

# 体育科学習指導案

指導者 広島市立観音小学校教諭 河野 乃吏子

1 日時 令和3年11月13日(土) 第2校時 10時10分～10時55分

2 学年 第3学年1組(男子15名 女子14名 計29名)

3 単元名 「跳び箱運動 ～跳び箱モンスターをたおそう!～」

## 4 授業づくりの考え方

### 単元の捉え方

跳び箱運動は、跳び箱上に支持し、回転方向を切り替えて跳び越す技の繰り返し系と跳び箱上を回転しながら跳び越す技の回転系に大きく分かれている運動である。中学年では、繰り返し系の開脚跳び、回転系は、台上前転、首はね跳びの学習を行う。技の「できた」「できない」がはっきりとする運動のため、技ができたときは楽しさや喜びを味わうことができる運動である。跳び箱運動は、一人で技を行うがグループで課題に取り組むことで、協働心が生まれ、運動が苦手な児童も前向きに取り組みやすい活動である。高学年では、かかえ込み跳び、伸膝台上前転、頭はね跳びの学習につながる。

### 児童の実態

本学級の児童は、運動のコツが分かれば意欲的に取り組む児童が多い。特に、グループで活動するとコツを自然と伝え合うことができている。事前アンケートにおいて、「体育は好きですか」という項目では、肯定的な回答をした児童は82%だった。また、「台上前転がどうやったらできるようになるか、知りたいですか」という項目では、肯定的回答は79%という結果から運動をすることに苦手意識をもっている児童や、学習へ前向きに捉えることが難しい児童もいることが分かる。苦手意識がある児童でも取り組みやすい易しい場づくりやオノマトペで体の動かし方をイメージしやすくする活動を取り入れていきたい。また、前転に対して恐怖心をもっている児童もいるので、スモールステップで取り組むことができる場を用意していきたい。

### 何ができるようになるか(めざす児童の姿)

オノマトペで運動課題のイメージをつかみ、技の美しさを追究することができる子

### 何を学ぶか(指導内容の明確化)

三年生では、跳び箱運動の開脚跳びや台上前転の技を身に付けさせたい。二つの技に共通している運動課題は両足踏み切り、着手、両足着地であり、この一連の動きを安定して行うことが必要である。特に、助走からの両足踏み切りをすることで段が高くなっても技を行うことができると考える。そのため、単元を通して、助走からの両足踏み切りを身に付けることが大切だと考える。付け加えて、開脚跳びでは、跳び箱の突き放しを行うことで体重移動ができるようになり跳び越すことができる。台上前転では、台の上での回転感覚をつかむことや踏み切り時に腰を高く上げることでまっすぐに回転することができる。

腰を高く上げるには助走からの踏み切りをスムーズに行うことがポイントだと捉える。踏み込み足を確認させたり、スタート位置を考えさせたりすることで助走からの踏み切りへつなげていきたい。

### どのように学ぶか(学習過程の工夫)

跳び箱運動の運動課題を言葉で伝えてもできない児童にとってはイメージをつかみにくいと考える。そこで、運動課題を三局面(踏み切り、空中動作、着地)に分けてオノマトペで表現することによって、運動感覚をイメージしやすくする。跳び箱運動の一連の動作を阻害する最大要因は恐怖心であると考えており、それを払拭するため、跳び箱の高さに慣れる運動遊びの活動を取り入れ、跳び箱の高さや跳び越すことへの恐怖心を減らす。また本単元に意欲的に取り組むことができるための手立てとして、単元を通して、跳び箱モンスターを倒そうという目標を立て、その目標を達成するために、易しい場を用意し、モンスターの特徴からどのようにしたら勝つことができるのかを考えさせる活動を仕組む。これにより一連の動作を分解したそれぞれの運動課題を身に付けさせることも狙う。最後に単元のまとめとして、T-1グランプリ(跳び箱グランプリ)を行い、技ができるように意欲を高めさせる。

5 単元の目標と評価規準

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
単元目標	開脚跳びや台上前転の行い方を知り、その技を身に付けることができる。	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ができる。	運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができる。
評価規準	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 開脚跳びの行い方を理解している。</li> <li>② 台上前転の行い方を理解している。</li> <li>③ 助走からの両足踏み切りや両足着地をすることができる。</li> <li>④ 腰の位置を高く保って着手し、前方に回転して着地することができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 自分の能力に適した運動課題を見付けている。</li> <li>② 開脚跳びができるようになるために練習する場を選んで活動することができる。</li> <li>③ 腰を高く上げるためにどのような踏み切りをすればよいか考えることができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 跳び箱運動に進んで取り組むことができる。</li> <li>② きまりを守り誰とでも仲よく運動することができる。</li> <li>③ 友達の考えを認めることができる。</li> <li>④ 場や用具の安全に気を付けて運動することができる。</li> </ul>

