

平成 21 年度
長期研修研究報告
資料編

体を動かす楽しさを味わう体づくり運動
ー挑戦的な運動課題に取り組むグループ活動を通してー



神奈川県立体育センター

長期研究員

大井町立大井小学校 高橋 壮芳

目次

体育や運動についてのアンケート用紙（事前・事後）	1
体づくり運動アンケート用紙（事前・事後）	2
学習カード（1～8時間目）	3
見学者用カード	7
各時間の学習カードに書いた子どもたちのコメント	8
各班に配布したプリント（動きを確認しながら運動する時間）	12
各班に配布したプリント（動きを選び、工夫する時間）	14
学習カードに子どもたちが楽しいと書いた運動	16
単元計画（体づくり運動 第4学年）	17

体育や運動についてのアンケート（事前・事後）

3年 組 名前 ()

1 あなたは、うんどうがすきですか？
 (あてはまるところに、ひとつ〇をつけてね。)
 (1) とてもすき (2) すこしすき (3) あまりすきではない
 (4) ぜんぜんすきではない

2 あなたは、体育のじゅぎょうがすきですか？
 (あてはまるところに、ひとつ〇をつけてね。)
 (1) とてもすき (2) すこしすき (3) あまりすきではない
 (4) ぜんぜんすきではない

3 あなたは、体育のじゅぎょうの時にたくさん体をうごかしていますか？
 (あてはまるところに、ひとつ〇をつけてね。)
 (1) いつもうごかしている (2) すこしうごかしている
 (3) あまりうごかしていない (4) ぜんぜんうごかしていない

4 あなたは、体育のじゅぎょうのどんなところがすきですか？
 (あてはまるところ、すべてに〇をつけてね。)
 (1) いろいろなうんどうができるようになるから
 (2) おもいきり体をうごかすことができるから
 (3) 友だちと楽しくうんどうできるから
 (4) 先生にほめられるから
 (5) 体がじょうぶになるから
 (6) ゲームなどでかつことがあるから
 (7) その他 []

5 あなたは、体育のじゅぎょうのどんなところがきらいですか？
 (あてはまるところ、すべてに〇をつけてね。)
 (1) いろいろなうんどうがうまくできないことがあるから
 (2) おもいきり体をうごかすことができないから
 (3) 友だちと楽しくうんどうできないから
 (4) 先生に注意をされてしまうから
 (5) つかれてしまうから
 (6) ゲームなどでまけることがあるから
 (7) その他 []

6 あなたは、体育のじゅぎょうでは、どんなうんどうがすきですか？
 (すきなうんどう、すべてに〇をつけてね。)
 (1) かけっこ (2) 水あそび (3) おにごっこ
 (4) リズムあそび (5) まとあてゲーム (6) ドッジボール
 (7) マットあそび (8) とびばこあそび (9) てつぼうあそび
 (10) なわとび (11) ボールけりゲーム (12) キックベースボール
 (13) そのほか []

7 あなたは、休み時間にはどのようなことをしていますか？
 (よくしていること、すべてに〇をつけてね。)
 (1) ドッジボール (2) すべり台 (3) おにごっこ (4) なわとび
 (5) ジャングルジム (6) てつぼう (7) 読書 (8) お絵かき
 (9) 工作 (10) そのほか []

8 あなたは、ほうか後にはどのようなことをしていますか？
 (よくしていること、すべてに〇をつけてね。)
 (1) テレビゲーム (2) すべり台などのゆうぐあそび (3) おにごっこ
 (4) サッカー (5) やきゅう (6) なわとび
 (7) マンガや本読み (8) カードゲーム (9) パソコン
 (10) ドッジボール (11) トランプやウノ (12) お絵かき
 (13) 工作 (14) テレビやビデオ (15) 自転車
 (16) ならいごと (17) そのほか []

9 あなたは、休みの日にどのようなことをしていますか？
 (よくしていること、すべてに〇をつけてね。)
 (1) テレビゲーム (2) すべり台などのゆうぐあそび (3) おにごっこ
 (4) サッカー (5) やきゅう (6) なわとび
 (7) マンガや本読み (8) カードゲーム (9) パソコン
 (10) ドッジボール (11) トランプやウノ (12) お絵かき
 (13) 工作 (14) テレビやビデオ (15) 自転車
 (16) ならいごと (17) そのほか []

10 あなたは、ならいごとをしていますか？
 (ならっているものには、すべて〇をつけてね。)
 (1) スイミング (2) やきゅう (3) サッカー (4) バスケットボール
 (5) けんどう (6) じゅうどう (7) ダンス (8) ピアノ
 (9) しゅう字 (10) そろばん (11) 学しゅうじゅく (12) していない
 (13) そのほか []

体づくり運動アンケート（事前・事後）

体づくり運動の事前アンケート

3年1組 名前（ ）

あてはまる番号に○をつけてね。

1 あなたは、体育のじゅぎょうで、だんだんとおぼろしくなっていく運動ができるようになったことはありますか？

- (1) いつもできるようにになっていく。
- (2) ときどきできるようにになっていく。
- (3) あまりできるようにになっていかない。
- (4) いつもできるようにならない。

2 友だちとなかよく運動できていますか？

- (1) いつもなかよく運動している。
- (2) ときどきなかよく運動している。
- (3) あまりなかよく運動していない。
- (4) いつもなかよく運動していない。

3 友だちと教え合って運動していますか？

- (1) いつも教え合って運動している。
- (2) ときどき教え合って運動している。
- (3) あまり教え合って運動していない。
- (4) いつも教え合って運動していない。

4 体育で、体を動かすことは楽しいですか？

- (1) いつも楽しく体を動かしている。
- (2) ときどき楽しく体を動かしている。
- (3) あまり楽しく体を動かしていない。
- (4) いつも楽しく体を動かしていない。



体づくり運動の事後アンケート

3年1組 名前（ ）

あてはまる番号に○をつけてね。

1 あなたは、体づくり運動の授業で、だんだんとおぼろしくなっていく運動ができるようになりましたか？

- (1) いつもできるようになった。
- (2) ときどきできるようになった。
- (3) あまりできるようにならなかった。
- (4) いつもできるようにならなかった。

2 友だちとなかよく運動できましたか？

- (1) いつもなかよく運動できた。
- (2) ときどきなかよく運動できた。
- (3) あまりなかよく運動できなかった。
- (4) いつもなかよく運動できなかった。

3 友だちと教え合って運動できましたか？

- (1) いつも教え合って運動できた。
- (2) ときどき教え合って運動できた。
- (3) あまり教え合って運動できなかった。
- (4) いつも教え合って運動できなかった。

