

3 本時案②【習得場面】（2時間目／4時間中）

(1) 本時のねらい

- ・背泳ぎの行い方について理解できるようにする。

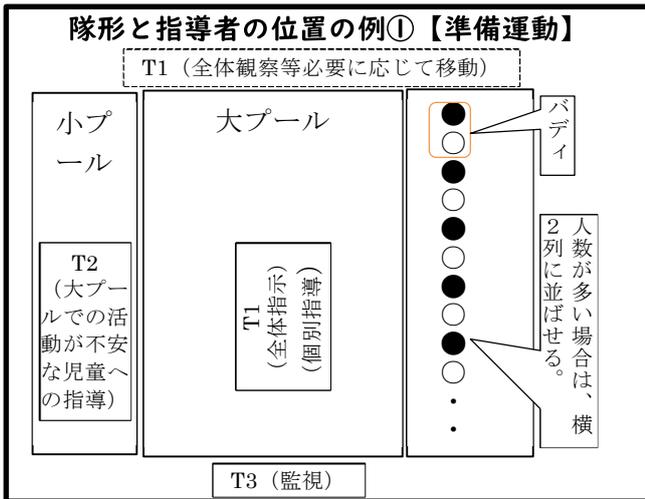
(2) 本時の学習評価

- ・背泳ぎの行い方について言ったり書いたりしている。（知識・理解）

(3) 学習過程

時間	○学習活動 ・指導上の留意点	評価規準及び 評価方法
はじめ 1 2 分	1. 挨拶、健康観察 2. 本時のめあてや評価項目の確認 めあて 背泳ぎの行い方を確かめ、背泳ぎにチャレンジしよう 評価 背泳ぎの行い方について言ったり書いたりしている。（知識・理解） ・前時に学習した背泳ぎの行い方（ポイント）について掲示物等を基に児童に想起させ、確かめながら取り組むように伝える。 3. 準備運動、シャワー	
なか 2 5 分	4. 活動Ⅰ 背泳ぎにつながる補助運動（浮くことを中心に） ○いろいろな水慣れの運動の行い方を知り、取り組む。 ・伏し浮き、け伸び（壁を蹴った後、体の力を抜くことを意識させて） ・ラッコ浮き（ビート板を胸の前で抱え、体の力を抜くことを意識させて） ・背浮き（体を大の字にして、体の力を抜くことを意識させて） ・ビート板を引っ張ってもらう（ビート板を枕のようにして） ※パディで活動し、相手の力が入っていたら顎、手等の力を抜くことを伝えさせる。 5. 活動Ⅱ 背泳ぎ（手の動きを中心に） ○背泳ぎの行い方を確かめ、姿勢に気を付けて取り組む。 <立って> ・指導者の動きを真似しながらプールサイドに立って、手の動きを試す。 ・示範の動きをプールサイドに掲示しポイントを確かめさせる。 ・長めのタオルを「たすき掛け」で持たせ、タオルが緩まないように後ろ向きに回転させる。その際、肘は曲げてよい。 ・回転させているときは、脇を締め、肘を少し曲げさせる。手が後ろ向きになっているときには体や腕の方向にねじる動きを加えるようにする。 ・慣れてきたら、タオル無しで試させる。片腕ずつ交互に動かす。肩から指先をまっすぐ伸ばし、手のひらを外向きにして「手の甲（または小指）」を後ろに向けて回す。 ・手のひらを外側に向けて肘を曲げ、水を押し出すように太ももの横まで水をかききる。 <寝て> ・試技者はプールサイドに仰向けに寝て、片腕ずつ入水し、手の動きを試す。補助者は腕がまっすぐ伸びていること、手の甲から入水していること、太ももまで水を押し出している姿から出来栄を試技者に伝える。 <補助して> ・試技者は仰向けになり、キックする。補助者は試技者の肩甲骨付近を下から支える。 ・試技者はキックしながらゆっくりと手をかき、補助者の左右の肩に交互に手が当たるようにする。 ・補助者は試技者の肩甲骨付近を支えながら、ゆっくりバックする。	おおむね満足 （観察・ワークシート） 背泳ぎの行い方について言ったり書いたりしている。 十分満足 背泳ぎの行い方について詳しく言ったり書いたりしている。 努力を要する児童 への手立て 掲示物等で確かめさせたり、個別に指導したりする。

ま と め 5 分	6. 本時の振り返り ○本時のめあてに沿って振り返り、次時への意欲を高める。 ・次のことについてその場で振り返り、その理由や感想をバディと共有させる。この内容は、教室に戻り、学習カードに記録させる。 ・背泳ぎの行い方は理解できたか ・行い方を合言葉等にして口ずさみながら取り組んでいる児童等を紹介し、望ましい姿を全体に広げる。 ・次時は自分の課題を確かめ、課題に合った解決方法を選びながらチャレンジすることを知らせ、意欲を高める。 7. 整理運動、健康観察、挨拶	
---------------------------	---	--