6 指導と評価の計画（第3学年 全10時間）

次	時	学習内容・活動	指導上の留意点	評価の観点		
				知技	思判表	態度
一	1	とびとびパルクールにちょうせんしよう				
		<ul style="list-style-type: none"> <li>○ とびとびパルクールをする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 跳び箱の高さや腕支持での体重移動などに慣れさせるため、またぎ乗りやまたぎ越しなどを取り入れた動きを行う。</li> <li>○ 跳び箱運動に必要な要素を身に付けるために、馬跳びやうさぎ跳びなどの感覚運動を行う。</li> </ul>			① ②
二	2	美しい着地をして、マットモンスターをたおそう				
		<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 踏み込み足を決める。</li> <li>○ 5歩助走から両足踏み切りをする。</li> <li>○ 静かな音での着地をする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 予備踏み切りとなる足を確かめるために、壁倒立の姿勢から踏み込み足を決める。</li> <li>○ 5歩助走のスタート位置を決めるために、両足踏み切りの位置から7歩のところにスタート位置の目印を置く。</li> <li>○ 静かな音での着地を練習し、助走→踏み切り→着地を続けてできるようにする。</li> </ul>	③		④
二	3	助走からの踏み切りをして、横長モンスターをたおそう				
		<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 横向きの跳び箱で開脚跳びに挑戦する。</li> <li>○ 自分の課題を確認し、その課題に合った場で練習する。</li> <li>○ オノマトペを言いながら開脚跳びの動きを確認する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 開脚跳びのポイントを助走からの両足踏み切り、着手、着地の3局面に分けて確認する。</li> <li>○ 5つの場を用意し、自分の課題を理解して練習の場を選ぶことができるように課題となる局面をそれぞれの場に表示しておく。</li> <li>○ 開脚跳びの動作をイメージしやすくするために、同じグループの児童はオノマトペで声をかけるように伝える。</li> </ul>		①	

		にがてなところを練習して、たて長モンスターをたおそう				
	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 縦向きの跳び箱で開脚跳びをする。</li> <li>○ 自分の課題を確認し、その課題に合った場で練習する。</li> <li>○ オノマトペを言いながら開脚跳びの動きを確認する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 開脚跳びのポイントを助走からの踏み切り、着手、着地の3局面に分けて確認する。</li> <li>○ 5つの場を用意し、自分の課題を理解して練習の場を選ぶことができるように課題となる局面をそれぞれの場に表示しておく。</li> <li>○ 開脚跳びの動作をイメージしやすくするために、同じグループの児童はオノマトペで声をかけるように伝える。</li> </ul>		②	
	5	T-1 グランプリ (開脚跳び) にグループでちょうせんしよう	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ シンクロ開脚跳びを練習をする。</li> <li>○ T-1 グランプリをする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 助走、踏み切り、着手、着地を意識して練習させるために、視覚的に分かる場を用意する。</li> <li>○ 5段の跳び箱でシンクロ開脚跳びをするために、オノマトペを言いながら跳ぶことを伝える。</li> </ul>	①	③
	6	コロコロモンスターにちょうせんしよう	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ マットで前転やトントン前転をする。</li> <li>○ セーフティマットで腰を高く上げて回る。</li> <li>○ いろいろな高さの場で台上前転に挑戦する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ どのように転がればよいか考えさせ、オノマトペで表し、回転をイメージしやすくする。</li> <li>○ 腰を高く上げるイメージをもたせるために、オノマトペを言いながら前転するように伝える。</li> <li>○ いろいろな場を経験するために、挑戦した場では勇者シールをもらい、意欲へとつなげる。</li> </ul>		①
	7	美しい着地をして、ミニコロモンスターをたおそう	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 3段の跳び箱で台上前転をする。</li> <li>○ 美しい着地の仕方を確認する。</li> <li>○ 美しい着地ができていないか確認する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 後頭部を跳び箱に付けやすくするために、着手の正しい位置を確認する。</li> <li>○ 美しい着地をするためにはどのような着地の音がよいか考えさせ、動かないことを確認する。</li> <li>○ グループ内で美しい着地ができていないか確認できるように着地の音と目線に見る観点を絞る。</li> </ul>	③	
三	8 (本時)	おしりを高く上げるためには、どんなふみ切りをすればよいか考えよう	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 5段の跳び箱で台上前転をする。</li> <li>○ 踏み切りができていない児童の音を聞く。</li> <li>○ 踏み切りの位置はどこがよいか考える。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 腰を高く上げないと台上前転が美しくできないことを理解するために、腰が上がっていない台上前転を教師が行う。</li> <li>○ 腰が高く上がっている児童の踏み切りの音に着目させ、音の違いに気付かせる。</li> <li>○ 腰が高く上がる踏み切り場所を考えるために、踏み切り板と跳び箱の間に距離調節器を入れる。</li> </ul>		③
	9	おしりを高く上げて、デカコロモンスターをたおそう	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 自分の課題がどこなのかを確認する。</li> <li>○ 5段の跳び箱で台上前転を行う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 自分の課題がどこなのかを確認するために、見る視点を助走、踏み切り位置、着手に絞る。</li> <li>○ 腰を高く上げるために、オノマトペを言いながら台上前転をするように伝える。</li> </ul>	②	
	10	T-1 グランプリ (台上前転) にグループでちょうせんしよう	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ シンクロ台上前転を練習する。</li> <li>○ T-1 グランプリ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 助走、踏み切り、着手、着地を意識して練習させるために、視覚的に分かる場を用意する。</li> <li>○ グループでシンクロ台上前転をするために、オノマトペを言いながら回転するように伝える。</li> </ul>	④	③

