

第6学年1組 体育科学習指導案

1 単元名 「跳び箱運動」 (7時間計画)

2 運動の特性

(1) 一般的特性

助走を生かして、いろいろな跳び方で跳び箱を跳び越すことが楽しい運動である。今できる跳び方でいろいろな高さや向きの跳び箱に挑戦したり、新しい跳び方に挑戦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 楽しさ体験状況

事前に行った跳び箱運動に関するアンケートでは、88%の子どもたちが「とても好き」「まあまあ好き」と答えている。その理由として、「跳んでいる感覚」や「技ができるようになったとき」「目標を決めて何回も挑戦できること」などを挙げていて、ほとんどの子どもたちの関心や意欲は高い。しかし、4名の子どもたちは、過去の失敗からの怖さやみんなの上達の差を挙げて、「あまり好きではない」「きらい」と答えている。

楽しさの阻害要因としては、跳び箱運動が好きと答えている子どもたちも「できない」「何度してもこつがつかめない」「失敗したときの痛さ」などを挙げており、これらを解決することが跳び箱運動の楽しさにつながると考える。

B 技術の習得状況

跳び箱運動のできる技のアンケートを実施したところ、以下のような結果が得られた。

開脚跳び	下向き横跳び	あおむけ跳び	前方倒立回転跳び	かかえこみ跳び	台上前転	頭はね跳び	側方倒立回転跳び
3 2	1 5	2	2	2 5	2 2	2	2

開脚跳びに関しては、ほぼ全員が跳ぶことができるが、かかえこみ跳び(74%)や台上前転(65%)は、できない子どももいる。下向き横跳びやあおむけ跳び、側方倒立回転跳びに関しては、できるというよりも経験自体がない。頭はね跳びや前方倒立回転跳びは、知っていて、工夫した場で挑戦している子どももいたが、できるとまでは言えない。

C 学び方に関する学習経験の状況

学び方に関するアンケートを実施したところ、以下のような結果が得られた。

	できた	まあまあできた	あまりできなかった	できなかった
めあての設定	1 3	1 9		2
用具等の工夫	1 0	1 8	6	
友達との協力	2 1	1 0	3	
資料の活用	1 1	1 2	9	2

本学級の子どもたちは、学習の振り返り、めあてや課題の設定、学習カードや準教科書を活用しての課題解決といった学び方は経験してきている。また、友達との関わり合いも積み重ねてきている。しかし、適切なめあての設定や有効な課題解決の工夫が全員できているとは言い難い。また、資料の活用や友達によさに気付く面も十分ではない。

これまでの器械運動の学習を通して、「めあて①はできる技で楽しむ」「めあて②はできそうな技に挑戦して楽しむ」というスパイラル型の学習を経験してきている。理解はできているが、技の習得に意識が向くことや、楽しみ方が高さにかたよることが多かったために、めあて①の楽しみ方を十分味わっているとは言えない。

3 学習を進めるにあたって

本単元では、学び方への支援の工夫に重点を置くことで子どもたちに跳び箱運動の特性に触れさ

せたい。そのために下記のような支援を考えた。

(1) 学習の進め方

オリエンテーションで、学習の見通しをもたせるとともに、技の財産調べの時間をとるようにする。今もっている力をつかみ、めあて①で楽しむ技、めあて②で挑戦する技の設定につながるようにし、学習計画を立てるようにする。第2時からは、スパイラル型の学習過程を組み、めあて①→めあて②を繰り返して学習を進めることで、一人一人がより楽しみを味わえるようにしていく。第7時では発表会を行い、できる技を見せ合うことで、目的意識をもって活動できるようにする。

事前のアンケートの実施、技の財産調べで、「できる技」「できそうな技」を把握させる。その際、特に既習経験の少ない下向き横跳び、あおむけ跳び、頭はね跳びは、全員で CD-ROM を視聴する。他の技についても、教室に跳び箱コーナーを設け、図の提示や準教科書、CD-ROM を自由に活用できるようにし、視覚的に技のイメージ化を図り、めあて②の適切な設定につなげていく。めあては、毎時間学習ノートに記入させコメントを教師が書くことで、適切なめあての設定を一人一人に理解させていく。

