

第5学年1組 体育科学習指導案

1 単元名 跳び箱運動

2 運動の特性（機能的特性）

跳び箱運動は、今できる技を大きくしたり安定させたりしてできるようにしたり、少し練習すればできそうな技に挑戦したりすることが楽しい運動である。

3 児童の実態

～省略～

4 実態の考察

（1）運動の楽しさの体験状況について

本学級では、ほとんどの児童が体育学習を好いている。児童の回答から、技能が向上することの喜びや、体を動かすことへの楽しさを味わうことができているからだということがわかる。

跳び箱運動に関しても、「これまでできなかった技ができるようになるとうれしい」などの理由から肯定的な回答をする児童がほとんどであった。さらに、跳び箱運動をしていて楽しいと思うときは、「技ができるようになったとき」「きれいに跳べたとき」と回答する児童が多かった。楽しくないと思うときは「ない」と回答する児童も半数以上を占め、「持ち技を増やしたい」や「今の自分の力を知るチャンス」という理由から、跳び箱運動の学習を楽しみにしている児童も多く、大変意欲的であるといえる。その反面、跳び箱運動が楽しいと思えないのは「何回練習してもできないとき」と回答する児童が数名いた。このようなことから、児童が跳び箱運動に主体的に取り組んでいくためには、達成感を味わわせたり技能の向上を実感させたりすることが重要であると考えられる。

また、「友達と一緒にできるから」や「友達とアドバイスし合いながら練習をするのが楽しみだから」というように、協働的な学びに楽しみを見いだしている児童も数名いることがわかった。

（2）運動の楽しさを求める学び方の習得状況について

半数以上の児童が、自分に合っためあて（課題）をもって学習できると回答している。しかし、これまでの器械運動の学習の様子を見ていると、取り組もうとしている技のポイントを理解し、それに対しての自分の課題を正確に把握できている児童の方が少ないように感じる。また、資料があれば自分に合うめあてを立てられたり、練習を考えたりすることができると回答する児童も数名いた。それに加え、「自分の課題がわからない」や「合っているかわからない」という不安から、「自信がない」と回答する児童もいた。さらに、友達との関わりについての設問に対しても、同じような回答が多く見られた。これらのことから、適切な資料の提示が、児童が学習を進めていく上で必要となってくるということがわかる。

自分のめあて（課題）の解決をするためには、友達に聞いたり友達の良い動きを見て手本にしたりするとよいと考える児童が多い。しかし、普段の学習での様子や、「友達とアドバイスし合ったり、話し合ったりしながら学習はできますか」という設問に対して、「仲の良い友達とならできる」と回答する児童が多いことから、自発的に多くの友達と関わろうという意識が薄いことがわかった。また、「自信がない」と回答する児童も数名いる。友達に聞くことはできるが、友達にアドバイスをすることには、苦手意識が強い。

（3）運動の楽しさを味わうための技能の習得状況について

児童は、これまでも跳び箱を使った運動遊びや跳び箱運動に取り組んできている。そのため、基

本的な主運動につながる運動の行い方は知っていた。しかし、踏切や着手、着地などの正しい行い方を理解していない児童がほとんどだった。また、自己申告では、「台上前転」ができると回答した児童は多くいたが、実際に行ってみると、跳び箱の上で不安定な状態で回転していたり、背中を跳び箱に打ち付けるような形で着地したりと、安定して技が行える児童は7人程度だった。これは、技のできた基準をしっかりと理解していなかったためであると考ええる。「首はね跳び」については、技名も行い方も今回の実態調査で児童は初めて知り、中学年では発展技として取り扱うかかえ込み跳びについては全く知らない状態であった。これらのことから、これまでの学習の積み重ねが十分でないことがうかがえる。

5 研究の視点と学習の手立て

(1) 市教研体育部の研究主題

生涯にわたって健康を保持増進し、運動に親しむ子どもを育てる体育学習

(2) 研究の視点と手立て

視点1 課題を見付け解決できる学習過程と指導内容の明確化

<手立て>

○学習過程の工夫

実態調査から、児童は跳び箱運動の学習に意欲的で、「できる技を増やしたい」「きれいに跳べるようになりたい」などというような思いを強くもっていることがわかった。しかし、技能の実態調査にて、開脚跳びは、ほとんどの児童ができてはいるものの、大きく安定して跳べる児童は少なかった。また、台上前転は、技の行い方をしっかりと理解していなかったために、実際に着手から着地まで安定してできた児童は7人程度になってしまった。これは、課題解決の学習の進め方が身に付いていないことが一つの原因だといえる。そこで、本単元では学習の進め方を丁寧に押さえていきたいと考える。

