

体育科学習指導案

1. 日 時 平成27年10月23日(金) 第5校時 (13:50~14:35)
2. 学年・組 第1学年4組 (30名)
3. 場 所 講堂
4. 単 元 「跳び箱を使った運動遊び」 一リズムにのって トン・グー
5. 学習のねらい
 - 運動を楽しく行い、跳び乗りや跳び下り、支持でまたぎ乗りや跳び乗りをすることができるようとする。 (技能)
 - 運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動したり、場の安全に気を付けたりすることができるようとする。 (態度)
 - 跳び箱を使った運動遊びの動きを知り、友達のよい動きを見付けることができるようとする。 (思考・判断)
6. 指導にあたって

(1) 児童の実態

本学級の児童は、休み時間になると運動場へ出て、おにごっこをしたり鉄棒や固定施設で遊んだりしている。教室で過ごすよりも外遊びを好む児童がほとんどである。体育が好きと答えている児童は全員で、理由は「楽しいから」「運動が好きだから」「運動が得意だから」等である。体育の学習は、仲間といろいろな運動遊びをして、常に体を動かすので児童にとって楽しみにしているものである。マットを使った運動遊びについても「好き」と答えた児童は全員で、「好き」な理由は「楽しいから」「いろいろなことができるから」「クルリンパができるから」「おもしろいから」等である。坂マットやセーフティーマット等多様な場や動物になつていろいろな転がり方をしたことが楽しかったようである。鉄棒を使った運動遊びでは、「好き」と答えた児童は、29名で「こうもり（逆上がり等）ができるようになったから」「楽しいから」「お友達と一緒にできたから」「回るのが好きだから」等であり、「嫌い」は1名で「いろいろ回らなければいけないから」である。授業で行った技を中心に学習カードに載っている技を友達と一緒に休み時間に練習している姿も見られ、カードに色を塗るのを楽しみに取り組んでいるようである。「ふとん干し」や「前まわりおり」を怖がる児童が半数ほどいたが、取り組むうちに全員できるようになった。固定施設を使った運動遊びでは、興味があり喜んで取り組もうとするが、経験が少ないため高いところを怖がる児童もいた。体育の授業で補助したり、休み時間に友達と遊んだりするうちに、たいこばしは全員渡れるようになったが、懸垂移行や登り棒などの個人差は大きい。

跳び箱を使った運動遊びをするにあたって意識調査を行った。就学前に跳び箱をしたことがある児童は16名おり、「高いのを跳び越えてみたい」「〇段が跳べるようになりたい」「できるようになりたい」という意欲を持っている。

(2) 領域から見た運動の特性

跳び箱を使った運動遊びは、跳び箱を使って跳び乗りや跳び下りをして遊んだり、馬跳びやタイヤ跳びをして遊んだりしていろいろな動きを楽しむ運動である。しかし、跳び箱を使った運動遊びは、非日常的な運動遊びで経験が少ない。それゆえ、易しい運動を行ったり、場を工夫したり、友達のよい動きを見たりすることで、できるようになっていく過程を楽しみ、できた時の喜びを味わうことのできる運動遊びである。

跳び箱を使った運動遊びは、中学年で学習する跳び箱運動につながる基本的な動きの要素を持つ運動遊びが多く取り入れられている。跳び箱運動は、7つの運動局面（①助走②予備踏み切り③踏み切り④第1空中局面⑤着手⑥第2空中局面⑦着地）で構成される。日常では経験できない運動の体験に面白さがある一方で、経験の少ない児童にとっては恐怖を感じることもある。跳び箱運動に類似した動きを経験することは不安感や恐怖感を軽減することにつながり、基礎的な感覚づくりの運動遊びや跳び箱運動の基本的な動きにつながる運動遊びを十分に行うことで、「できる」喜びをいろいろな場面で、味わえるようにすることができるものである。

加えて、跳び箱を使った運動遊びは生活経験の差や個人の特徴によって、学習意欲が左右される。そのため、逆さ感覚や支持感覚、体のしめ、両足ジャンプなど、基礎的・基本的な動きを多く取り入れ、易しい運動遊びや易しい条件のもとで段階的に取り組み、児童一人一人が個人差に応じた学習の進め方ができるよう配慮することで、楽しむことができる運動遊びである。

(3) 学習指導と評価の在り方

個人差の大きい児童一人一人が、進んで学習に取り組み、跳び箱を使った運動遊びの特性に触れる楽しさや喜びを味わうことができるようにならう。そこで、低学年が好む変身の要素を取り入れ、児童の興味・関心を高めるために「リズムにのって○○になって・・・」遊ぶという指導計画を考えた。また、○○になるということによりイメージが湧きやすくなりリズムに乗ることで、楽しんで運動の技能も向上することができるようになる。

学習指導過程の「はじめ」の段階では、オリエンテーションの時間を設け、学習の流れを知り、「感覚づくりの運動遊び」の仕方やめあての持ち方・ルール・マットや跳び箱の出し方・しまい方・安全についての知識などを学べるようにし、単元全体を見通すことができるようにならう。また、児童が興味を持ち、助走から踏み切りを意識するようにするために、ウルトラマン跳びを行なうようにする。「ワン・ツー・グー・シュワッチュ」という声に合わせることで、両足で踏み切り（グー）大きく跳ぶ感覚や解放感を味わうことができるようにならう。

