

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 「知識及び技能」について

質問紙調査から、高い段数や新しい技に挑戦したいという欲求が高いことがわかる。しかし、具体的な技の名称やできるようにするための手段について述べている子どもは非常に少ない。

実態調査においては、踏み切り直前の大きな1歩や両足が揃った踏み切りや強い踏み切り、技に応じた着手の位置、突き放し、両足をそろえた着地が身に付いていない。特に着地においては意識が低く、跳び越せていれば満足している様子が見られた。さらに、中学年におけるの発展技であるかかえ込み跳びや伸膝台上前転はほとんど経験していない。このような実態から、跳び箱の高さだけに意識を向けるのではなく、まずは安定して技を行えるようにしていきたい。本単元では、基本となる技や行い方を全体で理解してから、やさしい練習の場を設け、学習過程を工夫して学習を進めていく。そして、助走～踏み切り～着手～着地の安定を大切にしながら、段々と第一空間や第二空間を大きくして、より美しくダイナミックに技を行えるようにしていきたい。

また、運動の行い方や技の構造、技の系統も理解していない子どもたちも多いので、理解できるように学習過程や資料を工夫していく。

B 「思考力、判断力、表現力等」について

自分に合っためあてをもつことに自信がない子どもが4名いる。その理由として、技のどこができていないのかが理解できていないことが伺える。また、自分のめあてをもてると答えている子どもたちにおいても、具体的な課題設定になっておらず個別の支援を要する。そこで、学習過程や学習資料を工夫することで、練習の場や方法を選択できるような手立てを講じていきたい。

学習カードは選択式の部分を増やし記述を少なくすることや、分解写真などの意識する部分に印をつけることで、書くことが苦手な子どもに対応していきたい。また、より具体的なめあてや課題を書きたい場合は、分解写真の資料に直接書き込めるようにする。

「学習中うまくできなかったらどうする。」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。友達の課題やその技について、気付いたことやコツを伝えられるように、伝え合う機会と見合うポイントを設定していく。

### C 「学びに向かう力、人間性等」について

本学級の子どもたちは、「跳び箱運動」の学習を楽しみにしている。新しい技に挑戦したり、高い段数に挑戦したりすることを楽しみにしている。その反面、できる技の完成度や美しさを高める楽しさを味わう経験が少ないと感じる。これまでの体育学習においては、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む姿が多く見られるようになってきている。

特に安全面に不安や恐怖心を抱いている子どもも多いことから、安全な場や安心して活動できる易しい場を設定していきたい。安全指導を徹底するとともに、保健の「けがの防止」の学習と関連付けて指導していきたい。そうすることで、誰もが安心して、自分の目標や課題に対して粘り強く取り組んでいけると考える。そして、単元全体を通して、漠然とした楽しさだけでなく達成感や成就感を味わえるようにしていきたい。

### 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上で学習過程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課題をもって取り組めるようにする。

○子どもの実態から指導内容を明確にした指導過程の立案

##### 跳び箱運動の特性

- 技を身に付けたり、新しい技に挑戦したりする楽しさや喜び。
- 非日常的な感覚を味わう楽しさ。
- 自己の能力に適した課題をもち、その解決に向けて活動する経験を積みやすい。
- 技の一連の動きを個人で判断しづらいので、対話的な学びを通して楽しさを味わえる。