オリエンテーションにて、「技のできた基準」について確認する時間を設ける。「踏切」「着手」「着地」という明確な基準を提示することで、「跳べた」「できた」という感覚をより確かなものにし、単元における課題解決学習を充実させていきたい。また、友達の技を見るときに視点も明確になるため、友達に自信をもってできばえや感想などを伝えることができ、自発的な関わり合いが多くなるとともに、技能の向上も望めると考える。

2時間目は、「今できる技を大きくしたり安定させたりして楽しむ」時間とする。学習の始めに、技を大きくというのは、「第一空中局面や第二空中局面を大きくすること」、技を安定させるというのは、「着地を3秒間静止したり、同じ技を何度も繰り返したりできるようにすること」であることを共通理解し、学習に見通しがもてるようにしたり、今できる技での楽しみ方を広げたりすることができるようにする。

3時間目は、「少し練習すればできそうな技に挑戦する」時間とする。それぞれの技の拡大された掲示資料、動画資料を提示することで、技のポイントの理解を深めていく。そうすることで、各技に取り組みやすくなり、自分の課題も明確になるため、次時以降の学習の見通しがもちやすくなると考える。さらに、技能の低い児童でも安心して取り組めるように易しい場もつくる。スモールステップで練習を行うことにより、恐怖心や不安感が軽減し、技能が高まる喜びを味わうことができるため、どの児童も学習に主体的に取り組めるようになると思う。

4 時間目以降は、2、3 時間目で理解した学習の進め方を生かして、前半を「今できる技を安定させたり大きくしたりして楽しむ」時間、後半を「少し練習すればできそうな技に挑戦して楽しむ」時間として活動する。児童の「できる技を増やしたい」という思いや児童の持ち技が少ないこと、高学年になり、新たに取り組む技が増えたことから、「少し練習すればできそうな技に挑戦して楽しむ時間」を多く取り、来年度につなげられるようにしたい。

視点 2 さらに運動が楽しくなるかわり合いの工夫（人、ものとのかわり合い）

<手立て>

○主体的・協働的に学び合うための工夫【場の設定と掲示資料の工夫】

本学級のほとんどの児童は、技の構造や技のできた基準のイメージが定着していないことや、協働的に学び合って学習を進める経験が乏しいことなどから、友達との関わりに自信をもてない児童が多い。そこで、跳び終えた後の児童は、次に跳ぶ児童のできばえを見て感想やアドバイスなどをするように意図的な場を設定する。跳ぼうとしている児童（A）は、跳び終えた児童（B）に、技名とどの部分を見てほしいのかを伝えるようにする。そうすることで、視点が明確になり、感想やアドバイスなどが伝えやすくなり、自信をもって友達と関わることができる考える。

また、ギガタブを活用して、手本となる映像資料をいつでも視聴できるようにすることで、技の具体的なイメージの定着を図るようにする。また、各技の行い方についての拡大資料を掲示し、学習中にいつでも確認できるような状態にする。そして、その拡大資料に、自分が気付いたポイントやコツなどを貼り付けていく。そうすることで、技の行い方やポイントへの理解を深めることができ、仲間にできばえや感想などを伝えやすくなるため、協働的に跳び箱運動に親しむ児童が増える考える。さらに、必要に応じて「タイムシフトカメラ」を活用できるようにする。映像資料という具体物があることで、自己のできばえを確認できるのみではなく、友達とアドバイスを出し合ったり称賛し合ったりするなど、児童同士の関わりが自然と生まれることが考えられる。