4 体づくり運動で、体を動かすことは楽しかったですか？

- (1) いつも楽しく体を動かすことができた。
- (2) ときどき楽しく体を動かすことができた。
- (3) あまり楽しく体を動かすことができなかった。
- (4) いつも楽しく体を動かすことができなかった。

5 体づくり運動をした感想を書いてね。（くわしく書いてね）



学習カード（1時間目～8時間目）

体づくり運動1	9月18日（金）
名前（ ）	
1 今日の運動をふりかえってみて、どうでしたか？	
(1) 体を動かして、ウキウキしましたか？	はい どちらでもない いいえ
(2) 思うように体はうごかせましたか？	はい どちらでもない いいえ
(3) ふかく心にのこることやかんどうすることがありましたか？	はい どちらでもない いいえ
(4) 「あっ、わかった」「あっ、そうか」と思ったことがありましたか？	はい どちらでもない いいえ
(5) せいっぱい、うんどうすることができましたか？	はい どちらでもない いいえ
(6) 楽しかったですか？	はい どちらでもない いいえ
(7) 自分から進んでがくしゅうすることができましたか？	はい どちらでもない いいえ
(8) めあてにおかって、運動できましたか？	はい どちらでもない いいえ
(9) 友だちと協力して、なかよく運動できましたか？	はい どちらでもない いいえ
(10) 友だちとおたがいにおしえたり、たすけたりしましたか？	はい どちらでもない いいえ
(11) グループやクラスのみんで運動したとき、友だちとどのような声かけをしましたか？	
2 かんそうを書いてね。（くわしく書いてね）	
(1) どんなときに楽しさを感じましたか？ （～をしたとき、楽しかった。 ～が～のとき、楽しかった。 など）	

体づくり運動2	9月25日（金）
名前（ ）	
1 今日の運動をふりかえってみて、どうでしたか？	
(1) 体を動かして、ウキウキしましたか？	はい どちらでもない いいえ
(2) 思うように体はうごかせましたか？	はい どちらでもない いいえ
(3) ふかく心にのこることやかんどうすることがありましたか？	はい どちらでもない いいえ
(4) できなかつたことができるようになりましたか？	はい どちらでもない いいえ
(5) 「あっ、わかった」「あっ、そうか」と思ったことがありましたか？	はい どちらでもない いいえ
(6) せいっぱい、うんどうすることができましたか？	はい どちらでもない いいえ
(7) 楽しかったですか？	はい どちらでもない いいえ
(8) 自分から進んでがくしゅうすることができましたか？	はい どちらでもない いいえ
(9) めあてにおかって、運動できましたか？	はい どちらでもない いいえ
(10) 友だちとなかよくがくしゅうできましたか？	はい どちらでもない いいえ
(11) 友だちとおたがいにおしえたり、たすけたりしましたか？	はい どちらでもない いいえ
(12) 安全に気をつけてできましたか？	はい どちらでもない いいえ
(13) 人数がふえていく活動は、どうでしたか？	
ムカデ歩き	かんたんにできた がんばってできた がんばったけどできなかつた
ボールはこび	かんたんにできた がんばってできた がんばったけどできなかつた
(14) 人数がふえていく活動を行ったとき、友だちとどのような声かけをしましたか？	
2 かんそうを書いてね。（くわしく書いてね）	
(1) どんなときに楽しさを感じましたか？ （～をしたとき、楽しかった。 ～が～のとき、楽しかった。 など）	

体づくり運動3

9月30日(水)

名前()

1 今日の運動をふりかえってみて、どうでしたか?

(1) 体を動かして、ウキウキしましたか?	はい どちらでもない いいえ
(2) 思うように体はうごかせましたか?	はい どちらでもない いいえ
(3) ふかく心にとのこることやかんどうすることがありましたか?	はい どちらでもない いいえ
(4) できなかったことができるようになりましたか?	はい どちらでもない いいえ
(5) 「あっ、わかった」「あっ、そうか」と思ったことがありましたか?	はい どちらでもない いいえ
(6) せいっぱい、うんどうすることができましたか?	はい どちらでもない いいえ
(7) 楽しかったですか?	はい どちらでもない いいえ
(8) 自分から進んでがくしゅうすることができましたか?	はい どちらでもない いいえ
(9) めあてにおかて、運動できましたか?	はい どちらでもない いいえ
(10) 友だちとなかよくがくしゅうできましたか?	はい どちらでもない いいえ
(11) 友だちとおたがいにしえたり、たすけたりしましたか?	はい どちらでもない いいえ
(12) 友だちのよい動きをまねすることができましたか?	はい どちらでもない いいえ

(13) 人数がふえていく活動は、どうでしたか?

8、4、2、1 のリスム	かんたんにできた	がんばってできた	がんばったけどできなかった
みんなでジャンプ	かんたんにできた	がんばってできた	がんばったけどできなかった

(14) 人数がふえていく活動を行ったとき、友だちとどのような声かけをしましたか?

2 かんそうを書いてね。(くわしく書いてね)

- (1) どんなときに楽しさを感じましたか?
 (~をしたとき、楽しかった。 ~が~のとき、楽しかった。 など)

体づくり運動4

10月2日(金)

名前()

1 今日の運動をふりかえってみて、どうでしたか?

(1) 体を動かして、ウキウキしましたか?	はい どちらでもない いいえ
(2) 思うように体はうごかせましたか?	はい どちらでもない いいえ
(3) ふかく心にとのこることやかんどうすることがありましたか?	はい どちらでもない いいえ
(4) できなかったことができるようになりましたか?	はい どちらでもない いいえ
(5) 「あっ、わかった」「あっ、そうか」と思ったことがありましたか?	はい どちらでもない いいえ
(6) せいっぱい、うんどうすることができましたか?	はい どちらでもない いいえ
(7) 楽しかったですか?	はい どちらでもない いいえ
(8) 自分から進んでがくしゅうすることができましたか?	はい どちらでもない いいえ
(9) めあてにおかて、運動できましたか?	はい どちらでもない いいえ
(10) 友だちとなかよくがくしゅうできましたか?	はい どちらでもない いいえ
(11) 友だちとおたがいにしえたり、たすけたりしましたか?	はい どちらでもない いいえ
(12) やくそくを守ることができましたか?	はい どちらでもない いいえ

(13) 人数がふえていく活動は、どうでしたか?

ケンパのリスム	かんたんにできた	がんばってできた	がんばったけどできなかった
キャッチフェ	かんたんにできた	がんばってできた	がんばったけどできなかった

(14) 人数がふえていく活動を行ったとき、友だちとどのような声かけをしましたか?

2 かんそうを書いてね。(くわしく書いてね)

- (1) どんなときに楽しさを感じましたか?
 (~をしたとき、楽しかった。 ~が~のとき、楽しかった。 など)

体づくり運動5

10月7日(水)

名前()

1 今日の運動をふりかえってみて、どうでしたか?

