

第2学年 体育科学習指導案

令和4年9月22日(木)5校時

大浜小学校2年1組 計28名

授業者 金城一機(体育 CO)

井上早苗(担任)

共同研究者 富山 華子

真玉橋 初音

仲嵩 真衣子

1 研究テーマ

仲間と関わり、主体的に運動に親しむ児童の育成
 ～「する、みる、支える、知る」を価値づけた体育授業の工夫改善を通して～

【年間指導計画 2学年 9月計画】

- 2 単元名 体づくりの運動遊び(4時間) 体ほぐしの運動遊び①・多様な動きをつくる運動遊び③
 「みんなで なかよく やってみよう」

3 単元の目標

(1)知識及び運動	(2)思考力・判断力・表現力等	(3)学びに向かう力,人間性等
ア 体ほぐしの運動遊びでは、手軽な運動遊びを行い、心と体の変化に気づいたり、みんなで関わったりすることができるようにする。 イ 多様な動きをつくる運動遊びでは、体のバランスをとる動き、体を移動する動き、用具を操作する動き、力試しの動きをすることができるようにする。	体ほぐしをしたり多様な動きをつくったりする遊び方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。	運動遊びに進んで取り組み、きまりを守り誰とも仲良く運動をしたり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。

4 運動の特性と児童から見た特性

(1) 運動の特性

低学年の体づくり運動遊びは、「ア 体ほぐしの運動遊び」及び「イ 多様な動きをつくる運動遊び」で構成され、体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、伸び伸びと体を動かしながら、様々な基本的な体の動きを身につけることをねらいとして行う運動遊びである。

いつでも、だれでも、どこでも手軽に行なえ、ルールに制約されずにねらいに応じた運動を選んだり、考えたりすることができる運動遊びである。特に低学年では、技能を高めることよりも運動そのものを好きになることを感じる事がよりできる運動である。

(2) 児童から見た特性

体を動かすと気持ちがいよことや、力いっぱい動くと汗がでたり心臓の鼓動が激しくなったりすることなど、運動することと自分の体の変化が繋がっていることに気づくことができる運動である。また、友達との関わりの中で、自由な発想で遊び方を工夫したり、考えたことを友達に伝えたりすることができる運動である。

5 単元について

(1) 教材観

体づくりの運動遊びについては、学習指導要領解説体育編に以下のように示されている。(下線部分)
低学年では、体ほぐしの運動遊びや多様な動きをつくる運動遊びの行い方を知り、自己の心と体の状態に気づいたり、みんなで関わり合ったりするとともに、様々な基本的な体の動きを楽しく経験することによ

り、動きの幅を広げ、中学年の体づくり運動の学習につなげていくことが求められる。

運動遊びの楽しさに触れ、結果的に体力の向上を図るとともに、この時期に基本的な体の動きを幅広く培っておくことが重要であり、他の領域において扱いにくい様々な動きを取り上げるものとする。

また、友達と話し合いながら簡単な行い方を工夫し、考えた運動遊びを友達に伝えるとともに、体づくりの運動遊びに進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲良く運動遊びをしたり、場の安全に気と付けたりすることなどをできるようにすることが大切である。

年度当初には体ほぐしの運動遊びを3時間程度実施し、体を動かす心地よさやみんなで関わることの楽しさや喜びに触れられるよう取り組んだ。

本単元では、多様な動きをつくる運動遊びを中心に、体のバランスをとったり、体を移動したり、用具を操作したり、力試しをしたりすることを見習いの実態に合わせ実践し、子どもたちが楽しみながら経験していくうちに、結果として基本的な動きが総合的に身についていくようにしていきたい。

授業の流れとしては、児童の活動を「個人→ペア→3～4人(グループ)→全員」のように人数の変化をつけながら授業を展開していくことでスムーズな流れで授業を進めていきたい。

