

体育科学習指導案（5年）

1 単元名 「走り高跳び」

2 考察

(1) 教材観

①学習内容・学習指導要領上の位置付け

・C 陸上運動

(1) 次の運動の楽しさや喜びに触れ、その技能を身に付けることができるようにする。

エ 走り高跳びでは、リズムカルな助走から踏み切って跳ぶこと。

【技能】

(2) 自己の能力に適した課題の解決の仕方、競争や記録への挑戦の仕方を工夫できるようにする。

【思考・判断】

(3) 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、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。

【態度】

②主な伸ばしたい資質・能力

・安定したはさみ跳びを行うための助走、空中動作、着地などの基本的な技能。

【技能】

・自己の能力に適した課題の解決の仕方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力。

【思考・判断】

・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力。

【関心・意欲・態度】

③そのために必要な学習活動

・児童が安定したはさみ跳びを行うための助走、空中動作、着地のコツに自ら気付き、そのコツを意識して課題解決に向けて主体的に取り組めるように活動を工夫する。

・安定したはさみ跳びの技能習得に向けたコツを基に、友達の課題解決に向けてアドバイスを伝え合うなど、対話に必要な共通の視点をもって活動を展開する。

・技能の習得とともに、運動量を確保するため、練習や話し合いの時間配分を工夫する。

④今後の学習の活用

・安定したはさみ跳びの技能は、局面ごとの基本的な技能のコツが連動していることを理解し、そのコツを意識して取り組めるようにする。

・「できない」ことを「できる」ようにするために、一つ一つの作業や方法を再確認しながら、進んで反復的に学習に取り組めるようにする。

・自他の課題に気付き、解決に向けて試行錯誤を重ねながら、思考を深め、より良く解決しているよう学習に取り組めるようにする。

・助け合いや教え合いといった他者と協働した学習活動を通して、課題の解決に向けて主体的・対話的に学習に取り組めるようにする。

(2) 児童の実態及び指導方針

①既習の学習内容や経験

・第4学年の「高跳び」では、短い助走から、踏み切り足を決めて上方に踏み切り、膝を柔らかく曲げて、足から着地する高跳びの技能習得に向けて取り組んできた。

②児童の実態および指導方針

【技能】

・本単元の学習は、はさみ跳びの技能の習得を中心に構想していく。「安定したはさみ跳び」を「リズムカルな助走から上体を起こして踏み切り、振り上げ足を高く上げ、踏み切り足（抜き足）を体に引きつけて跳び、足裏から着地する高跳び」と捉え、技能のポイントや自己の課題に気付かせ、技能のポイントを活用しながら自己や仲間の課題解決に向けて主体的・対話的に取り組ませていきたい。

・局面ごとには基本的な技能を身に付けている児童がいることは予想されるが、それらの技能を運動性を持って安定したはさみ跳びに繋げられる児童は少ないことが予想される。

- ・自ら課題の解決に向かおうとする力が全体的に弱いので、児童自身が見付けた「安定したはさみ跳びのコツ」を踏まえて児童自身で、あるいは児童同士で課題解決に向けて、取り組めるようにする。また、児童が「安定したはさみ跳びのコツ」を基にした技能の習得に向かって、見通しを持って取り組めるように、見本となる映像資料の提示とタブレットで撮影した自分の動きを比較しながら、技能を身に付けられるようにする。

【思考・判断】

- ・1学期の「マット運動」の学習では、「安定したの技のコツは何だろう。」と課題を提示し、コツの理解と技能の習得を目指して学習に取り組んだ。コツ探しの学習では、児童から出された様々な考えの中から重要なものを教師が抽出してまとめ上げ、最終的に教師から技のコツを提供する形で全員で共有した。この学習活動を通して児童は、学習カード等に示された技のコツや練習方法を基に、児童同士でアドバイスし合ったり、練習の場を選んだりすることができるようになってきた。今回の学習活動では、教師からコツを提供するのではなく、児童自身がコツを見付け、それらを共有しながら安定したはさみ跳びに必要な基本的な技能についてつかませるようにする。その際、「安定したはさみ跳びのコツは何だろう。」と課題を提示するのではなく、「足の裏で着地するはさみ跳びをするためのコツは何だろう。」と具体的なゴールイメージをもたせるように提示する。また、「安定したはさみ跳び」の習得に向けて、自分の課題や課題解決の方法を見付けたり、友達にアドバイスをしたりするための共通の視点としてもたせる。