(1) 体を動かして、ウキウキしましたか?	はい どちらでもない いいえ
(2) 思うように体はうごかせましたか?	はい どちらでもない いいえ
(3) ふかく心にのこることやかんどうすることがありましたか?	はい どちらでもない いいえ
(4) できなかつたことができるようになりまし たか?	はい どちらでもない いいえ
(5) 「あっ、わかった」「あっ、そうか」と思 ったことがありましたか?	はい どちらでもない いいえ
(6) せいいっぱい、うんどうすることができ ましたか?	はい どちらでもない いいえ
(7) 楽しかったですか?	はい どちらでもない いいえ
(8) 自分から進んでがくしゅうすることがで きましたか?	はい どちらでもない いいえ
(9) めあてにおかて、運動できましたか?	はい どちらでもない いいえ
(10) 友だちとなかよくがくしゅうできました か?	はい どちらでもない いいえ
(11) 友だちとおたがいにおしえたり、たすけ たりしましたか?	はい どちらでもない いいえ
(12) あんげんに運動することができました か?	はい どちらでもない いいえ

(13) 人数がふえていく活動は、どうでしたか?

大なわケンパ	かんたんにできた がんばってできた がんばったけどできなかった
フーズまわし て走ってキャ ッチ	かんたんにできた がんばってできた がんばったけどできなかった

(14) 人数がふえていく活動を行ったとき、友だちとどのような声かけをしましたか?

2 かんそうを書いてね。(くわしく書いてね)

- (1) どんなときに楽しさを感じましたか?
(~をしたとき、楽しかった。 ~が~のとき、楽しかった。 など)

体づくり運動6

10月16日(金)

名前()

1 今日の運動をふりかえってみて、どうでしたか?

(1) 体を動かして、ウキウキしましたか?	はい どちらでもない いいえ
(2) 思うように体はうごかせましたか?	はい どちらでもない いいえ
(3) ふかく心にのこることやかんどうするこ とがありましたか?	はい どちらでもない いいえ
(4) できなかつたことができるようになりま したか?	はい どちらでもない いいえ
(5) 「あっ、わかった」「あっ、そうか」と思 ったことがありましたか?	はい どちらでもない いいえ
(6) せいいっぱい、うんどうすることができ ましたか?	はい どちらでもない いいえ
(7) 楽しかったですか?	はい どちらでもない いいえ
(8) 自分から進んでがくしゅうすることがで きましたか?	はい どちらでもない いいえ
(9) めあてにおかて、運動できましたか?	はい どちらでもない いいえ
(10) 友だちとなかよくがくしゅうできました か?	はい どちらでもない いいえ
(11) 友だちとおたがいにおしえたり、たすけ たりしましたか?	はい どちらでもない いいえ

(12) 人数がふえていく活動は、どうでしたか?

大なわボール はこび	かんたんにできた がんばってできた がんばったけどできなかった
バウンドさせ て走ってポー ルキャッチ	かんたんにできた がんばってできた がんばったけどできなかった

(13) 人数がふえていく活動を行ったとき、友だちとどのような声かけをしましたか?

2 かんそうを書いてね。(くわしく書いてね)

- (1) どんなときに楽しさを感じましたか?
(~をしたとき、楽しかった。 ~が~のとき、楽しかった。 など)

体づくり運動7

10月30日(金)

名前()

1 今日の運動をふりかえってみて、どうでしたか?

(1) 体を動かして、ウキウキしましたか?	はい どちらでもない いいえ
(2) 思うように体はうごかせましたか?	はい どちらでもない いいえ
(3) ふかく心にのこることやかんどうすることがありましたか?	はい どちらでもない いいえ
(4) できなかつたことができるようになりまし たか?	はい どちらでもない いいえ
(5) 「あっ、わかった」「あっ、そうか」と思 ったことがありましたか?	はい どちらでもない いいえ
(6) せいっぱい、うんどうすることができ ましたか?	はい どちらでもない いいえ
(7) 楽しかったですか?	はい どちらでもない いいえ
(8) 自分から進んでがくしゅうすることが できましたか?	はい どちらでもない いいえ
(9) めあてにおかて、運動できましたか?	はい どちらでもない いいえ
(10) 友だちとなかよくがくしゅうできまし たか?	はい どちらでもない いいえ
(11) 友だちとおたがいにしえたり、たすけ たりしましたか?	はい どちらでもない いいえ
(12) やくそくをまもることができましたか?	はい どちらでもない いいえ

(13) 人数がふえていく活動は、どうでしたか?

△力テ歩き	かんたんにできた がんばってできた がんばったけどできなかった
ケンパのリス	
ム	
8、4、2、1 のリスム	

(14) 人数がふえていく活動を行ったとき、友だちとどのような声かけをしましたか?

2 かんそうを書いてね。(くわしく書いてね)

- (1) どんなときに楽しさを感じましたか?
 (~をしたとき、楽しかった。 ~が~のとき、楽しかった。 など)

体づくり運動8

11月6日(金)

名前()

1 今日の運動をふりかえってみて、どうでしたか?

(1) 体を動かして、ウキウキしましたか?	はい どちらでもない いいえ
(2) 思うように体はうごかせましたか?	はい どちらでもない いいえ
(3) ふかく心にのこることやかんどうする ことがありましたか?	はい どちらでもない いいえ
(4) できなかつたことができるようになり ましたか?	はい どちらでもない いいえ
(5) 「あっ、わかった」「あっ、そうか」と思 ったことがありましたか?	はい どちらでもない いいえ
(6) せいっぱい、うんどうすることができ ましたか?	はい どちらでもない いいえ
(7) 楽しかったですか?	はい どちらでもない いいえ
(8) 自分から進んでがくしゅうすることが できましたか?	はい どちらでもない いいえ
(9) めあてにおかて、運動できましたか?	はい どちらでもない いいえ
(10) 友だちとなかよくがくしゅうできまし たか?	はい どちらでもない いいえ
(11) 友だちとおたがいにしえたり、たすけ たりしましたか?	はい どちらでもない いいえ
(12) 楽しく運動できるように考えながらと りくむことができましたか?	はい どちらでもない いいえ

(13) 人数がふえていく活動は、どうでしたか?

ボールはこび	かんたんにできた がんばってできた がんばったけどできなかった
みんなでジャ ンプ	
フーフまわし て走ってキャ ッチ	

(14) 人数がふえていく活動を行ったとき、友だちとどのような声かけをしましたか?