めあて①では、自分に合った工夫した楽しみ方を全体に広げさせたり、教師から、助走の距離、踏み切りの距離、フォームの工夫、リズムなど場や方法のヒントを与えたりすることで、楽しみを味わったり、できる技の習熟にもつなげたりする。

めあて②の課題解決の段階では、技のポイントボードや準教科書、CD-ROM を準備し、教師からも声かけや賞讃をすることで、自発的・自主的に課題解決を図れるようにする。また、マットやセーフティマットで怖さをなるべく軽減し、意欲的に取り組めるようにする。

学習の終末には、学習ノートにめあて①とめあて②の感想と課題を明記させることで、振り返らせ、次時のめあてや課題につなげるようにする。学習ノートを見ることで、一人一人の学び方を把握するとともに、コメントを教師が書くことで、状況に応じて課題解決のヒントを与えていく。また、前向きに追究できたり、工夫ができていたりしている子どもへの賞讃を多くすることで、全体にも広げていく。

(2) 友達との関わり合い

めあて①では、楽しみ方の共通した友達とグループを作り、競争したり、見せ合ったりすることで、より楽しみを味わわせていく。

めあて②では、2～3人の同じめあてをもった小グループを作り、気付き合い・認め合い・支え合い・学び合いの中で、課題解決を図れるようにしていく。活動中に横から、技を見て、声かけをしてもらうこと、友達からの課題解決のポイントを書いてもらうこと、自分の技を撮影してもらい、VTRで視聴することで、解決の糸口や友達のよさに気付かせたい。

(3) 技能面への支援

より易しい技から取り組ませて、できる喜びを味わわせ新しい技に挑戦できるようにする。例えば、今まで経験のない下向き横跳びとあおむけ跳びは、CD-ROM の視聴や模範演技、補助で、比較的できそうな技として早い段階で紹介し、1つでもできる技を増やさせたい。難易度の高い前方倒立回転跳びと側方倒立回転跳びについては、頭はね跳びと下向き横跳びができた場合に組み込む技として、技の精選をする。必要に応じて補助による成功体験をさせることで、できる感覚やポイントをつかませる。また、予備的な運動を学習の初めに全体で取り組み、遊びや発展的な技も紹介していくこととする。

4 学習のねらいと道すじ

(1) 学習のねらい

できる跳び方でいろいろな向きや高さの跳び箱を跳び越したり、できそうな跳び方に挑戦したりして楽しむ。

(2) 学習の道すじ

めあて① 今できる技で跳び箱運動を楽しもう。

めあて② できそうな技に挑戦して跳び箱運動を楽しもう。

6 本時（5／7） 平成19年10月10日（水） 5校時 場所：体育館

7 本時のねらい

- 今できる技で、習熟を意識し、より工夫した場で友達と跳び箱運動を楽しむことができる。
- できそうな技に、課題に応じて追究の場や方法を友達と関わり合いながら工夫して挑戦し、跳び箱運動を楽しむことができる。

8 本時学習を進めるにあたって

本学級の子どもたちは、第1時に行ったオリエンテーションと財産調べで、学習の見通しや進め方を把握し、財産調べやVTRの視聴を通して、「できる技」「できそうな技」を確認し、めあて①とめあて②の技を考えている。また、第2時からは、スパイラル型の学習過程で跳び箱運動に取り組んできている。

めあて①では、第1時の見通しをもとに、楽しみ方を「踏み切りまでの距離」「着地までの距離」「高さ」「前時でできた技」「リズムよく連続・速さ」の5通りをめあてとして楽しむことができている。特に、第2時で時間をじっくりとかけ、それぞれのグループで試行を繰り返すことで、第3時からは、自主的・自発的に活動を進めることができるようになった。また、ビニルテープや距離調整器といった用具の活用や連続跳びでタイムを競うといった自分たちなりに工夫した活動も見られるようになってきた。場の準備や活動内容についても友達どうしで関わり合って、素早く準備することや実態に応じて柔軟に場を変えたり増やしたりすることもできるようになっている。

しかし、慣れるにしたがって、速さや距離の長さだけを追究するといったできる技の習熟の面や安全面からは好ましくない姿も見られるようになってきた。

めあて②では、第1時の財産調べやVTRで、開脚跳びと下向き横跳びが全員できたことと比較的あおむけ跳びや台上前転などもできそうだと技のイメージ化を図れたことで、自分のできる技をさらに一つでも増やそうとできそうな技を適切に選択することができている。また、準教科書やポイントボード、友達との関わり合い、学習ノートでのヒントなどにより、自分の課題も第4時までには全員がもつことができ、生き生きと取り組み楽しんでいる子どもが多い。

