

第2学年3組 体育科学習指導案

指導者 櫻井 円香

1 単元名 跳び箱を使った運動遊び

2 運動の特性

(1) 一般的特性

跳び箱を使った運動遊びは、跳び箱を使って跳び乗りや跳び下り、跳び越しをして遊んだり、馬跳びやタイヤ跳びをして遊んだりする運動遊びである。

(2) 子どもから見た特性 ～省略～

3 視点と学習の手立て

(1) 市教研体育部の研究主題

生涯にわたって健康を保持増進し、運動に親しむ子どもを育てる体育学習

(2) 視点

視点1 子どもの実態を的確に把握し、運動の特性と指導内容を明確にした上で、子どもたちが学習意欲やめあてをもって取り組めるようねらいを明らかにして道すじや学習活動を工夫する。

《道すじの工夫》

子どもたちは、跳び箱を使った運動遊びの経験をしており、本単元の学習を楽しみにしている。しかし、跳び箱を使った運動遊びのバリエーションが少なく、片足や両足での踏み切りの技能が低かったり、腕で体を支持する感覚が身に付いていなかったりする。また、跳び箱に対して、「跳べないと楽しくない」「難しそう」というイメージをもっている。そこで、様々な跳び箱を使った運動遊びを経験する中で、特性にふれる楽しさを味わわせるとともに、腕支持の感覚や踏み切りなど、中学年の学習につながる動きを身に付けさせたい。そのために、ねらいを「忍者修行をしよう」の一つにし、自分のめあてに向かってじっくりと取り組めるようする。そうすることで、子どもたちが跳び箱に魅力を感じ、いろいろな動きに挑戦していくようにしたい。

また、毎時間の学習のはじめに、つながる運動として、馬跳びやケンパー跳び・動物歩きなどを行う。そうすることで、跳び箱を使った運動遊びに必要な、両足や片足での踏み切り、腕支持の感覚などに慣れ、個人差や恐怖心を取り除いていきたい。

