

第6学年 組 体育科学習指導案

指導者

(男子 名 女子 名 合計 名)

1, 単元名 「走り高跳び～みんなで伸ばそうベスト記録～」(6時間計画)

2, 運動の特性

(1) 一般的特性

助走のリズムを生かして踏み切り、自己の記録に挑戦して楽しむことができる運動である。また、高く跳ぶことを競争することで楽しさが深まる運動である。

(2) 子どもからみた特性

A 楽しさ体験の状況

事前に行ったアンケート(実施人数31名)では、「走り高とびは好きですか」という問いに対し、20人が「大好き」と12人が「嫌い」と半分ぐらいの子ども達が抵抗感をもっている。走り高跳びのどんなところが好きですかという問いには、「跳べたらうれしい」「跳んでいるときの感じが気持ちがいい」「だんだんと高く跳べるようになった」などを挙げ、体を動かすことに楽しみを感じている。一方でどんなところが嫌いですかという問いに対し、「跳ぶタイミングがわからない」「バーにぶつかってけがをしそう」などが挙げられており、意欲を減退させる要因となっている。以上のことから半数以上の子ども達は、走り高跳びの学習において一人ひとりが目標記録を達成することで楽しさを味わえると考えている。また、多くの子ども達が「友達との教え合い」が走り高跳びができるようになるためには必要なことだと考えていることもわかった。

B 技術習得の状況

本学級の子供達は、4年生の時に高跳びの学習を6時間程度経験している。自分にあった助走距離で助走したり自分にあった踏み切り足で踏み切ることには気を付けながら記録を伸ばそうとしてきた。しかし、助走のリズムやタイミングがつかめなかったり、跳び越すときに正面から跳んでバーにぶつかってしまうケースが多い。バーに対して横を向いて跳ぶことのできる児童は少ない。

事前のアンケートによると、記録を伸ばすためには、助走から踏み切りのリズム(すなわちタイミング)に気をつけることで高く跳べることを考えることができる児童もいる。

C 学び方に関する学習経験

- ・学習の準備や後かたづけは、友達と協力して素早く行うようになってきている。
- ・6年生では、「マット運動」で「今自分にできる技を連続でしたり組み合わせたりして楽しむ段階」と「後少しでできそうな技ややってみたい技に挑戦して楽しむ段階」をらせん的に発展させるスパイラル型の学習の進め方を経験している。
- ・「水泳」「マット運動」を通して、一時間の学習の個人のめあてを設定し、それに応じて学習に取り組みもうとする姿が半数以上見られるようになった。また、そのめあてに対するふり返りができるようにもなってきた。
- ・めあてをたて、ふり返りができるようにはなってきたが、課題を解決するためにどのような練習をしたらよいか、どのような場作りをしたらよいかを考えたり工夫することには慣れていない。

- ・「ソフトバレーボール」の学習を通して、勝敗に対して正しい態度をとろうしたり、教え合いながら学習を進めようとする児童の数が少しずつ増えてきた。
- ・グループの中で賞賛していくことによって意欲が高まり、チームや個人の力の向上につながるということを、ソフトバレーボールを通して身につけてきている。

3、学習を進めるにあたって

事前のアンケートの結果から、走り高跳びの学習で「好き嫌い」を判断する要素は、高いものを跳び越えられるか・自己の新記録が出せるのかという内容に、大きく関わっていることがわかった。また、走り高跳びができるようになるためには、「かわりあい」が重要だということもわかった。そこで次のような支援を行う。

(1) 学習過程の工夫

本単元は、グループで同じ目標に向かって学習を進めていく中でアドバイスや応援が増えたり、達成したときの喜びを味わうことができ、同時に個々の記録の伸びにもつながると考え、子ども達一人ひとりが記録に挑戦、達成することにグループの友達とともに「グループの記録を高める」ことを加えた学習過程を組むことにした。

導入段階で、今持っている力を調べ、50m走の記録と身長を利用したノモグラムから自分のめやすとなる記録を設定したり、友達同士で動きを見合ったりすることによって、個々の課題を把握させ、学習の見通しを持たせるようにする。

めあて1では、一人ひとりの目標となる記録の伸びを設定し、その合計をグループの目標として掲げる。グループで目標記録を達成するために、自分が少しでも貢献できた喜びを感じさせるようにする。

めあて2では、個人のめあてに沿った練習の場を選べるようにして、より高く跳ぶためのポイントを話し合いながら練習方法を工夫したり、友達の動きを参考にしながら自分の力を高めていけるようにする。