しかし、実質第3時から本格的にめあて②の活動が確保できたことから、自分の課題に応じた追究の場や方法を自発的に取り組めるまでには、いたっていない子どもも多い。自分の課題に有効でない方法で何度も挑戦し、友達どうしで関わり合いをもって、自分の技を横から見てもらうといった方法や意図をもった工夫した場の設定までにはいかない面も見られる。第4時からは、小ボードやデジタルカメラの動画を活用しての友達との関わり合いをもった追究方法を紹介したが、有効に活用できていない面も見られる。また、同じ課題の追究でもできる過程に個人差があり、友達とのギャップに悩む子どももいた。

そこで、本時では以下のように支援していく。

- (1) めあて①では、今までの工夫した方法や積極的な取り組みを賞讃するとともに、「今できる技で楽しもう」というめあてを再確認し、これまでにできている技の習熟にもふれ、できる技にも取り組んでいくことを確認する。また、音がなるほど強く着手し、しっかりと突き放すことと着地の際の膝の使い方について声をかけることで、安全面についても支援していく。
- (2) めあて②では、見学時に友達の技を見ることで技のポイントをつかみ、次時にできるようになった子どもの例を挙げ、課題解決に向けて友達との関わり合いを通して取り組めるように確認していく。具体的には、後ろからだけでなく横を中心に前などからも友達に技を見てもらいアドバイスをもらう、小ボードやデジタルカメラの活用、話し合っただけの場の作りかえなどである。また、教師からも大きな声での賞讃、ポイントや工夫した場に気付かせる声かけ、停滞している子どもへの補助を行うことで支援していく。

9 準備

跳び箱 マット セーフティマット 踏み切り板 ロイター板 距離調整器 ゴムひも
ビニルテープ サインペン 小ボード ストップウォッチ 活動場所ボード 学習ノート
準教科書 ポイントボード 移動黒板 パソコン CD-ROM CDプレーヤー CD

10 展開 (5 / 7)

配時	学習活動と内容	教師の指導と支援
0 8	<p>1 学習の準備とめあての確認をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 協力して安全に場作りをする。 ○ 準備運動（予備的な運動も）をする。 ○ 本時のめあてを確認する。 <p>2 めあて①の活動をする。</p> <p style="border: 1px solid black; padding: 2px; text-align: center;">めあて① 今できる技で跳び箱運動を楽しもう。</p> <p style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 2px;">ステージ</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">着地の距離</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">着地の距離</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">高さ</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">踏み切りまでの距離</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">高さ</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">前できた技・距離</div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-top: 10px; width: 100%;">連続・タイム</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-top: 10px; width: 100%;">連続・タイム</div> <p style="text-align: center;">※めあて①の場の基本的な形</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 安全に留意しながら場作りができていないか確認する。 ○ 予備的な運動では、曲をかけリズムよく取り組めるようにする。 ○ めあて①の取組みを全体で確認する。 ○ 安全に活動できているか確認し、できていない場合は助言をする。 ○ 工夫した場で楽しんで活動していたり、技の習熟が意識できたりしているグループを賞讃していく。 <p style="text-align: right;">※めあて①の楽しみ方</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 5px;"> <p>(着地の距離) 8名 跳び箱からの距離をビニルテープで記録し楽しむ</p> <p>(踏み切りまでの距離) 5名 踏み切り板の間に距離調整器を置き距離を楽しむ。</p> <p>(高さ) 6名 できる技で高さを楽しむ</p> <p>(前できた技) 4名 できた技やオリジナルの技を考案し楽しむ</p> <p>(連続・タイム) 10名 リズムよく跳んだり、速さを競ったりして楽しむ。</p> </div>
20	<p>3 めあて②の活動をする。</p> <p style="border: 1px solid black; padding: 2px; text-align: center;">めあて② できそうな技に挑戦して跳び箱運動を楽しもう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ めあて②の活動を確認する。 ○ 協力して安全に場作りをする。 <p style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 2px;">ステージ</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">頭はね跳び</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">台上前転</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">かかえこみ跳び</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">台上前転</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">あおむけ跳び</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">あおむけ跳び</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">あおむけ跳び</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">あおむけ跳び</div> </div> <p style="text-align: center;">※めあて②の場の基本的な形</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 友達との関わり合いによって、課題解決を図っていくことを確認する。 ○ 小ボードやデジタルカメラ、準教科書、VTRを紹介し、工夫して課題解決を図れるようにする。 ○ 場の工夫や友達との関わり合いができていない子どもたちを大きな声で賞讃していく。 ○ 停滞している子どもには、その場の子どもたちと一緒に話し合い、ポイントや場の作りかえのアドバイス、補助をしていく。 <p style="text-align: right;">※めあて②の挑戦する技と人数</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 5px;"> <p>(頭はね跳び) 8名 (台上前転) 6名</p> <p>(かかえこみ跳び) 3名 (あおむけ跳び) 16名</p> </div>
40	<p>4 学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 学習ノートの記入をする。 ○ できるようになった技やポイント、解決方法について交流する。 ○ 次時について確認する。 ○ 協力して安全に片付ける。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 学習ノートに自己評価をさせ、学習を振り返らせる。 ○ できるようになったことやポイント、解決方法を賞讃し、交流することで、次時への意欲を高めるとともに、よい学び方を全体に広げる。 ○ 安全に留意しながら、後片付けができていないか確認する。