友達との関わりによって自己の技能が向上したり、友達が新しい技を習得したりする喜びを共感することで、協働的に学ぶ楽しさを味わわせることもねらいとしていきたい。

	タイムシフトカメラ	発表ノート	拡大掲示
使い方	○試しの場に「タイムシフトカメラ」を起動させておく。 ・位置は、斜めから撮る。 ・必要に応じて使用する。	○発表ノートの中に、技ごとの映像資料を載せておき、学習前や学習中に確認できるようにしておく。 〈発表ノート例〉 	○拡大された各技の掲示物に、気付いたポイントやコツを貼っていく。 ○自分が取り組む技の行ない方を確認する。
ねらい	・自分の取組を映像として振り返ることで、課題に気付く。【思・判・表】 ・仲間にできばえや感想が伝えやすくなる。【思・判・表】	・技の正しい行い方や動きのポイントを理解する。【知・技】 ・仲間にアドバイスや感想を伝える際の視点になる。【思・判・表】	・仲間が貼っている付箋を見ることで、技の行い方の理解を深める。【知・技】

6 単元の目標

- (1) 跳び箱運動の行い方を理解するとともに、自己の能力に適した切り返し系や回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技に取り組んだりすることができるようにする。 (知識及び技能)
- (2) 自己の能力に適した課題を見付け、その解決の仕方を工夫したり、自己や仲間の考えたことを他者に伝えたりすることができるようにする。 (思考力、判断力、表現力等)
- (3) 運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、仲間の考えや取組を認めたり、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。 (学びに向かう力、人間性等)

7 評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
①跳び箱運動の行い方について言ったり書いたりしている。 ②自分の力に合った切り返し系や回転系の基本的な技を安定して行うことができる。	①自分の能力に適した課題を見付けている。 ②自分の課題を解決しやすい場を選んでいる。 ③自分や仲間のできばえや課題について、思ったことや考えたことを他者に伝えている。	①跳び箱運動に積極的に取り組もうとしている。 ②約束を守り、仲間と助け合おうとしている。 ③準備や片付けなどで、役割を果たそうとしている。 ④仲間の考えや取組を認めようとしている。 ⑤場や器具の安全に気を配っている。

8 指導と評価の計画

	1	2	3	4	5	6（本時）	7
学習の ねらい	ねらいを知り、学 習過程への見通 しをもつ。	学習の仕方を理解する。		自分の課題に応じて、技や活動の場を選んで楽しむ。			
0  4 5	オリエンテーション ・学習過程 の確認 ・約束の確認 ・安全面の 確認 ・主運動に つながる 運動 ・持ち技チ ェック	主運動につながる運動					
		今できる技 を大きくし たり安定さ せたりして 楽しむ。	少し練習す ればできそ うな技に挑 戦して楽し む。	今できる技を大きくしたり安定させたりして楽しむ			少し練習すればできそうな技に挑戦して楽しむ
知・技		② （観察）		① （カード・観察）		② （観察）	
思・判・表			① （カード・観察）	② （カード・観察）	① （カード・観察）	③ （観察）	
態度	①、③ （観察）	⑤ （観察）	② （観察）		③ （観察）		④ （観察）

9 指導計画

	学習内容と活動	教師の指導・支援○ 評価◇
はじめ	【オリエンテーション】 1 学習のねらいを理解し、学習の進め方について見通しをもつ。 2 基本的な学習の仕方やマナー、安全について話し合い、共通理解する。 ○準備や後片付け ・跳び箱を運ぶときは、一人で運ばない。 ・1段目は、他の段と切り離して運ぶ。 ・マットの耳は、必ずしまう。 ○学習中 ・跳ぶ前に、必ず周りを確認し、「行きます」と声を掛けてから跳ぶようにする。 ・跳び終わったら、マットや跳び箱の状態などを確認し、次の友達へ合図で伝える。 ・回転系の技を行うときには、帽子のつばを後ろにする。 ・跳ぼうとしている人の前を横切らない。など 3 学習カードの使い方や、資料等の使用方法について理解する。 4 準備運動を行う。 5 主運動につながる運動のポイントや行い方を理解する。 ・うさぎ跳び ・馬跳び ・腰上げ ・跳び乗り、跳び下り など 6 技のできた基準を決める。 踏切…踏切板の真ん中を両足で強く蹴る。 着手…両手を揃えて着いている。 着地…両足で着地し、3秒間静止する。 7 持ち技チェックをする。	○ 学習の進め方に見通しがもてるように、学習過程を拡大して提示する。 ○ 全員が楽しく安全に学習を進めていくために大切なことを、これまでの学習経験を想起しながら考えられるように、実際の場面を想定しながら確認する。 ○ 学習カードは拡大して提示し、どのように記入していくのか確認する。 ○ 各資料やギガタブを使用する意図を理解し、効果的に活用できるように、実際に操作しながら使用する際のポイントを押さえる。 ○ 主運動につながる運動を、手本を示しながら行うことで、各ポイントが理解できるようにする。 ○ ポイントや行い方について、ビデオ撮影したものを発表ノートにて共有し、いつでも確認できるようにする。 ○ 学習中に友達との関わりをもちやすくするために、できた基準を決める際、オノマトペを使って表現する。(児童から出た言葉を使う) 踏切…ドン 着手…バン 着地…ピタッ など ◇ 跳び箱運動に積極的に取り組もうとしている。 【態度①】 ◇ 準備や片付けなどで、役割を果たそうとしている。 【態度③】 ○ 技の系統性が意識できるように、持ち技表を見ながら取り組むように声掛けする。

