

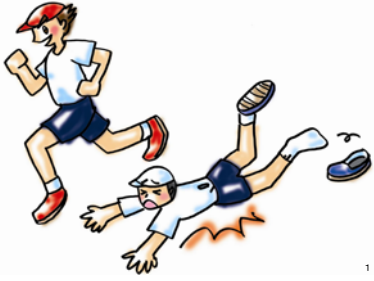

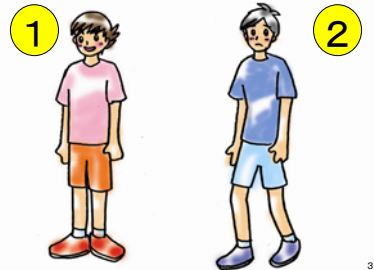
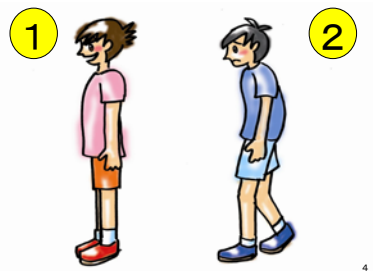
学級活動 低学年「正しい姿勢、歩き方と靴の履き方」


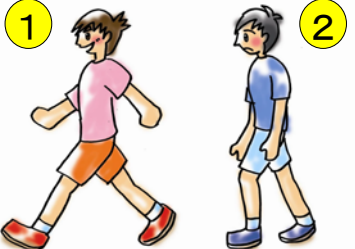

【紙芝居の登場人物】

☆げんきくん いつも元気で、健康的なキャラクター

☆へとへとくん 前向きに頑張っているが、げんきくんと対照的に、元気が出ないキャラクター

☆ジェス教授 足元の健康を正しく導く博士

学習活動	発問・指示など	紙芝居
<p>1 学校生活の場面を想起し、問題を把握する。</p> <p>(1) 運動会 (2) 生活科の校外学習</p> <p>【そうか！】</p>	<p>「この紙芝居を見てみましょう。運動会、楽しかったですね。」</p> <p>「この子はげんきくん。元気いっぱいです。かけっただけでなく、玉入れ、そしてリレーでも大活躍。疲れたーなんて一言も言いません。」</p> <p>「この子はへとへとくん。あらら、せっかくのかかけっこののに靴が脱げてしまって転んでしまっていますね。運動会が終わった後は、疲れてぐったりです。」</p> <p>「これは生活科で公園に行きました。みんなもさくら公園に行こうとしているね。」</p> <p>「ここにも、げんきくんとへとへとくんがいます。二人はどうか？」</p> <p>「げんきくんもへとへとくんも毎日、みんなと同じようにがんばっています。でも、このように元気いっぱいと疲れてへとへとです。どうしてでしょうか？」</p> <p>C「どうしてかな？」</p>	<p style="text-align: center;">紙芝居</p>  <p>※へとへとくんは靴が脱げてしまっている。</p>  <p>※へとへとくんは靴ずれをおこし、痛がっている。</p>
<p>2 正しい姿勢や歩き方について考える。</p> <p>(1) 立位</p>	<p>「これを見てください。どちらがよい姿勢ですか？」</p> <p>○よい姿勢は、背筋が伸び、両足に体重がしっかり乗っている。</p> <p>●悪い姿勢は、背筋が曲がり、片足に体重が偏って乗っている。</p> <p>C「1番！」</p> <p>「どうして1番ですか？」</p> <p>C「ピンとまっすぐに立っている。」</p> <p>C「2番のほうは、背中が曲がってしまっているよ。」</p>	  <p>※一度、げんきくん、へとへとくんから離れたたい。</p>

