

# 体育科学習指導案

1. 日 時 平成 27 年 11 月 2 日（金）第 6 校時（14 時 50 分～15 時 35 分）

2. 学年・組 第 3 学年 1 組（39 名）

3. 場 所 体育館

4. 単 元 名 「レッツ開脚とび」

## 5. 学習のねらい

○基本的な支持跳び越しができるようにする。（技能）

○運動に進んで取り組み、きまりを守り仲良く運動したり、場や器械・器具の安全に気を付けたりすることができるようにする。（態度）

○自己の能力に適した課題をもち、技ができるようにするための活動を工夫できるようにする。  
（思考・判断）

## 6. 指導にあたって

### (1) 領域から見た運動の特性

本学年の児童は運動への関心は高く、多くが遊放時にドッジボール・鉄棒・コンビネーション遊具・竹馬等の遊びを楽しんでおり、運動場で活発な姿を見せけている。鉄棒運動では、さらに学習意欲を高めるためにいろいろな技を紹介した「鉄棒カード」を提示したり、単元の最後に発表会をしたりした。児童は、具体的なめあてをもって学習し、個々のめあてを達成できたので成就感を味わうことができたと考えられる。

跳び箱運動については、事前調査から「好き」「どちらかというと好き」と答えた児童が 28 名、「きらい」「どちらかというときらい」と答えた児童が 11 名いた。「好き」の理由としては、「跳べるようになったから」「跳べると気持ちいいから」などが挙げられる。「きらい」の理由としては、「おちたらこわいから」「跳べないから」と答えている。

跳び箱運動を学習するにあたって、子どもたちは「跳び箱を跳べるようになりたい」「高い段を跳びたい」という意欲をもっている。しかし、跳び箱の経験が少ないため、技に挑戦したり、達成する喜びを味わう機会が少ない児童もいる。

小学校の跳び箱運動は、助走→踏切→着手→跳び越し→着地の「切り返し系」と助走→踏切→着手→回転→着地の「回転系」の 2 系統に分けられている。子どもたちは、ある程度の高さのある跳び箱を跳び越すことに喜びを感じたり、難しい場や技に挑戦したり、できる技をより美しく洗練したりすることに喜びを感じる。また、「できた」がはっきりしているので、「できた」楽しさや喜びに触れさせるようスモールステップを工夫することができる教材である。また、個人的な運動ではあるが、ペアやグループで学習を進めていくことにより、仲間と関わり合いながら動きのコツやポイントをつかみ、技の習得や発展につなげていくことができる。

跳び箱運動は生活経験の差や個人の特徴によって個人差が出やすいので、児童一人一人が、進んで個々に応じた学習の進め方できるように配慮することが大切な運動である。

### (2) 学習指導と評価の在り方

欲求や能力の個人差が大きい児童一人一人が、進んで学習に取り組む、跳び箱運動の特性に触れ

る楽しさや喜びを味わうことができるようにしたい。技に関連した易しい運動遊びを取り入れたり、易しい場や条件のもとで段階的に取り組めるようにしたりする。

開脚跳びの指導について、易しい場や動きを取り入れながら、子どもたちに「できた」を経験させながら取り組ませたい。また、1時間の学習展開の中で、練習の場を2つにし、活動時間の確保や個々の動きを把握しやすいようにする。指導と評価計画については、全6時間「はじめ」「なか」「まとめ」として取り組む。

学習指導過程の「はじめ」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」の仕方やめあてのもち方、ルール、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したい。毎時間の授業の始めに、跳び箱運動の基本となる両手で身体を支えたり腰を上げたりすることにより、両足踏み切り、支持感覚、肩を支点とした体重移動、体の投げ出しなど様々な感覚を楽しみながら身につける「感覚づくりの運動」を行うようにする。

「なか」の段階では、跳び箱を使って、「段差をつけた跳び箱の上で開脚跳び」を活動1で行い、活動2の開脚跳びに取り組む。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身に付けることができるようにする。

活動1では、段差をつけた跳び箱2台を縦に連結させる。「1・2・3」と友達の動きにかけ声を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見たり、リズムを意識したりできるようにする。また、安全を確認してから手を挙げ「行きます」の声をかけてから始めるようにする。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する。友達が終わった時には拍手をすることにより、友達のよいところを認める気持ちが育つようにするとともに、自信がもてるようにしたい。

