

第5学年 体育科学習指導案

平成24年9月27日（木）第5校時

江戸川区立大杉第二小学校 体育館

○ 年 ○ 組 ○ ○ 名

授 業 者 ○ ○ ○ ○

研究主題

「進んで運動に取り組む児童の育成」

1 単元名 器械運動 「跳び箱運動」

2 単元の目標

- 【技 能】 ○ 自己の能力に適した基本的な支持跳び越し技が安定してできるとともに、その発展技ができる。
- 【態 度】 ○ 友達と助け合い、進んで運動するとともに、場や器械・器具の安全に気を付け、きまりを守って運動に取り組むことができる。
- 【思考・判断】 ○ 自己の能力に応じた課題をもち、課題解決のための運動の仕方を工夫して取り組むことができる。

3 評価規準

観点	(1) 技能	(2) 態度	(3) 思考・判断
単元の評価規準	① 助走・踏み切り・着手・空中姿勢・着地における技能のポイントをおさえて、跳び越すことができる。 ② 自己の能力に適した技の助走から着地までを、一連の流れとしてスムーズに行うことができる。	① 友達と励まし合って運動したり、協力して器械・器具の準備や片付けをしたりしようとする。 ② 器械・器具の使い方など、学習におけるきまりを守って、安全に運動に取り組もうとする。	① 基本的な技のポイントを知り、自己の能力に合った課題を選んでいる。 ② 課題解決のための練習の仕方を知り、自分の力に合った場や練習方法を選んでいる。

4 指導観

(1) 単元について

器械運動は、一般的に高学年になるにしたがい嫌いになる傾向をもっている。その原因は「できる」「できない」がはっきりしているためであり、できる子は好き、できない子は嫌いという結果になりやすい。しかし、「できる」「できない」の成果が明瞭である分、より高い課題へ挑戦しようとする楽しみやできた時の充実感・達成感が大きいことが魅力である。

本単元では、跳び箱運動を取り上げる。跳び箱運動は、種類の違ったいろいろな技をする楽しみや、めあての技ができるようになる喜び、フォームの美しさを味わうことなど、器械運動の特性を十分に味わうことができると考える。そのためには、身に付けるべき技のポイントを理解することが、児童にとって大きな助けとなるであろう。

そこで今回は、学習過程前半に、跳べるようになるポイントをつかむポイントタイム、友達と相互評価をしながら技の習得を目指すチャレンジタイムの2段階の学習過程を設定した。学習過程後半は、できるようになった技を楽しみながら、より大きく安定した技にするエンジョイタイムとチャレンジタイムの2段階とし、課題の技の習得に向け活動できる時間を多く設定した。この学習過程を通し、「技のポイントが分かる」「めあての技ができる」喜びを児童全員に味わわせたいと考える。

(2) 児童の実態

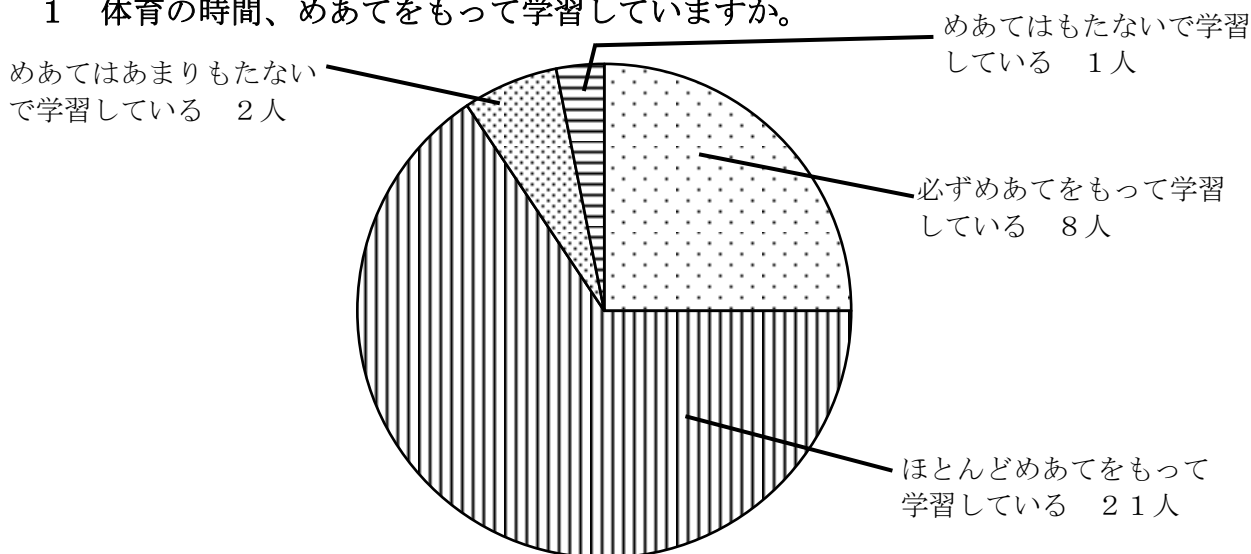
本学級の児童は、体育が好きな児童が多く、どの運動に関しても興味・関心をもって意欲的に取り組むことができる。また、週一回曜日を決めて、休み時間に学級全員で外遊びを行う学級レクを設定しており、男女仲良く遊ぶことができるのも本学級の特徴である。