1 学習の場づくりをする。

2 準備運動をする。

○ストレッチ

○主運動につながる運動

- ・馬跳び ・跳び乗り、跳び下り
- ・腰上げ

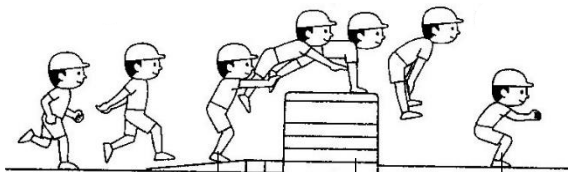
3 めあてを確認する。

今できる技を大きくしたり安定させたりして楽しむ

4 「大きくする」と「安定させる」について確認する。

・「大きく」

第一空中局面 (A) を大きくしたり、第二空中局面 (B) を大きくしてより遠くへ着地したりすること。



・「安定」

着地したときに3秒間静止する。
同じ技が繰り返しできる。

5 自分の課題に合った場で活動を楽しむ。

【予想される課題の例】

○開脚跳び

・課題

より大きく跳べるようにする。

・解決方法

踏切版から跳び箱までの距離を長くしよう。

○台上前転

・課題

膝を伸ばして回る。

・解決方法

タイムシフトカメラで確認しよう。

6 学習のまとめをする。

○今日の学習について振り返り、学習カードに記録する。

○友達と振り返りを伝え合う。

7 整理運動をする。

○ 安全に留意しながら、協力して場づくりをするよう声掛けする。

○ 学習で特に使う、手首、腕、首等を重点的に伸ばせるように、十分に行う。

○ 主運動にどのようにつながっているのか、確認をしながら進める。

◇ 場や器具の安全に気を配っている。

【態度⑤】

○ 安全に留意しながら学習できるように、拡大掲示物を使って、全体で決めたマナーなどを確認する。

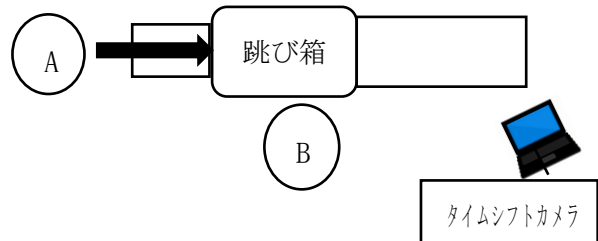
○ 「大きくする」と「安定させる」について共通理解を図り、学習の見通しがもてるようにする。

○ 技を行う前に、どのポイントを見てほしいのか友達 (B) に伝えるように声掛けする。

○ 自分のできばえについて、より理解するために、必要に応じてタイムシフトカメラも見て確認するように声掛けする。

○ 自分のできばえの確認が終わる、または跳び終えて安全の確認ができたなら、次の友達の取組の様子を観察し、できばえや感想を伝えるように促す。(B)

【場の例】



○ 発表ノートに技のポイントを示した動画を貼り付けておき、必要に応じて確認できるようにする。

○ 気付いたことは、拡大掲示資料にどんどん貼っていくように促す。

◇ 自分の力に合った切り返し系や回転系の基本的な技を安定して行うことができる。

【知・技②】

○ 技能の高まりが見られた児童や、意識を高く取り組んでいた児童を全体場で称賛する。

○ けがや体調の確認をする。

- 1 学習の場づくりをする。
- 2 準備運動をする。
 - ストレッチ
 - 主運動につながる運動
 - ・うさぎ跳び（かかえ込み跳び）
 - ・跳び乗り、跳び下り（かかえ込み跳び）
 - ・カエルのあしうち
(伸膝台上前転、首はね跳び)
 - ・腰上げ（伸膝台上前転、首はね跳び）
など
- 3 めあてを確認する。

