

第5学年1組体育科学習指導案

1 単元名 跳び箱運動

2 運動の特性

(1) 一般的特性

跳び箱運動は、今できる技を安定した動作で跳んだり、大きな動作で跳んだりすることや練習すればできそうな技に挑戦したりすることが楽しい運動である。

(2) 子どもから見た特性

～省略～

【考察】

A 運動の楽しさの体験状況について

本学級の子どもたちは、得意不得意に関わらず、何事にも一生懸命取り組める子どもが多い。これまでの体育学習においても、場の準備や片付け、励まし合いやアドバイスなど意欲的に取り組んでいる姿を多く見られる。

実態調査によると、7割の子どもが体育学習に対して「とても好き・好き」と答えているが、3割の子どもが体育学習に否定的に考えている。その理由は、「外遊びや運動が苦手だから」や「足が遅い」といった理由を挙げており、運動に対するコンプレックスから嫌いと答えている子どもが多い。跳び箱運動に関しては、多くの子どもが「とても好き」「好き」と答えており、理由からもこれまでの学習で達成感やかかわり合う楽しさを味わってきたことが分かる。一方で嫌いと答えた子どもたちは、「擦りむいたり、落ちたりしたから」「跳ぶのが怖い」や「苦手だから」といった理由を挙げており、跳び箱運動に対し、苦手意識や恐怖心を抱いていることが伺える。

このような実態から、本単元では、易しい練習の場を設けたり、学習活動を工夫したりして学習を行っていく。そうすることで、誰もが安心して学習に取り組めるようにし、達成感や運動の楽しさを味わえるようにする。そして、単元終了時には、全員が跳び箱運動を好きになり、楽しかったと思えるような学習にしていきたい。

B 運動の楽しさを求める学び方の習得状況について

自分に合っためあてがもてないと答えている子どもが2名いる。1名は、4月に他市から転入してきた子どもで学習の仕方が身に付いていない。もう1名は、教師が支援をしながらめあてを立てている状況である。27名の子どもが「めあてをもてる」と答えている。今年度実施したマット運動では、スパイラル型の学び方がしっかりと身に付き、多くの子どもが自分の力にあつためあてをもつことができていた。1年生からめあて学習に取り組んでいることやこれまでの学習からその成果が少しずつではあるが、出てきているように感じる。

また、「学習中うまくできなかつたらどうする。」という問いに対して、多くの子どもが「友達に聞く」と答えており、友達と協力したり、アドバイスしたりする有効性を感じている。体育の学習中では、友達と協力しながら安全に準備や片付けを行ったり、友達の課題としているところだけでなく、気付いたことやコツを伝えたりすることもできる。

本単元では、それらの経験を生かして、自ら主体的に活動できる学習にしていきたい。

C 運動の楽しさを味わうための技能の習得状況

実態調査では、安定して跳び越せる技と段数を選択させて、取り組んだ。開脚跳びや台上前転

を中心に取り組んでいる子どもが多く、かかえ込み跳びやネックスプリングなどの技を行った経験がない子どもがほとんどであった。持ち技が一つもない子どもはいなかったが、踏み切り直前の大きな1歩や両足が揃った踏み切り、または強い踏み切り、技に応じた着手の位置、両足を揃えた膝が曲がった柔らかい着地はまだまだ身に付いているというには程遠かった。特に、技が少ない子どもや跳び箱運動を苦手としている子どもに多く見られた。

そこで、第5学年では、助走～踏み切り～着手～着地の安定性を中心に取り組むこととし、技を大きくすることは第6学年で行うこととする。これらの技能は、重要なものであるので、じっくり技を安定することに浸らせ、助走から着地までの一連の流れを丁寧に取り扱い、指導していきたい。

3 研究主題と学習の手立て

(1) 市教研体育部会の研究主題

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) 視点と学習の手立て

視点1 子どもの実態を的確に把握するとともに、運動の特性と指導内容を明確にしたうえで道すじや学習活動を工夫し、ねらいを明らかにすること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にする。

○主体的に学ぶことができる学習計画の立案

オリエンテーション時に前半3時間の学習計画を立て、4時間目に後半3時間の学習計画を立てることとする。計画を立てる際には、技の系統性を意識したり、課題に応じた練習の場を理解したりできるようにする。そうすることで、子どもたちが見通しをもって学習に取り組んだり、自分の目指す姿をイメージしたりすることにつながり、主体的に学ぶことができると考えた。

しかし、実態調査から自分に合っためあてをもていない子どももいるため、本校で全学年使用している体育学習略案集「上の台スタンダード」の学習カードを使うようにする。選択式の部分が多いので、めあてを立てることが苦手な子どももそうでない子どももめあてをもつことができると考える。

