

体育科学習指導案

2019年6月7日（金）学習指導Ⅱ（体育館）6年2組 指導者

I 単元 飛び箱運動

II 考察

1 教材観

(1) 育成を目指す資質・能力の三つの柱

①知識及び技能

かかえ込み跳びや伸膝台上前転，首はね跳びや頭はね跳びの行い方 についての知識や，かかえ込み跳び，伸膝台上前転，首はね跳び，はね跳びの技能

②思考力，判断力，表現力等

かかえ込み跳びや伸膝台上前転，首はね跳びや頭はね跳びにおける自己の課題を見付ける力，練習方法を選ぶ力，考えたことを伝える力

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，かかえ込み跳びや伸膝台上前転，首はね跳びや頭はね跳びに積極的に取り組む態度

(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を味わい，その行い方を理解するとともに，その技を身に付けること。

ウ 飛び箱運動では，切り返し系や回転系の基本的な技を安定して行ったり，その発展技を行ったりすること。

(2) 自己の能力に適した課題の解決の仕方や技の組み合わせ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こと。

(3) 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こと。

(3) 単元の価値

本単元は，「6の2飛び箱発表会」に向け，かかえ込み跳びや伸膝台上前転，首はね跳びや頭はね跳びに取り組む学習である。その価値は以下のとおりである。

飛び箱運動は，腕で体を切り返して跳んだり，飛び箱の上で頭をついて回ったりするなど，非日常的な動きに取り組む中で，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感じることができる。また，飛び箱の縦横の向きを変えたり，段数を高くしたりするなど，易しい条件から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ことに達成感を感じることもできる。

本単元で取り組むかかえ込み跳びや伸膝台上前転，首はね跳びや頭はね跳びは，助走，踏切り，空中姿勢，着地という局面ごとの動きが明確であるため，自己の動きと連続図や演示といっ

た目標とする動きを比べることにより、自己の課題を見いだすことができる。そして、見いだした自己の課題に応じた練習方法を選び、友達とアドバイスをし合いながら練習に取り組むことができる。さらに、「6の2跳び箱発表会」というクライマックスイベントを「つかむ」過程で知り、技の出来映えを披露するという目標をもつことで、互いに励まし合い、かかえ込み跳びや伸膝台上前転、首はね跳びや頭はね跳びに積極的に取り組むことができる。

かかえ込み跳びは、踏切りから着地まで足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て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。伸膝台上前転は、両足で踏み切り、腕で体を支え、腰を高く上げて跳び箱の上を回転するため、スピードのある回転感覚を味わうことができる。首はね跳びや頭はね跳びは、首や頭頂部を支点として、体を支え、前方に回転し、体を反らせながら跳ね起きるため、足を跳ね上げる感覚を味わうことができる。

本単元を通して身に付けた、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回転する動き、首や頭頂部を支点に体を反らせて跳ね起きる動きは、今後学習する跳び箱運動の開脚伸身跳びや前方屈腕倒立回転跳びの基礎の動きとなる。

(4) 今後の学習

ここでの学習は、中学校第1学年及び第2学年「跳び箱運動」で、切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行う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、5年「マット運動」において、伸膝後転や跳び前転をする学習をしてきた。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 伸膝後転や跳び前転の行い方を理解し、技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、かかえ込み跳びや伸膝台上前転、首はね跳びや頭はね跳びの行い方を理解し、技ができるよう、動きの連続図を用意したり、基礎的な感覚づくりを毎時間設定したりする。
- ② 伸膝後転や跳び前転の動きのポイントを踏まえ、自己の課題に応じた練習方法を選べるようになってきている。このような子どもたちが、かかえ込み跳びや伸膝台上前転、首はね跳びや頭はね跳びの動きのポイントを踏まえ、自己の課題に応じた練習方法を選べるよう、ケンステップや発泡ポリエチレンバー、ゴムひもといった調整可能な複数の教具を用意する。
- ③ マット運動において、協力して活動に取り組み、友達を補助したり、友達のよい動きを認めたりできるようになってきている。このような子どもたちが、跳び箱運動において友達を補助したり、友達のよい動きを認めたりできるよう、単元を通して、体格差の少ない4人を基本とする少人数のグループを編制する。