##### 子どもの実態・願い

- 基本的な技能や行い方が未定着
- 技ができないこと、けがをすることへの不安や恐怖心
- 新しい技の獲得、技の広がりに興味
- 個別に支援が必要な子どもが多い

##### 身に付けさせたい力

- 基本的な技の行い方の理解と習得
- 新しい技の獲得、技の広がりへの興味
- 安全で、友達と見合い高め合う学び方
- 自ら課題を決め、解決していく意欲

##### 学習過程の意図

###### オリエンテーション

- 単元全体の見通しをもち、自らの課題を明確にする時間。
- 低学年・中学年の学習との系統や関連付けをして整理する。

###### つながる運動

- 技の習得につながる感覚づくりや基本の動きを全体で身に付ける時間。

###### エンジョイタイム

- 自分のできることとできないことを知る時間。
- 基本的な技や発展技を通してその行い方やコツを知る。
- やさしい場で安心して活動に取り組む。

###### ビューティフルタイム

- 基本的な技を安定して行ったり大きくしたりして楽しむ。
- 行い方を知り、友達と見合いながら出来栄を高める（高め合う）。

###### チャレンジタイム

- もう少しでできそうな技に挑戦する。
- やさしい場でできる喜びを味わう。
- 技の行い方を理解して、課題の設定や活動を選んで楽しむ。

学習過程

(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					
		<p style="text-align: center;"><b>エンジョイタイム</b></p> <p style="text-align: center;">行い方    学び方</p> <p>切り返し系の技について知ろう。 ・開脚跳び (かかえ込み跳び) の動き方や練習方法</p>	<p style="text-align: center;"><b>チャレンジタイム</b></p> <p>少し練習すればできそうな<b>切り返し系</b>の技に挑戦して楽しむ。</p>	<p style="text-align: center;"><b>ビューティフルタイム</b></p> <p>切り返し系のできる技を安定させたり、大きくしたりして楽しむ。</p>	<p style="text-align: center;"><b>チャレンジタイム</b></p> <p>少し練習すればできそうな<b>切り返し系</b>の技に挑戦して楽しむ。</p>	<p style="text-align: center;"><b>ビューティフルタイム</b></p> <p>切り返し系のできる技を安定させたり、大きくしたりして楽しむ。</p>	<p style="text-align: center;"><b>チャレンジタイム</b></p> <p>少し練習すればできそうな<b>切り返し系</b>の技に挑戦して楽しむ。</p>
45		<p style="text-align: center;">踏み切り</p> <p style="text-align: center;">助走    着手    着地</p> <p>回転系の技について知ろう。 ・台上前転 (伸膝台上前転) の動き方や練習方法</p>	<p style="text-align: center;"><b>チャレンジタイム</b></p> <p>少し練習すればできそうな<b>回転系</b>の技に挑戦して楽しむ。</p>	<p style="text-align: center;"><b>ビューティフルタイム</b></p> <p>回転系のできる技を安定させたり、大きくしたりして楽しむ。</p>	<p style="text-align: center;"><b>チャレンジタイム</b></p> <p>少し練習すればできそうな<b>回転系</b>の技に挑戦して楽しむ。</p>	<p style="text-align: center;"><b>ビューティフルタイム</b></p> <p>回転系のできる技を安定させたり、大きくしたりして楽しむ。</p>	<p style="text-align: center;"><b>チャレンジタイム</b></p> <p>少し練習すればできそうな<b>回転系</b>の技に挑戦して楽しむ。</p>
							まとめ

単元を通して、毎時間前半に切り返し系、後半に回転系の技を行う時間を設定し、できる技を高める時間と新しい技に挑戦する時間を1時間ずつ交互に行うことにする。その理由は以下の4点である。

- ① 切り返し系と回転系の技の行い方を全員が知ることができる。
- ② 切り返し系の技から行うことで、切り返しの感覚と回転やはねの感覚の違いによる危険性に配慮できる。
- ③ 見合う、教え合う場面において機能的特性や構造的特性の観点に着目して活動できる。
- ④ 20名と少ない人数でも場の準備や片付けに無理がなく活動時間を確保できる。

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。

○ 友達と関わりながらできる喜びを実感できる伝え合い

本学級の子どもたちは、自分の課題を解決するために、友達のアドバイスが必要であると感じている。しかし、マット運動の学習では、技のポイントや行い方を理解した上でのアドバイスになっていなかった。

そこで、オリエンテーションやエンジョイタイムで、子どもたちとの対話を通して技のポイントなどを表に整理し、伝え合う視点として活用していきたい。さらに、学習する中で各場を回り、動きの見方や着目点、何を伝えればよいのかを教師が入って指導する。表の言葉や教師の声かけを跳び箱運動の共通の言葉として積み重ね、知識と技能の向上にもつなげていく。