しかしながら、関心・意欲が高い反面、運動能力に関しては二極化が進んでいる。また、跳び箱運動の技能面に関しては、半数の児童がこれまでに開脚跳びしか経験してきていない。そのため今回の授業では、発展技に取り組ませるよりも、経験のない児童、苦手な児童が基本的な技をできるようにすることを大切にし、手立てを工夫していく必要がある。

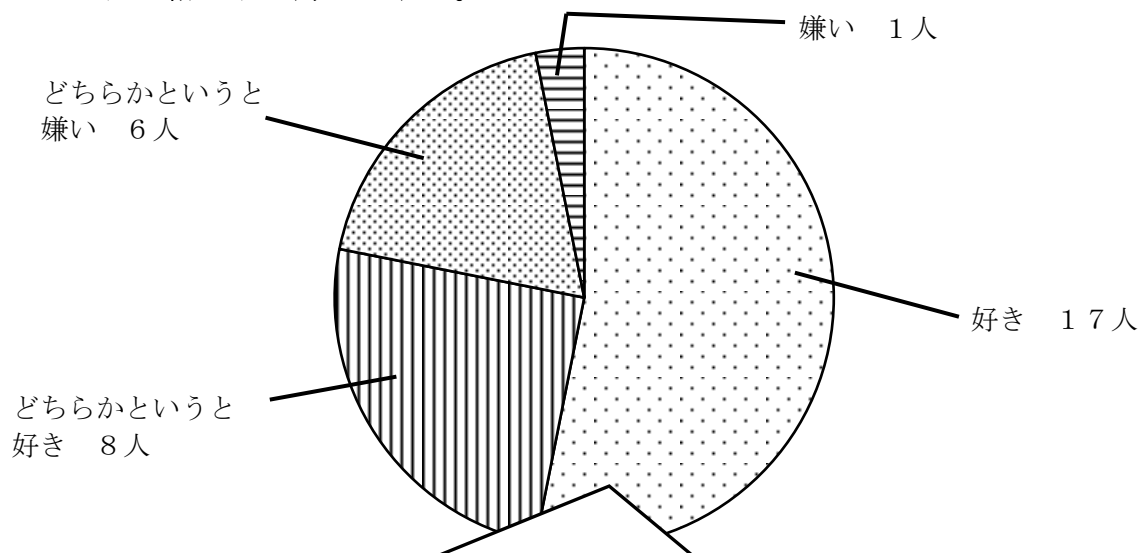
さらに、今回の単元に入る前に、児童から体育の学習についての事前アンケートを取り、実態の把握を行った。