指導する内容については、学習指導要領に記載されている例示を参考にする。

以下、学習指導要領解説体育編(P39～)より一部抜粋

ア 体ほぐしの運動遊び	イ 多様な動きをつくる運動遊び
心を体の変化に気付くとは、 体を動かすことが気持ちよいことや、カー杯動くと汗が出たり心臓の鼓動が激しくなったりすることなどに気付くことである。 みんなで関わり合うとは、 人それぞれに違いがあることを知り、誰とでも仲良く協力したり助け合ったりして運動遊びを行い、友達と一緒に体を動かすと楽しさが増すことや、つながりを体験することである。 ○伸び伸びとした動作で新聞紙やテープ、ボール、なわ、体操棒、フープなどの用具を用いた運動遊び ○リズムに乗って心が弾むような動作で運動遊びを行うこと ○伝承遊びや集団による運動遊び	(ア) 体のバランスをとる運動遊び ・姿勢、方向、人数を変えて、回る、寝転ぶ、起きる、座る、立つなどの動きやバランスを保つ動き (イ) 体を移動する運動遊び ・姿勢、速さ、リズム、方向などを変えて、這う、歩く、走る、跳ぶ、はねるなどの動き (ウ) 用具を操作する運動遊び ・用具をつかむ、持つ、降ろす、回す、転がすなどの動き (エ) 力試しの運動遊び ・人を押す、引く、運ぶ、支える、力比べをしたりするなどの動き

(2) 児童の実態について【2学年 49名/57名回答 (9月実施)】

本学級の児童は、男女の仲が良く運動好きで活発な児童が多い。これまでの体育学習においても、前向きに授業に取り組む姿が見られ、友達と協力したり、運動量を確保しながら授業を進めてきた。

授業前アンケートや新体力テストの結果から児童の実態把握を行った。(以下一部抜粋)

「体育の授業は好きですか」の設問では、94%の児童が「好き・まあまあ好き」と答えており、「動いたり運動したりすることが好き・できないことができるようになるから」等の理由が多く見られた。

その一方で、約6%の児童が「ちょっと嫌い・嫌い」と答えており、その理由として「自分に自信がない・汗をかくことが嫌」と答えており、本領域のねらいである「体を動かす楽しさや心地よさを味わう」といった経験が乏しい、もしくは過去の運動に関する失敗や、できなかった苦い経験による運動有能感の欠如などが予想される。運動に対して否定的な児童をいかに体育の持つ魅力に引き込めるか、運動が楽しい、心地よいと実感させることができるのかを意識して取り組んでいきたい。

特に、体づくり運動遊び(体づくり運動)は、その目標から技能面よりも子ども達が楽しく取り組むことを重視している領域であることから、体育嫌い・苦手な児童の心に寄り添い、好きになってもらうきっかけづくりをしながら授業展開を工夫していきたい。

本研究で取り組んでいる「する・みる・支える・知る」の体育との多様な関わりについての設問では、「する楽しさ」を感じている児童は94%、「メディアや友達の取り組んでいる姿を見る楽しさ」を感じている児童は43%、「審判や、みんなと一緒に準備や片づけに取り組むなどの支える楽しさ」を感じている児童は41%、「本やネット、みんなで技のポイントやコツを共有するなどの知る楽しさ」を感じている児童は27%い

ることがわかった。

体育や運動との多様な関わりの中でも「する」以外の「みる・支える・知る」の3つの関わり方が更に向上していくことができるように、キラリタイムや教師による声かけ等を中心に価値づけていくことが大事だと考え、実践していきたい。

1. たいいくのじゅぎょうは すきですか？ (0 点数)

[詳細](#)

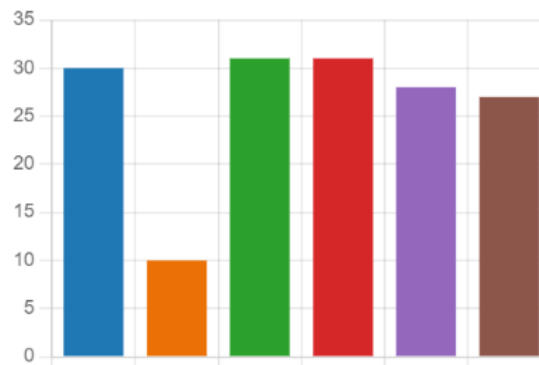
● すき	41
● まあまあすき	5
● ちょっときらい	2
● きらい	1



2. 1で「すき・まあまあすき」と答えたりゆうをおしえてください。 いくつこたえてもOKです。(0 点数)

[詳細](#)