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（5／8時間目）

- 1 ねらい 助走，着手，空中姿勢，着地の局面における自己の課題に応じた練習方法を選び，繰り返し練習することを通して，伸膝台上前転ができる。
- 2 準備 「つかむ」過程で作成した模造紙 ケンステップ 発泡ポリエチレンバー ゴムひも
課題に応じた練習方法をまとめた図 タブレットPC

3 展 開

学習活動と子どもの意識	指導上の留意点
<p>1 本時のめあてをつかむ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・伸膝台上前転ができるようになりたいな。 ・前の時間に見付けた自分の課題に合った練習方法を選んで練習していけば、伸膝台上前転ができそうだな。 	<p>○自己の課題に応じた練習方法で伸膝台上前転ができるようにするという学習への見通しをもてるよう、「つかむ」過程で作成した模造紙を提示し、本時にできるようになりたい技や学び方を問いかける。</p>
<p>めあて「自分に合った練習方法を選んで練習して、伸膝台上前転ができるようになるろう」</p>	
<p>2 自己の課題に応じた練習方法で伸膝台上前転に取り組む。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・私の課題は、腰を高く上げることと回転の後半で足が曲がってしまうことだったな。友達は、勢いよく踏み切ることだね。 ・発泡ポリエチレンバーを使って、腰を高く上げる練習をしよう。 ・ゴムひもを使うと足が曲がらないようにできそうだな。 ・発泡ポリエチレンバーで練習したら友達が腰が上がってきたと言ってくれたよ。 ・動画を見ると、腰を高く上げることはできるようになったことが分かったぞ。でも、回転の最後の方で足が曲がっているな。 ・課題を、腰を高く上げることから足を最後まで曲げないことに変えよう。足を最後まで曲げないようにするために、ゴムひもを使う練習をやってみよう。 ・ゴムひもを使って繰り返し練習したら足が伸びたぞ。動画で確認しても伸膝台上前転ができるようになったことが分かるな。 	<p>○互いの課題を把握した上で、課題の解決策を考えられるよう、前時見付けた課題をグループ内で共有するよう促す。</p> <p>○伸膝台上前転の自己の課題に応じた練習方法を選べるよう、ケンステップ、発泡ポリエチレンバー、ゴムひもを使った局面ごとの課題に応じた練習方法をまとめた図を提示する。</p> <p>○伸膝台上前転の動きの変化や高まりに気付けるよう、観察する人の役割を設定し、観察して気付いたことを友達に伝えるよう促す。</p> <p>○自己の課題の達成度合を判断できるよう、伸膝台上前転の動きのポイントを確認し、タブレットPCで撮影した動画と目標とする動きを比較するよう促す。</p> <p>○自己の課題に応じた練習方法に取り組んでいることを自覚できるよう、取り組んでいる練習方法を選んだ理由を問いかける。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center;">評価項目</p> <p style="text-align: center;">足を伸ばして台上前転をしている。</p> <p style="text-align: right;"><行動①></p> </div>
<p>3 本時のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・発泡ポリエチレンバーを使って腰を上げたり、ゴムひもに足が触れるようにしたりしたら、伸膝台上前転ができたぞ。 ・次は、首はね跳びと頭はね跳びをやってみたり、友達の動きを見たりして動きのポイントを見付けたいな。 	<p>○動きの出来映えと練習方法のよさを実感できるよう、「できるようになった動き」「よかった練習方法やアドバイス」という振り返りの視点を提示する。</p> <p>○次時への見通しをもてるよう、「つかむ」過程で作成した模造紙を提示し、次時に取り組みたい技や学び方を問いかける。</p>