活動2では、跳び箱を1台にして開脚跳びをする。跳び箱は段数を変えて設置するが、「高い跳び箱を跳べた」ではなく、「ピタッと着地ができた」という意識を大事にしたい。跳び箱を跳び越せるようになると、「より高い跳び箱に挑戦したい」という意識になる児童が多いが、踏み切り・着手・着地のうち、着地をおろそかにしてしまう児童が多いからである。その際、体操競技でも着地はとても大切であることも伝えたい。活動1でも行ったように見る人を役割分担して、踏み切り・着手・着地をと、視点を絞って見るように伝える。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する。

指導者は、十分に安全面を配慮し、自分でできる児童以外は直接の補助を行っていく。少しずつ支える力を抜いていき、最終的には補助するふりをして触らずに一人で跳べるようにしたい。

「まとめ」では、今までに学習した自分に合った場で開脚跳びができるようにす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として発表会を行い、お互いのよい動きを賞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。学習カードの記載内容については、学習全般の運動に対する心情面の把握の一助として、また、言語活動が活発に行われているかどうかの分析材料として扱うこととする。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。

単元全体を通して、跳び箱運動が楽しくなったり、できない子ができるようになったりすること

で、跳び箱運動がきらいという子を減らしたい。さらに、できる子ができない子の苦しみや悩みを知り、本気になって動きのコツを教えていく。コツを共有することでお互いの関係をより深いものにしていくと考える。今後の動向にも期待しながら学習を進めていけるようにしたい。

### (3) 器械運動の観点別評価規準

技能	態度	思考・判断
マット運動、鉄棒運動、跳び箱運動の特性に応じた簡単な技ができる。	運動に進んで取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、場や器械・器具の安全に気を配ったりしようとしている。	自分の力に合っためあてをもっている。

### (4) 跳び箱運動の観点別評価規準

技能	態度	思考・判断
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 感覚づくりの運動ができる。</li> <li>・ 基本的な支持跳び越し技（開脚跳び）ができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 跳び箱運動に進んで取り組みようとしている。</li> <li>・ きまりを守り、友達と励まし合って運動しようとしている。</li> <li>・ 器械・器具の準備や片付けを友達と一緒にしようとしている。</li> <li>・ 安全に気を付けながら運動しようとしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 基本的な技の練習の仕方を知り、自分の力に応じた練習方法や練習の場を選んでいる。</li> <li>・ 基本的な技の動きやポイントを知り、自分の力に合った課題を選んでいる。</li> </ul>

## 8. 本時の学習（5／6）

### (1)ねらい

- 基本的な支持跳び越し技（開脚跳び）ができるようにする。（技能）
- きまりを守り、友達と励まし合って運動ができるようにする。（態度）
- ◎基本的な技の動きやポイントを知り、自分の力に合った課題を選べるようにする。

（思考・判断）

### (2)展開

学 習 活 動	指導者の働きかけ	評価
1. 準備運動を行う。	○簡単なストレッチができるようにする。	・動かす部位を意識しながらストレッチすることができる。（思）
2. 感覚づくりの運動をする。	○易しい運動を行い、開脚跳びの基礎・基本的な動きや感覚（両足踏み切り・着手など）を身に付けることができるようにする。	・感覚づくりの運動ができる。（技）
3. 本時の学習課題や進め方について知る。	○めあてと進め方について確認できるようにする。	・めあてと進め方について理解することができる。（思）
4. 跳び箱運動をする。 ○活動1（跳び箱2連結） ・助走なしの開脚跳び ○活動2（跳び箱1台） ・開脚跳びをする。	○動きのポイントを教え合いながら、進んで学習できるようにする。 ○グループを回り、それぞれの動きに合わせた具体的なポイントについて助言したり、補助をしたりする。 ○自分の力に合わせた課題を選び、助け合いながら練習できるようにする。	・動きのポイントを意識しながら進んで運動することができる。（態） ・約束を守り、友達と助け合って技の練習をしようとしている。（態） 自分の力に合った課題を選んで練習できる。（思）
5. 学習のまとめをする。	○互いの技の伸びやよさを見合い、認め合うことができるようにする。	・協力して片付けることができる。（態）
6. 整理運動・片付けをする。	○できた技やつまずきのある動きについて話し合い、教え合うことができるようにする。 ○友達のよい所に気付くことができるようにする。 ○協力して安全に片付けができるようにする。	

