

第5学年 体育科学習指導案

指導者 千葉市立蘇我小学校 菊池 佑樹

<本指導の概要>

本指導は、5学年の体育科の跳び箱運動を行う。遅延再生（カコロクや HDD レコーダーの追っかけ再生）を使うことで、自分の行った技を操作なしにすぐに見ることができる。その映像を見ることで、課題やできたポイントがより明確化され、めあてをもって学習に取り組むことができる。その結果、「できるよろこび」を多く味わわせ、意欲をもって活動に取り組めると考える。

1 単元名 跳び箱運動

2 単元について

(1) 運動の一般的特性

できる技をきれいにしたり大きくしたりして跳び越し、もう少し練習すればできそうな技に挑戦して楽しむ運動である。

(2) 学習指導要領との関連

内容：B 器械運動

① 技能

次の運動の楽しさや喜びに触れ、その技ができるようにする。

ウ 跳び箱運動では、基本的な支持跳び越し技を安定して行うとともに、その発展技を行うこと。

ウ 跳び箱運動

基本的な支持跳び越し技（切り返し系、回転系）に取り組み、それぞれの系について自己の能力に適した技が安定してできるようにするとともに、その発展技をできるようにする。

[切り返し系の技の例示]

○ 安定した開脚跳び

・助走から踏み切り・着手・着地まで、一連の動きとしてスムーズに跳び越えること。

○ 大きな開脚跳び

・助走から両足で強く踏み切り、脚を左右に開いて着手し、強く突き放して跳び越えること。

○ かかえ込み跳び

・助走から両足で踏み切って着手し、脚を抱え込んで跳び越しをすること。

[回転系の技の例示]

○ 安定した台上前転

・助走から回転して着地まで、一連の動きとしてスムーズに跳び越えること。

○ 大きな台上前転（更なる発展技：首はね跳び、頭はね跳び）

・助走から両足で強く踏み切り、腰を大きく開くとともに膝を伸ばした姿勢で着手し、台上で回転して着地をすること。

(3) 単元観

器械運動は、嫌いになる傾向をもっている。その原因は「できる」「できない」がはっきりしているためであり、できる子は好き、できない子は嫌いという結果になりやすい。しかし、「できる」「できない」の成果がわかりやすい分、より高い課題へ挑戦しようとする楽しみやできた時の充実感・達成感が大きいことが魅力である。

跳び箱運動は、種類の違ったいろいろな技をする楽しみや、めあての技ができるようになる喜び、フォームの美しさを味わうことなど、器械運動の特性を十分に味わうことができると考える。そのためには、身に付けるべき技のポイントを理解することが、児童にとって大きな助けとなるであろう。

そこで、技のポイントや練習方法を明確にした資料の提示していきたい。このようにすることで互いの関わり合いの中で技のポイントを教え合うことができると考える。さらに、教え合い活動の中で、自分自身でも、どのように跳んでいるのかわかるように遅延再生装置を用いることで、実際にどのポイントができていないのか、できるようになったのかが自身の目で確かめられるようにし、自分の客観的な評価にも生かしたい。また、その遅延再生は、2つの角度、正面と横から同時に見られるようにし、それぞれの角度からフォームの確認をさせたい。

その結果、子どもたちに「できるよろこび」を味わわせ、意欲的に活動に取り組むようにさせていきたい。

3 子どもの実態

省略

4 単元の目標

- 跳び箱運動に進んで取り組み、約束を守り助け合って運動したり、場や器械・器具の安全に気を配ったりすることができるようにする。 【関心・意欲・態度】
- 自分に合っためあてをもち、学習資料を活用し、技を身に付けるための練習の仕方を選びながら運動することができるようにする。 【思考・判断】
- 基本的な支持跳び越し技が安定してできるようにする。 【技能】

5 評価規準

	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
学習活動に即した評価規準	①運動に進んで取り組もうとしている。 ②友達と励まし合い協力し合って運動しようとしている。 ③準備や片付けで、分担された役割を果たそうとしている。 ④互いに協力して安全に気を付けながら運動しようとしている。	①基本的な技に関して自分に合っためあてをもっている。 ②自分のめあてに応じた練習の場を選んでいる。 ③教師や友達からの声かけや学習資料を活用して練習している。	①基本的な技（開脚跳び、台上前転）に取り組み、安定した動作でその技ができる。 ②自分の力に合った新しい技ができる。

6 指導計画（7時間計画 本時 6/7）

	1	2	3	4	5	6 (本時)	7
0 ↓ 45	オリエンテーション	つながる運動					
めあて① 今できる技をきれいにしたり、大きくしたりして楽しむ。							
めあて② もう少しでできそうな技に挑戦して楽しむ。							
		まとめ					
関・意・態	①	②		③		④	
思・判		①				③	②
技能			①				②

7 仮説との関連

学習の場に応じて教育メディアを活用すれば、情報活用能力が高まり、意欲的に学ぶ子が育つだろう。

遅延再生の活用

器械運動では、自分がどのような演技をしていたのか、機器を使わずに見ることはできない。しかし、他人に見てもらふことでどのような演技だったかを知ることができるが、「上手になったね」「できるようになったよ」と言われても、どのくらい上達したのか言葉だけで確認することは難しい。自身の目で確かめることができれば振り返りができ、課題や修正点がわかりやすくなり、次への学習へつながると考える。ビデオカメラやデジタルカメラに録画し、それを見る方法はあるが、子どもがその機器の操作することに時間がとられてしまい、体育で求められる運動量の確保が難しくなってくる。