～ 事前アンケート ～

1 体育の時間、めあてをもって学習していますか。



2 跳び箱運動は好きですか。



<おもな理由>

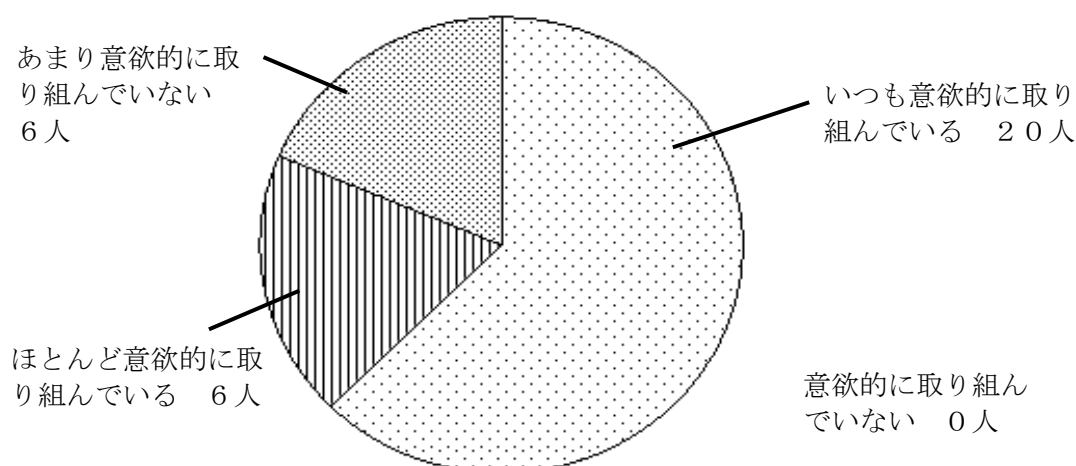
好き、どちらかというとき好き

… 楽しい、跳べた時気持ちいい、できなかった段が跳べるとうれしい

どちらかというとき嫌い、嫌い

… 苦手、手首が痛くなる、練習しても跳べない、運動がきらい

3 今までの跳び箱運動の学習に、意欲的に取り組んでいましたか。



4 跳び箱運動では、どのような時に楽しいと感じますか。(複数回答)

- | | |
|---|-----|
| ☐ できなかった技や跳べなかった段数が跳べた時 | 24名 |
| ☐ 技が上手にできた時 | 22名 |
| ☐ 先生にほめられた時 | 16名 |
| ☐ 友達と協力して学習できた時 | 14名 |
| ☐ めあてが達成できた時 | 14名 |
| ☐ たくさん練習できた時 | 13名 |
| ☐ 友達にほめられた時 | 12名 |
| ☐ 友達の良いところをたくさん見つけられた時 | 4名 |

5 跳び箱の学習でこんなことができたらいいなと思うことは何ですか。(複数回答)

- | | |
|--|-----|
| ☐ 楽しく運動したい | 27名 |
| ☐ 友達と仲良く運動したい | 19名 |
| ☐ 体力をつけたい | 16名 |
| ☐ 今できる技や動きをさらに上手にしたい | 13名 |
| ☐ いろいろな技に挑戦したい | 13名 |
| ☐ めあてをもって学習したい | 12名 |

6 これまでの体育の時間でどんなことが役立ちましたか。(複数回答)

- | | |
|-------------------------------------|-----|
| ☐ 先生のアドバイス | 27名 |
| ☐ 友達のアドバイス | 17名 |
| ☐ 学習カード | 6名 |
| ☐ 学習資料 | 4名 |
| ☐ その他…練習をたくさんする | 2名 |

《考察》

本学級の児童は、多くの児童がめあてをもって学習に取り組んでいることが質問1から分かる。本単元でも、自分でめあてを選択することによって自主性を育み、進んで運動に取り組む姿を目指したい。

また、質問4のどのような時が楽しいと感じるか、質問5の跳び箱の学習でできたらいいと思うことの二つの回答から、児童はできなかった技や跳べなかった段数が跳べた時や技が上手にできた時に楽しいと感じ、今回もそのような楽しく運動できる授業を望んでいるということが分かる。そこで、今回は、児童に「跳べた」「できた」という、成功体験をたくさんさせ、児童の「楽しい」を大事にしながら跳び箱運動をすることを目指していく。