毎時間の授業の始めに、跳び箱を使っての運動遊びの基本となる両手で体を支えたり、両足で踏み切ったり、逆さになったり、体をしめたりするなどの様々な感覚を楽しみながら身に付ける「感覚づくりの運動遊び」を行なうようになる。くま歩き・しゃくとり虫・スーパーふんころがし等特徴を掴みやすいものにたとえて名前を付け、イメージしやすく親しみを持ってできるようにならう。助走から踏み切り・着手・支持移動・着地等跳び箱運動につながる基本的な動きを楽しみながら行なうため「舞台の上に両足で踏み切って上がる」（あしか・お母さん）「段差のある跳び箱を支持で肩の位置より腰を上げて上がっていく」（うさちゃん）「舞台の上からジャンプして空中でバランスをとりながら着地する」（アメンボ・おさるさん等）ことを取り入れる。また、音楽を流すことにより、リズムに合わせたり気持ちをリラックスして運動遊びを楽しむ。

しめるようにしたい。

「なか」の段階では、跳び箱を使って、「支持で跳び乗り・跳び下り」、「支持でまたぎ乗りまたぎ下り」、「腕を支点とした開脚移動」など、日常では経験することの少ない学習内容を児童の実態に応じて設定することで、跳び箱運動に必要な助走から踏み切り、体の投げ出し、支持感覚や腕を支点とした体重移動など様々な基本的な動きを遊びながら身に付けることができるようになる。動きのポイントを口伴奏で繰り返し言うことやそれに合わせて動くことで、リズムに乗って楽しく跳び箱を使った運動遊びができるようにしたい。

活動1では、2段4段の段差のある跳び箱を連結させる。支持で跳び乗りや跳び下り、支持でまたぎ乗りまたぎ下り、支持で移動等のリズムに合わせて、うさぎや猫になって、「トン・グー・トン・グー・トーン・1・2・3」「トン・グー・トン・ペタ・トン・ニヤーオ・1・2・3」「トン・グー・ポン・ポン・ポーン・トン・パ・トン・シッポ・1・2・3」「トン・グー・トン・シッポ・1・2・3」とグループのみんなで動きをイメージした声をかけるようになる。「トン」は、両手で着手する時、「グー」は、両足で踏み切ったり跳んだりするときの口伴奏とする。「ニヤーオ」の所は、一度、肩を後ろに引いて前へ出す動きと共に開脚して跳び箱をまたぎ越す動作が重要であるので、猫をイメージした口伴奏とする。「シッポ」の所では、うさぎのしっぽをイメージしながら支持でまたぎ下りること支持をしてお尻を浮かせてまたぎ下りるようにする。

活動2では、4段の跳び箱を連結させる。助走から両足で踏み切り、支持で跳び乗りや跳び下りをしたり、支持でまたぎ乗りをして3回でまたぎ下りができるように声をかける。「ワン・ツー・グー・トン・グー・トン・グー・トーン・1・2・3」「ワン・ツー・グー・トン・パ・トン・パ・トン・シッポ・1・2・3」と友達の動きに合わせるようにする。

友達の動きに合わせてリズムよく声をかけることで、友達の動きをしっかりと見ることができるようにする。また、リズムに合わせて動きのポイントを確認しながら行うことができるようになる。安全を確認してから「スタート」の声をかけ、「ハイ」と返事をしてから始めるようにし、目のマークを見ることで着地を安全にできるようになる。見る人も役割分担を決めておくようにし、動きのポイントをアドバイスしたり、安全を確保したりできるようになる。友達が終わった時には拍手をすることにより友達のよい所を認める気持ちが育つようにするとともに自信が持てるようにしたい。

「まとめ」の段階では、段差のある跳び箱での連結跳び・同じ高さの跳び箱での連結跳び・1台の跳び箱でのまたぎ越し（開脚跳び）・2枚重ねのセーフティーマットでのウルトラマン跳び等自分に合った運動遊びができるようになるチャレンジタイムを設ける。また、自分たちの成果を確認し合う場を設け、互いのよい動きを称賛できるようにしたい。

評価については、毎時間、観点を絞って児童の様子を把握していく。また、学習カードを作成し、それぞれの動きについての自己評価や気付いたこと、楽しかったことなどの感想を書けるようになる。学習カードに書かれた児童の言葉や毎時間の動きや表情をもとに一人一人の理解に努め、必要に応じて指導計画の調整や個別指導を行ったうえで評価していきたい。

(4) 器械・器具を使っての運動遊びの観点別評価規準

技能	態度	思考・判断
○器械・器具を使った運動を楽しく行い、それぞれの内容に応じた基本的な動きを身に付けることができる。	○運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動したり、場の安全に気を付けたりしようとする。	○器械・器具を用いた簡単な遊び方を工夫している。