めあてには、安定して楽しむ技とその技の意識したいところ(めあて①)、できるようになりたい技とその課題と練習の場を記入していく。(めあて②)第6学年時には、毎時の時間配分も行い、さらに主体的に取り組めるようにしていきたい。

振り返り際には、修正が必要ないか問いかけたり、現在の状況をカードから把握して助言したりして、どうすれば目指す姿に近付けるか子ども自らが考えながら学習を進めていけるようにしていきたい。

視点2 一人一人のよさを伸ばし、できる喜びを実感できる手立てを工夫する。

○見合う・教え合う場面の工夫

本学級の子どもたちは、友達にアドバイスができると感じている子どもが多い。また、跳び箱運動を学習するうえで、協力し合うことが大切だと感じている子どももいた。このことから、見合う・教え合う活動を通して、共に学び合うことが学習の深まりにつながるのではないかと考え

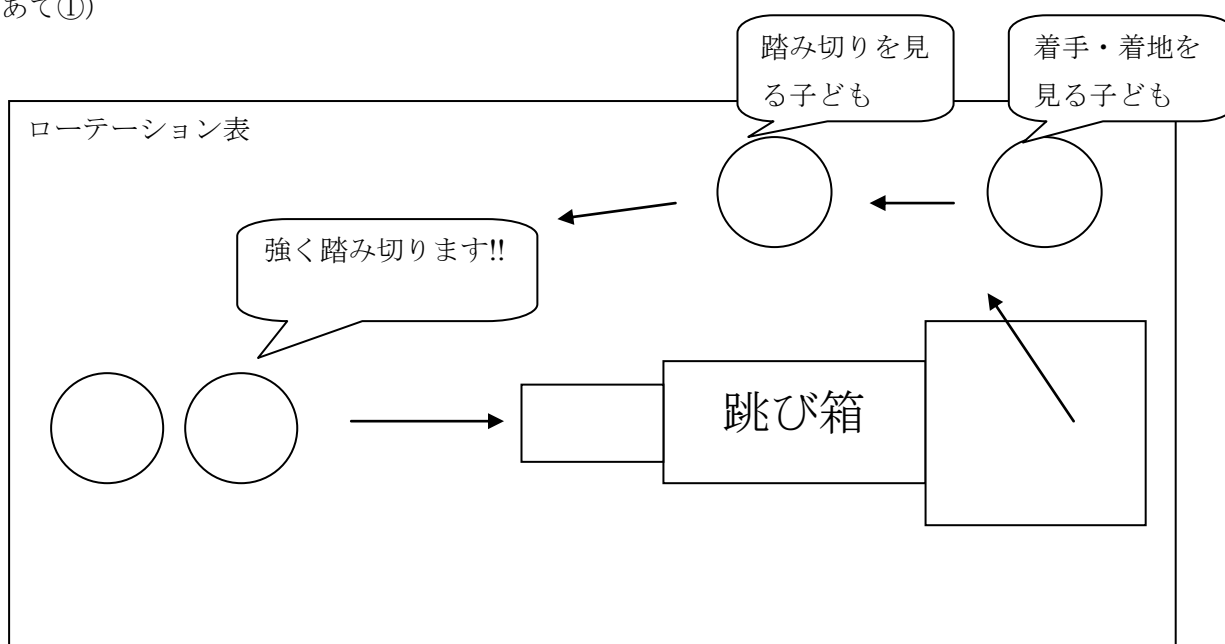
た。

そこで、めあて①では、「踏み切り・着手・着地」の3つのポイントを見る視点を与え、教え合えるようにする。「踏み切り」を見る子どもと「着手・着地」を見る子どもと役割を分担し、伝えられるようにすることで、技の安定感をより高められると考えた。

めあて②では、同じ技をめあてとしている子どもたちが、同じ場で活動することになる。同じ技をめあてにしているからこそ、技のポイントを見合い、教え合うことができると考えた。教え合いの視点を焦点化できるように、掲示物やファイルに入った学習カードや資料を用意したい。

また、アドバイスが苦手な子どももいるため、視聴覚機器（タブレット端末）を使用することとする。映像を振り返りながら友達の良いところや技のポイントを伝えることができるようにしたい。映像を使用することで、伝える側もより具体的に落ち着いて伝えることができると考えた。

(めあて①)