【関心・意欲・態度】

- ・「体育の学習は楽しい」と思っている児童が多いので、おおむね体育の授業に関しては、関心を持って取り組んでいる。1学期の「マット運動」では、「コツ探し」や「自己課題」を見付けるためにタブレットPCを使用したところ、どの児童も声をかけ合って意欲的に取り組んでいたため、ICTの効果的な使い方を工夫して、児童の意欲的な学習活動を引き出していけるようにする。
- ・児童の中には、走り高跳びに自信を持ってない児童や自分の意見を進んで発表できない児童、編成の仕方によっては、意見が対立しやすい児童や学習活動に集中して取り組めなくなってしまう児童もいるので、児童同士の学び合いがスムーズに進められよう、走り高跳びに慣れている児童や不慣れな児童、男子や女子の人間関係などを十分配慮して、男女混合の班編成を行う。
- ・友達との協同的な学習の取り組み方については、児童同士で役割を決めて協力し合ったり、課題解決に向けてアドバイスし合ったりするなどし、よい取組の姿勢が見られてきている。仲間の考えや取組については、よさを伝えたり認めたりできる児童も見受けられるようになってきたが、具体的にどんところがよいのかを明確にもっている児童は少ない。共通の視点となる「安定したはさみ跳びのコツ」を基に、友達のよさについてより具体的に気付かせたい。

3 単元の目標

- ・安定したはさみ跳びをコツを意識して行うことができる。 【技能】
- ・安定したはさみ跳びのコツを基に、自分の課題に気付き、解決方法を考えたり選んだりすることができる。 【思考・判断】
- ・技能の習得に向けて、積極的に取り組もうとすることができる。また、安定したはさみ跳びのコツを基に、仲間の考えや取組のよさを認めようとするすることができる。 【関心・意欲・態度】

4 単元計画 (全6時間計画 本時は第5時)

評 価	運動の技能	①リズムカルな助走から跳ぶことができる。 ②上体を起こして踏み切り、振り上げ足を高く上げて跳ぶことができる。 ③踏み切り足(抜き足)を体に引きつけて跳び、振り上げ足から着地することができる。
	運動についての思考・判断	①安定した走り高跳びの行い方を知り、局面ごとの技能のコツを見つけることができる。 ②自分や友達の課題に気付き、課題解決に向けて解決方法を考えたり選んだりすることができる。

規 準	運動への関心・意欲・態度	①走り高跳びの技能を高めるために、運動に進んで取り組もうとしている。		②運動を行う中で分かったことを伝えたり、課題の解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組のよさを認めようとしている。			
		主な伸ばしたい資質・能力		主な学習活動	技	思	関
時 間	過 程	活用させたい知識等	思考力・表現力等				
1	課題把握	・用具の準備の仕方や置き方、片付け方 ・走り高跳びをする時の約束事 ・基礎感覚運動作りの仕方	・運動を安全に楽しく行うための方法を理解する力	①学習の進め方を知り、安全に楽しく走り高跳びをする。			①
2		・振り上げ足や肩の引き上げ方	・安定したはさみ跳びを行うための踏み切りのコツを見付ける力	②安定したはさみ跳びを行うための踏み切りのコツを考える。	②	①	
3	課題追究	・振り上げ足の引き上げ方 ・体へ抜き足の引きつけ方 ・安全な着地の仕方	・安定したはさみ跳びを行うための空中フォームと着地のコツを見付ける力	③安定したはさみ跳びを行うための空中フォームと着地のコツを考える。	③	①	
4		・リズムカルな助走のやり方	・安定したはさみ跳びを行うための助走のコツを見付ける力	④安定したはさみ跳びを行うための助走のコツを考える。	①	①	
5 本時		・これまでに見つけた安定したはさみ跳びを行うためのコツ	・自分や友達の課題に気づき、解決方法を考えたり選んだりする力	⑤これまでに考えた動きのコツを基に自分や友達の課題を見付ける。	②	②	
6	まとめ	・安定したはさみ跳びの行い方やコツ	・友達の動きを見て、よさや頑張り伝える力	⑥今までに見つけたコツを生かして最高記録に挑戦する。	① ② ③		