そこで本授業では、遅延再生装置を用いることで、操作せずにすぐに自分の演技が振り返れるようにした。めあてをもって取り組んだ演技を映像で見て振り返ることで、できるようになったポイントや新たな課題が一目で、わかるようになる。この演技、視聴、振り返りを繰り返すことで、できなかった技ができるようになったり、よりきれいな技になったりすることができる。そして「できる」という喜びを感じることで意欲的に学習に取り組めると考える。

しかし、遅延再生装置は録画できず、一度しか見ることができないので、ただ見て終わることのないよう、自分のめあてとしたポイントを指さし確認することで、意識して振り返ることができるようにしたい。

今回は跳んだ後に余裕をもって見られるように12秒後に再生されるように設定した。

8 本時の指導

(1) 目標

○互いに協力して安全に気を付けながら運動することができるようにする。

(関心・意欲・態度)

○教師や友達からの声かけや学習資料を活用して練習することができるようにする。

(思考・判断)

(2) 展開 (6/7時間)

学習活動と内容	教師の支援 (○) と評価 (◇) 【観点】	使用する ICT 機器
<p>1 学習の場づくりをして、準備運動をする。</p> <p>○ ストレッチ、つながる運動</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>・かえるの逆立ち</p> <p>・かえるの足打ち ・うさぎ跳び</p> </div>	<p>○ 準備の場を事前に決め、跳び箱の持ち方やマットの配置など安全面に配慮し、協力して行えるように助言する。</p> <p>○ ストレッチが必要な部位やつながる運動が跳び箱のどんな動きにつながるのか意識して運動するように助言する。</p> <p>◇ 互いに協力して安全に気を付けながら運動しようとしている。</p> <p style="text-align: right;">【関心・意欲・態度】</p>	
<p>2 めあて①の確認をする。</p>	<p>○ 自分の見てもらいたいポイントを友達に伝えるように声をかける。</p>	<p>学習探検ナビ (見本動画)</p>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>めあて① 今できる技をきれいにしたり、大きくしたりして楽しむ。</p> </div>		<p>大型テレビ</p>
<p>3 めあてに向かい活動する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center;">《子どものめあての例》</p> <p>【技】 開脚跳び</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 調節板を増やして、第一空間を大きくするために強く踏み切る。 <p>【技】 台上前転</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ひざを曲げてふわっと着地する。 </div>	<p>○ 全体を見ながら、踏み切り、着手、着地等の見る視点を、手本の動画を活用して助言する。</p> <p>○ 自分のめあてが達成できたかどうかを同じ場の友達で見合い、良かった点や気付いた点を伝えるように助言する。</p> <p>○ 遅延再生装置を見て技のポイントを確認し合い、技能が高まるように助言する。</p> <p>◇ 教師や友達からの声かけや学習資料を活用して練習しようとしている。</p> <p style="text-align: right;">【思考・判断】</p>	<p>ノート PC</p> <p>大型テレビ (2台)</p> <p>ビデオカメラ (2台)</p> <p>カコロク DVDレコーダー</p> <p>学習探検ナビ (見本動画)</p> <p>大型テレビ ノート PC</p>

<予想される活動の例>

【開脚跳び】

・「バーン」と強く踏み切る。



【台上前転】

・両足をそろえて「ピタッ」と着地する。



4 めあて②で必要な場をつくる。

<支援の例>

【開脚跳び】

○ 両足をそろえて強く踏み切るように助言する。

【台上前転】

○ 両足をそろえて、膝を柔らかく使って着地するよう助言する。

○ 友達と協力して準備するように声をかける。

○ 安全な場になっているか確認する。

めあて② もう少しでできそうな技に挑戦して楽しむ。

5 めあて②の確認をし、活動を始める。

《子どものめあての例》

【技】 かかえ込み跳び

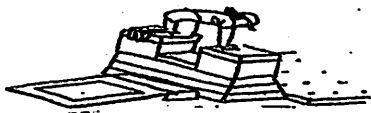
・両ひざを胸につけるようにする。

中抜きの場合

【かかえ込み跳び】

<練習方法・練習の場の例>

・凹型の跳び箱を跳ぶ。



《具体的なめあてをもてない子への支援の例》

かかえ込み跳びで足を上げるなど具体的なめあてをもてない子には、学習資料を活用させ、両ひざを胸につけるなど具体的なめあてをもてるように助言する。

○ 場を回り、資料をもとにアドバイスをしたり、必要に応じて補助を行ったりする。

○ 同じ場所で練習している子ども同士でアドバイスをし合ったり、遅延再生装置を見て技のポイントを確認し合ったりして、技能が高まるように助言する。

◇ 教師や友達からの声かけや学習資料を活用して練習しようとしている。

大型テレビ

(2台)

ビデオカメラ

(2台)

カコロク

DVDレコーダー

<p>6 学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 全体で本時の振り返りをする。 <p>7 学習を振り返り、学習カードに記入する。</p> <p>8 後片付けをする。</p>	<p style="text-align: right;">【思考・判断】</p> <p><支援の例></p> <p>【かかえ込み跳び】</p> <p>凹型の跳び箱を使って</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ ももをすばやく引きつけるように助言する。 ○ できるようになった技を紹介する。 ○ 技のポイントやコツに気付いたり、友達の良かったところを見つけたりできた子どもを称賛する。 ○ 本時のめあてを振り返り、次時のめあてを立てるように声をかける。 ○ みんなで協力して安全に片付けることを確認する。 	
---	---	--