

## 第6学年 体育科学習指導案

体育，保健体育科研究室

### 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，91%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，「技ができるようになった時」「跳んでいる感覚」などを挙げており，ほとんどの子どもたちの関心や意欲は高く，新しい技ができるようになると楽しい運動である。また，安定した動きで飛び越せると気持ちよく感じる運動でもある。しかし，3名の子どもたちは，過去の失敗からの怖さを挙げ，「あまり好きではない」「嫌い」と答えている。跳び箱から落ちるといふ恐怖心がある運動である。

楽しさの阻害要因としては，「できない」「何度してもコツがつかめない」などを挙げており，繰り返し挑戦しても上達しないと意欲が低下する運動でもある。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行ったところ，以下のような結果が得られた。

開脚跳び	横跳び	かかえこみ跳び	台上前転	頭はね跳び	前方倒立回転跳び	あおむけ跳び
100%	100%	84%	78%	18%	16%	9%

開脚跳びに関しては，全員が跳ぶことができるが，かかえこみ跳びや台上前転は，できない子どももいる。頭はね跳び・前方倒立回転跳び・あおむけ跳びに関しては，経験自体が少ない。しかし，新しい技に挑戦してみたいという児童は，多い。

##### C 学び方に関する学習経験の状況

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問題解決といった学び方は経験してきている。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えない。また，グループでの活動を行ってきたので，友達の動きを見ることはできているが，男女で励ましの声かけや，具体的な声かけは，まだ十分にはできていない。

### 3 学習を進めるにあたって

本単元では、体づくりの運動を取り入れた学び方の支援の工夫に重点をおくことで、子どもたちに跳び箱運動の特性にふれさせたい。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、楽しむ技、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、体づくりの運動→めあて学習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あおむけ跳び、頭はね跳び、前方倒立回転跳びについては、全員で CD-ROM を視聴する。他の技についても、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。

体づくりの運動では、跳び箱運動の技を切り返し系（開脚跳び、かかえこみ跳び、あおむけ跳び）と回転系（台上前転、頭はね跳び、前方倒立回転跳び、側方倒立回転跳び）に分け、それぞれの運動を行うにあたって適切な体づくりの運動をボードに掲示する。自分のつまずきを自己分析し、課題を見つけ、その課題を克服する体づくりの運動を選択し、練習をし、身体能力を身に付けるようにする。

#### (2) 友達との関わり合い

めあて学習では、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、友達から課題解決のポイントを教えてもらうこと、自分の技を撮影してもらい視聴することで、解決の糸口や友達の高さに気付かせたい。

#### (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。今まで経験のないあおむけ跳びは、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、できる技を増やしたい。難易度の高い側方倒立回転跳びについては、ハンドスプリング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、体づくりの運動を学習の初めに全体で取り組み、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

体づくりの運動	できそうな技に挑戦するためにつまずきを克服しよう
めあて学習	できそうな技に挑戦して跳び箱運動を楽しもう。

5 学習と指導の計画（全7時間）

配時	1	2	3	4 (本時)	5	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。	○ 挑戦する技への自分の課題を的確につかみ、活動できる。		○ 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。
	○ 学習計画の提示で見通しをもたせる。 ○ CD-ROM 視聴で技のイメージ化をさせる。 ○ 財産表で、できる技の確認をしていく。	○ 小グループでの関わり合いや自分の技の視聴、教師の声かけから、課題を的確につかませていく。		○ 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。
0 5 10 20 40	1 学習の見通しをもつ。 ○ 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。  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  2 技の財産調べをする。 ○ 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。 ・開脚跳び・かかえこみ跳び ・横跳び・あおむけ跳び ・台上前転・頭はね跳び ・前方倒立回転跳び ・側方倒立回転跳び 3 学習のまとめと片付けをする。	1 学習の準備とめあての確認をする。 ○ グループごとに協力して安全に場作りをする。 ○ 本時のめあてと学習の流れを確認する。 2 体づくりの運動をする。 [切り返し系] ・手足走り・手足走りジャンケン・くも歩き・うさぎ跳び・両足跳び・ケンケンポーン・馬跳び ・腕立て突き放し・バービー運動・またぎ越し・踏み越し・ステージに跳び上がり・またぎ乗り ロケット発射・つなげてドンジャンケン・マットを跳び越そう・ダンサーリズム遊び [回転系] ・ゆりかご・アザラシ歩き・腕立て回り・前転・ブリッジ・かえる足打ち・かえる倒立・壁登り倒立・壁倒立・ずりずり前転・手押し車前転・重ねたマットで前転・つなげて回ろう1・つなげて回ろう2・間で回ろう・ステージで回ろう 3 めあて学習の活動をする。  めあて できそうな技に挑戦して、跳び箱運動を楽しもう。  挑戦する技 ・開脚跳び ・かかえこみ跳び ・頭はね跳び ・台上前転 ・横跳び ・前方倒立回転跳び ・側方倒立回転跳び ・あおむけ跳び [練習方法] ・資料や教師のアドバイスをもとに練習の方法を工夫する。 ・友達と教え合い、励まし合う。 ※資料（技のポイントカード）の活用を促す。 ※ビデオカメラや技のポイントカードを使って交流することを促す。 4 学習のまとめと後片付けをする。 ○ 学習の振り返りをする。 ○ 全体交流をし、良かった点を賞賛し合う。 ○ 次時のめあてをつかむ。 ○ 協力して後片付けをする。				1 発表会をする。 ○ できるよう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みて、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、自分のできる技を把握し、挑戦する技を設定する。	○ 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。		○ 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、単元全体を振り返る。