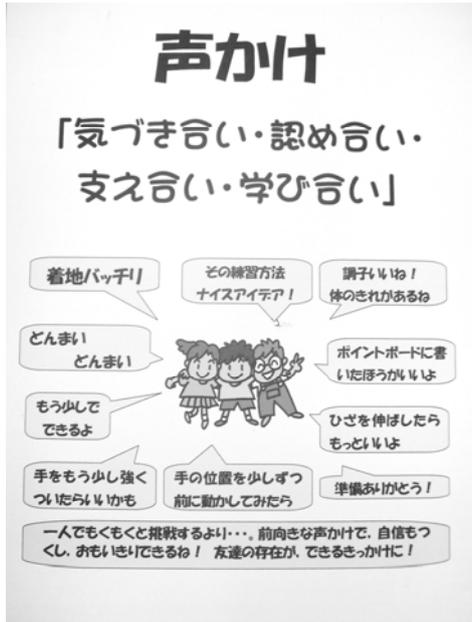
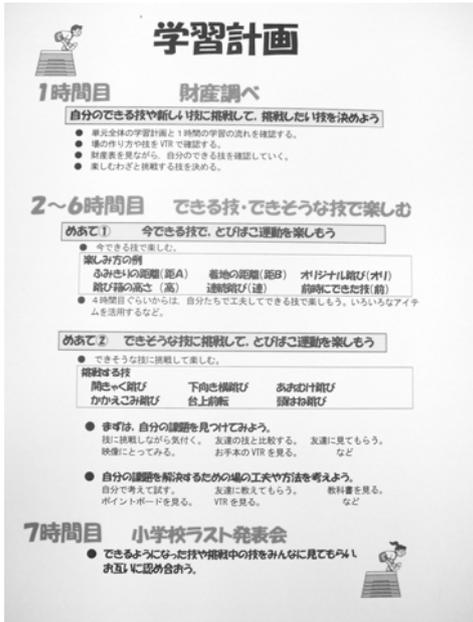
5 学習と指導の計画 (全7時間)