視点2 一人一人のよさを伸ばし、学習に意欲的に取り組むための手立てを工夫する。

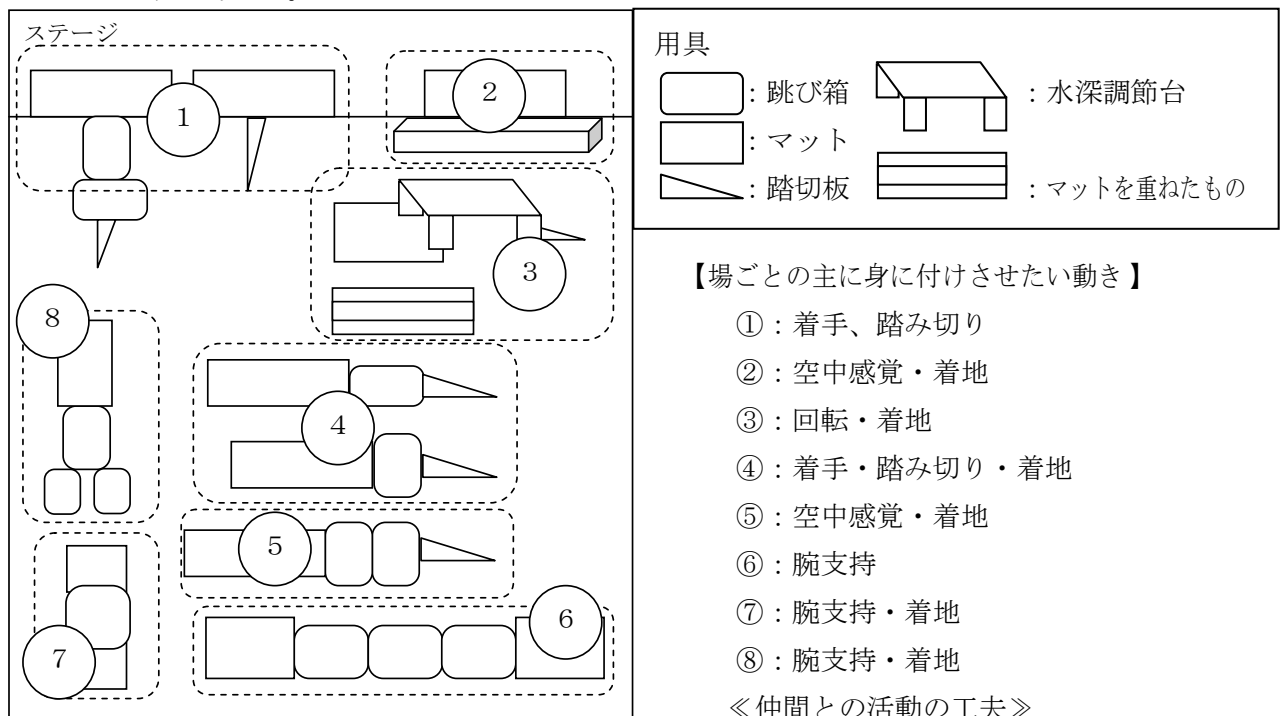
《場の工夫》

子どもたちはこれまでの生活や遊びの中で、「跳び乗る・跳び下りる・跳び越す」という動きを経験してきている。しかし、動きのバリエーションは少なく、イメージも乏しい。そこで、跳び箱やステージなどを使って、様々な場を用意し、それぞれの場所で一人一人の思いを重視しながら、「跳び乗る・跳び下りる・跳び越す」という動きのバリエーションを増やしたい。そのため、跳び箱をつなげた場では今までに経験をしたことのないまたぎ越す遊びをしたり、大きな跳び箱によじ登って、跳び下りたりするなどの動きをさせる。そして、友達の良い真似をしたり、一緒に活動したりする

中で、遊びの工夫をしている子を紹介し、遊び方を増やしていく。

また、子どもたちが夢中になって、活動に取り組み、楽しく発想を広げることができるように、体育館全体を「忍者修行の場」とする。そうすることで、ただ、跳び箱を跳ぶだけでなく、跳び乗りや跳び下り、踏み切りや着地など、跳び箱運動につながる動きを自然とイメージしやすくなると考える。そして、一つ一つの場において、子どもの発想をもとに名前をつけ、忍者修行の雰囲気づくりをしていきたい。

すべての場を子どもたちはローテーションしながら経験した後、お気に入りの場を見つけて遊ぶようにする。そして、子どもたちの様子に合わせて、場を作り替え、一人一人が遊びに夢中になって取り組むようにしていきたい。そうすることで、跳び箱運動の基礎となる感覚が自然と身についていけると考える。



子どもたちは、跳び箱を使った運動遊びに対して、意欲的であり、楽しみにしている。まずは跳び箱と自分とのかかわり合いがメインとなり、学習を進めると考えられる。活動を個人だけでなく、グループで行うことで、仲間とのかかわり合いが生まれてくると考える。準備・片付け、つながる運動や毎時間の前半はグループで行うようにする。そうすることで、効率よく場づくりが行えるだけでなく、同じメンバーで同じことを繰り返し行っていくことで、かかわり合いが深まっていくと考える。グループごとに場をローテーションしながら回ることで、いろいろな場を経験させる。そうすることで、自分が考えた動きだけでなく、友達の動きを見て、新しい動きに挑戦したり、より上手になろうと真似をしたりして、豊かな活動になるだろうと考える。そこからお気に入りの場所を見つけ、後半には、一つの場を選んで繰り返し練習をしていくようにする。その場合には、同じ場に集まった子ども同士で、お互いを見合い、かかわり合うようにしていく。いずれの場合にも、教師が「すごい」「上手だね」と率先して声をかけ、子ども同士も認め合うことができるようにしていく。そして、徐々にその声かけを、踏み切りや着手、着地を意識したものと変えていき、子どもたちも自然とよりよい動きに意識が向くようにしていきたい。

4 学習のねらい

○跳び箱を使つての運動遊びに進んで取り組み、順番やきまりを守って仲よく運動したり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。 【関心・意欲・態度】