本学級では、言葉で伝えること自体につまずきがある子どももいるため、徐々に行い方や特性に触れた伝え合いができるようにしていきたい。

エンジョイタイム・ビューティフルタイムの表の例

一歩ポン	バーン	両足で力強く		トン	手のひらで	奥へつく		両足をそろえて	ピタッと	フワッと
踏切板で歩かない	踏み切り	両足をそろえて		しっかり支える	着手	切り返し		ひざをやわらかく	着地	両足同時に
→腰を高く	調節板で調整	ななめ前に		両手をそろえて	すべらせない	突き放す		できたら遠く	3秒止まる	目線は前

発言例：「バーン」と力強く踏み切れていたね。着手は奥の方に着くといいよ。

また、踏み切り・着手・着地を見合いやすくするために、用具に線を書いたり、着手や着地の目印となるものを用意したりする。

チャレンジタイムでは、同じ課題をもつ子どもたちが、同じ場で活動することになる。自分ができない技を練習しているため、伝えることに自信がもてない子どもがより増えることが予想される。伝え合いの視点を焦点化できるように、技の分解写真資料や練習方法がわかる資料を用意する。

※段階的に場の使い方や友達の課題に合った練習などをアドバイスできるようにしていく。

#### 4 学習のねらい

○跳び箱運動の行い方を知り、繰り返し系や回転系の動きや技を安定してできるようにする。

【知識及び技能】

○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したり、考えたことを他者に伝えたりできるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】

○跳び箱運動に進んで取り組み、約束を守って運動したり、仲間の考えや取組を認めたり、安全に気を配ったりできるようにする。

【学びに向かう力、人間性等】

#### 5 評価規準

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的学習に取り組む態度
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> <li>各種の運動の行い方を理解するとともに、自己の能力に適した繰り返し系や回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技に取り組んだりしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自己の能力に適した課題を見付け、その課題の解決の仕方を考えたり、課題に応じた練習の場や段階を選んだりすることができる。</li> <li>課題解決のために自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>各種の運動の基本的な技や発展技に積極的に取り組もうとしている。</li> <li>互いの役割を決めて観察し合うなど、学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合おうとしている。</li> <li>器械・器具の準備や片付けなどで、分担された役割を果たそうとしている。</li> <li>技や演技を行う中でわかったことを伝えたり、課題の解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組を認めようとしている。</li> <li>けがのないように互いの服装や髪形に気を付けたり、場の危険物を取り除いたりするとともに、試技の前後などに器械・器具の安全に気を配っている。</li> </ul>
学習活動に即した評価規準	<ul style="list-style-type: none"> <li>①跳び箱運動の行い方を知り、自己の能力に適した繰り返し系や回転系の動きや技を身に付けている。</li> <li>②繰り返し系や回転系の技を安定させてできる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①自分に合った課題やその課題解決の場や練習方法を選ぶことができる。</li> <li>②課題解決のための自分の考えを他者に伝えることができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①跳び箱運動に進んで取り組もうとしている。</li> <li>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。</li> <li>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たりしている。</li> </ul>