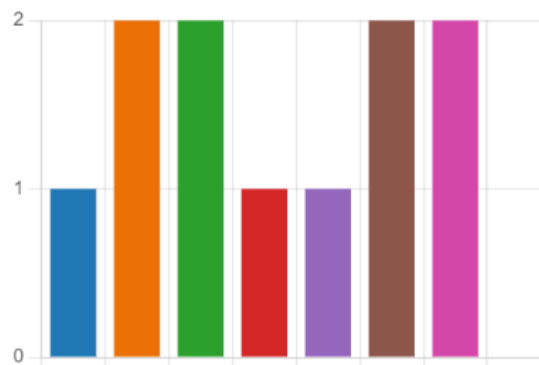
● うごいたり うんどうすることが すき...	30
● あせをかくと きもちいいから	10
● できないことが できるようになるから	31
● たいりよくが つくから	31
● いろいろなうんどうや スポーツができ...	28
● ともだちや みんなで 力を合わせ...	27



3. 1で「ちょっときらい・きらい」と答えたりゆうをおしえてください。 いくつこたえてもOKです。(0 点数)

[詳細](#)

● きらいなうんどうがあるから	1
● ボールがあたったりしてケガしそうだから	2
● あせをかくのがいやだから	2
● はしのが いやだから	1
● からだをうごかすことが いやだから	1
● じぶんじしんがないから	2
● たいりよくがないから	2
● けんかするから	0



4. うんどうやスポーツ（からだをうごかすこと）はすきですか？ (0 点数)

[詳細](#)

[インサイト](#)

● すき	35
● まあまあすき	11
● ちょっときらい	2
● きらい	1



5. たいりよくにじしんはありますか？ (0 点数)

詳細

インサイト

- ある 19
- すこしある 21
- あまりない 7
- ぜんぜんない 2



10. たいいくやスポーツで「たのしい」ときはどんなときですか？ いくつこたえてもOKです。(0 点数)

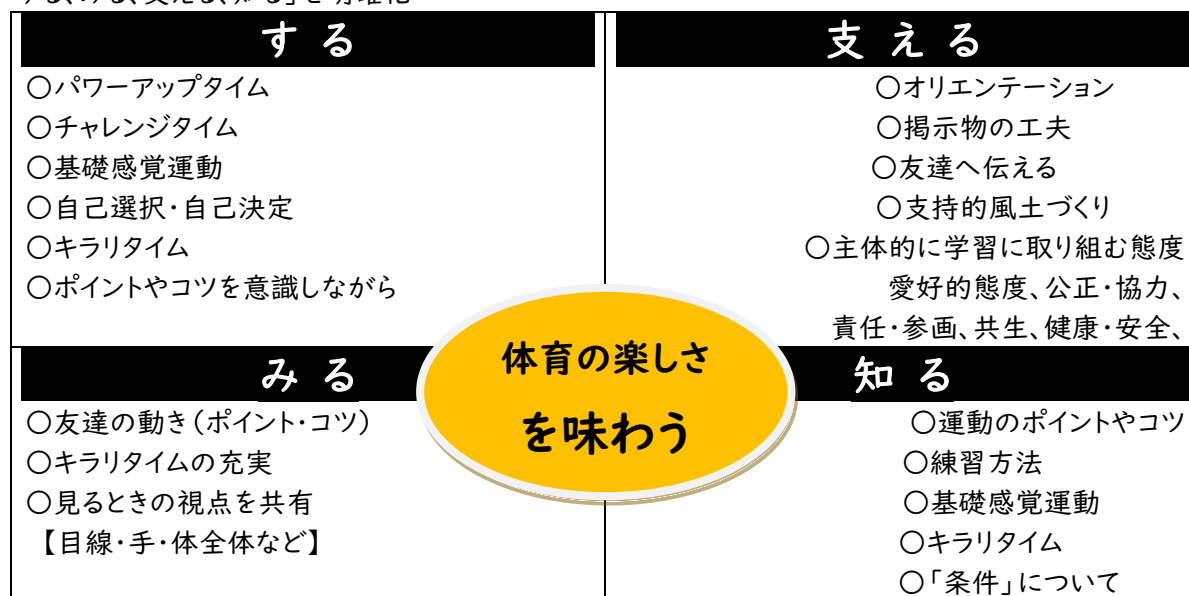
詳細

- やってみるのが たのしい 43
- テレビなどでみたり、ともだちががんば... 21
- しんぱんをしたり、じゅんぴやかたづけ... 20
- 本やインターネットなどでしらべて し... 13



6 本単元における指導の手立て(研究主題との関わり)