2 かんそうを書いてね。(くわしく書いてね)

- (1) どんなときに楽しさを感じましたか?
 (~をしたとき、楽しかった。 ~が~のとき、楽しかった。 など)

見学者用カード

体づくり運動（見学用）	10月16日（金）
名前（ ）	
1 みんなが運動している様子を見て、どうでしたか？	
(1) みんなは、楽しそうでしたか？	はい どちらでもない いいえ
(2) みんなは、なかよく運動していましたか？	はい どちらでもない いいえ
(3) みんなは、お互いにおしえたり、たすけたりしていましたか？	はい どちらでもない いいえ
2 人数がふえた運動を行ったとき、みんなはどのような声かけをしましたか？	
<div style="border: 1px solid black; height: 40px;"></div>	
3 見ていたかんそうを書いてね。（くわしく書いてね）	
(1) どんなときに楽しそうでしたか？	
（～をしたとき、楽しそうだった。 ～が～のとき、楽しそうだった。 など）	
<div style="border: 1px solid black; height: 80px;"></div>	

各時間の学習カードに書いた子どもたちのコメント

1時間目		
	どのような声かけをしましたか？	どんな時に楽しさを感じましたか？
1	次は〇〇さんだよ。	風船バレーをしたとき、楽しかった。
2	風船で遊んだ時に〇〇さんの番だよとかいろいろグループでかけ合いました。	風船で遊ぶのが、みんなで～さんナイスとかいったのが楽しかったです。
3	上にあげて	風船バレーをした時
4	次は誰々さんだよと声をかけました。	みんなで風船バレーをした時が楽しかったです。
5	「順番を作ったほうがいいんじゃない」と班の人に声をかけることができました。	風船バレーをした時、楽しかった。はらはらして楽しかったです。
6	風船が横にきたらわたすね。	風船バレーをした時、楽しかった。
7	順番を考えてやって楽しくやる。	風船で遊んだのが楽しかった。
8	頑張ったねと言われた。すごいねって言われた。	風船が楽しかったです。
9		風船バレーが楽しかった
10	上手だねとほめられた。	風船をとばした時、楽しかった。
11		風船バレーをやった。
12	風船をわらないように気をつけよう	風船バレーをした時、楽しかった。
13	すごいね。	風船を使った時
14	時計まわりでみんな1回ずつタッチしたら、ばらばらにやりました。	～がスライディングした時が楽しかったです。
15	「落としちゃうから〇〇さん投げて」と言った	風船ごっこをしたこと
16	うまいね。楽しいね。おもしろい。	風船ゲームで、スライディングをしたこと。
17	もっと上にあげようと言ってくれた。	
18	次、〇〇さんだよ。上手だね。	風船バレーをした時、楽しかった。
19	次は〇〇さんだよ。	風船バレーボールをした時、楽しかったです。
20	うまいね。	〇〇さんが風船を落としたりしたところが
21	上にあげて	風船を班であげるのが楽しかった。
22	時計まわりにやろう。	
23	次だれだよ。もうちょっと左。	風船バレーボールをやって楽しかった。
24	「イエイ。」「〇〇さんにわたして」(友達)「・・・」(私)	風船をたたく時、ポヨンとなっておもしろかった。
25	風船をまわす順番を考えて楽しくやりました。	風船で遊んだことが楽しかったです。
26		
27	見学でもみんなが声をかけてたのは、すごく聞きました。	見学でもみんなが、たくさん声かけて、これこうだよと声を聞きました。
28	頑張ってるって言えた	風船をした時
29	上からうってねとか順番でまわそうとかを言いました。	スキップの時のハイタッチがおもしろかったです。
30	わたしは次は〇〇さんだよっていいました。	風船バレーボールがとっても楽しかったです。
31	「〇〇さんにわたして」など「〇〇さんうまいね」と声をかけました。	全部、楽しかったです。
32	すごいね。じょうずだね。	風船バレーをやった時が楽しかった。
33	ここをこうやった方がいいよ。	風船をうつとき、楽しかった。
34	「順番を作った方がやりやすいよ」と言ってくれた。	風船が楽しかったです。最後友だちとタッチしたとき、気持ちよかったです。
35	上にあげて	風船で遊ぶとき
36	いいよ、いいよ。その調子その調子。がんばれ	リズムに合わせて遊ぶ時が楽しかった。風船を落とさないようにする時が楽しかった。

2時間目		
	どのような声かけをしましたか？	どんな時に楽しさを感じましたか？
1	1、2、1、2。	ボール運びをした時、楽しかった。
2	あまりできなかつた。	難しかった。
3	右、左と声をかけ合った。	ボール運びをした時、楽しかった。
4	1、2と声をかけた。	ボール運びの時、みんなでできてよかった。
5	1、2、1、2というかけ声をしました。	ムカデ歩きやダルマさんが転んだなどをやって楽しかったです。
6	1、2と言おう。	アヒル歩きをした時、楽しかった。
7	足の出だしを右左で合わせる。	ボール運びが楽しかった。
8	待って、すごいねと言ったよ。	すごかったよ。
9	1、2と歩くペースを合わせるように声かけをした。	アヒル歩きが疲れたけど、楽しかった。
10	1、2で歩いてねと言った。	ボール運びをした時、
11	左右とか	ボール運びをやった時、楽しかった。
12	お腹と背中ではさもう。	ボール運び2人は簡単で、3人はふつうにできて、6人は難しかった。
13	1、2と声をかけた。	ボール運びをした時が楽しかった。
14	1、2というかけ声でやりました。	ボール運びの時に、うしろの人が押してくれたのでできました。
15		ボール運びをしている時にボールを落とさずに運べたことが楽しかった。
16	ゆっくり歩いて。声を出して。できる。	ムカデ歩きができて楽しかった。ボール運びが難しいけどできた。
17	友だちがボール運びの時、落とさないようにって言った。	アヒルが楽しかった。
18	1、2、1、2だよ。ゆっくり歩いてね。	アヒル歩きでダルマさんが転んだが楽しかったです。
19	1、2、1、2と声をかけて、歩いたり運んだりしました。	アヒル歩きでダルマさんが転んだをしたのが楽しかったです。6人でボール運びができてうれしかったです。
20	1、2、1、2と声をかけてあげました。	ボール運びをしたこと。
21	1、2、1、2と声をかけた。	ボール運びをした時が楽しかった。
22	パンパンパンこの手拍子のスピードで行こう。	ボール運びがとても印象に残りました。
23	右、左、右、左と声をかけ合った。	ボール運びが楽しかったです。
24	～さんがここ。	ムカデ歩きをした時、楽しかった。
25	1、2、1、2と声をかけた。	ボール運びが楽しかった。
26		ムカデ、みんなで歩くところ
27	1班で声をかけたこと。友だちに声をかけたことがうれしかったです。	ボール運びが楽しかったです。
28	がんばろう。	アヒル歩きが楽しかったです。
29	ボール運びの時、もっとおしてと声をかけた。	ムカデ歩きがおもしろかったです。
30	ボール運びで1、2、1、2でやると話しました。	ムカデ歩きとボール運びがとっても楽しかった。
31	声をかけて楽しくできた。	全部楽しかった。ボール運びが難しかった。
32	1、2、1、2でいこうと声をかけた。	ボール運びをした時、楽しかった。
33	後ろの人に押してと言った。(ボール運びの時)	ボールを落とさないようにするところが楽しかったです。
34	がんばれと言っていました。	ボール運びがちょっと難しかったけど、楽しかったです。
35	1、2、1、2と声をかけました。	ボールを運ぶ時が楽しかった。
36	1、2、1、2と言った。落とさないようにと言った。	ボール運びの時が楽しかった。

