

# 体育科学習指導案

平成〇〇年〇月〇日（〇）第〇校時（体育館）4年〇組 指導者 〇〇 〇〇

## I 単元 跳び箱運動

## II 考察

### 1 教材観

#### (1) 育成を目指す資質・能力の三つの柱

##### ③学びに向かう力・人間性等

互いに励まし合い、安全に気を付けながら、かかえ込み跳び、大きな台上前転に進んで取り組む態度

##### ①知識・技能

かかえ込み跳び、大きな台上前転の行い方についての知識や、かかえ込み跳び、大きな台上前転の技能

##### ②思考力・判断力・表現力等

かかえ込み跳び、大きな台上前転に向けた運動課題を見付ける力や練習方法を選ぶ力

#### (2) 学習内容：学習指導要領上の位置付け

### B 器械運動

- (1) 次の運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、その技を身に付けること。  
ウ 跳び箱運動では、繰り返し系や回転系の基本的な技をすること。
- (2) 自己の能力に適した課題を見付け、技ができるようになるための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えること。
- (3) 運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲良く運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や器械・器具の安全に気を付けたりすること。

#### (3) 本単元の価値

本単元は、「4の〇跳び箱演技会」に向け、跳び箱運動のかかえ込み跳び、大きな台上前転に取り組む学習である。その価値は以下のとおりである。

跳び箱運動は、跳び箱を跳び越えたり、跳び箱の上を回ったりするなど、非日常的な動きに取り組む中で、それらを達成することに面白さや楽しさの中心がある。また、易しい条件からより困難な条件の基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を感じることもできる。さらに、「4の〇跳び箱演技会」に向け、友だちと動きを見合い、かかえ込み跳び、大きな台上前転の出来映えを披露する中で満足感を得ることができる。

本単元で取り組む動きは、踏み切りや着手、空中姿勢や着地など、局面ごとの動きが明確であるため、互いの動きを見たり、演示と比べたりすることで、それぞれの動きのポイントを見付けることができ、そのポイントを踏まえ、自分の課題を明確にすることができる。そして、明確になった自分の課題に合った練習方法を選び、ポイントに照らして友達とアドバイスをし合いながら練習に取り組むこともできる。

かかえ込み跳びは、踏み切りから着地まで脚を閉じたまま跳び箱を跳び越すため、腕の突き放しから両膝をかかえて体全体を投げ出し、空中で上体を起こし跳び越すダイナミックな切り返しの感覚を味わうことができる。大きな台上前転は、両足で踏み切り、腕で体を支え、腰を高く上げ腰角度を開いた状態で跳び箱の上を回転し、大きな回転感覚を味わうことができる。また、かかえ込み跳びや大きな台上前転は、踏み切りや着手、空中姿勢や着地など、局面の動きを身に付けたり、それぞれの動きを一連の動きとして高めたりすることができる。

こうして身に付けたり高めたりした、腕の突き放しから体を投げ出し切り返す動きや、着手した位置よりも腰を高く上げて大きく回転する動きが、高学年の跳び箱運動における大きな開脚跳び、首はね跳びや頭はね跳びの基礎の動きとなる。

#### (4) 今後の学習

ここでの学習は、6年「跳び箱運動」で、安定した支持跳び越し技やその発展技をグループで組み合わせる学習へと発展していく。

#### 2 児童の実態及び指導方針

子どもたちは、3年「跳び箱運動」において、開脚跳び、台上前転を行ってきた。この学習の中で、明らかになった子どもたちの実態及び本単元を進めるにあたっての指導方針は、次のとおりである。