(2) グループニングの工夫

関わり合いが深まっていけるようにめあてを見つけることが苦手な子、リーダーシップのある子などを均等になるようなグループニングを考えた。

(3) 用具や場の工夫

めあて1では、6つの場を用意し、グループごとに目標達成していけるように、はじめと最終目標の記録をもとにして目安記録を提示し、それに向かって各グループが関わり合いながら意欲をもって走り高跳びを楽しめるようにする。また、各グループが目標を達成していくためにどんな声をかけていったらよいか教室に掲示するようにしておく。さらに、跳び方で気付いたことがあるときは、各グループのポイントカードに書きこみ、次時に活用できるようにしておく。

めあて2では、助走・踏み切り・足のふり上げ・空中フォーム等の課題ごとに場を用意する。助走をリズムカルに行うためにフラフープを置いてタイミングをとる練習、強い踏み切りやしっかり足をふり上げるために踏み切り板を活用する練習等を行っていく。

(4) 学習ノート・ポイントカード・グループノート

単元全体を通して、個々が課題をつかんでいくためにポイントカードを提示し、助走から踏み切りまでの一連の動作をイメージとして捉えさせる。めあて1では、グループチャレンジカードを活用し、グループの中で各自がはじめと最終目標の記録を記入し、自分達がグループ全体の目標にど

れくらい近づいていっているかを記入させ、関わり合いを大事にしていけるようにしたい。また、めあて1, 2とも個人の学習カードを活用し、毎時間自分の課題にあっためあてを持たせるようにする。また、子ども達の課題を把握するために、学習ノートで助言や賞賛を与えて、次時の支援へ生かす。

4, 学習のねらいと道すじ

(1) 学習のねらい

自分のめやすの記録を決め、グループで記録の伸びに挑戦したり、自分の記録に挑戦したりしよう。

(2) 学習の道すじ

めあて1 同じグループの友達と、記録の伸びの目標を決め、記録に挑戦しよう。

めあて2 自分のめあてにあった練習の場を選び、場を工夫しながら、自分の力を高めよう。

5. 学習と指導の計画

配時	1	2	3	4	5 (本時)	6
0 (分)	1. 学習の見直しをもつ ・単元の学習の流れ	1. 学習の準備とめあての確認をする。 ○準備運動をする ○グループごとに用具の準備 ○めあての確認				
10	・準備の仕方	2. 走り高跳びをする				
	2. 場作りをする ・安全を確認 ・用具の確認、準備運動	めあて1 グループの友達と、記録の伸びの目標を決め、記録に挑戦して楽しもう。 ○チームで話し合い、チーム目標を決め、そこから自分の目標を設定する ○グループ内で目標記録に挑戦する 予想される課題と支援 ○恐怖感がある→◇低いバーの提示 ○フォームがうまくいかない→◇グループ内での助言 ○課題がつかめない→◇ポイントカードの提示				
20	3. 今もっている自分の力を調べる ○めやすの記録の作成 ○	○グループの目標がなかなか達成できない→◇課題への助言 ○タイミングがつかめない→◇ポイントカード提示				
		めあて2 自分のめあてにあった練習の場を選び、練習の場を工夫しながら自分の力を高めよう。				
30	○グループビンゴ	○自分にあつためあてを決め、めあてごとの場を準備する○自分のめあてにあった場や方法で練習する 予想される課題と支援 ○助走のリズムがあわない→◇アラブーフを使って3・5・7歩の助走を意識させる ○踏み切りが弱い→◇踏み切り板を使って強い踏み切り、できるだけ高く跳ぶことを意識させる。 ○振り上げ足が低い→◇踏み切り板を使って足を高く上げるようにする。 ○空中動作(足のふりぬき)がうまくできない→◇踏み切り板を使って振り抜き足を曲げることを意識させる。				
40	4. 学習のまとめをして、後片付けをする。 ○活動をふり返る。 ○後かたづけをする	3. 学習のまとめをして、後片付けをする。 ○学習ノートを使ってふり返りをする。 ○練習の工夫や友達との教え合いができたことを発表する。 ○自分の課題で達成できたことを発表する。○役割分担をして、後かたづけをする。				
の 取 組 み	○ 単元の見直しをもって、自分の ○ 課題解決に向けて練習などを工夫して活動しようとしている。	めあて1 グループ目標を達成するために励ましたり、声をかけあう。		めあて1 グループで教え合い、課題を意識しながらグループ目標を更新しようとする。		
		めあて2 自分の課題にあった場所を選び、めやすの記録に挑戦している。		めあて2 課題解決に向けて、場を選んだり、教え合ったりしながら自分の記録に挑戦している。		