○跳び箱を使った運動遊びの行い方を知り、いろいろな遊び方を工夫することができるようにする。 【思考・判断】

○跳び乗りや跳び下り、手を着いてのまたぎ乗りや跳び乗りなどができるようにする。 【技能】

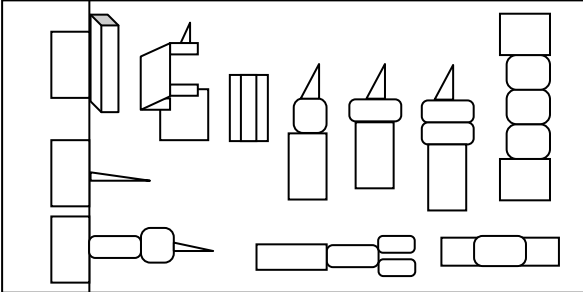
5 評価規準（おおむね満足できる状況）

	運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ・器械・器具を使つての運動遊びに進んで取り組もうとしている。 ・運動の順番やきまりを守り、友達と仲よく運動をしようとしている。 ・運動をする場や器械・器具の使い方などの安全に気を付けようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・固定施設や器械・器具を使った運動遊びの行い方を知るとともに、運動をする場や使用する器械・器具などを変えながら、いろいろな運動の仕方を見付けている。 ・器械・器具を使つての運動遊びの動き方を知るとともに、友達のよい動きを見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・跳び箱を使った運動遊びでは、跳び乗りや跳び下り、手を着いてのまたぎ乗りや跳び乗りなどができる。
学習活動に即した評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ①跳び箱を使つての運動遊びに進んで取り組もうとしている。 ②運動の順番やきまりを守り、友達と仲よく運動をしようとしている。 ③友達と協力して、跳び箱の準備や片付けをしようとしている。 ④運動をする場や跳び箱の使い方などの安全に気を付けようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ①跳び箱を使った運動遊びの行い方を知るとともに、運動をする場や使用する跳び箱などを変えながら、いろいろな運動の仕方を見付けている。 ②跳び箱を使つての運動遊びの動き方を知るとともに、友達のよい動きを見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> ①跳び乗りや跳び下り、手を着いてのまたぎ乗りや跳び下りなどができる。

6 学習の道すじ

	1	2	3	4 (本時)	5
0 ↓ 4 5	オリエンテーション	つながる運動 (腕支持感覚・馬跳び・着地)			
		ねらい にんじゃしゅ行をしよう。 跳び乗り・跳び下り・またぎこし			
					まとめ
関・意・態	①・④	③	②		①
思・判		①		②	
技能			①	①	①

7 学習活動と支援 (本時 4 / 5)

はじめ	<p>1 オリエンテーションをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○学習のねらいを理解し、学習の進め方について見通しをもつ。 <ul style="list-style-type: none"> ・学習カードの使い方を知る。 ・準備や後片付け、用具の使い方について理解する。 ○学習の仕方やマナー、安全について理解する。 ○試しの運動遊びを行う。 ◇跳び箱を使っての運動遊びに進んで取り組もうとしている。 【関心・意欲・態度①】 ◇運動をする場や跳び箱の使い方などの安全に気を付けようとしている。【関心・意欲・態度④】 	
	<p style="text-align: center;">学習内容と活動</p>	<p style="text-align: center;">教師の支援・指導 (○)・評価 (◇)</p>
なか	<p>1 学習の場づくりをする。</p>  <p>2 準備運動やつながる運動を行う。</p> <p>〈跳び越す感覚〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・馬跳び <p>〈腕支持の感覚〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手押し車 ・動物歩き ・カエル倒立 ・カエルの足うち ・ウサギ跳び <p>〈着地の感覚〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ケンパー跳び 	<ul style="list-style-type: none"> ○安全に気を付けながら、協力して準備するように声をかける。 ○子どもたちのめあてによって、必要な場作りを行うようにする。 ◇友達と協力して、跳び箱の準備や片付けをしようとしている。 【関心・意欲・態度③】 ○使う部位を意識しながら準備運動を行うように、声をかける。 ○上手にできている子を賞賛し、動き方を知らせる。

な
か

3 学習のめあてや約束を確認する。

ねらい

にんじゃしゅ行をしよう。 跳び乗り・跳び下り・またぎこし

【予想されるめあての例】

- ・跳び乗りの術をしたい。
- ・跳び下りの術で、いろいろな着地の仕方考えたい
- ・跳び下りの術で、遠くへ跳びたい
- ・腕歩きの術で早く進めるようになりたい

合い言葉

踏み切り「トン」
 着手 「パン」
 空中姿勢「ふわっ」
 着地 「ピタッ」

○個々のめあてが、自分の力に合っているか把握する。

○毎時間、様々な動きができるようなめあてをもてるよう、声をかける。

○約束の確認をする。

・次の人には、手を上げて合図をする。

・着地は「ひざを曲げて、ピタッと」

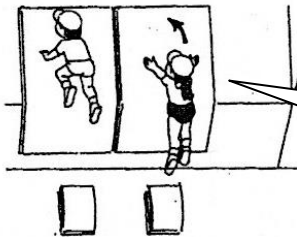
・友達の跳び方を見る。

4 グループごとにローテーションしながら忍者修行を行う。

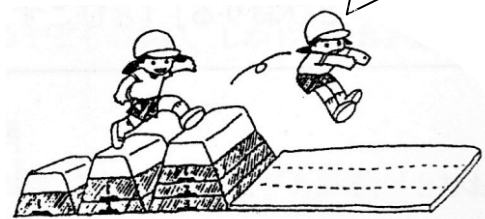
【場の例】

・ステージに跳び乗る

・つなげた跳び箱を跳ぶ



どうやると上手に
上げるかな

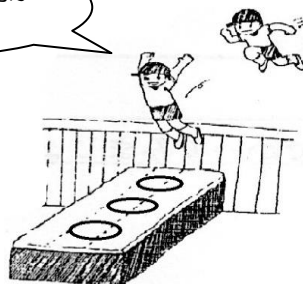


高く跳ぶと、気持ちがいいな!