3時間目	
どのような声かけをしましたか？	どんな時に楽しさを感じましたか？
1	1、2、3、4、5、6、7、8。 みんなでジャンプが跳ぶ時、楽しかった。
2	1、2、3、4、5。がんばれ。 風船バレーが楽しかったです。
3	がんばれと声をかけました。 ジャンプしたのが楽しかった。
4	せーのと声をかけてやりました。 リズムに合わせてやったのが楽しかったです。
5	せーのとかけ声を言った。 リズムに合わせてが楽しかった。
6	ジャンプと言った。 風船バレーの時、うれしかった。
7	跳び方を気をつけるようにする。 なわとびで2人でとんだ時。
8	がんばってと応援したよ。 がんばったけど、大変だったよね。
9	なわとびを回す時、せーのと声かけをした。 風船バレーが、はらはらして楽しかった。
10	がんばって 大波で遊んだ時に楽しかった。
11	1、2、3、4とか言った。 なわとびを3人でとんだのが楽しかった。
12	テンポよくしよう。 最初の風船バレーがハラハラドキドキした。またやってみよう。
13	1、2、3、4と声かけしました。 みんなでジャンプをやった時、楽しかったです。
14	せーの、1、2という声をかけました。 風船バレーの時、みんなで、協力して楽しかったです。縄跳びの時、楽しくなりました。
15	1、2、3、4、5、6、7、8とかけ声をみんなでかけた。 みんなでジャンプをした時、楽しかった。
16	
17	なわとびでジャンプしてという声をした。
18	1、2、3、4だよ。ゆっくりやってね。 長なわをした時、楽しかった。
19	せえの、1、2、3、4、5、6、7、8と声をかけました。 なわとびで、4人でやった時、とっても楽しかったです。また、やりたいです。
20	1、2、1、2と声をかけた。 楽しかった。
21	1、2、3、4、5、6、7、8と声をかけた。 みんなでジャンプをした時が楽しかった。
22	1、2、3、4と言ったら跳ぼう。 なわとびがとても楽しかった。
23	
24	1、2、3、4、5、6、7、8など なわとびでとんだ時、ちゃんととべてうれしかった。
25	なわとびをする時、いくよ、せいの、1、2、1、2と言った。 なわとびをする時と風船バレーをした時が楽しかった。
26	
27	こっちだよと声かけ合って楽しくできた。 1班で一緒に大なわで、4人で跳ぶところが楽しかったです。
28	がんばろう。 みんなでジャンプした時、楽しかった。
29	1、2、1、2って声をかけました。 なわとびをまわした時、せーのという声をかけました。4人でできたからうれしかったです。
30	みんなで1、2、1、2と言いました。 全部難しかったです。でも楽しかったです。
31	～さん頑張って。～さんすごいね。 全部楽しかったです。とくになわとびです。
32	1、2、3、4でいこうねって声をかけた。 みんなでジャンプをした時、楽しかった。
33	なわとびで、ここでジャンプと言った。 風船バレーの風船を打つ時、楽しかった。
34	がんばれ、だいじょうぶ、もう一回やろうよと言ってきた。 楽しかった。
35	1、2、3、4、5、6、7、8と声をかけました。 ジャンプをした時が楽しかった。
36	いいよ、いいよと言った。1、2と言った。 みんなでジャンプの時が楽しかったです。風船バレーが楽しかったです。

4時間目	
どのような声かけをしましたか？	どんな時に楽しさを感じましたか？
1	ケンパ、ケンパ、ケンケンパ フープキャッチの時、捕れたのがうれしかった。
2	いくよー。いっせいのせい。 フープがうまくできて楽しかった。
3	ケンパケンパケンケンパと声をかけました。 フープをキャッチしたのが楽しかったです。
4	ケンパーの時に、1、2と声をかけた。 フープの時に、難しかったけどできた。
5	1、2、3、4、1、2、3、4と声をかけた。 フープを投げて、2人で2個ができたのでうれしかった。
6	ケンパの時、右からやろうと言った フープキャッチをした時、
7	いっせーのせーと声かけしました。1、2、1、2と言いな がら進みました。 フープ
8	がんばってって言った。 とても楽しかった。
9	ケンパで6人の時に、ケンパケンパと声をかけた。 フープを投げるのが楽しかった。
10	声を出してやったほうがいいよ。 フープをキャッチする時
11	ケンパのリズムに合わせて フープキャッチが楽しかった。
12	ケンパーの時は、けがさせないように気をつけよう。 フープキャッチの時、けがさせないように気をつけて遊んだ。
13	せーの、ケンパケンパと声をかけました。 ケンパのリズムをやったときが楽しかった。
14	ケンパケンパという声をかけました。 フープをキャッチの時、うまくできたのでよかったです。ケンパケンパのリズムの時、楽しかったです。
15	ケンパケンパケンケンパとかけ声をかけた。 フープキャッチをした時、楽しかった。
16	せーの。いくよ、ケンパケンパケンケンパ。 フープをやった時、楽しかった。
17	まず、右からケンパーねと声をかけてくれた。 フープキャッチが楽しかった。
18	いっせーのせー フープキャッチが楽しかった。
19	ケンパ、ケンパ、ケンケンパと声をかけた。 フープをキャッチした時、フープがとれてうれしかった。
20	ケンパケンパケンケンパと声をかけた。 フラフープが楽しかったです。
21	ケンパケンパケンケンパと声をかけた。 フープをキャッチした時が楽しかった。
22	いっせーのせーで投げて捕ろう。 ケンパーのリズムで、ケンパーケンパーケンケンパをやったことが楽しかったです。
23	ケンパのリズムで声をかけた。 ケンパのリズムが楽しかった。
24	せーのさんはい。 フープ投げをした時、少し難しかったけど楽しかった。またやりたいな。
25	フープをキャッチでせーのと言った。 フラフープと風船バレーが楽しかった。
26	ケンパではねた。 ケンパではねた。
27	こうだよと声をかけた。1班に。 1班でリズムを合わせたのがすごく楽しかった。
28	だいじょうぶ？ フープをキャッチしたのが楽しかった。
29	フープキャッチの時、もうちょっと近くでやろうと声をかけた。 ケンパのリズムの時、ケンパができるようになった。
30	ケンパーのリズムで1、2、1、2で声かけしました。 私は、全部楽しかったです。
31	～さんがんばって。～さんここがよかったですよ。 フープを投げた時、楽しかった。
32	がんばろうと声をかけた。 フープを投げた時、楽しかった。
33	
34	ありがとう、うまいねと言ってきた。 全部おもしろかったし、楽しかった。
35	行くよと声をかけました。 フープを投げる時が楽しかったです。
36	できる、いいよ、すごいと言った。 フープをキャッチした時、一番楽しかった。