指導と評価の計画（全8時間）

目標	グループで協力し、自己の課題に応じた練習方法を選んだり、教え合ったりしながら、かかえ込み跳びや伸膝台上前転、首はね跳びや頭はね跳びができる。			
評価規準	(①知識及び技能)かかえ込み跳びや伸膝台上前転、首はね跳びや頭はね跳びの行い方を理解したり、かかえ込み跳びや伸膝台上前転、首はね跳びや頭はね跳びができる。 (②思考力、判断力、表現力等)動きのポイントを見付けたり、自己の課題に応じた練習方法を選んだり、課題の解決のために考えたことを友達に伝えたりしている。 (③主体的に学習に取り組む態度)互いに協力して安全に気を付けるとともに、粘り強く跳び箱運動をしようとしている。			
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	○跳び箱運動の技調べをして、共通のめあてと自分のめあてをつかむ。 ・共通のめあて 「6の2跳び箱発表会に向けて、動きのポイントを見付け、友達と協力しながら、新しい技をできるようにしよう」	○跳び箱運動で取り組んでいく動きや学び方の見通しをもてるよう、「できるようにになりたい動き」、「学び方」、「楽しく安全に運動するためにできること」という視点を提示する。	◇できるようにになりたい技や課題に合った練習をする、粘り強く跳び箱運動を行うなどの具体的な自分のめあてを立てている。 <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基に、自己の課題を見いだす。	○かかえ込み跳びの動きのポイントを見付けられるよう、「助走のスピード」「着手の位置」という観点を示す。	◇助走のスピードを生かし強く踏み切る、跳び箱の奥の方に着手するといった動きのポイントを記述したり、発言したりしている。 <学習プリント・発言②>
	1	○かかえ込み跳びの動きのポイントを踏まえて、かかえ込み跳びに挑戦する。	○かかえ込み跳びにおける自己の課題に応じた練習方法を選べるよう、高さの異なる練習の場を設定する。	◇足をかかえ込んで、跳び箱を跳び越すことができる。 <行動①>
	1	○伸膝台上前転の動きのポイントを基に、自己の課題を見いだす。	○伸膝台上前転の動きのポイントを見付けられるよう、「足の伸び」「腰の高さ」という観点を示す。	◇足を伸ばして、腰を跳び箱より高く上げるといった動きのポイントを記述したり、発言したりしている。 <学習プリント・発言②>
	1	○伸膝台上前転の動きのポイントを踏まえて、伸膝台上前転に挑戦する。(本時)	○伸膝台上前転における自己の課題に応じた練習方法を選べるよう、ケンステップや発泡ポリエチレンバー、ゴムひもといった教具を用意する。	◇足を伸ばして台上前転をしている。 <行動①>
	1	○首はね跳びや頭はね跳びの動きのポイントを基に、自己の課題を見いだす。	○首はね跳びや頭はね跳びの動きのポイントを見付けられるよう、「跳び箱につく体の部分」「はねるタイミング」の観点を示す。	◇足が頭上を通過した際にはね上げるといった動きのポイントを記述したり、発言したりしている。 <学習プリント・発言②>
	1	○首はね跳びや頭はね跳びの動きのポイントを踏まえて首はね跳びや頭はね跳びに挑戦する。	○首はね跳びや頭はね跳びができるよう、技ができるようになるまでの過程を段階的にまとめたステップアップ表を用意する。	◇ステージや跳び箱から首や頭頂部を支点に回転し、足から着地できる。 <行動①>
まとめ	1	○「6の2跳び箱発表会」で今までの動きのポイントを踏まえた跳び箱運動に挑戦し、学習のまとめをする。	○跳び箱運動における学習の成果を実感できるよう、「できるようになった動き」「よかった練習方法やアドバイス」「自分や友達のがんばっていたこと」という振り返りの視点を提示する。	◇跳び箱運動に対する自分や友達のがんばりに気付いたり、動きのよさを認めたりしたことを記述している。 <学習プリント③>