4 学習のねらい

- 跳び箱運動に進んで取り組むことができるようにする。 【関心・意欲・態度】
- 技のポイントを理解し、自分の力に合った場や練習の仕方を選んで取り組むことができるようにする。 【思考・判断】
- 基本の技を安定できるようにする。また易しい場や条件のもとで新しい技ができるようにする。 【技能】

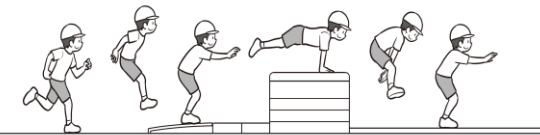
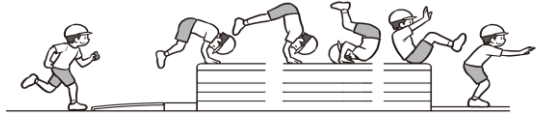
5 評価規準

	関心・意欲・態度	思考・判断	技能
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ・技を高めたり、組み合わせたりする楽しさや喜びに触れることができるよう、器械運動に進んで取り組もうとしている。 ・約束を守り、友達と助け合って技の練習をしようとしている。 ・器械・器具の準備や片付けで分担された役割を果たそうとしている。 ・運動する場を整理したり、器械・器具の安全を保持したりすることに気を配ろうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・課題解決の仕方を知るとともに、自分の課題に合った練習の場や方法を選んでいる。 ・自分に合った技を選んでいる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の力に合った安定した基本的な跳び越し技、及びその発展技ができる。
学習活動に即した評価規準	<ol style="list-style-type: none"> ①跳び箱運動に進んで取り組もうとしている。 ②約束を守り、友達と教え合ったり、励まし合ったりしようとしている。 ③安全に気を配って場を整備したり、友達と協力して準備や片付けをしようとしていたりしている。 	<ol style="list-style-type: none"> ①自分に合った技を選んでいる。 ②自分のめあてに合った練習の場や方法を選択している。 	<ol style="list-style-type: none"> ①助走から両足で強く踏み切ることができる。 ②技に応じた場所に手のひらをそろえて着手することができる。 ③ひざをやわらかく使って両足で着地することができる。

6 学習の道すじ (本時6/7)

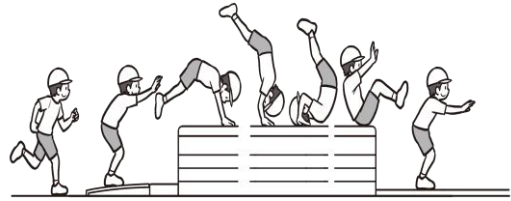
	1	2	3	4	5	6 (本時)	7
0	オリエンテーション	つながる運動					
↓		めあて① 今できる技を安定させて楽しむ。					
4 5		めあて② 少し練習すればできそうな技に挑戦して楽しむ。					
関	①③		②	③		②	①
思			①	②	①		②
技		①②③			③	①②	

7 学習活動と教師の支援（本時6 / 7）

<p>は じ め</p>	<p>オリエンテーションをする。</p> <p>○場づくり、器具の準備や活用方法、片付け方、安全な使用方法について理解する。</p> <p>○友達とのかかわり方（跳ぶ人・見てアドバイスする人の位置など）を確認する。</p> <p>○学習のグループについて確認する。（めあて①は場所別、めあて②は課題別に取り組む。）</p> <p>○つながる運動の行い方を知り、技との関連について理解する。</p> <p>○持ち技調べを行う。</p> <p>○技のポイントや練習方法について調べ、学習カードを使って学習計画を作成する。</p> <p>◇跳び箱運動に進んで取り組もうとしている。【関心・意欲・態度①】</p> <p>◇安全に気を配って場を整備したり、友達と協力して準備や片付けをしようとしていたりしている。【関心・意欲・態度③】</p>	
<p>な か ①</p>	<p>学習内容と活動</p> <p>1 学習の場づくりをして、準備運動をする。</p> <p>○全体で手首・足首等のストレッチを行う。</p> <p>○つながる運動を行う。</p> <p>・うさぎ跳び</p> <p>・踏み切り→またぎ乗り→着地</p> <p>・踏み切り→腰上げ3回→跳び乗り→着地 など</p> <p>2 学習のめあてを確認する。</p>	<p>教師の指導（○）・評価（◇）</p> <p>○跳び箱を跳ぶときに負荷がかかる部位を中心に伸びているところを意識しながら行うよう声をかける。</p> <p>○つながる運動がどの動きにつながるかを指導し、正しく行えるようにする。</p> <p>◇跳び箱運動に進んで取り組もうとしている。【関心・意欲・態度①】</p>
	<p style="text-align: center;">めあて① 今できる技を安定させて楽しもう。</p>	
	<p>3 グループに分かれて、自分のめあての技に取り組む。</p> <p><めあてと活動の例></p> <p>開脚跳び 6段・横・手のひらをそろえて着手する。</p> <p>両足で強く踏み切って跳ぶ。</p>  <p>台上前転 4段で着手に気を付けてきれいに跳びたい。</p> <p>6段・調節板2枚・ひざを伸ばして大きく跳びたい。</p> 	<p>○踏み切り～着地までのポイントを教え合いながら活動できるようにする。</p> <p>○技能が低い子どもも友達の良いところを見つけにくい子どももアドバイスしやすくするために視聴覚機器を使って支援する。</p> <p>○本時の指導が理解できるようにするために適宜技のポイントや学習方法を実際に示して確認する。</p> <p>◇自分に合った技を選んでいる。【思考・判断①】</p> <p>◇約束を守り、友達と教え合ったり、励まし合ったりしようとしている。【関心・意欲・態度②】</p> <p>◇助走から両足で強く踏み切ることができる。【技能①】</p> <p>◇技に応じた場所に手のひらをそろえて着手することができる。【技能②】</p> <p>◇ひざをやわらかく使って両足で着地することができる。【技能③】</p>