5時間目	
どのような声かけをしましたか？	どんな時に楽しさを感じましたか？
1 せーのケンパーケンパー。	フープキャッチの時、とるのが難しかった。
2 せーの1、2、3、4、5、6、7、8、9はい終わり声をかけました。	フープを回して走ってとったのが楽しかったです。
3 右に回してと声をかけました。	大なわでケンパーをした時、楽しかった。
4 せーのと声をかけてやりました。	フープをキャッチ。
5 大なわでケンパケンバと言った。	フープを回した時にできてうれしかった。
6 ゆっくりでもいいからちゃんとフープを回そう。	フープを走ってキャッチ。
7 いっせーの一せと声かけをしました。	大なわケンパの2人が楽しかったです。
8 がんばって、がんばってって何回もいった。	大なわケンパとフープをした時に楽しかった。
9 大なわケンパでなわをまわす時など、せーのと声かけをした。	フープを捕るのが大変だったけど楽しかった。
10 ゆっくりやった方がいいと思うよ。	大なわケンパーの時。
11 せーのケンパ。	大なわとびが楽しかった。
12 うでを上にあげよう。	最初のハイタッチをした時、8人しかできなかったけど、楽しかった。
13 大なわケンパーを使った時にせーのと声かけしました。	フープを走ってキャッチをやった時が楽しかったです。
14 大なわケンパの時、せーのという声をかけました。	大なわケンパの時に難しかったけど、ちょっとだけできました。
15	フープをキャッチをした時、楽しかった。
16 せーの。いくよ。がんばって。	大なわケンパの跳ぶのが楽しかった。
17 大なわでケンパケンバと声をかけた。	
18 いっせーの一せでやるよ。	フープをキャッチをした時、楽しかった。
19 せーのと声をかけました。	フープを走ってキャッチした時、楽しかった。フープがたくさんとれて楽しかった。回すのが難しかった。ケンパケンパでなわとびを跳ぶのが一番難しかった。
20 フープを回す時、いっせーのせと声をかけた。	大なわケンパで跳んだところが楽しかった。
21 大なわケンパの時、ケンパケンバと声をかけました。	フープを走ってキャッチが楽しかった。
22 いっせーのせで跳んだりしてました。	フープを走ってキャッチした所が楽しかったです。
23 大なわケンパの時に声かけがよくできていた。	フープを走ってキャッチが、ドキドキすることができて楽しかった。
24 せーの	フープまわしをした時、楽しかった。
25 大なわケンパの時にせーのと合図をした。	大なわケンパーとフープを走ってキャッチした時、4人でやったのが楽しかった。
26	
27 大なわケンパーで、これはこうだよと声をかけた。	フープを走ってキャッチで、3人でフープをキャッチしたことが楽しかった。
28 ケンパーと声をかけられました。	フープをキャッチしたのが楽しかった。
29 もうちょっと近くにきてよって声をかけた。	フープを走ってキャッチの時、楽しかった。おもしろかったし、できるようになった。
30 大なわケンパーは難しかったけど、楽しかった。	全部、楽しかったです。
31 ~さんががんばって。~さんすごいね。	全部楽しかったです。とくにフープを走ってキャッチ。
32 リズムでとぼうよと声をかけた	大なわケンパーが楽しかった。
33 フープをここでキャッチ。	大なわをした時、楽しかった。
34 できた、できたねと言ってくれた。	また、全部楽しかったけど、大なわケンパーは、ちょっとできなかった。
35 ケンパケンバケンバと声をかけました。	フープを走ってキャッチするのが楽しかったです。
36 がんばれ。すごいすごい。できなくてもだいじょうぶだよ。	フープを走ってキャッチしたのが楽しかった。

6時間目	
どのような声かけをしましたか？	どんな時に楽しさを感じましたか？
1 せーの。	走ってボールをキャッチする時、捕るのが楽しかった。
2 いっせいのっせ。いくよ。はやくとって。がんばって。いそいで。	ボールをバウンドさせて捕るのが上手にできて楽しかった。フープの時みたいにまわしたり、バウンドさせてとったり、前もできたし今日もできたので楽しかったうれしい。
3	
4 せーのと言って、ボールを運びながら跳びました。	走ってキャッチの時、はじめはうまくできなかったけど、友だちのを見てできるようになってうれしかったです。
5 できない人にアドバイスして、上手にできた。	ボールを運びながら跳ぶ時、3人でできてうれしかった。
6 バウンドしたボールをもう一回バウンドさせよう。	走ってボールをキャッチした時、楽しかった。
7 いっせーの一せと声かけをしました。	走ってボールをキャッチで、できてうれしかったです。楽しかったです。
8 せーのって声かけをしました。	みんなでできたので、またやりたい。
9 ボールをバウンドさせる時、せーのと声かけをした。	ボールをバウンドさせる時にAさんがバウンドさせすぎていて、びっくりしたけど、とても楽しかった。
10 いっせいのせでとんだほうがいいと思うよって言った。	走ってボールをキャッチをやっている時で、投げ合いっこをしている時。
11	走ってボールキャッチを楽しそうにやっていて、自分もやりたいなと思った。
12 せーのでついた。	走ってボールをキャッチした時、ハラハラドキドキした。
13 せーのという声かけをしました。	走ってボールをキャッチしたのが楽しかった。
14 せーのという声。	ボール運びの時に中になった時が一番難しかったです。走ってボールをキャッチのところが楽しかった。
15	ボールをキャッチした時、楽しかった。
16 せーの。いくよ。むずかしいね。	走ってボールをキャッチが難しかったけど、友だちとなかよくできたし、楽しかったです。
17 ボールを運ぶ時、落とさないようにと言った。	ボールキャッチの時。
18 いっせーの一せ。	走ってボールをキャッチした時、楽しかった。
19 せーのと声をかけて縄跳びが跳べた。	走ってボールをキャッチした時、難しかった。ボールを運びながら跳ぶ時、楽しかった。またやりたいです。楽しかったです。ボールをつくのがうまくなったと思いました。
20 走ってボールをキャッチの時、いっせーの一せと声をかけた。	ボールを運びながら跳ぶ時、3人で運んだところが楽しかった。
21 ボールを運びながら跳ぶ時、せーのと声をかけた。	走ってボールをキャッチしたのが楽しかった。
22 みんな、せーのボールを捕っていた。	ほくは見学してはできなかったけど、やりたいなと思いました。
23 せーのと走ってボールをキャッチで、声かけをし合った。	ボール運びの時、ドキドキして楽しかったです。
24 せーのと何回も言った。	~さんとやった時、ボールがあまり高くないからやりやすかった。また、やりたいな。
25 走ってボールをキャッチする時と運びながら跳ぶ時にせーのと声をかけた。	走ってボールをキャッチする時、うまくできて、3人の時みんなの前で見本を見せた時が楽しかった。ボールを運びながら跳ぶのも楽しかった。
26 ボールを運んで、せーのと声を出しました。	走ってボールをキャッチしたのが楽しかったです。
27 みんなが、これはこうだよと声をかけていたのがすごいわかりました。	私は、見学だったけど、みんなの動きをみて、なんかうれしかったです。
28 せーのと言えた。	走ってボールキャッチをやった時、楽しかった。
29 走ってボールキャッチの時、せーのって声をかけた。	ボールを運びながら跳ぶ時、あんな遊びができるのかなと思いました。
30 走ってボールで、せーのって言いながらやりました。	ボールを運びながら跳ぶ、走ってボールをキャッチは、とても楽しかったです。
31 ~さん、すごいね。どうやってやるの？	全部楽しかったです。特に走ってボールをキャッチ。
32 せーのと声をかけた。	走ってボールをキャッチした時、楽しかった。
33 ボールを真下に落とす。	ボールを走ってキャッチした時、楽しかった。
34	
35 せーのと声をかけました。	走ってボールをキャッチするのが楽しかった。
36 がんばれ。できなくても大丈夫だよ。	ボールキャッチの時が一番楽しかった。