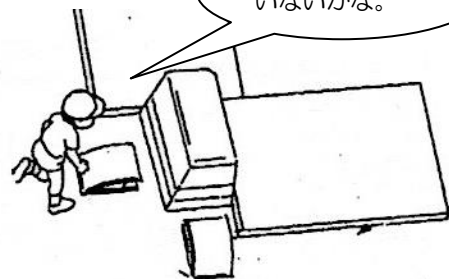
・ステージから跳び下りる

・縦、横から跳び箱を跳ぶ

まん中の印に向か
って跳ぼう

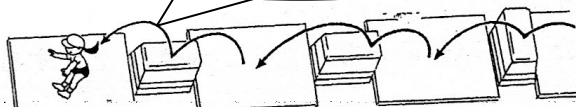


縦を跳ぶ人は
いないかな。



・連続した跳び箱を跳ぶ

最後はピタッと止まれる
ように、気を付けよう。



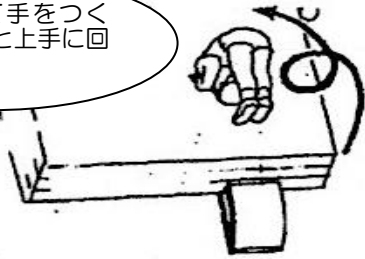
○スタートや跳び終えた後には、安全に気を付けるよう、声をかける。

○走る方向や順番などを意識させ、子ども同士がぶつからないよう助言する。

な
か

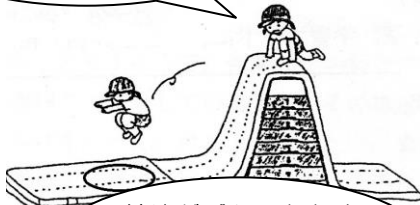
・水深調節台を使った場

どうやって手をつく
と、クルンと上手に回
れるかな。



・高い跳び箱によじ登り、跳び下りる

がんばって、上ま
で上れたよ。



着地がピタッととま
るとかっこいいね。膝
を曲げるといいよ。



5 お気に入りの場所で忍者修行をする。

・ろく木から跳び下りる



横向きに着地をし
たよ。

ほくも次は、横向きの着
地に挑戦してみよう！

6 学習を振り返り、学習カードを記入する。

- ・楽しくできたか。
- ・どんな遊びを考えたか。
- ・仲よく協力して活動できたか。

○グループで、遊び方を見合ったり、声を掛け合ったりしながら行うようにする。

○いろいろな跳び方に挑戦したり、何度も挑戦したりするよう助言する。

○お互いの考えた跳び方をし合うように促す。

○安全な着地がどのようなものかを師範し、イメージをもたせる。

○それぞれの場で、自分のめあてを意識しながら跳ぶように声をかける。

○前時に考えた遊びやうまくできた遊びを紹介し合い、よいところを見付けるように助言していく。

○遊びの共有をさせることで、跳び箱の楽しさを広げていく。

◇運動の順番やきまりを守り、友達と仲よく運動をしようとしている。

【関心・意欲・態度②】

◇跳び箱を使った運動遊びの行い方を知るとともに、運動をする場や使用する跳び箱などを変えながら、いろいろな運動の仕方を見付けている。

【思考・判断①】

○一人一人が跳びたい場を選べるように、子どもたちと相談しながら場を変更していく。

○新しい跳び方を考えた子を称賛し、楽しみ方を広げていく。

○遊びの中でも、踏み切りや着手、着地の仕方についても意識させていく。

◇跳び箱を使つての運動遊びの動き方を知るとともに、友達のよい動きを見付けている。

【思考・判断②】

◇跳び乗りや跳び下り、手を着いてのまたぎ乗りや跳び下りなどができる。

【技能①】

○学習の中で一番楽しかった場や遊び方を振り返らせ、次時へとつなげる。

な か	7 整理運動をして、後片付けを行う。	○安全に気を付けて、協力しながら片付けるように声をかける。
ま と め	<p>1 千草城に忍び込む。 ○一番上手にできた方法で城に忍び込む。</p> <p>2 学習を振り返り、まとめをする。 ○跳び箱を使った運動遊びを楽しく学習することができたか。 ○ルールやマナーを守って学習することができたか。 ○友達と協力して活動できたか。 ○安全に気をつけることができたか。 ○跳び箱に跳び上がったたり、跳び下りたり、跳び越えたりすることができたか。 ◇跳び箱を使っての運動遊びに進んで取り組もうとしている。 【関心・意欲・態度①】 ◇跳び乗りや跳び下り、手を着いてのまたぎ乗りや跳び下りなどができる。 【技能①】</p>	

<参考文献>

- ・教育技術 MOOK 「体育科実践事例集（1年2年）」細江文利/池田延行/村田芳子・編・著者 小学館
- ・第48回全国体育学習協議会「千葉大会 研究紀要」