1 時間目の学習カードの例

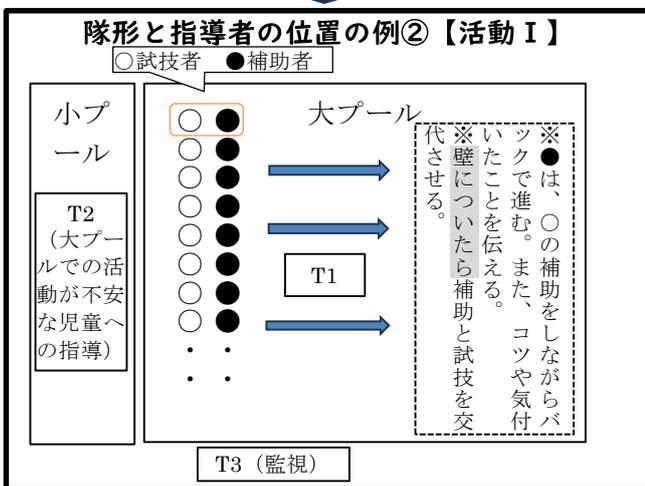
◆できたら○、できなかつたら△で答えましょう。

①プールサイドを走らない等安全に気を配ることができましたか ()

②バディの安全や体調に気を配りながら活動できましたか ()

◆安全に気を配ることについて友達にアドバイスしたことを書きましょう。
()

◆背泳ぎにチャレンジして思ったこと、気付いたこと等を書きましょう。
()



2 時間目の学習カードの例

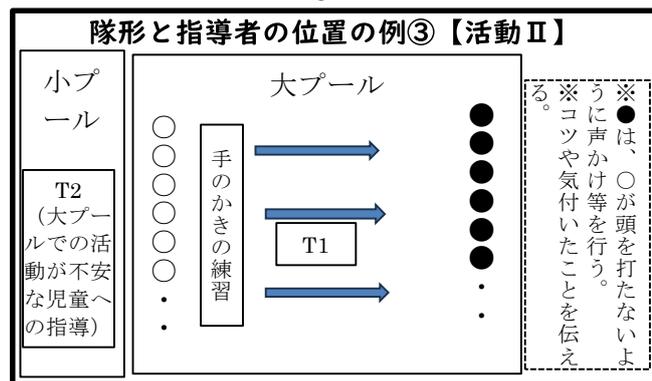
◆できたら○、できなかつたら△で答えましょう。

①バディの安全や体調に気を配りながら活動できましたか ()

②背泳ぎの行い方 (ポイント) を理解できましたか ()

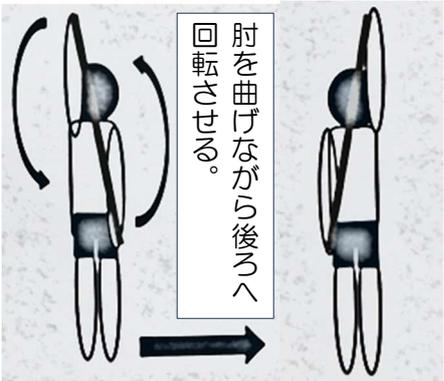
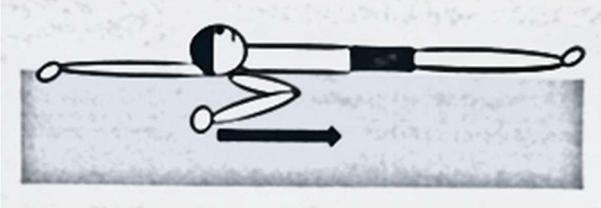
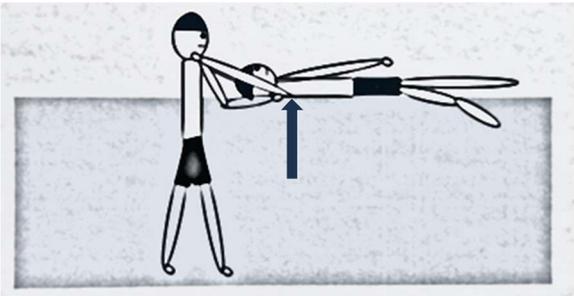
◆行い方で理解したことを詳しく書きましょう。
()

◆背泳ぎにチャレンジして思ったこと、気付いたこと等を書きましょう。
()



T3 (監視)

動きの説明②

<p>長めのタオルを「たすき掛け」で持たせ、タオルが緩まないように後ろ向きに回転させる</p>	<p>プールサイドに仰向けで寝て片腕ずつ入水する</p>
	 <p>小指から水面に入れる。肘を曲げたら「水を押すように」動かし太ももまでかく。 はじめは右腕の練習。次に向きを変えて左腕の練習をする。</p>
<p>補助者は試技者の肩甲骨付近を下から支える</p>	<p>補助者の左右の肩に交互に手が当たるようにする</p>
<p>補助者の手(矢印)に注目！</p> 	<p>実施者の腕(矢印)に注目！</p> 