※①は、めあて① ②は、めあて②

配時	1	2	3	4	⑤ (本時)	6	7
本時の重点目標と主な支援	学習全体の見通しをもち、自分のできる技を確かめることができる。	① 楽しみ方を選んだり、考えたりして活動できる。 ② 挑戦する技への自分の課題を的確につかみ、活動できる。		① できる技の習熟ができるとともに、より工夫した場で、楽しむことができる。 ② 課題に応じて追究の場や方法を工夫して、楽しむことができる。			友達の技のよさに気付いたり、認められたりすることで、楽しむことができる。
	○ 学習計画表の提示で見通しをもたせる。 ○ CD-ROM 視聴で技のイメージ化、財産表とペアで、できる技の確認をしていく。	① 前時で見つけた楽しみ方の例の紹介や用具の活用を声かけしていく。 ② 小グループでの関わり合いや自分の技の視聴、教師からの声かけから、課題を的確につかませていく。		① できるようになった技を楽しんで繰り返すことや友達との関わり合いをより高めることで、習熟や工夫した場に発展させていく。 ② 資料の活用や友達との関わり合いの中で、課題に応じた場の工夫ができるようにしていく。			○ お互いの技を認め合い、支え合い、前向きな声かけをし合うことで、財産化を図っていく。
10	<p>1 学習の見通しをもつ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 単元全体の流れをつかむ。 ○ 1 単位時間の学習の進め方を知る。 ○ 場の作り方や安全面の確認をする。 ○ CD-ROM を視聴する。 <p>めあて 自分のできる技や新しい技に挑戦して、挑戦したい技を決めよう。</p>	<p>1 学習の準備とめあての確認をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ グループごとに協力して安全に場づくりをする。 ○ 準備運動に全体で取り組む。 ○ 本時のめあてと学習の流れを確認する。 <p>2 めあて①の活動をする。</p> <p>めあて① 今できる技で跳び箱運動を楽しもう。</p> <p>楽しみ方の例 ○子どもが考案した場や技 ○踏み切りまでの距離を広げる場 ○着地の距離を広げる場 ○フォームを工夫した場 ○高さに挑戦する場 ○連続してリズムよく跳ぶ場 ○前時にできるようになった技の場</p>					発表会をする。
40	<p>2 技の財産調べをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 協力して安全に場作りをする。 ○ 財産表をもとにしながら、今の自分のできる技を確認していく。 <p>○開脚跳び○下向き横跳び ○あおむけ跳び○台上前転 ○頭はね跳び ○かかえこみ跳び</p> <p>3 学習のまとめと後片付けをする。</p>	<p>3 めあて②の活動をする。</p> <p>めあて② できそうな技に挑戦して跳び箱運動を楽しもう。</p> <p>挑戦する技 ○開脚跳び ○下向き横跳び ○あおむけ跳び ○かかえこみ跳び ○台上前転 ○頭はね跳び ※前方倒立回転跳びと側方倒立回転跳びに関しては、上記の6つの技ができるようになってから挑戦するようにする。</p>					できるようにになった技を披露することを原則とする。挑戦中の技でも可とする。
学び方	○ 単元計画を提示したボードを見て、説明を聞くことで、学習全体の見通しをもつ。 ○ 技のイメージ化をもとに、6つの技に挑戦することで、自分のできる技を把握し、楽しむ技・挑戦する技を設定し、学習ノートに書き、第2時につなげる。	① 準教科書や場の設定のヒントを教師から提示すること、全体交流で楽しみ方を工夫しているグループを紹介することで、選んだり工夫したりしてできる技を楽しむ。 ② 自分の振り返りや友達との関わり合い、学習ノートの教師からのコメントや補助で、自分の課題を的確につかみ、成功のイメージをもって技に挑戦し楽しむ。		① 今までの学習を振り返り、友達と関わり合いをより高めることで、工夫した場を自発的に設定し、できる技をよりダイナミックに楽しむとともに、技の習熟を図る。 ② 準教科書や CD-ROM 視聴、友達との関わり合いをもとに、自発的に課題を追究する方法を考え、工夫した場を設定し、技に挑戦し楽しむことができる。		○ できる技を披露し、友達とお互いに認め合うことで、達成感を味わうとともに、単元全体を振り返り、財産にしていきこれからは生かすことができる。	

- 準備運動とめあて①の場の例示で、活動が自主的に進めることができるようにしていく。
- 1 単位時間の計画を提示したボードで見通しをもち、実際に学習することで進め方が分かる。

参考資料



学習計画

声かけの例

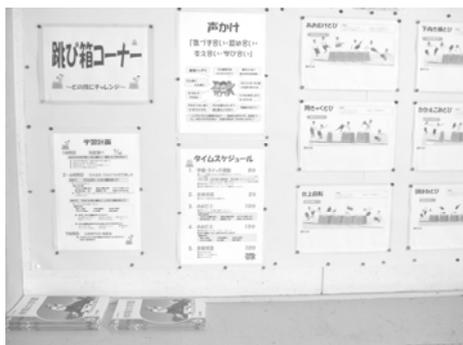
1 単位時間の流れ



学習ノート

財産調べ

めあて2の場



飛び箱コーナー

DVD CD-ROM

活用した用具