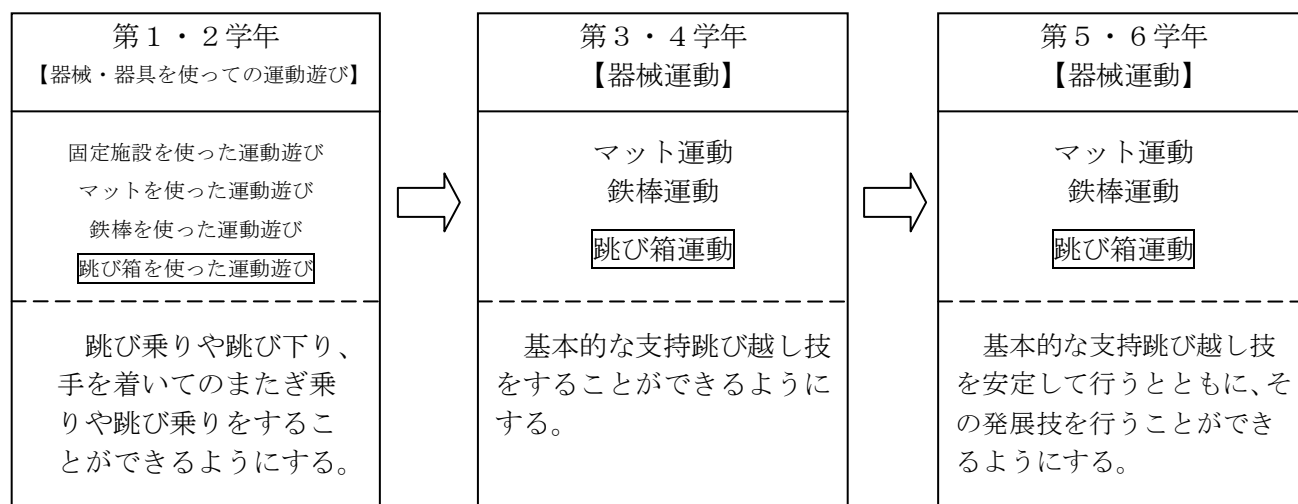
関連して、跳び箱運動が嫌いであると回答した児童の理由には、「苦手である」「練習しても跳べない」といった内容が挙がった。教師側の願いとしては、このような児童にこそ、運動の楽しさ・達成感・成就感を味わわせたいと考える。そこで、ポイントタイムでは、技のポイントを焦点化した学習資料を使い、基本的な動きが理解しやすいようにする。練習の場や仕方も、必要に応じてスモールステップを踏むなど、個々に応じた指導の工夫をしていきたい。

さらに、質問5では友達と楽しく運動したいという項目や、質問6での友達のアドバイスが役立つという項目に、児童の半数程度があてはまると回答している。友達との関わりにおいて、多感な時期に差し掛かる年齢の児童だからこそ、この数を増やしていくことが必要だと考える。そこで本単元では、チャレンジタイムにおいて相互評価を取り入れ、教え合いや励まし合いが活発になることを目指した。今まで以上に、より友達と協力することの楽しさを味わわせたいと考える。

(3) 教材について

＜跳び箱運動の特性＞

- 技を身に付けたり、新しい技に挑戦したりするときに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。
- より困難な条件の下でできるようになったり、より雄大で美しい動きができるようになったりする楽しさや喜びのある運動である。
- 友達と互いに見合い、励まし合いながら技能を高めていくことのできる運動である。
- 児童一人一人が自己の課題をもち、場や補助具などの工夫をしながら取り組むことのできる運動である。



5 研究主題に迫るために

(1) 研究主題のとらえ方

高学年分科会では、本校の研究主題である「進んで運動に取り組む児童の育成」に迫るために、児童に「できた」「跳べた」という実感を味わわせることがもっとも大切であると考えた。児童が運動に充実感・達成感を得ることができれば、「もっとやってみたい」「より高いめあてに挑戦したい」という思いをもつであろう。その意欲こそが、進んで運動に取り組む姿勢の表れであると考えた。

児童に「できた」「跳べた」という実感を味わわせるために、今回は「技のポイントを理解し、運動に取り組む」ということに焦点化し、研究を進めた。ただやみくもに体を動かしたり、練習をしたりするのでは力は伸びない。一人一人が、どのような動きを身に付けなければならないのか明確につかみ、ポイントを理解した上で運動することが、伸びや達成につながると考えた。

〈進んで運動に取り組む姿〉

わかった！
できた！
楽しい！

もっとやってみたい

次の技に挑戦したい

できる

知識・技能を生かし、高める運動

- ・ さらに、発展技へ。
- ・ より、美しく伸びやかに。
- ・ 友達へのアドバイス。

指導の工夫

- 【手立て①】学習資料、学習カードの活用。
- 【手立て②】多様な場や練習方法の設定。
- 【手立て③】児童相互の学び合い・励まし合いの実施。
- 【手立て④】的確に児童を見取るための工夫。

分かる

基本的な動きが分かる学習

跳び箱運動 例：かかえ込み跳び

- | | | | |
|----------|----------|-----------|-----------|
| 1 踏み切り | 2 着手 | 3 空中姿勢 | 4 着地 |
| ・ 両足そろえる | ・ 両手そろえる | ・ 膝を胸につける | ・ 膝をまげる |
| ・ 強くふみきる | ・ 手は開く | ・ 目は前方を見る | ・ ピタッととまる |