(1) 「する、みる、支える、知る」を明確化



体育の楽しさを味わう多様な関わり方があることを各単元の導入のオリエンテーションや、授業内のキラリタイムなどで価値づけていく。

特に「主体的に学習に取り組む態度」と関連付けながら、毎時間の中で子どもたちの言動を見取り、価値づけていくことで、運動への愛好的態度や自己肯定感の高まり、運動有能感の育成に繋げていきたい。

(2) 運動を苦手としている児童への配慮として

- ① 成功感や達成感を味わうことができるような内容・場・用具等の工夫(スモールステップ)
- ② 分からなかったことやできなかったことができるようになる喜びを味わわせる(友達との関わり)
- ③ 友達や先生から認められたり、自分なりの工夫や考えを相手に伝えたりする場の工夫(キラリタイム)

(3) 単元指導計画の作成(授業づくりのポイント)

低学年の体づくりの運動遊びは、「体ほぐしの運動遊び」と「多様な動きをつくる運動遊び」の2つの内容で構成されているが、どちらにも共通していることは、運動することの楽しさを味わうということだと考える。運動そのものを楽しみながら、楽しんでいるうちに基本的な体の動きを身につけていくことができるようにしていきたい。

特に低学年段階で運動を苦手と感じている児童に注目し、運動との多様な関わり方があることや、できないことや苦手なことも、自分なりの努力や工夫、友達との関わり、さらに内容や場などの工夫などの手立てを講じながら少しでも上達する経験を味わわせ、運動そのものを楽しめるようにしていきたい。

1時間の授業の活動は、活動①（パワーアップタイム）と活動②（チャレンジタイム）に分け、基本的な体づくりの要素を一つずつ取り入れていく。活動①活動②ともに、教師主導で基本的な体の動きを確認しながら児童の実態に応じて進めていく。

基本の動きを経験できたら、次は子どもたちの自由な発想を取り入れた動きにチャレンジしていくという流れで授業を進めていく。

その際には、方向や人数、姿勢、リズム、速さなどのポイントを伝え、みんなができそうなもの、危険ではないものなどの最低限の注意点を伝えながら、子どもたちの主体的・対話的で深い学びにつながるようにしていきたい。

「友達と一緒にやってみる」「もっと離れてやる」「動きを組み合わせる」などの様々なアイデアが子どもたちからでてくるようであれば、中学年への繋がりも意識し、「〇〇をしながら□□をする」のような組み合わせについても適時取り入れるようにしていきたい。

(4) 主体的に運動を楽しみ、主体的に取り組むための環境づくり

① 子どもたちが遊びたくなる・動きたくなるしかけ

「遊びの中でこそさらなる運動の面白さが発見できる」との考えから、各単元や領域が終了したあとも、活用した用具を休み時間などに使用できるようにしたり、一定期間常設したりするようにしている。そうすることで、子どもたち同士で自然と集まりだし、試行錯誤しながら運動を楽しむ姿を見ることが多くなった。



ケンケンパ



常設掲示 (鉄棒)



固定ラダー



走り幅跳び台



ラダー



立ち幅跳び



バトンスロー



輪投げ

教具の工夫や充実を図ることで、運動活動時間の確保や意欲の向上に繋がった。教具の作成では、手の込んだものを作成するというよりも、身近にあるものを再利用したり、ちょっとした工夫を加えたりすることで活用できるもの等を作成した。一度作成すると様々な単元や領域で幅広く活用できるものが多く、子どもたち主体の活動には、用具の充実は欠かせない。



ペットボトルに水を入れた的



ホースを使ったリングバトン



縄跳びジャンプ台

③ 音楽に合わせた準備運動や BGM の活用

学校全体で準備運動の方法を揃えることでスムーズに行うことができ、授業での運動量を確保することができる。また運動領域の種類に合わせて手の平や手首のストレッチ（器械運動）を入れたり、下半身のストレッチ（陸上運動）を組み込んだりしている。

