに記された指の位置に自分の指を当てたりするようにする。</li> </ul>
・ 終わりの挨拶	・ 繰り返し行うことでやるのがわかり、全体の指示でも行動することができる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>毎回の流れを同じにする。</li> <li>ヨガマットを敷き、座る位置がわかるようにする。</li> </ul>

○展開

時配	活動内容と教師の支援	該当児童
1分	○ 始めの挨拶 <ul style="list-style-type: none"> <li>ヨガマットを横一列に並べ、そこにあぐらで座り、挨拶をする。</li> <li>MTもあぐら座りをして、模倣できるようにする。テレビに大仏のイラストを提示する。</li> </ul>	
13分	○ 動物歩き <ul style="list-style-type: none"> <li>テレビにイラストを提示し、今何の動物の動きをするのか、がわかるようにする。</li> <li>歩いている時間には音楽をかけ、動き出しがわかるようにする。</li> <li>MTが目の前で手本を見せる。STは各自の手や腰、足の位置を補助し、動きを教える。</li> <li>教室の壁をタッチして戻ってくる。戻ってきたらヨガマットに座って待つ。</li> <li>高這いでは腰を高くあげられるよう支え、膝を伸ばすよう膝を指さしする。 <span style="border: 1px solid black; padding: 0 2px;">A児</span></li> <li>膝立ち歩きでは腰に教師が手を当てて姿勢を維持し続けられるようにする。 <span style="border: 1px solid black; padding: 0 2px;">A児</span></li> <li>しゃがみ歩きでは、教師が向き合っって同じ姿勢になり、手を取って一歩ずつ一緒に歩く。</li> </ul>	
5分	○ ストレッチ <ul style="list-style-type: none"> <li>椅子に腰かけた状態で膝や腿裏を伸ばす前屈を行う。股関節を起点に身体を倒すことで、下半身各所のストレッチを行う。倒すときに息を吐く。ゆっくり行う。</li> <li>腸活につながる指圧を兼ねる。指を当てる位置を腹巻状の布に記し、そこに指をあてて腹圧をかける練習を行う。 <span style="border: 1px solid black; padding: 0 2px;">A児</span></li> </ul>	
1分	○ 終わりの挨拶 <ul style="list-style-type: none"> <li>ヨガマットを横一列に並べ、そこにあぐらで座り、挨拶をする。</li> <li>MTもあぐら座りをして、模倣できるようにする。テレビに大仏のイラストを提示する。</li> </ul>	

○児童の授業に取り組む様子

A 児	<ul style="list-style-type: none"> <li>繰り返し行うこと、イラストを見せる、手本を見せる、音楽を変えるなどの手立てをとることで、やるのがわかり自分から行動することができた。</li> <li>動物歩き、ストレッチを通して、身体の硬い部位をしっかりと動かしたり、伸ばしたりすることができた。</li> <li>おなかのマッサージはまだくすぐったい感じはあるが、楽しそうに笑っている様子が見られた。</li> </ul>
-----	---

グループ全体の反省・課題 等

- ・ペア学年部会の話し合いの中で、腹筋などの体幹を鍛える視点をもつことに気付かされ、授業に反映することができた。
- ・教員の専門性がまだ足りず、A児の課題である排便につながる動きがわからず、今回取り組んでいる動きがお腹に対してどう効いているか不安であった。
- ・動き方、手の付き方などさらに丁寧に進めていきたい。
- ・マッサージはさらに進め、自分でできるようになるといい。
- ・ストレッチについては、タオルなどを使うとわかりやすくなるとの意見があった。