6 本時 (4/7) 平成21年10月6日(火) 5校時 場所: 体育館

#### 7 本時のねらい

- できそうな技に挑戦するために、体づくりの運動を選択・練習することで、自分のつまずきを克服することができる。
- 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CD-ROMの視聴を通して、「できる技」「できそうな技」を確認し、めあての技を考えている。また、第2時からは、体づくりの運動を取り入れた学習過程で跳び箱運動に取り組んできている。

体づくりの運動では、跳び箱運動の技を切り返し系(開脚跳び、かかえこみ跳び、あおむけ跳び)と回転系(台上前転、頭はね跳び、前方倒立回転跳び、側方倒立回転跳び)に分け、それぞれの運動を行うにあたって適切な体づくりの運動をボードに掲示する。自分のつまずきを自己分析し、課題を見つけ、その課題を克服する体づくりの運動を選択し、練習をし、身体能力を身に付けるようにする。

めあて学習では、第1時の財産調べやCD-ROM視聴で、開脚跳びと横跳びが全員できたこと、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増やそうとできそうな技を適切に選択することができる。ポイントカード、友達との関わり合いなどにより、自分の課題をもつことができ、いきいきと取り組んでいる子どもが多いが、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数名いる。

そこで、本時では、以下のように支援していく。

- (1) 体づくりの運動では、積極的な取り組みを賞賛するとともに、自分のつまずきを自己分析し、課題にそった運動を行うように再確認する。
- (2) めあて学習では、友達の技を見ることで技のポイントをつかみ、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。ボードや視聴覚機器の活用、話し合っの場の作りかえなどで、ポイントや工夫した場に気付かせる声かけを行うことで支援していく。

#### 9 準備

跳び箱 マット セーフティーマット 踏み切り板 ロイター板 ボード  
視聴覚機器 ポイントカード

10 展開 (4 / 7)

配時	学習活動と内容	教師の指導と支援
0	1 学習の準備とめあての確認をする。 ○ 協力して安全に場作りをする。 ○ 本時のめあてを確認する。	○ 安全に留意しながら、場づくりができていないか確認する。
5	2 体づくりの運動をする。 [切り返し系] 手足走り・手足走りジャンケン・くも歩き・うさぎ跳び・両足跳び・ケンケンポーン・馬跳び・腕立て突き放し・バービー運動・またぎ越し・踏み越し・ステージに跳び上がり・またぎ乗り・ロケット発射・つねげてドンジャンケン・マットを跳び越そう・ダンサーリズム遊び [回転系] ゆりかご・アザラン歩き・腕立て回り・前転・ブリッジ・かえる足打ち・かえる倒立・壁登り倒立・壁倒立・ずりずり前転・手押し車前転・重ねたマットで前転・つなげて回ろう1・つなげて回ろう2・間で回ろう・ステージで回ろう	○ 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。 ○ 工夫した場で活動していたり、技の習熟を意識できたりしているグループを賞賛していく。
15	3 めあて学習の活動をする。 ○ めあて学習の活動を確認する。 ○ 協力して安全に場づくりをする。 挑戦する技 開脚跳び・かかえこみ跳び・頭はね跳び・台上前転・横跳び・前方倒立回転跳び・側方倒立回転跳び・あおむけ跳び	○ 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。 ○ ボードやデジタルカメラなどを紹介し、工夫して課題解決を図れるようにする。
40	4 学習のまとめをする。 ○ 学習ノートへの記入をする。 ○ 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。	○ 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、解決方法を賞賛し、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。