<p>(2) 座位</p>	<p>「次は、どうでしょう。どちらがよい姿勢ですか？」 ○よい姿勢は、背筋が伸び、両足がぴったり床についている。(いわゆるピンピタグー) ●悪い姿勢は、肘をつき、足を組んでいる。 C「2番！」 「2番はピンピタグーだね。」</p>	
<p>(3) 歩容</p>	<p>「次はどうでしょう。どちらがよい姿勢ですか？」 ○よい歩く姿勢は、かかとからしっかり踏みしめて歩いている。 ●悪い姿勢は、小股で足裏全体がついてしまっている。 C「1番！」「なんか、かっこいい。」</p>	
<p>(4) 実際に行い、確かめる</p>	<p>「実際にやってみましょう。まずは、立つ姿勢から。気を付けはどうだったかな？」 「次は、座っている姿勢。ピン、ピタ、グーだったね。」 「次は、歩く姿勢。これは今までやっていなかったね。体育の時間にやってるのと同じ、リズムに合わせてかっこよく。」</p>	
<p>(ここまで 15分) 3 姿勢や歩き方について大切なことを考える。</p>	<p>※必要に応じてリズム太鼓でリズムをとる。 「今、3つやりましたが、3つとも、大切なことがあるんです。何かな？」 C「ピンとまっすぐに。」 C「何かな？」 「それは、これです。」(紙芝居7を見せる) (指さしながら) 「立っている時には、両方の足で立つ。座っている時には、両足を床につける。歩く時には一歩一歩、しっかり地面を踏んでいきます。」</p>	
<p>4 正しい靴の履き方について考える。 【そうだ!】 (1) ファスナーのとめ方</p>	<p>「実は、へとへとくんもこのことをみんな一生懸命やっているんです。でも疲れてしまいましたね。げんきくんの疲れしない秘密は何でしょうか？」 C「何だろう」 ※状況に応じて、紙芝居1、2にもどって見せる。 「どちらがげんきくんで、どちらがへとへとくんでしょうか？」 ○ファスナーをとめている。</p>	

(2) かかと

●ファスナーをとめていない。

○「赤だよ、赤！」

「これは、どっちでしょうか？」

○かかとをきちんと入れている。

●かかとをおって履いている。

○「赤、赤！」

「もうわかりましたね。正しく靴を履くことができれば、姿勢も歩き方もよくなるんです。そして、げんきくんのように元気いっぱいになるんですね。これを見てください。」

①脱ぐときにファスナーをゆるめる。(ベリベリ)

②かかとを合わせて履く。(トントン)

③ファスナーをしっかり締める。(ぎゅう、ピタ)

(ここまで

25分)

5 正しい靴の履き方を体験する。

「実際に、靴を履いてみましょう。」

※机を前によせ、準備していた外靴をはいてみる。

6 正しい姿勢、歩き方、靴の履き方の生活習慣を身に付けることの大切さについて知る。

※外靴をしまい、裸足で、

「足指ジャンケンをしてみましょう。」

「足指体操をしてみましょう。」

「足指つなひきをしてみましょう。」

※上履きを履き、教師の回りに集まる。

紙芝居でまとめ。

(紙芝居12)「靴を正しく履くと、今、みんながやったのと同じように、みんなの靴の中で足の指がよく動くんです。足が元気になるんですね。」

(ここまで

38分)

(紙芝居13)「それから、足が元気になるために大切なことをジェス教授からもう一つ。足をきれいにすることです。さっき、手足の握手をしましたけど、こうやってふだんから、手と同じように足もよくあらいことが大事です。」

(紙芝居14)「靴下もきれいに洗濯します。」



8



9



10

※ジェス教授が説明するように。



11



12

(紙芝居15)「上履きもきれいにすることです。一週間の終わりにこれまでと同じように上履きを持ち帰って、きれいに洗濯しましょう。自分でお洗濯の手伝いをしているえらい人はいますか。」

「これが、げんきくんの元気の秘密だったんだね。姿勢だけでなく、靴の履き方も気を付けるとみんなもげんきくんみたいに元気いっぱい足、体になります。」

(紙芝居17)「へとへとくんも靴をしっかりと履くように気を付けたら、こんなに元気いっぱいになりました。みんなにもげんきくんや、へとへとくんのように元気いっぱいの足になってほしいです。」