(5) 跳び箱を使っての運動遊びの観点別評価規準

技能	態度	思考・判断
○跳び箱を使っての運動遊びが楽しくできる。 ○跳び乗りや跳び下り、支持でまたぎ乗り・またぎ下り、支持で跳び乗りをすることができる。 ○感覚づくりの運動遊びができる。	○跳び箱を使った運動遊びに進んで取り組もうとしている。 ○順番やきまりを守り、友達と仲よく運動をしようとしている。 ○跳び箱の準備や片付けを友達と一緒にしようとしている。 ○跳び箱の使い方や置き方などの場の安全に気を付けようとしている。	○跳び箱を使った運動遊びの行い方を知り、楽しく遊ぶことができる遊び方を選んでいる。 ○跳び箱を使っての運動遊びの動き方を知り、友達のよい動きを見付けている。

8. 本時の学習

(1) 目標

- ◎ 運動遊びを楽しく行い、跳び乗りや跳び下り、支持でまたぎ乗りやまたぎ下りをすることができるようとする。 (技能)
- 運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動をしたり、場の安全に気を付けたりすることができるようとする。 (態度)
- 運動遊びの動きを知り、友達のよい所を見付けることができるようとする。 (思考・判断)

(2) 展開 (4/5)

	学習活動	指導者の支援	評価
はじめ	<p>1. 本時の学習のねらいや進め方について知る。</p> <p>2. 準備運動をする。 ・動物体操をする。</p> <p>3. 感覚づくりの運動遊びをする。 動きのポイントを確認する。 ・つばめ ・V ・くま歩き ・あざらし ・しゃくとり虫 ・うさぎ ・かえる ・しか ・ワン・ツー・グー ・すべり台 ・あしか ・スーパーふんころがし ・お母さん ・あめんぼ ・うさちゃん ・おさるさん ・ボール ・キック</p> <p>4. 用具の準備をする。</p>	<p>○学習のめあてを確認し、見通しを持つことができるようとする。</p> <p>○感覚づくりの運動遊びのポイントをつかめるようとする。</p> <p>○跳び箱を使った運動遊びの基礎的感覚（助走・両足踏み切り・両腕支持・着地）を身に付けることができるようとする。</p> <p>○協力して、すばやく安全に準備することができるようとする。</p>	<p>・本時のめあてと進め方について理解している。 (思)</p> <p>・感覚づくりの運動遊びのポイントを理解している。 (思)</p> <p>・動き方を知り、友達のよい動きを見付けることができるようしている。 (思)</p> <p>協力して、準備しようとしている。 (態)</p>

な か	<p>5. 跳び箱運動につながる運動遊びをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> 異なる高さの連結飛び箱で乗り下りをする。 <ul style="list-style-type: none"> * 支持で飛び乗り、飛び下りをする。 (トン・グー・トン・グー・トーン・1・2・3) * 支持で飛び乗り、またぎ下りをする。 (トン・グー・トン・ハ・タ・トン・ニヤー・オ・1・2・3) * 支持でまたぎ乗りまたぎ下りをする。 * 腰を上げる。 (ポン・ポン・ポン) (トン・グー・トン・ハ・ー・トン・シッホ・1・2・3) (トン・グー・トン・シッホ・1・2・3) 同じ高さの連結飛び箱で乗り下りをする。 <ul style="list-style-type: none"> * 助走から支持で飛び乗り・移動・飛び下りをする。 (ワン・ツー・グー・トン・グー・トン・グー・トーン・1・2・3) * 助走から支持でのまたぎ乗り・移動・またぎ下りをする。 (ワン・ツー・グー・トン・ハ・ー・トン・ハ・ー・トン・シッホ・1・2・3) 	<ul style="list-style-type: none"> ○めあてを確認できるようにする。 ○段差のある飛び箱にすることで、腰を上げやすくして飛び乗りやまたぎ乗りができるようとする。 ○1・2・3のかけ声や目のマークを見ることで着地の安全を意識できるようとする。 ○飛び箱の上に両膝を着いて、肩を後ろから前へ移動する動きを猫をイメージしながら楽しく支持でまぎ下りができるようとする。 ○両手を着いてリズムに合わせて腰を上げができるようとする。 ○飛び箱の端に両手を着いて、お尻を浮かせて下りる（うさぎのしっぽ）ようとする。 ○両足を揃えて踏み切ったり、両手でしっかりと着手したりできるようかけ声を意識できるようとする。 ○両手に体重を乗せてお尻を浮かせて移動するように助言する。 ○互いのよい所を見付けることができるようとする。 	<p>(共通)</p> <p>飛び乗りや跳び下り、支持でまたぎ乗りやまたぎ下りができる。(技)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 跳び箱を使った運動遊びに進んで取り組もうとしている。(態) ・ 場の安全に気を付けて運動遊びをしている。(態) ・ 互いに称賛し合えている。(態) ・ 友達のよい所に気付くことができている。(思)

ま と め	6. 本時の学習のまとめをする。	○学習のめあてを確認できるようにする。	・学習のめあてを振り返ることができる。(思)
	7. 整理運動をする。 8. 用具の片付けをする。	○協力して、安全に片付けることができるようとする。	・協力して、安全に片付けようとしている。(態)