(2) 研究主題に迫るための手立て

【手立て①】学習資料・学習カードの活用

学習資料

児童が技のポイントを理解できるようにするために、学習資料を作成する。内容も図解で、ポイントを焦点化し簡潔にすることにより、どの児童も身に付けるべき動きを明確に習得できるようにする。

学習カード

めあてをもって学習に参加できるようにするために、学習カードを活用する。個々の能力に応じためあてが選択できるようにしたり、学習後に自己評価できるようにしたりすることで、児童自身が成果や課題を把握できるようにする。

【手立て②】多様な場や練習方法の設定

個々の能力や課題に応じた練習ができるようにするために、練習の場や練習方法を多様に設定する。本校にある低学年用の跳び箱や、かかえ込み跳び練習用の跳び箱を使用することはもちろん、ゴムを用いて大きな技の練習をするなど、運動に応じた適切な練習ができるよ

う工夫を図る。

【手立て③】児童相互の学び合い・励まし合い活動の実施

児童が友達と助け合い、協力しながら活動ができるようにするために、相互評価を取り入れる。技ができたという判断を、運動のポイントごとに分担して見合い、アドバイスをし合うことによって、課題の把握や技能の高まりを目指す。

また、学習カードに「今日のMVP」の欄を作り、学習後記入をする。この欄を活用し、友達の良い動きを互いに認め合ったり称賛し合ったりすることで、見る目を養うとともに学習に対する意欲が持続することをねらう。

【手立て④】的確に児童を見取るための工夫

跳び箱の配置

今回の学習では、教師が活動全体を見渡せる場をつくるために、跳び箱を斜めに配置する。一定時間内に必ず全部の場を回り、児童の様子を確認するとともに、定期的に全体が見渡せる場に立ち、活動の様子を確認することで、児童の見取りが的確に行えるようにする。

これは、安全性を確保する面から考えても、有効であると考ええる。

紅白帽の活用

児童は、全員紅白帽を白にして学習に参加する。チャレンジタイムでめあての技ができるようになった児童から、紅白帽を赤にする。このようにすることで、どの程度の児童が達成したのか、あるいは、どの児童がまだ達成していないのかなどの見取りが容易になると考える。個別の指導を行う上でも、参考とする。

学習カードへの記入

学習カードには、学習のめあて・自己評価・学習感想・今日のMVPを記入する。これをもとに、児童の達成度や学習の様子を把握し、次時の活動に生かす。

6 指導計画（本時 5 / 6）

	知 る 段 階			高 め る 段 階
時	1	2	3	4・5（本時）・6
学 習 活 動	1 学習のねらいや進め方を知り、単元全体の見通しをもつ。 ・ 運動の進め方 ・ 器具の扱い方 ・ 安全面の約束 ・ 資料や学習カードの使い方	1 整列・挨拶をし、学習の流れを確認する。 2 リズムに合わせてランニング・準備運動をする。 3 跳び箱運動につながる補助的な運動を行う。 ・ カエルの足うち ・ 馬跳び ・ アザラシ歩き ・ ステージジャンプ	4 ポイントタイム 技のポイントと練習方法を理解す	1 整列・挨拶をし、学習の流れを確認する。 2 リズムに合わせてランニング・準備運動をする。 3 跳び箱運動につながる補助的な運動を行う。 ・ カエルの足うち ・ 馬跳び ・ アザラシ歩き ・ ステージジャンプ
	2 準備運動 3 今もっている自分の力を知る。 ・ 開脚跳び ・ 台上前転 4 本時の学習を振り返り、次時の見通しをもつ。 5 整理運動を行い、片付けをする。	4 ポイントタイム 5 チャレンジタイム 相互評価をしながら、自分の力に合った場で	4 ポイントタイム 5 チャレンジタイム	4 エンジョイタイム できるようになった技を楽しみながら、より大きく安定した技 5 チャレンジタイム 相互評価をしながら、もう少しで 6 本時の学習を振り返り、次時の見通しをもつ。 ・ 教師による助言を受ける。（効果的な練習方法など） ・ 学習カードを記入する。 7 整理運動を行い、片付けをする。
指導上の留意点	- 安全に跳び箱運動を行うために、周囲に気を付けることや確認サインの徹底を毎時間確認する。 - 技のポイントを正確に理解できるようにするために、学習資料を活用する。 - 良い関わり合いをしている児童を適宜称賛し、意欲喚起を行う。			- 安全に跳び箱運動を行うために、周囲に気を付けることや確認サインの徹底を毎時間確認する。 - 必要に応じて、効果的な練習方法や場の工夫などの助言を行う。 - 良い関わり合いをしている児童を適宜称賛し、意欲喚起を行う。
	評 価 規 準			評 価 規 準
技能	○ 技能のポイントを意識しながら、基本的な支持跳び越しに取り組むことができる。			○ 安定した動作で基本的な支持跳び越しをすることができる。
態度	○ いろいろな技に挑戦し、自己の能力を知ろうとする。 ○ 学習におけるきまりを守って、安全に運動しようとする。			○ 学習におけるきまりを守って、安全に運動しようとする。 ○ 友達と協力し、励まし合いながら、進んで運動に取り組もうとする。
思考 判断	○ 技のポイントを理解し、自己の能力に応じた課題を選択している。			○ 自己の能力に応じた課題をもち、自分の力に合った場や練習方法を選択している。