7時間目	
どのような声かけをしましたか？	どんな時に楽しさを感じましたか？
1	1、2、3、4、5、6、7、ハイ。
2	いっせいのーで、1、2、3、4、5、6、7、8。
3	1、2、1、2というかけ声をしました。
4	1、2、1、2と声をかけてやりました。
5	がんばってと声をかけた。
6	8、4、2、1のリズムの時、せーのと言った。
7	跳び方をそろえようねと声をかけました。
8	1、2、1、2って声かけをした。
9	ムカデ歩きで、1、2、1、2と声をかけた。
10	ゆっくりやろうねと言った。
11	
12	1、2、1、2と言う。
13	ケンパケンパと声かけ
14	ケンパケンパという声をかけました。
15	1、2、1、2とかけ声をした。
16	1、2、1、2と声をかけた。せーのと声をかけた。
17	声をかけた。
18	いっせいのーせ。1、2、1、2。
19	1、2、1、2、1、2という声をかけて少し上手になった。
20	かけていない。
21	1、2、1、2、1、2という声をかけた。
22	せーので跳びはじめよう。
23	
24	
25	8、4、2、1のリズムでは始める時にいっせいのーせ1、2、3、4と声をかけた。
26	8、4、2、1。
27	1、2、3、4の声がすごく聞こえました。
28	むずかしいね。
29	1、2、1、2と声をかけました。
30	ケンパーのリズムでは、人数が増えた時はせーのと声をかけました。
31	～さんがんばれ。～さんすごいね。～さんどうやったの。
32	1、2、1、2でいこうと声をかけた。
33	ムカデ歩きの際に1、2、1、2と言った。
34	声をあわせようといった。
35	1、2、1、2と声かけをしました。
36	1、2、1、2。がんばれ。

8時間目	
どのような声かけをしましたか？	どんな時に楽しさを感じましたか？
1	いっせいのーせ。
2	フープを捕るとき、いっせいのーせでみんなできとりました。
3	せーの、1、2、3という声かけをしました。
4	せーのと声をかけて、みんなとそろえるようにやりました。
5	せーのといった。
6	せーのと声をかけた。
7	いっせいのーせと声かけをしました。
8	1、2、3、4と声かけができた。
9	フープをまわす時、せーのと声かけをしました。
10	フープをとったらまわそう。
11	
12	ゆっくり回そう。
13	せーのと声かけをした。
14	いっせいのーせという声をかけました。
15	～さんは一番前がいいんじゃないと言われた。
16	1、2、3、4、5、6、7、8、9と声をかけた。
17	大きな声をかけた。
18	準備できた。せーの。
19	いっせいのーせと声をかけてできた。
20	いっせいのーせと声をかけた。
21	せーのさんはいと声をかけた。
22	みんな大丈夫。せーの。
23	1、2、3とみんなでジャンプで声かけた。
24	せーのさんはい。
25	6人でやった時に、いっせいのーせと声をかけました。
26	
27	1班で声をかけ合ってやったことです。
28	やれるかな。
29	走ってフープキャッチの時、みんなでせーのと声をかけた。
30	せーのと声をかけました。
31	～さんがんばれ。～さんすごい。～さんこうすればいいよ。
32	1、2、3、4と声をかけた。
33	せーのと声をかけた。
34	声をかけあつて、リズムよく、声をそろえた。
35	せーのと声かけをしました。
36	せーのと声をかけた。

