

第4学年 体育科学習指導案

1 単元名 「走り高跳び」 (7時間計画)

2 運動の特性

(1) 一般的特性

助走をして踏み切り、バーを跳び越すことが楽しい運動である。また、どれだけ高く跳べるか、自分の記録に挑戦したり、他人と競争したりして楽しむことができる運動である。

(2) 子どもから見た特性

A. 運動の特性にふれる楽しさ体験の状況

子どもは、2年生の時に「ゴム跳び遊び」で、高さを変えたり場の工夫をしたりしながら、跳ぶことの学習を経験している。事前のアンケートでは、「ゴム跳び遊び」は「楽しかった」23名、「あまり楽しくなかった」3名、「経験がない」6名であった。楽しかった理由としては、「跳ぶのがおもしろい、いろんな跳び方や高さで跳べた、記録がのびた、友達と競争して楽しかった、チームといっしょにできた」などを挙げている。また、楽しくなかった理由として「ゴムにぶつかって痛かった、跳ぶだけだから、全部跳べたから」などを挙げている。さらに走り高跳びの学習でしたいことは「高く跳びたい」20名、「自分の記録に挑戦したい」19名、「いろいろな跳び方で跳びたい」13名、「友達と競争したい」8名で、高さや記録に挑戦することに関心をもっている子どもが多い。

B. 技術の習得状況

「ゴム跳び遊び」の経験をしているが、バーを跳ぶ経験はないので、跳び方を知らず、利き足など意識して跳んだことがない。しかし、跳び箱運動で助走が大切であることに気付いている子どももいる。

C. 学び方に関する学習経験の状況

○ 学習の進め方

4年生の跳び箱運動では、めあて1「今できる跳び方で楽しもう」、めあて2「できそうな跳び方に挑戦しよう」のスパイラル型の学習を経験している。これまでの学習を通して、準備、活動、後片付けという1時間の学習の進め方を身に付けている。

○ めあて

ソフトバレーボールの学習では、チームごとにめあて(簡単な作戦)を立ててゲームに臨んだ。跳び箱運動の学習では、自分なりのめあてをもって、練習する場を選んだり、またポイントカードなどを見たりして、学習を進めることができるようになってきた。しかし、めあてと練習方法が結びつかず、うまく課題解決につながらない子どももいた。

○ 学習ノート

めあての設定→活動→振り返りという、学習の流れを意識できるような学習ノートを活用した。子どもは、自分が書いた振り返りや、教師が書いたコメントをもとに、次時のめあてを立てていった。しかし学習ノートへの記入が形式的で、活用が十分できていない子どももいた。

○ 友達とのかかわり

ソフトバレーボールや跳び箱運動の学習では、友達が上達することや自分のチームが勝つことに対して大きな喜びを感じ、お互いに協力したり、励まし合ったりする姿が見られた。

3 学習を進めるにあたって

本単元では、自分のめあてを意識して友達と協力し、跳び比べをしたり、自分の記録に挑戦したりしながら走り高跳びを楽しませたい。

単元のはじめには、低いバーで跳びながら、踏み切り足や自分に合った助走の歩数を見つけさせたい。そしてどれくらい跳べるのかを調べ、「初めの記録」をつかませたい。めあて1では、グループ対抗での跳び比べ「のびっこ競争」をしていく中で、子ども同士声をかけ合いながら、跳び比べを楽しむように支援したい。競争の仕方は、一人2回跳んで、それぞれ「初めの記録」からどれだけ伸びたか個人の2回の合計を出して得点化し、さらにグループの合計で比べ合うことを楽しませたい。めあて2では、自分の記録への挑戦をしていくことで、走り高とびを楽しませたい。そのために、高く跳ぶためには、どこに気をつけたらいいのか、めあてに応じた練習方法を工夫させたい。

