

	学習活動	○支援 ◆評価 ☆足育指導に関する留意点
	<p>1 人間の足と動物の足の骨の写真を見て、どちらが人間の足か考える。 T「どちらが人間の足の骨でしょう。」 「この箱の中に人間の足の骨が入っています。どちらでしょう。正解は・・・Bです。Aはサルの足の骨です。」</p> <p>3 2 人間と動物の足の違いについて考える。 T「今日は、みんなの足のことについて考えていきます。」 「人間とサルの足の骨を比べて、分かったこと、気がついたこと、思ったことを書きましょう。」 C「人間の足は踵が大きい。」 C「足の裏が、サルはまっすぐで、人間は曲がっている。」</p> <p>そ う か ！</p> <p>3 人間の足の特徴について知る。 T「こちらを見てください。人間の足はどれですか。（左）ひざはどこでしょう。かかとはどこでしょう。」 「真ん中の足は何の動物だと思いますか。（犬）ひざはどこでしょう。かかとはどこでしょう。」 「右の足は何の動物だと思いますか。（馬）ひざはどこでしょう。かかとはどこでしょう。」 「犬は泥棒さんのような歩き方をしているのですね。」 「馬はバレリーナのような歩き方をしているのですね。」</p> <p>1 2 「人間の足の特徴をまとめます。一つは踵が大きいということ。もう一つは、土ふまずがあるということです。このことをアーチとも言います。」</p>	<p>○ICT（電子黒板）を活用する。 ○挙手で人数を確認する。</p> <p>○学習シートを配る。 ○列指名などで発表させる。 ☆児童の気付きから、人間の足の特徴に焦点化させていく。</p> <p>☆いろいろな動物の足を見せ、人間特有の形を理解させる。理科「人の体のつくりと運動」の学習も想起させる。</p>
	<p>1 5 4 土ふまずのよさについて考える。 T「どうして人間の足には土ふまずがあるのだと思いますか。」 C「動物と違って、二本足で立つことや歩くことと関係があるのかな。」 T「むずかしいですね。ヒントです。（アーチ橋の写真）これ、国語でやりましたね。アーチは重いものを支えるのにてきしています。（ダム写真）これを見てください。ダムもこれだけの水をせきとめています。実は、ペット</p> <p>そ う だ ！</p>	<p>○学習シートに書か、発表させる。</p> <p>☆次の視点から、人間の体全体を支える強さがあることに気付かせる。 ・アーチ橋の仕組み</p>

<p>20</p>	<p>ボトルにも使われています。」</p> <p>「手の平を机のうえに置いて、指に力を入れてみましょう。今度は、手のひらを浮かせて置いて、指に力を入れてみましょう。どちらのほうが力が入りますか。」</p> <p>「体全体を支えている強さのためにあるんです。」</p> <p>C「アーチはものを支えるのに適している。」</p> <p>T「もう一つあります。割り箸を配ります。脚何本ですか。2本ですね。二人組に一つ配りますから立たせてみてください。」</p> <p>「むずかしいでしょう。もう一本配ります。こうやって3本に組みます。立ちますか。やってみてください。」</p> <p>T「これ見てください。3脚です。実は人間の足の裏にもあるんです。」</p> <p>「黄色のところ、アーチの形も3つあるんですね。」</p> <p>「これで、人間は片足で立てるんです。2本足で立って歩けるんです。ちょっとやってみましょう。全員起立・・・」</p> <p>T「まとめます。一つは体全体を支える強さのためにあるということ。もう一つは、片足立ちができる、二本足で歩けるためにあるということです。」</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ペットボトルの底の形状 • 手の平を机について指に力を入れる <p>○ 割り箸を組んだ物をペアに配り、実験をする。</p> <p>○ 割り箸を1本配り、3脚にして立たせる。</p> <p>○ その場で、3点を意識して立たせる。次に片足立ちをさせる。</p> <p>☆ 足の裏にはアーチが3つあることを知らせ、三脚の実験から、土ふまずによって片足立ちができ、二足歩行ができることに気付かせていく。</p> <p>● 土ふまずの仕組みや役割が分かる。</p>
<p>30</p> <p>そうしよう！</p>	<p>5 土ふまずはどうしたらできるのか知る。</p> <p>T「この土ふまずはどうしたらできると思いますか。自然にできるんでしょうか？」</p> <p>「土ふまずは足の指をよく動かすことによってできます。こんな運動があります。」</p> <p>「ちょっと、くつと靴下を脱いで、自分の足を見てみましょう。」</p> <p>T「いも虫歩きをやってみましょう。全員起立・・・」</p> <p>「きざをやってみましょう。しゃがんでひざをつけます。ゆっくり右に5つ数えます。次は左に。もう一回やりま</p>	<p>○ 簡単に、拳手があったら発表させる。</p> <p>○ 足の観察をさせる。</p> <p>○ いも虫歩きなどの体験をする。</p>

<p>40</p>	<p>す。」 「隣の人と足指じゃんけんをしましょう。5回やります。」</p> <p>T「これ見てください。今、やったのは、みんなの足がこんなふうになってるんです。いろいろな足の筋肉を使って、ひっぱたり、のばしたり、そしてだんだんよい形の土ふまずができるんですね。足指をたくさん使って、いっぱい運動するんですね。」</p> <p>T「このグラフを見てください。みんなの足の成長の様子です。女子は6年生ぐらいまで、男子は中2ぐらいまで、足も大きくなるんですね。この足が大きくなる時期に、いっぱい運動すると土ふまずができます。」</p> <p>T「もう一つ、大切なことがあるんですね。とっても大事なことです。それは自分の足に合ったくつを正しくはくということです。」 「これをして、運動すれば、自然に足の指を使うんです。」 「べりべりは・・・」 「とんとんは・・・」 「ギュー、ぴたっは・・・」</p> <p>T「今、はいているうわばきはみんなの足に合っていますか？ こうやってかかとのところを動かしてみてください。」</p> <p>T「これ見てください。大昔の人の足跡です。わかりますか。みなさんにも、こんな足をつくってほしいと思います。きょうの授業の感想を書きましょう。」</p>	<p>☆土ふまずができる原理について、観察や体験と共に実験装置で説明する。</p> <p>☆土ふまずはこれからの成長期にしかできないことを知らせる。</p> <p>☆靴を履いた状態で足がずれないか確かめさせ、正しい履き方の理解を図る。</p> <p>○座って、調べさせる。隣の人と確かめさせる。</p> <p>○学習シートに書かせる。時間があれば発表させる。</p> <p>●自分の足と健康とのつながりに関心を持ち、生活をよりよくしようとする意欲をもつことができる。</p>
-----------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------