各班に配布したプリント（動きを確認しながら運動する時間）

大なわケンパー

ポイント（みんなでかくにんしながら）

声

・「せーの ケン パ ケン パ」

まわす人

- ・ うでを大きくまわす
- ・ なわが下にきたとき、ひざをまげてなわをゆかに強くあてる。

めあて

人数	できたかな？
1人でケンパ ケンパ	
2人でケンパ ケンパ	

できたらチャレンジしてみよう！

人数	できたかな？
4人でケンパ ケンパ	

フーズをまわしてキャッチ

ポイント（みんなでかくにんしながら）

声

・ スタートをあわせる声

いどうのしかた

- ・ しっかりとフーズをまわしてから、いどうする。

めあて

	できたかな？
1人 自分のまわしたフーズをとる	
3人でまるくなり、となりの人のまわしたフーズをとる	

できたらチャレンジしてみよう！

人数	できたかな？
3人のまるを大きくして、チャレンジしてみよう。	

ボールをはこびながら、なわをとぶ

ポイント（みんなでかくにんしながら）

声

・「せーの」（とぶときの声）

ボールのおさえ方

・ →○←

（ボールのよこをおさえる）

めあて

人数	なわ	
2人でボールはこび	へび	こなみ
3人でボールはこび	へび	こなみ

できたらチャレンジしてみよう！

人数	なわ	
4人でボールはこび	へび	こなみ

ボールをバウンドさせてキャッチ

ポイント（みんなでかくにんしながら）

声

・スタートをあわせる声

いどうのしかた

・しっかりとボールをバウンドさせてから、いどうする。

めあて

	できたかな？
1人 自分でバウンドさせたボールをとる	
3人でまるくなり、となりの人がバウンドさせたボールをとる	

できたらチャレンジしてみよう！

人数	できたかな？
6人で、まるくなってチャレンジしてみよう	

各班に配布したプリント（動きを選び、工夫する時間）

ムカデの動き

コースをかんがえよう（コーンをおいて）

- ・まわってくるころ ・ジグザグ など

ポイント（みんなでかくにんしながら）

みんなの右足左足をそろえる

ケンパーのリズム

うごきをきめよう（たて1れつ）

- ・ ケンパー ケンパー ケンケンパー
- ・ パーケン パーケン パーパーケン

ポイント（みんなでかくにんしながら）

パーの時、足を小さくひらく（「休め」の時の
足くらい）

8. 4. 2. 1のリズム

うごきをきめよう

- ・ ならび方（たて1れつ よこ1れつ など）
- ・ うごき方（前後、左右 など）

ポイント（みんなでかくにんしながら）

8 4 2 1の時りょう足できちんと止ま
る

ボールはこび (2人~3人~6人)

コースをかんがえよう (コーンをおいて)

- ・まわってくるところ
- ・ジグザグ など

ポイント (みんなでかくにんしながら)

うしろの人がおしてくる動きにあわせる

フーズキャッチ (2人~3人~6人)

ならび方を考えよう

- ・ならび方 (まっすぐ まる など)
- ・まわしてから、とりにいくには、どのくらいにしたらよいかな?

ポイント (みんなでかくにんしながら)

じゃぐちをひねるようにまわす

みんなでジャンプ (2人~4人)

ならび方をかんがえよう

- ・ならび方 (1れつ 2れつ など)
- ・見るほうこう (みんながおなじ ちがうほうこう など)

ポイント (みんなでかくにんしながら)

大きくまわす (まわす人)

まわす人を見る (とぶ人)

学習カードに子どもたちが楽しいと書いた運動

単位：人

		1 時間目	2 時間目	3 時間目	4 時間目	5 時間目	6 時間目	7 時間目	8 時間目
体ほぐしの 運動	8、4、2、1、イエーイ	2	0						
	風船バレー	30		8	1			12	7
	みんなとハイタッチ	2				1	0		
多様な動きを つくる運動	ムカデ歩き(移動)		12					12 ^⑱	
	ボール運び(操作)		24						選択なし
	8、4、2、1のリズム(移動)			4				6 ^⑫	
	みんなでジャンプ(操作)			21					17
	ケンパーのリズム(移動)				10			2 ^⑤	
	キャッチフープ(操作)				26				
	大なわケンパ (組み合わせ)					11			
	フープ回して走ってキャッチ (組み合わせ)					22			18
	大なわボール運び (組み合わせ)						4		
バウンドさせて走ってボールキャッチ (組み合わせ)						28			

※ ○の中の人数は運動を選んだ人数。

※ 各人数は、延べ人数である。

単元計画（体づくり運動 第4学年）

体づくり運動 第4学年（前半）

時	1	2	3	4	5	6	7	8	
ねらい	体ほぐしの運動	多様な動きをつくる運動							
	ねらい1 友だちとかかわり合いながら、体を動かす楽しさを味わう	ねらい1 ねらい2 動きを確認しながら運動し、体を移動する動き、用具を操作する動きを身に付ける	ねらい1 ねらい3 基本的な動きを組み合わせた動きを身に付ける			ねらい1 ねらい4 動きを選び、工夫しながら運動する。			
5 20 30 40 45	1 オリエンテーション ・単元のめあての確認 ・学習時の約束の確認	1 集合・挨拶・健康観察（エナジーチェック）・準備運動							
	2 本時のめあての確認	2 体ほぐしの運動							
	3 体ほぐしの運動 ・ストレッチ ・フープリレー	3 本時のめあての確認							
	4 学習カードの記入・学習の振り返り	体を移動する運動		基本的な動きを組み合わせる運動			体を移動する運動		
	5 挨拶	4 一定の速さでのかけ足	4 登る、下りるなどの動き	4 用具を操作しながら移動する動き			用具を操作する運動		
		5 用具を転がす、くぐる、運ぶなどの動き	5 用具に乗るなどの動き	5 用具を操作しながら移動する動き			基本的な動きを組み合わせる運動		
		4 「体を移動する運動」「用具を操作する運動」「基本的な動きを組み合わせる運動」の中から選んで行う。							
		5 発表							
		6 学習カードの記入・学習の振り返り							
		7 挨拶・片づけ							

表4-3 体づくり運動 第4学年(後半)

時	1	2	3	4	5	6	7
ねらい	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">体ほぐしの運動</div> <p>ねらい1 友だちとかかわり合いながら、体を動かす楽しさを味わう</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">多様な動きをつくる運動</div>					
		<p>ねらい1 ねらい2 動きを確認しながら運動し、体のバランスをとる動き、力試しの動きを身に付ける</p>		<p>ねらい1 ねらい3 基本的な動きを組み合わせた動きを身に付ける。</p>		<p>ねらい1 ねらい4 動きを選び、工夫しながら運動する。</p>	
5	<p>1 オリエンテーション ・単元のめあての確認 ・学習時の約束の確認</p>	<p>1 集合・挨拶・健康観察・準備運動</p>					
	<p>2 本時のめあての確認</p>	<p>2 体ほぐしの運動</p>					
	<p>3 体ほぐしの運動 ・ジャンケンおんぶ ・新聞紙を使って (落さないように走る) (新聞紙の動きをまねる)</p>	<p>3 本時のめあての確認</p>		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">基本的な動きを組み合わせる運動</div>		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">体のバランスをとる運動</div>	
20	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">体ほぐしの運動</div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">体のバランスをとる運動</div>	<p>4 回るなどの動き</p>	<p>4 座る、立つなどの動き</p>	<p>4 バランスを取りながら移動する。</p>		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">力試しの運動</div>
30		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">力試しの運動</div>		<p>4 基本的な動きを組み合わせる運動</p>		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">基本的な動きを組み合わせる運動</div>	
40	<p>4 学習カードの記入・学習の振り返り</p>	<p>5 人を押す、引く動きや力比べをする動き</p>	<p>5 人を運ぶ、支える動き</p>	<p>5 体のバランスを取りながら移動する。</p>		<p>4 「体のバランスをとる運動」「力試しの運動」「基本的な動きを組み合わせる運動」の中から選んで行う。</p>	
45	<p>5 挨拶</p>	<p>6 学習カードの記入・学習の振り返り</p>					
		<p>7 挨拶・片付け</p>					