7 本時の展開（本時 5 / 6）

（1）ねらい

- 【技 能】 安定した動作で、自己の能力に応じた基本的な支持跳び越しをすることができる。
- 【態 度】 友達と協力し、励まし合いながら進んで運動に取り組む。
- 【思考・判断】 自己の能力に応じたためあてをもち、めあてに応じた適切な場や練習の仕方を選択している。

（2）本時の展開

学 習 活 動	指導上の留意点（・） 評価（□）
1 整列・挨拶をし、本時の学習内容を理解する。 ・ エンジョイタイムとチャレンジタイムの活動の流れであること。 ・ 本時のめあては、「<u>友達と教え合ったり、練習を工夫したりしてめあての技に挑戦する。</u>」であること。 2 ランニング・準備運動をする。 3 跳び箱運動につながる補助的な運動を行う。 ① カエルの足うち ② 馬跳び ③ アザラシ歩き ④ ステージジャンプ 4 場の準備をする。	・ 安全に取り組むことができるように、適切な服装で活動するよう声掛けをする。 ・ ケガ、事故防止のため、部位（特に首と手首）の運動を丁寧に行う。 ・ 腕支持感覚、体重移動感覚、踏み切り感覚などを身に付け、跳び箱運動に生かせるように、感覚作りの運動を取り入れる。 ・ 安全に気を付け、友達と協力して準備を行うよう指示する。
5 学習 1 エンジョイタイムに取り組む。 ・ 跳び箱の高さと調節板の数がちがう場所から、自分に取り組みたい場を選ぶ。 ・ できるようになった技に取り組む。	・ 踏み切りから着地までの距離をのぼしたり、膝やつま先を伸ばしてより伸びやかに跳んだりすることを意識するよう声掛けする。 ・ 技のポイントを意識しながら跳んでいる児童を称賛し、児童全体の意欲喚起をする。
6 学習 2 チャレンジタイムに取り組む。 ・ 5種類の技の中から、自分の力に合った技を選び、達成に向けて練習する。 ・ 開脚跳び ・ 大きな開脚跳び ・ 台上前転 ・ 大きな台上前転 ・ かかえ込み跳び ・ 同じ跳び箱で練習する友達と、相互評価をしながら取り組む。	・ 必要に応じて練習の場や方法を選べるように、マットをかけた跳び箱や、ゴムなどを用意する。 ・ 相互評価や励まし合いが活発にできていないグループには、資料を参考にしてポイントを見合うよう声掛けをする。 ・ 技の上達が見られる児童や活発な教え合いができているグループを適宜称賛する。 技 自己の能力に応じた基本的な支持跳び越しをすることができる。（観察、学習カード） 態 友達と協力し、励まし合いながら活動をしている。（観察） 思 自分の力に合った場や練習方法を選択している。（観察）
7 本時の学習を振り返り、次時の見通しをもつ。 8 整理運動をする。 9 片付け・挨拶をする。	・ 学習の達成感を全体で共有できるように、良い関わりをしていた友達を紹介したり、できた技を発表したりする。 ・ 使った部位をしっかりとほぐすよう助言する。 ・ 協力して安全に片付けるよう指示する。