準備運動以外の運動時にも音楽をかけ、アップテンポな曲をかけることで児童が楽しく運動することができるように取り組んでいる。

④ スポーツフェスティバルを通した運動の楽しさを味わう活動（一校一運動：縄跳び運動）

単元や学年の実態等に応じて、導入時に縄跳び運動やリズム縄跳びをすることもある。取り入れる時には、サーキット→準備運動→縄跳びの流れで行っている。

各学期に一度のスポーツフェスティバル縄跳び大会も実施している。

④ 基礎感覚づくり

児童の実態把握や、楽しさを味合わせるためにも、毎時間の導入で、主運動につながる基礎感覚運動を取り入れる。

特に、基礎感覚運動では、本時の主運動につながる基礎感覚運動を取り入れるようにしている。体づくり運動遊びでは、子どもたちが体を動かしながら夢中になる鬼ごっこやスキップ走、次の単元であるマット運動につながる動物歩きなどを適時入れていく。

(5) 体力向上の取り組みとして

① サーキット

様々な運動に触れさせ体力の向上を図ったり、主運動に繋がる基礎感覚に触れさせたりするために、授業スタート前にサーキットを推奨している。※別紙参照

② 縄跳び運動

コロナ禍により密な運動ができない時期などがあり、短なわによる個人での取り組みなどを行った。また、児童の実態に応じて、体づくり運動などでも取り組んでいる学年もある。取り組み内容は以下の表。

1年生から3年生		4年生	
縄跳びチャレンジカード 基本編を活用して行う。		縄跳びチャレンジカード上級編を活用して行う。 曲のリズムに合わせて、縄跳びをしていく。 ※中頭地区 CO 屋先生実践より	
	※5・6年は未実施。		

(6) 話し合い活動の工夫

① キラリタイム

キラリタイムでは、全員で友達の試技をみて、良いところや気付いたことを共有することで動きのポイントやコツを一般化したり、友達へのいい声かけをしている子や、準備片付けて率先している子などを紹介したりする。

特に本単元では、運動を苦手としている児童を中心に観察し、その子の良さや頑張りを認め価値づけていきたい。

(7) 思考力・判断力・表現力を育成するための教具の工夫及び発問の工夫

① 体づくり運動における教具の工夫

バランス棒、リバーシ、わりばし、ボール(100均)、タオル、洗濯バサミ、ケンステップ、ラダースティック、フラフープ、



バランス棒 (自作)



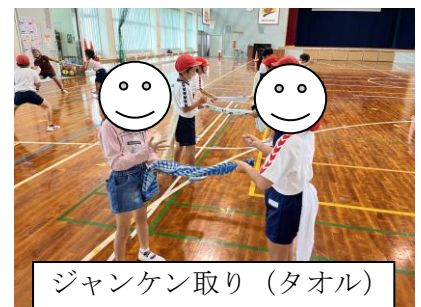
洗濯ばさみ 取り合い



タオルを使った綱引き



バランス棒 (購入)

リバーシ
※オセロのようにひっくり返して多いチームの勝ち

ジャンケン取り (タオル)



ボール (100均)



ほうきの柄の部分



フラフープ

② 発問の工夫

体ほぐしの運動遊びでは、発問を工夫することで子どもたちの思考を深め、広げることにつながると考え、発問の工夫を行う。

体ほぐしの運動遊びと多様な動きをつくる運動遊びでは、内容が似通ったものになるが、「子どもたちにどんな力を身につけさせたいのか」を明確にしながら、発問を投げかけるようにしていきたい。

ア 体ほぐしの運動遊び	
○体の力を抜くとどんな気持ちになる？	→「リラックスして、気持ちいい」
○友達はどやって動きたいのかな？	→「〇〇をこうしらいいいんじゃない？」
○どれぐらいの強さがちょうどいいのかな？	→「これぐらいの強さだと心地いいね」
○友達とそろえるためにはどうしたらいい？	→「相手を見る・かけ声(合図)を出す・息を合わせる」
イ 多様な動きをつくる運動遊び	

○(うまくできる友達)どうして上手なんだろう? →「○○を見ている・手が肩まで上がっている」
 (目線・持ち方・体の使い方など)
 ○誰のうごきがかっこいいかな? →「じゃあ○○さんのようにやってみよう」
 ○もっとおもしろく(楽しく)するためにはどうしたらいい?
 →「○○を入れたら面白そう・人の数を増やしたい・ボールの数を増やすと楽しいかも」
 ○かっこよくするにはどんな着地がいいのかな? →「ピタっととまる・友達をそろえる」
 ○どうしたら差が減らせそう? →「○○したらいいと思うよ」