7 授業観察のポイント

- 全ての児童が恐怖心なく台上前転に取り組むことができる場づくりになっているか。
- 腰を高く上げるための強い踏み切りは台上前転ができるために有効であったか。

8 本時の学習（8／10時間）

目標	○ 腰を高く上げるためにどのような踏み切りをすればよいか考えることができる。 【思考・判断・表現】	
学習内容・活動（・予想される児童の反応）	指導上の留意点（○指導 □支援・配慮）	評価規準（評価方法）
1 体幹体操をする。  2 本時の課題を確認する。	○ 器械運動に必要な動きを身に付けるために、基礎的な筋力をつける体操を行う。 ○ 前時よりも腰が高く上げる必然性をもたせるために、前時よりも段の高さを上げた場づくりをする。	
めあて：おしりを高く上げるためには、どんなふみ切りをすればよいか考えよう		
3 5段の跳び箱に挑戦する。 ・ 高いからしっかりおしりが上がらないと前転できないなあ ・ 5段になるとこわいなあ  4 よい踏み切りについて考える。 ○ よい踏み切りをしている児童の音を聞く。  ○ 腰が高く上がる踏み切りの場所を探す。  ○ 跳び箱と踏み切り板の間隔はどれくらいがよいか考える。  5 よいと思う踏み切りを意識して台上前転をする。  6 腰を高く上げるためにどのようなことを意識したか全体で交流する。 ・ 踏み切り板と跳び箱を少し離れた方がおしりは高く上がった ・ 踏み切りの音が大きくする 7 振り返りをする。 ○ 課題を振り返り、ワークシートに記入する。	○ 段が高くなると腰を高く上げないと台上前転ができないことを理解させるために、腰が上がっていない台上前転を教師が行う。 □ 5段の高さに恐怖心をもっている児童が取り組みやすくするために、セーフティマットの場を用意しておく。  ○ よい踏み切りとはどのような踏み切りかが分かるようにするために、踏み切りの音の大きさに着目させ、児童の気付きを引き出す。 □ どのような音かが説明できない児童にはオノマトペで感じた音を表現するように伝える。 ○ 踏み切り板のどこでジャンプをすれば腰が高く上がるかを実感させるために、踏み切り板のいろいろな位置で跳ばせよく腰が上がるところに印を付ける。 ○ 自分にあった踏み切り位置を確認するために跳び箱と踏み切り板の間に距離調節器を入れる。  ○ よいと思う踏み切り意識させるために、踏み切りに目印をつける。  ○ 腰を高くするためのポイントを整理するために、児童から意見を出させてまとめる。	○ 腰を高く上げるためにどのような踏み切りをすればよいか考えることができる。【思考・判断・表現】（ワークシート）
・ターンって踏み切ると、おしりが高く上がった。 ・助走の踏み込み足が大切だと思った。 ・踏み切りが強くできる場所で踏み切るとまっすぐ台上前転ができる。		
	○ 課題に対して考えを全体共有するために、数人に発表させる。	