学習前にめあてを立てさせ、活動の場や練習の仕方を考えさせたい。その際、自分のめあてがうまく立てられない子どもには、助言する。めあて2の活動のはじめに学習ノートを見て、めあての確認をさせる。活動中は、自分のめあてが達成できるように、めあてに合った練習の場や方法について声かけをしていきたい。具体的には、ふみ板やケンステップなどの補助具や、ポイントカードの活用を促していく。まとめの活動においては、学習ノートをもとに、その時間を振り返り、めあてに対してできるようになったことや工夫したことなどを交流させたい。また、子どもの良かったところを賞賛し、次時の活動のめあてにつなげさせたい。

場づくりについては、低、中、高の高さの場を用意し、自分のめあてに合った場で練習方法を工夫しながら記録に挑戦していけるようにさせたい。その際、同じ場で活動する子ども同士教え合ったり、励まし合ったりとかかわりも、もたせていきたい。また安全な活動が出来るように、バーの高さを見る子どもの立つ位置や役割について、約束をきちんとさせていきたい。

4 学習のねらいとみちすじ

(1) 学習のねらい

高く跳んで跳び比べをしたり、記録に挑戦したりして楽しませる。

(2) 学習のみちすじ

めあて1 グループ対抗で、「のびっこ競争」を楽しもう。

めあて2 自分の記録に挑戦して、走り高とびを楽しもう。

6 本時

平成18年6月 運動場

7 本時のねらい

- グループ対抗で、「のびっこ競争」を楽しませる。
- 自分のめあてを意識して、走り高とびを楽しませる。

8 本時指導にあたって

子どもは、前時までに「のびっこ競争」をしたり、自分の記録を伸ばすために、個人のめあてをもって記録に挑戦したりしてきている。

めあて1では、グループ対抗の「のびっこ競争」をしていく中で、子ども同士声をかけ合いながら、競争を楽しませたい。そのため、グループの中で子どもが互いの記録の伸びを喜び合う姿や励まし合う姿を賞賛して、競い合いながらも、友達とのかかわりや協力する姿をクラスに広げていきたい。めあて2では、自分のめあてを確認し、個人のめあてに合った練習方法を見つけて、記録への挑戦を楽しませたい。そのため、助走のスタート位置や踏み切る場所へ目印を置いたり、踏み切り足や抜き足にはちまきを巻いたりなどの練習の工夫をしている子どもを賞賛したい。また同じ失敗をくりかえしている子どもには、技術的な助言もしていきたい。まとめの活動においては、学習ノートをもとに、その時間を振り返り、めあてに対して、出来るようになったことや工夫したこと等を交流させたい。その中で、子どもの良かったところを紹介し次時の活動のめあてにつなげるようにしたい。

安全な活動が出来ていくように、バーの高さを見る子どもや立つ位置について、約束をきちんとさせていきたい。

9 準備

スタンド マット 学習計画表 ケンステップ 踏み板 コーン 学習ノート
ゴム せんたくばさみ 紅白玉 はちまき

10 展開 (5 / 7)

時間	学習活動と内容	支援
10	<p>1 学習の準備をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ みんなで協力して準備や場づくりをする。 ○ ウォーミング跳びをする。 <p>2 めあて1の活動をする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>めあて1 グループ対こうで、「のびっこ競争」を楽しもう。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ 自分が挑戦したい高さを決める。 ○ 2回跳んで、記録を合計しグループの合計を比べ合う。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 安全に留意しながら準備させる。 ○ グループ内でのお互いの役割や、約束を確認する。 ○ お互いがよく見合っ、記録したり、アドバイスし合えるように、声をかける。 ○ 失敗した子どもには、励ましの声かけをする。 ○ 互いの伸びを喜び合ったり、励ましの声かけができたりしているグループを賞賛する。
25	<p>3 めあて2の活動をする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>めあて2 自分の記録にちょう戦して、走り高とびを楽しもう。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ 自分のめあてにあった場で練習する。 ○ 助走や踏み切り、着地などに気をつけて、高さに挑戦できるようにする。 ○ 助走のスタート位置や踏み切る場所を見つけて、目印をおく。 ○ 跳んだらスタンドの隣に立ち、次の子どもの跳び方を見て声をかける。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 自分のめあてを確認させる。 ○ うまく跳べない子どもには、ポイントカードを見せ、助走やふみ切りの仕方をつかませる。 ○ 跳びこし方ができてない子どもには、跳びこしの場で動きをつかませる。 ○ バーに恐怖感をもっている子どもには、ゴムを使わせる。 ○ 自分のめあてに合った練習方法を見つけている子どもを賞賛する。
40	<p>4 学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 学習ノートを書き交流する。 ○ みんなで協力して後片付けをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ できるようになったことや、工夫したことなどを振り返らせ、学習ノートに記入させる。 ○ めあてが達成できた子どもを紹介し、次時のめあてづくりにつなげるようにする。 ○ 安全に留意しながら、後片付けをさせる。