7 単元の評価規準

知識・運動	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
① 体ほぐしの運動遊びでは、手 軽な運動遊びを行い、心と体 の変化に気づいたり、みんな で関わり合ったりしている。 ② 多様な動きをつくる運動遊び では、体のバランスをとる動 き、体を移動する動き、用具を 操作する動き、力試しの動き をしている。	① 体ほぐしをしたり多様な動きを つくったりする遊び方を工夫し ようとしている。 ② 考えたことを友達に伝えよう としている。	① 運動遊びに進んで取り組もう としている。 ② きまりを守り誰とでも仲良く運 動をしようとしている。 ③ 場の安全に気を付けている。

8 単元の指導と評価の計画(全4時間)

光文書院「体育の学習(1.2年)」p2~3 参照

大浜小 2 年		体づくり運動遊び「みんなでなかよくやってみよう」単元指導計画(案)				体育館
単元目標	知識及び運動	ア 体ほぐしの運動遊びでは、手軽な運動遊びを行い、心と体の変化に気づいたり、みんなで関わったりすることができるようにする。 イ 多様な動きをつくる運動遊びでは、体のバランスをとる動き、体を移動する動き、用具を操作する動き、力試しの動きをすることができるようにする。				
	思考力、判断力、表現力等	体ほぐしをしたり多様な動きをつくったりする遊び方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。				
	学びに向かう力、人間性等	運動遊びに進んで取り組み、きまりを守り誰とも仲良く運動をしたり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。				
	時間	1	2	3	4	
学習の流れ	0	1. あいさつ・準備運動 2. めあての確認				
	3	【めあて】体ほぐしの運動遊び 体づくりのうんどうあそびをたのしもう。	【めあて】多様な動きをつくる運動遊び ともだちときょうりよくしてみよう。	【めあて】多様な動きをつくる運動遊び たのしいあそびかたをくふうしよう	【めあて】多様な動きをつくる運動遊び ともだちとあそびかたをくふうしよう。	
	4	3. 基礎感覚運動… けんけん鬼ごっこ スキップステップ ギャロップステップ だるまさんが転んだ グリコ				
	5	○オリエンテーション ・学習の進め方・約束・片付け 4 活動①(自分の体を楽しく動かそう) ・ちょこちょこ歩き、スキップ、ギャロップ ・体じゃんけん(片足軸回転、一回転ジャンプ) ・じゃんけん列車(けんけん) ・言う事一緒やること一緒 ・言う事一緒やること反対 ・言う事反対やること一緒 ペア、1列4人…	4. 活動【移動・力試し】 ・鬼ごっこ(氷鬼・けんけん・スキップ) ・手つなぎ鬼 ・ペア早歩き鬼ごっこ(2人・4人) ・折り返しリレー(ダッシュ・スキップ・ギャロップ・後ろ向き・新聞紙スライダー・ボールを使ってお腹、背中、指、パス・手で転がしながら)	4. 活動①【用具操作】 ・ボール一人慣れ(上投げ・手拍子・回転・体タッチキャッチ・背面) ・ペア(ボールパス・場所入れ替わり・お手玉・お腹背中で挟んで向きチャレンジ) 「もっと面白い(楽しい)遊び方ないかな?」 方向や人数、姿勢、リズム、速さの視点から遊び方を工夫してみる	4. 活動①【選択】 ・今までの体づくりの運動遊びをおもいでいくつか再チャレンジしよう。(10分) ・今までの用具を使ったり、友達と相談したりして、自分たちのグループで体づくりの運動遊びを考えさせる。 「〇〇をしながら〇〇をする」 ○ドキドキ・ワクワクするもの ○ちょっと頑張ればできそうなもの ○危険じゃないもの ○みんなで相談して決めること	
	10	5 キラリタイム… 友だちやグループの動き等から、うまくできるコツや友だちの良い点等を全体で確認する。				
	30	6 活動② 「あんたがたどこさ」 ・「さ」に合わせて前へジャンプ、好きな方向へジャンプ ・右、左のジャンプ「さ」で前へジャンプして戻る・ペアで横に並んで、向かいあって等 ・かぶせの「せ」でポーズ。	6. 活動②【バランス】 体をほぐす遊び方を工夫し、気づいたことや考えたことを友達に伝える場を設定する。 ・一人バランス(掌・おでこ・つま先・膝など) ・ペア、4人以上 ・ミニ平均台、平均台で歩きながらバランス	6. 活動②【用具操作】 ・フラフープ慣れ(腰・首・縄跳び・フープ回しリレー) ・ペアフラフープ転がしパス、くぐり、ジャンプ ・フープドッグラン(くぐった地点により点数が加点される。) ・みんなの上をころがせ(手をのばす・四つん這いの背中)	6. 活動② ・グループ(4人程度)で発表会をしよう。 そのグループの良いところを見つけられるように声をかける。 ○担任による価値づけを行って授業を終えるようにする。	
		7. ふりかえり 今日のめあてを中心にふり返る。 ○必要に応じて実技と結びつけて発表させる。				
	知・技	①			②	
	思判表			①	②	
	主体的	①	②	③		