5 本時の展開（5／6）

(1)ねらい 安定したはさみ跳びのコツを基に自分や友達の課題に気付くことができる。

(2)準備 (教師) 支柱、土台、ゴムひも、バー、マット、鈴、目玉クリップ、拡大図、踏み切り板、プロジェクター、タブレットPC
(児童) 学習カード、筆記用具

(3)展開

学習活動 予想される児童の反応	時間	教師の指導、支援及び留意点 (◇は評価 ◎は努力を要する児童への支援)
1 準備運動及び感覚づくりの運動を行う。 ・ストレッチ ・感覚づくりの運動		○ケガの防止につながるように、体の各部位（特に、首と手首）のストレッチを十分に行う。 ○走り高跳び運動で必要な運動感覚や筋力を身に付けることができるよう感覚づくりの

<p>2 前時までにまとめた「安定したはさみ跳び」のコツを見本動画で確認しながら共有する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・リズムカルな助走から踏み切る ・振り上げ足を高く上げる ・抜き足を体に引きつけながら跳ぶ <p>3 本時のめあてをつかむ。【めあての設定】</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>安定したはさみ跳びのコツを基に、自分や友達の課題を見つけよう</p> </div>	10分	<p>運動を行う。</p> <p>○児童が安定したはさみ跳びの行い方のコツを想起しやすいように見本となる動画を見せる。</p>
<p>4 共有したコツを視点に、自分や友達の課題を見付ける。 【主・対】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・リズムカルな助走ができていますか？ ・振り上げ足を高く上げているか？ ・抜き足を体に引きつけて跳んでいるか？ 	17分	<p>○共有したコツを基に、児童同士で動きの様子を伝え合ったり、アドバイスし合ったりして課題を見付けられるように伝える。</p> <p>○各グループに1台タブレットPCを渡しておき、必要に応じて活用できるようにする。</p> <p>○活動中は、見本動画を連続再生させておき、理想の動きのイメージをいつでも確認できるようにしておく。</p> <p>○全グループの様子を見取り、それぞれの取組の把握に努める。</p>
<p>5 本時のめあてについて振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・めあて「安定したはさみ跳びのコツを基に、自分や友達の課題を見つけよう」について振り返る。 <p>「リズムカルな助走がしたい。」 「もっと振り上げ足を高く上げたいな。」 「踏み切り足（抜き足）の引きつけが足りないな。」</p> <p style="text-align: right;">【学びの自覚】</p>	8分	<p>○本時の学習の成果を実感することができるように、「今日の分かった・できた」を学習カードに記入する。</p> <p>○めあてに対して振り返ることで、安定したはさみ跳びを行うためのコツを基に、自分の課題が具体的に自覚できるようにする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>◇安定したはさみ跳びのコツを基に、自分や友達の課題を見付けることができる。（観察、学習カード）【思考・判断】</p> </div>
<p>6 自分の課題に応じた場で練習するとともに次時への学習の見通しを持つ。</p> <p>「フラフープを使うと助走のリズムがイメージしやすいな」 「ゴム紐をななめにして練習すれば、振り上げ足の感覚がつかめそうだな」 「ゴム紐を平行にすると、踏み切り足（抜き足）に意識がしやすいな」</p>	10分	<p>○課題に沿った練習の場を示した学習カードを確認しながら、児童が自分の課題の追究に取り組めるよう助言する。</p> <p>◎練習の場が適切に選択できていない児童へは、教師が本人の映像や振り返りの記述を基に、児童の実態に応じた場で課題の追究に取り組めるよう助言する。</p> <p>○撮影は、児童の運動時間を十分に確保することができるよう、各自の課題に沿って見るべきポイントを絞って行わせる。</p> <p>○どうすれば解決できそうか次時の取組への意欲付けを図るとともに見通しをもたせる。</p>