6 学習活動と支援（支援は [ ] ）

時数	1	2 エンジョイタイム	3 チャレンジタイム	4 ビューティフルタイム
0 10 20 30 40 45	<p>1 (場の準備をする)</p> <p>2 学習の進め方を知る。 ○ねらいと学習過程を確認 ○約束の確認</p> <p>3 準備運動・ストレッチをする。</p> <p>4 つながる運動をする。 ○跳び箱運動につながる感覚づくりの運動や基本的な動きや行き方を知る。</p> <p>○うさぎ跳び ○かえるバランス ○かえるの足うち ○馬跳び など</p> <p>5 自分の課題を知る。 ○もち技を調べる。 ○安全に行うための、ルール、場の設定、行き方を共通理解する。</p> <p>6 学習のまとめ方を知る。 ○学習カードの記入や資料の使い方を知る。 ○本時の振り返りをする。 ○今後の学習の見通しをもつ。</p> <p>7 整理運動・片付けをする。 ○けががないか確認する。 ○普段使わない部位を入念にストレッチするよう助言する。</p>	<p>1 (場の準備をする)</p> <p>2 準備運動・ストレッチをする。</p> <p>3 つながる運動をする。</p> <p>○うさぎ跳び ○とび乗り ○かえるバランス ○とび下り ○かえるの足うち ○回り下り ○馬跳び など</p> <p>4 いろいろな場で繰り返し系の技を行う。 ○各場でのポイントを共通理解する。 ○技のどこにつながっているかを確認する</p> <p>↓</p> <p>例) 高い場所へ着地→腰が高くなる 段差でやると肩が前に出る など</p> <p>○必要に応じて場を変える</p> <p>5 いろいろな場で回転系の技を行う。 ○自分ができることとできないことを整理できるように助言する。 ○行い方を知ることで、課題解決の思考を伸ばす。</p> <p>↓</p> <p>例) 連結跳び箱で前転すると 台上前転ができる → 腰が上がればできる</p> <p>6 学習の振り返りをする。 ○行い方についての気付きや理解を掲示物に残す。 ○特に大切だと思う部分や役立つアドバイスは、資料に直接書き記させる。</p> <p>7 整理運動・片付けをする。 ○けががないか確認する。安全にかかわる指導は毎時間適宜行い。保健の「けがの防止」と関連付けて行う。</p>	<p>1 (場の準備をする)</p> <p>2 準備運動・ストレッチをする。</p> <p>3 つながる運動をする。</p> <p>○正しく行えている子どもを称賛し、正しい行い方で皆ができるようにする。 ・とび乗り、とび上がり、腰上げなどで踏み切り・着手・着地の技能の定着を図る。 ・高い場所から、低い場所への着地の動きで、第二空間や着地の感覚を養う。</p> <p>4 繰り返し系の技でチャレンジタイムを行う。 ・開脚とび→大きな開脚とび ・かかえ込みとび エンジョイタイムで見つけた自己の課題を、解決できる場を選んでいるか助言や修正をする。</p> <p>5 回転系の技でチャレンジタイムを行う。 ・台上前転 伸膝台上前転 ・首はねとび 頭はねとび</p> <p>6 学習の振り返りをする。 ○知識・技能にかかわる振り返りは、技の行い方や課題解決の方法など着目できるようにする。 ○課題解決できている子どもを取り上げ全体で共有する。 ○学習カードに記述が難しい子どもは、分解写真に印を付けたり、気を付ける点などを書き込んだりするよう助言する。</p>	<p>○場の準備は班ごとに分担し、人数が足りない班を手伝う。 ○課題解決に必要な場合は、子どもの実態やニーズに応じて変えていく。 ○手首、足首、首などの部位を重点的にほぐすよう声をかける。 ○安全な場になっているか確認する。</p> <p>うまく伝え合うことができないグループには、動きの見方や着目点、何を伝えればよいのかを助言する。</p> <p>4 繰り返し系の技でビューティフルタイムを行う。 ○腰の高さや膝の伸び・目線の位置について助言する。 ○技が大きくなっても、安定した着地を心がけるようにする。 ○友達の動きを見て感じたことを表や分解写真を参考にし、伝えるよう促す。 ※友達の動きを見取ることが難しい子どもには、着手や着地の場所にマークを使って伝えられるようにしておく。</p> <p>5 回転系の技でビューティフルタイムを行う。 見合う視点 1 両足で強い踏切 2 手のひらでの着手 3 安定した着地</p> <p>【技が安定する】 ・力強い（バーン）と踏切 ・手のひら（パー）で着手 ・膝を柔らかく、ピタッと着地</p> <p>【技が大きくなる】 ・腰が高くなる（開く） ・膝が伸びる ・第一空間や第二空間が広がる</p>
知識・技能		①	①	②
思考・判断・表現			①	②
主体的に学習に取り組む態度	①	③		