9 本時の展開

(1) 本時のねらい (3/4時間目)

体ほぐしをしたり多様な動きをつくったりする遊び方を工夫することができるようにする。【思考・判断・表現】
場の安全に気を付けることができるようにする。【学びに向かう力、人間性等】

(2) 本時の展開

	主な学習活動	指導上の留意点(○) 評価【 】
導 入	0 サーキット 1 準備運動(3分) 2 めあての確認 (1分) たのしいあそびかたをくふうしよう 3 基礎感覚運動(2分) けんけん鬼ごっこ スキップステップ ギャロップステップ だるまさんが転んだ グリコ 等	○オリエンテーションpp「こんなことができるといいな」から今日の学びを確認する。 ※ ドキドキ・ワクワク感を持ちながら授業に臨めるようにする。
展 開	4 活動① パワーアップタイム (15分) (1) ボール一人慣れ (上投げ・手拍子・回転・体タッチキャッチ・背面) (2) ペア (ボールパス・場所入れ替わり・お手玉・お腹背中て挟んで向きチェンジ) (3) ペアで「おもしろ遊び」を考える 【発問】もっとおもしろく(楽しく)するためにはどうしたらいい? 条件の提示 (方向・人数・姿勢・リズム・速さ・用具など) 5 キラリタイム(3分) いくつかのペアをみんなの前で紹介する。 6 活動② チャレンジタイム(15分) (1) フラフープ慣れ(腰・首・縄跳び・フープ回しリレー) (2) ペアフラフープ転がしパス、くぐり、ジャンプ (3) フープドッグラン(くぐった地点により点数が加点される。) 【発問】もっとおもしろく(楽しく)するためにはどうしたらいい? 7 キラリタイム(3分) いくつかのペアをみんなの前で紹介する。	○苦手な児童を中心に観察する。 ○児童の良い動きをしていた子や、体育が苦手な児童などを紹介する。 ○価値づけを図る。 ○条件を提示し工夫の視点を与える。 【主体的に学習に取り組む態度】 場の安全に気を付けている。(観察) ○児童の実態に応じて、「組み合わせ」についても紹介する。 【思考・判断・表現】 体ほぐしをしたり多様な動きをつくったりする遊び方を工夫しようとしている。(観察)
終 末	6 まとめ・振り返り(3分)	○今日の学びを価値づける。 ○子供達の成長や頑張りを認め、運動有能観を高められるようにする。

10 参考文献

- (1) 文部科学省 平成 29 年 7 月 小学校学習指導要領(平成 29 年告示)解説 体育編 東洋館出版
- (2) 「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料 国立教育施策研究所
- (3) 学習指導要領準拠「体育の学習」 光文書院
- (4) 白旗和也 これだけ知っておきたい「体育授業の基本」の基本 東洋館出版社
- (5) 白旗和也 『7 日間で授業のつくり方をマスター！体育指導入門』 明治図書出版株式会社
- (6) 『子どもイキイキ 楽しい体育の授業 2022 2 月号 No. 389』 明治図書出版株式会社
- (7) すぐ使える体ほぐしの運動 136 選 池田延行監修 明治図書出版
- (8) 「運動できない」を「できる!」に変えるキッズエクササイズ 安部たけのり 株式会社秀和システム
- (9) 小学校体育これだけは知っておきたい「体づくり運動」の基本 白旗和也 東洋館出版社
- (10) 動画で早わかり!「教科担任制」時代の新しい体育指導 体づくり運動・陸上運動編 根本正雄
株式会社学芸みらい社
- (11) 10 分で運動能力を高める! 体づくり運動ベスト 100 岩手体育学習会 明治図書出版社
- (12) 多様な動きをつくる運動(遊び)パンフレット 文部科学省