- ① 開脚跳び、台上前転の行い方を理解し、開脚跳び、台上前転ができるようになってきている。このような子どもたちが、かかえ込み跳び、大きな台上前転ができるように、かかえ込み跳び、大きな台上前転の行い方を理解できるように、全体で技の行い方を共有する活動を設定する。また、それぞれの技ができるように、手本となる子どもの動きを基に、コツを伝え合う場を設定する。
- ② 開脚跳び、台上前転の動きのポイントを踏まえ、自分の課題を見付けることができるようになってきている。このような子どもたちが、かかえ込み跳び、大きな台上前転の動きのポイントを踏まえ、自分の課題を見付け、それに合った練習方法を選ぶことができるように、課題に応じた調整可能な円シート、ラインテープ、ゴム、牛乳パックが用意された場で、繰り返し試す活動を設定する。
- ③ 跳び箱運動において、励ましの声をかけ、進んで準備や片付けに取り組んだり、友達のよい動きを認めたりすることができるようになってきている。このような子どもたちが、同じグループの友達と互いに励まし合い、協力して準備や活動に取り組んだり、友達のよい動きを認めたりすることができるように、役割分担をしたり互いの動きを見合ったりする男女混合のグループを編成する。

### Ⅲ 目標及び評価規準

#### Ⅳ 指導計画 ※Ⅲ・Ⅳについては、指導と評価の計画参照

#### Ⅴ 本時の学習

- 1 ねらい 自分の課題に合った練習方法を選び、踏み切りや着手、空中での姿勢を視聴覚化できる円シート、ラインテープ、ゴム、牛乳パックで動きを比較したり、動きの基準で動きを評価したりして繰り返し練習し、大きな台上前転ができる。
- 2 準備 ポイントを記した連続図 円シート ラインテープ ゴム 牛乳パック
- 3 展開

学習活動と子どもの意識

指導上の留意点

1 本時のめあてをつかむ

- ・前の時間は踏み切りが弱く、腰が高く上がらなかったから、踏み切りを強く踏めるようにするための練習をしたいな。
- ・練習方法を選び、繰り返し練習して、大きな台上前転ができるようになりたいな。

2 自分の課題に合った練習方法を選ぶ。

- ・踏み切り板の円シートで音ができるように踏み切ると強く踏み切ることができて、腰が高く上がりそうだな。
- ・踏み切り板の円シートで位置と音を確認できると大きな台上前転ができそうだな。

3 自分の課題に合った練習方法で大きな台上前転に取り組む。

- ・踏み切り板の円シートで音ができるように踏み切ると、強く踏み切ることができて、腰が高く上げられるようになってきたぞ。
- ・見ている友達にも踏み切り板の円シートの位置で音が鳴るように踏み切れていたと言ってもらえたよ。
- ・踏み切りの音も大きくなって、腰が上がってきたぞ。友達に動きの基準と比べてもらっても、腰角度が開いてきて、レベル1からレベル2になってきたぞ。
- ・繰り返し練習したから、強い踏み切りから腰を高く上げることができ、レベル2の大きな台上前転ができるようになったぞ。

4 本時のまとめをする。

- ・踏み切り板と円シートを使って練習したから、強く踏み切ることができ、レベル2の大きな台上前転ができるようになったぞ。
- ・次はかかえ込み跳びと大きな台上前転をもっときれいにできるようにしよう。

○自分の課題を想起できるように、前時に用いた学習プリントの記述を見返すよう促す。

○自分の課題に合った練習方法を選び、繰り返し練習して技ができるようになろうという本時の見通しをもつことができるように、本時取り組むことを問いかける。

○前時に共有した大きな台上前転のポイントを基に練習を選ぶことができるように、大きな台上前転の連続図でポイントを確認するよう促す。

○課題に合った練習方法を選ぶことができるように、円シート、ラインテープ、ゴム、牛乳パックの使い方を例示する。

○大きな台上前転の動きを比較することができるように、踏み切りや着手、空中姿勢を視聴覚化する円シート、ラインテープ、ゴム、牛乳パックを用意し、繰り返し試すよう促す。