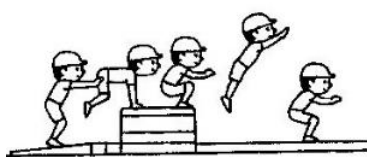
少し練習すればできそうな技に挑戦して楽しむ

- 4 練習の場の確認をする。

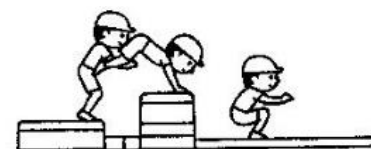
○かかえ込み跳び

【練習の場の例】

- ・跳び箱の上にうさぎ跳び



- ・低い跳び箱→高い跳び箱でかかえ込み跳び



○伸膝台上前転

【練習の場の例】

- ・跳び箱上で伸膝台上前転

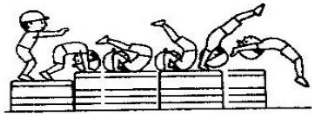
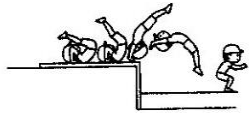


- ・低い跳び箱→高い跳び箱で伸膝台上前転



- 安全に留意しながら、協力して場づくりをするよう声掛けする。
- 学習で特に使う、手首、腕、首等を重点的に伸ばせるように、十分に行う。
- つながる運動がどの技とどのようにつながっているのか、確認をしながら進める。

- 児童が自分の課題に合った場を選んで練習できるように、それぞれの場の練習方法と意識するポイントを全体で確認する。
- 自分の課題がいまいちつかめていない場合は、試しの場で行い、タイムシフトカメラを使うなどして、再確認してもよいことを声掛けする。
- 練習の場にもタイムシフトカメラを使用し、必要に応じて自分のできばえが確認できるようにする。
- 安全上の観点からも、自分が取り組もうとしている技は、系統性を意識したものになっているか、「持ち技チェック表」を見て確認するように促す。
- 安全に留意しながら学習できるように、拡大掲示物を使って、全体で決めたマナーなどを確認する。

○首はね跳び 【練習の場の例】 ・低い跳び箱→高い跳び箱で首はね跳び  ・ステージ上から首はね跳び  5 自分に合った課題を設定し、技に挑戦して楽しむ。 【予想される課題の例】 ○かかえ込み跳び ・課題 足を抜くのが怖い。 ・解決方法 間抜きの跳び箱で、足を抜く感覚をつかもう。 ○伸膝台上前転 ・課題 膝を伸ばして回る ・解決方法 段差跳び箱の場で、足を伸ばすことを意識して回り、タイムシフトカメラを使用して確認しよう。 6 学習の振り返りをする。 ○今日の学習について振り返り、学習カードに記録する。 ○友達と振り返りを伝え合う。 7 整理運動をする。	○ほとんどの児童が、初めて取り組む技ばかりなので、児童の実態と取り組もうとしている技が合っているかどうか、しっかりと様子を見るようにする。必要に応じて、教師が取り組むとよい技や練習方法を個別に提示する。 ○自分のできばえについて、より理解するために、必要に応じてタイムシフトカメラも見て確認するように声掛けする。 ○自分のできばえの確認が終わる、または跳び終えて安全の確認ができたなら、次の友達の取組の様子を観察し、できばえや感想を伝えるように促す。 次の友達がいない場合には、安全の確認だけでもよいことを伝える。 ○発表ノートに技のポイントを示した動画を貼り付けておき、必要に応じて確認できるようにする。 ○各技の行い方を拡大掲示し、技のポイントが意識できるようにする。 ○気付いたことは、拡大掲示資料にどんどん貼っていくように促す。 ◇自分の能力に適した課題を見付けている。 【思・判・表①】 ◇約束を守り、仲間と助け合おうとしている。 【態度②】 ○技能の高まりが見られた児童や、意識を高く取り組んでいた児童を全体場で称賛する。 ○次時の活動を確認することで、見通しがもてるようにする。 ○けがや体調の確認をする。
---	--