5 学習の計画

配時	1	2	3	4	⑤	6	7
10	<p>1 学習の進め方を知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○単元全体の流れを知る。 ○1単位時間の学習の進め方を知る。 ○安全の約束を知る。 ○学習の準備をする。 		<p>1 学習の準備をする。○協力して安全な場づくりをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ウォーミング跳びをする。 ○本時のめあてと活動の場を確認する。 <p>2 めあて1の活動をする。</p> <p>めあて1 グループ対抗で、のびっこ競争を楽しもう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○隣合った場で「のびっこ競争」をする。 ○全員が同じ場で2回ずつ跳ぶ。 ○個人の2回跳んだ記録をグループで合計して比べる。 				
25	<p>2 自分に合った踏み切り足や助走を見つける。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○自分が跳べそうな高さで跳ぶ。 ○跳びやすい、踏み切り足や助走を見つける。 ○自分の初めの記録をとる。 		<p>3 めあて2の活動をする。</p> <p>めあて2 自分の記録に挑戦して、走り高跳びを楽しもう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○自分に合った助走（3歩、5歩）や高さの場で跳ぶ。 ○踏み切り板やケンステップなどを使って練習の場を工夫したり、ポイントカードを活用したりする。 ○同じ場で活動する友達同士で教え合う。 ○バーに対して抵抗のある子どもには、ゴムのバーも準備する。 				
40	<p>3 学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○学習ノートを書き交流する。 ○協力して片付けをする。 		<p>4 学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○学習ノートを書き交流する。 ○協力して片付けをする。 				

励まし合って、活動できてるね。

走りはじめの位置を決めている人がいる。

足と一緒に手をあげているのがいいね。

うまく跳べないときは低い場で練習してみようか。

めあての「抜き足を高くあげる」ことができるようになった

自分のめあてに向かってよくがんばったね。

コツがつかめた人はいるかな。

友達の跳び方を見てわかったことがあるかな。

月 日		めざす記録	cm
のびっこ競争	前の時間の記録	cm	今日のめあて (とぶ時に気をつけることや練習の仕方など)
	1回目	cm	
	2回目	cm	
	記録の伸び	cm	
	勝敗 (○△×)		
学習をふり返ろう (◎・○・△)		今日の記録	cm
めあてを達成するためにがんばることができた		今日の学習について (めあてはどうでしたか?)	
練習の工夫やとび方の発見があった			
リズムよくとべた			
たくさん運動できた			
友達と協力できた			

月 日		めざす記録	cm
のびっこ競争	前の時間の記録	cm	今日のめあて (とぶ時に気をつけることや練習の仕方など)
	1回目	cm	
	2回目	cm	
	記録の伸び	cm	
	勝敗 (○△×)		
学習をふり返ろう (◎・○・△)		今日の記録	cm
めあてを達成するためにがんばることができた		今日の学習について (めあてはどうでしたか?)	
練習の工夫やとび方の発見があった			
リズムよくとべた			
たくさん運動できた			
友達と協力できた			