時数	5 チャレンジタイム	6 (本時) ビューティフルタイム	7 チャレンジタイム
0	1 (場の準備をする)		1 (場の準備をする)
	2 準備運動・ストレッチをする。		2 準備運動・ストレッチをする。
	3 つながる運動をする。		3 つながる運動をする。
10			
	○つながる運動では、腕支持の仕方や腰の高さ、目線などの意識するポイントを助言する。 ○子どもの実態に合わせて内容や難易度を変えて対応する。	○切り返しの動きや回転の動きを含むつながる運動を行う。 ○踏み切り、着手、着地の技能の定着を図る。 ○友達の動きを見て気付いたことを伝える。	○学級全体で共通した課題があればそれにつながる動きを入れる。 ○踏み切り、着手、着地の技能の定着を図る。
20	4 切り返し系の技でチャレンジタイムを行う。 ・とび乗り、とび下り ・連結段差の場 ・舞台へのとび乗り ・中抜きの跳び箱 ・連結跳び箱 ・幼児用跳び箱の場	4 切り返し系の技でビューティフルタイムを行う。 ○腰の高さや膝の伸び・目線の位置について助言する。 ○技が大きくなって、安定した着地に心がけるようにする。 ○友達の動きを見て行い方や特性に触れたアドバイスをしている子どもを称賛する。 ○掲示物で見合う視点を確認できるようにしておく。 ○友達の動きを見取ることが難しい子どもには、着手や着地の場所にマークを使って伝えられるようにしておく。 ○全体の意欲や技のできばえに応じて時間を柔軟に調整する。	4 切り返し系の技でチャレンジタイムを行う。 ○子どもの実態や課題解決に合った場や練習になっているか、対話を通して確認しながら活動できるようにする。 ○やさしい場や工夫した場でできた子どもには、試しの場でやってみよう促す。 ○必要に応じて、スモールステップや課題別練習が分かりやすい資料を活用して、一連の動作でできるように補助したり助言したりする。
30	5 回転系の技でチャレンジタイムを行う。 ・腰上げ ・高いところへの前転 ・連結段差の場 ・舞台などから着地する場 ・連結跳び箱の場	5 回転系の技でビューティフルタイムを行う。 ・はじめは台上前転で場に慣れてから行う。 ○第一空間を大きくするために調節板やゴムひもなどを使ってみるよう促す。 ○技の大きさを意識しすぎて、不安定になったり、危険になったりしないよう指導する。	5 回転系の技でチャレンジタイムを行う。 ○やさしい場でも不安を抱え、力強い踏切をためらう子どもには積極的に補助に入る。 ○正しい行い方や的確なアドバイスをしている子どもを称賛する。 ○分解写真などの資料を使って、課題解決を図っている子どもを紹介する。 ※特別に配慮を要する子どもの意欲が低下していたら、場や練習の内容を柔軟に修正するようにする。
40	6 学習の振り返りをする。 ○知識・技能にかかわる振り返りは、技の行い方や課題解決の方法など着目できるようにする。 ○課題解決できている子どもを取り上げ全体で共有する。 ○できるようになった技は次時のビューティフルタイムで、さらに安定してできるように自分の課題を見つけられるよう助言する。	6 学習の振り返りをする。 ○知識・技能にかかわる振り返りは、技の行い方や課題解決の方法など着目できるようにする。 ○課題解決できている子どもを取り上げ全体で共有する。	6 単元全体のまとめをする。 まとめ ○跳び箱運動は楽しめたか。 ○自分で設定した目標は達成できたか。 ○自分の成長と課題を振り返りと次年度の目標
45	7 整理運動・片付けを行う。	7 整理運動・片付けを行う。	7 整理運動・片付けを行う。
	○けががないか確認。安全にかかわる指導は毎時間適宜行い。保健の「けがの防止」と関連付けて行う。		
知識・技能	①	②	
思考・判断・表現		②	①
主体的に学習に取り組む態度	②		①