6, 本時 平成20年10月20日(月) 第5校時(5/6) 場所 体育館

7, 本時のねらい

グループや自分の目標に向かって、友達と協力しながら、記録に挑戦することを楽しむことができる。

自分にあつためあてをも持ち、場を工夫して練習することができる。

技能のポイントを意識して、リズムカルに跳ぶことができる。

8, 本時指導の考え方

本学級の子ども達は、単元を通してめあて1 めあて2のスパイラル型の学習過程で学んできている。また、学習を通してグループで目標に向かって記録に楽しみ、その後自分の課題に応じて練習の場を選び記録を高めてきた。

めあて1では、グループの目標が思うように達成されず、子ども達同士で声を掛け合姿もあまりなかった。そこで、グループでの目標のたて方とそれに対してグループの子ども達がどのようにめあてをたてていったらいいのかをグループごとに助言した。また、毎時間跳ぶにあたってどこに目を向けたらいいのか、またその時にどんな声をかけあつたらいいのかをわかるように掲示した。

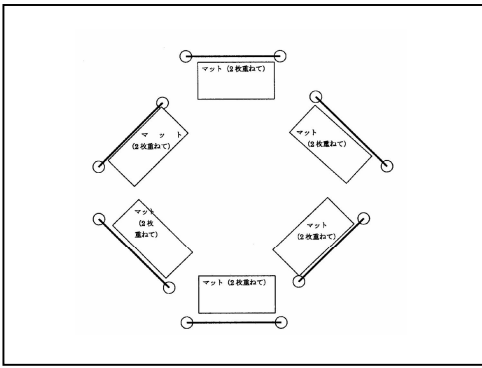
結果、グループ内のかかわり合いに幅が広がり目標に向かって頑張ろうとする姿が増えてきた。

めあて2では、ほとんどの子どもが自分のめあてにあつた練習場所を選んで練習に取り組む姿が見られたので、練習の仕方や修正ポイントなどを中心に知らせていくことを心がけた。ただし、同じ練習場所における友達同士の教え合いはあまり見られなかったので、各場所ごとにどこを見ていけばいいのかを助言した。

以上のことを踏まえて、本時指導については、めあて1の活動では過去3回の学習のグループ目標を見直し、次時に向けてのグループ目標に挑戦していくようにする。活動の際は、かかわりあいの得意でない子どもがいるグループを中心に支援していくが、全体的にも支援を幅広く行っていくようにしたい。めあて2の活動は、めあて1での活動の際にうまくいかなかったことをしっかり練習し、次へつながるようにする。どちらの活動においても、グループや同じ練習をする者同士で声をかけあい、みんなでベスト記録をつくっていくような雰囲気を感じ取らせるようにしていきたい。

9, 準備

- ・高跳び用スタンド(6班×2本) ・高跳び用バー(6本) ・マット(6班×2~3枚)
- ・ゴム ・踏み切り板 ・フラフープ ・学習計画ボード ・技のポイントカード
- ・体育ファイル

配時	学習活動と内容	指導と支援
0 10	1. 学習の準備と準備運動をする。 準備運動を行う。 グループごとに用具の準備を行う。	道具の安全確認を行いながら、準備をさせる。 みんなで準備をするように呼びかける。
25	2. 走り高跳びをする。 めあて1 グループの友達と記録の伸びの目標を決め、記録に挑戦して楽しもう ・チームで話し合い、チーム目標を決め、そこから自分の目標を設定する。 ・チームで目標記録に挑戦する。 【活動の場所】 	目標記録は過去3回の記録を見直してから作るように助言する。 ・1cmでもグループ目標に近づけること ・1cmでも自己記録の向上を目指すこと 用具が安全に使われているかを確認する。 ・バーの先やマットの置き方 グループ内で友達の跳び方に対する気づきは言い合っていくように助言する。 ・うまくできていることや課題を教え合うようにする。 跳び方のどこを見たらよいか視点を確認していく。
40	3. 学習のまとめをして、後片づけをする。 ・今日の学習でふり返りとがんばったことなどを交流する ・全員で協力して後片づけをする。 めあて2 自分のめあてにあった場所を選び、練習の場を工夫しながら自分の力を高めよう。	場所選びは、めあて1での意見交流をもとに行うよう助言する。 ・次時にむけて各自が何を練習してきたらいいかを話しあうようにする。 課題別グループで準備をするように呼びかける。 状況に応じて、より自分にあった場に変えてもよいことを伝える。 同じめあてを持った者同士で、話し合いながら練習しているか確認する。 ・うまくいっている点、気をつけた方がよい点をその都度教えていくこと グループを巡視し、感想を書けない子にアドバイスする。 教師も子どもも感想を伝え合うようにする みんなで後片付けするよう呼びかける。