なか③ (第4時～第7時)	1 学習の場づくりをする。 2 準備運動をする。 ○ストレッチ ○主運動につながる運動を行う。 ・馬跳び ・跳び乗り、跳び下り ・腰上げ ・うさぎ跳び など 3 めあてを確認する。	○ 安全に留意しながら、協力して場づくりをするよう声掛けする。 ○ 学習で特に使う、手首、腕、首等を重点的に伸ばせるように、十分に行う。 ○ つながる運動を、ポイントを意識しながら行うように声掛けする。 ◇ 準備や片付けなどで、役割を果たそうとしている。 【態度③】
	今できる技を大きくしたり安定させたりして楽しむ	
	4 自分の課題を確認し、自分に合った場で活動して楽しむ。 【予想される課題の例】 ○開脚跳び ・課題 より大きく跳べるようにする。 ・解決方法 踏切板から跳び箱までの距離を長くしよう。 ○かかえ込み跳び ・課題 遠くに着地をする。 ・解決方法 強い踏切を意識して練習をしよう。	○ 安全に留意しながら学習できるように、拡大掲示物を使って、全体で決めたマナーなどを確認する ○ 技が大きくできていたり、安定させたりできている児童を称賛する。 ○ 自分の課題が解決できているか、タイムシフトカメラで確認したり、友達に見てもらったりするように、声掛けする。 ○ できる技がない児童は、開脚跳びや台上前転の練習をするか、またぎ乗りやまたぎ下りなどをやるか、あらかじめ相談し、決めておく。 ◇ 自分の力に合った切り返し系や回転系の基本的な技を安定して行うことができる。 【知・技②】 ◇ 自分の能力に適した課題を見付けている。 【思・判・表①】
	5 全体場で技を見せる。 6 めあてを確認する。	○ 技能の高まりが見られた児童や、意識を高く取り組んでいた児童を全体場で紹介する。
	少し練習すればできそうな技に挑戦して楽しむ	
	7 自分の課題を確認し、自分に合った場で活動して楽しむ。	○ 自分のできばえについて、より理解するために、タイムシフトカメラも見て確認するように声掛けする。

	【予想される課題の例】 ○かかえ込み跳び（縦） ・課題 跳び箱の上に足が乗ってしまう。 ・解決方法 段差跳び箱の場で、着手から強く突き放す練習をしよう。 ○首はね跳び ・課題 脚を高く遠くへ振り出すことが難しい。 ・解決方法 ステージ上からセーフティマットに着地をする場で練習をしよう。	○ 自分のできばえの確認が終わったら、次の友達の取組の様子を観察し、できばえや感想を伝えるように促す。 ○ 必要に応じて、クラスルーム上にある各技の動画を見たり、拡大掲示してある各技の行い方を見たりして、技のポイントを確認するように、声掛けをする。 ○ それぞれの場で課題となる動きが押さえられた児童には、試しの場で挑戦するか次の場へ行くように促す。 ◇ 自分の力に合った切り返し系や回転系の基本的な技を安定して行うことができる。 【知・技②】 ◇ 自分の能力に適した課題を見付けている。 【思・判・表①】 ◇ 自分の課題を解決しやすい場を選んでいく。 【思・判・表②】 ◇ 自分や仲間のできばえや課題について、思ったことや考えたことを他者に伝えている。 【思・判・表③】 ◇ 仲間の考えや取組を認めようとしている。 【態④】 ○ 技能の高まりが見られた児童や、意識を高く取り組んでいた児童を全体場で紹介する。 ○ 自分の課題や練習方法などについてうまくいったことなどを友達と伝え合う。 ◇ 跳び箱運動の行い方について言ったり書いたりしている。 【知・技①】
	8 全体場で技を見せる。 9 学習の振り返りをする。 ○今日の学習について振り返り、学習カードに記録する。 ○友達と振り返りを伝え合う。 10 整理運動をする。	○ けがや体調の確認をする。
まとめ	【学習のまとめ】 ○ 跳び箱運動の行い方を知ると共に、自分の能力に適した切り返し系や回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技に取り組んだりすることができたか。 ○ 自分の能力に適した課題を見付け、その解決の仕方を工夫したり、自分や仲間の考えたことを他者に伝えたりすることができたか。 ○ 運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や器械・器具の安全に気を配ったりすることができたか。	