4 めあて①の振り返りをする。
 ・手のひらをそろえて跳ぶことをめあてにがんばりました。〇〇さんに着手がそろえられていると言ってもらいました。
 ・ひざを伸ばした大きな台上前転をめあてにしていました。腰を上げた踏み切りをする
とひざを伸ばすのが楽でした。

○分かりやすく伝えるために適宜、映像や子ども
の試技を示し、頑張りや今後の課題を示す。
 ○十分な運動時間の確保や学習のまとめの時間
もあることから必要な振り返りのみ行う。



5 学習のめあてを確認する。

めあて② 少し練習すればできそうな技に挑戦して楽しもう。

6 学習の場づくりをする。
 7 めあて別のグループに分かれて、自分のめあての技に取り組む。

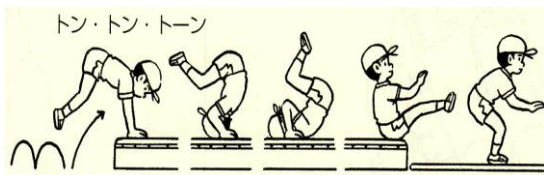
○運び方や不注意でけがを起こさないために安全確認を徹底する。
 ◇安全に気を配って場を整備したり、友達と協力して準備や片付けをしようとしていたりしている。 【関心・意欲・態度③】
 ◇自分のめあてに合った練習の場や方法を選択している。 【思考・判断②】
 ○恐怖心をもっている子どもには、安心できる場や用具を用意したり、補助や励ましの声を掛けたりする。
 ○スモールステップでの成長を認め、声掛けや称賛を積極的に行う。
 ○できているかどうかをより分かりやすく確認するために視聴覚機器も活用するよう声をかける。
 ○易しい場でできたら、試しの場で取り組んでみるように声をかける。
 ○人数が集中したり、場が余ったりしていないか場の様子に気を配る。

<めあてと活動の例>

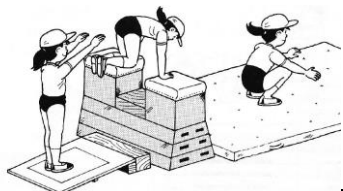
開脚跳び 開脚とびの縦ができるようになりたい。
 連結跳び箱の場で練習し、しっかり突き放して跳び越せるようにしていく。



台上前転 低い跳び箱を使って、回るのに慣れる。



かかえ込み跳び 中抜き跳び箱で練習して、足を胸に引き付ける感覚を身に付けたい。



	<p>8 学習のまとめをする。</p> <p>○学習カードに振り返りを記入したり、次のめあてについて修正は必要ないか考えたりする。</p> <p>9 整理運動をする。</p> <p>10 後片付けをする。</p>	<p>○動きや友達の良さ、上達した点等、具体的に書けるように指導する。また、計画を修正する必要がある場合は青で修正していくよう伝える。</p> <p>◇安全に気を配って場を整備したり、友達と協力して準備や片付けをしようとしたりしている。 【関心・意欲・態度③】</p>
<p>ま と め</p>	<p>○跳び箱運動に進んで取り組むことができたか。</p> <p>○技のポイントを理解し、自分の力に合った場や練習の仕方を選んで取り組むことができたか。</p> <p>○基本の技を安定させることができたか。また易しい場や条件のもとで新しい技ができたか。</p>	