○大きな台上前転の動きを比較することができるように、観察する人を設定し、局面毎の動きの可否を伝えるよう促す。

○動きを判断することができるように、動きの基準を提示し、評価を友達に伝えるよう促す。

○大きな台上前転ができるように、自分の課題に合った練習方法を選び、繰り返し練習に取り組んでいる子を賞賛する。

評価項目

腰を高く上げ、腰と脚の間である腰角度を開いた大きな台上前転ができる。〈行動①〉

○練習方法の妥当性と動きの出来映えを振り返ることができるように、振り返りの視点を提示して、グループ内で発表するよう促す。

○次時への見通しをもつことができるように、自分の課題に合った練習方法に取り組んでいくことを伝える。

指導と評価の計画（全7時間）

目標	互いに励まし合い、動きのポイントを踏まえ自分の課題を見付け、課題に合った練習方法を選び繰り返し練習して、かかえ込み跳び、大きな台上前転ができる。			
評価 規準	①知識・技能)かかえ込み跳び、大きな台上前転の行い方を理解し、かかえ込み跳び、大きな台上前転ができる。 ②思考力・判断力・表現力)かかえ込み跳び、大きな台上前転の動きの中で踏み切りや着手、空中姿勢のポイントを押さえ、目標とする動きと取り組んだ動きを比べ自分の課題を見付け、課題に合った練習方法を選んでいる。 ③主体的に学習に取り組む態度)グループでアドバイスし合い、安全に気を付けながら、かかえ込み跳び、大きな台上前転に取り組もうとしている。			
過程	時間	学習活動	指導上の留意点	評価項目<評価方法(観点)>
つかむ	1	○試しの跳び箱運動(技調べ)を行い、共通のめあてと自分のめあてを立てる。 ・共通のめあて 「4の○跳び箱演技会に向けて、ポイントを見付けて練習し、かかえ込み跳び、大きな台上前転がきれいにできるようになる」	○演技会に向けて自分の課題を把握し、それを基に具体的なめあてを立てられるように、技調べをして難しかったところやもっと上手にしたところを伝え合う活動を設定する。	◇かかえ込み跳び、大きな台上前転に取り組み、試した感想や自分の課題を基にした具体的なめあてを記述している。 <学習プリント③>
追求する	1	○かかえ込み跳びの動きのポイントを押さえ、自分の課題を見付ける。	○かかえ込み跳びの課題をつかむことができるように、かかえ込み跳びの動きのポイントを意識しながら繰り返し試す活動を設定する。	◇かかえ込み跳びの動きのポイントを押さえ、自分の課題を記述している。 <学習プリント②>
	1	○自分の課題に合った練習方法で、かかえ込み跳びに取り組む。	○かかえ込み跳びの動きを評価することができるように、かかえ込み跳びの動きを段階的に示した動きの基準を提示する。	◇脚を抱え込み、跳び箱を突き放したかかえ込み跳びができる。 <行動①>
	1	○大きな台上前転の動きのポイントを押さえ、自分の課題を見付ける。	○大きな台上前転の課題をつかむことができるように、大きな台上前転の動きのポイントを意識しながら繰り返し試す活動を設定する。	◇大きな台上前転の動きのポイントを押さえ、自分の課題を記述している。 <学習プリント②>
	1	<b>○自分の課題に合った練習方法で、大きな台上前転に取り組む。(本時)</b>	○大きな台上前転の動きを評価することができるように、大きな台上前転の動きを段階的に示した動きの基準を提示する。	◇腰を高く上げ、腰と脚の間である腰角度を開いた大きな台上前転ができる。 <行動①>
	1	○今までのポイントを押さえ、かかえ込み跳び、大きな台上前転に取り組む。	○かかえ込み跳び、大きな台上前転ができるように、手本となる子どもの動きを基に、コツを伝え合う場を設定する。	◇安定したかかえ込み跳び、大きな台上前転ができる。 <行動①>
まとめ	1	○「4の○跳び箱演技会」で今までのポイントを押さえ、かかえ込み跳び、大きな台上前転に取り組む、学習のまとめをする。	○かかえ込み跳び、大きな台上前転ができた満足感を味わえるように、演技会で互いの動きを見合い、感想を伝え合う活動を設定する。	◇かかえ込み跳び、大きな台上前転をしている自分や友達の動きのよさを発言したり、記述したりしている。 <発言・学習プリント③>