

第6学年体育科学学習指導案

日時：令和元年6月26日（水）5校時

場所：品川区立戸越小学校 体育館

対象：第6学年2組 32名

授業者：室川 瑞稀

研究テーマ

進んで運動に取り組む児童の育成

～学び合い、達成感の味わえる体育学習～

1 単元名 器械運動「跳び箱運動」

2 運動の特性

機能的特性	・いろいろな動きに楽しく取り組んで、技を身に付けたり、新しい技に挑戦したりするとき楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。
構造的特性	・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喜びや楽しさがある運動である。
効果的特性	・仲間で互いに励まし合い、助け合って、学習を進めていくと楽しい運動である。

3 単元の目標

知識及び技能	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できるようにする。
思考力・判断力・表現力等	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ができるようにする。
学びに向かう力、人間性等	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ができるようにする。

4 評価規準

	知識及び技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力、人間性等
単元の評価規準	○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できる。	○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ができる。	○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ができるようにする。
学習活動に即した評価規準	①自己の能力に適した基本的な切り返し系の技ができる。 ②自己の能力に適した基本的な回転系の技ができる。 ③自己の能力に適した発展した技ができる。	①自己の能力に適した技を選び、自己の課題を見付けている。 ②自己の能力に適した技を選び、その技の課題に応じた練習方法を選んでいる。	①技ができたり、高めたりする楽しさや喜びに触れることができるよう、進んで運動に取り組もうとしている。 ②約束を守り、友達と助け合って技を練習しようとしている。 ③運動する場を整備したり、器械・器具の安全を保持したりすることに気を配ろうとしている。

5 児童の実態・アンケート結果

事前に行ったアンケートでは、跳び箱運動は「好き・やや好き」と答えた児童が7割、「ややきらい・きらい」と答えた児童が3割であった。「ややきらい・きらい」と思う理由の多くは「こわいと感じるから」「けがをしたり、痛い思いをしたりしたことがあるから」であり、苦手な児童に対しては恐怖感をなくすための手立てを考えることが必要だと考える。

跳び箱運動において楽しいと感じる時は「技ができるようになったとき」「技のポイントが分かったとき」と回答する児童が多いことから、技のポイントを分かりやすく伝える手立てや、自分の技を認められる機会をつくる必要があると考える。また、どうしたら技ができるようになったり上手になったりすると思うかという質問に対しては「上手な人のお手本を見る」という回答が一番多く、次に「技のポイントを知る」「めあてをもって行動する」という回答が多かった。

本学級の児童は、5年生の時に跳び箱運動を学習しており、大きな開脚飛び・かかえこみとび・大きな台上前転は全ての児童が一度は挑戦をしている。これらの技が一通りできた児童は1割程度であり、その児童は首はねとびや頭はねとびの練習に取り組んでいる。練習には意欲的に取り組む児童がほとんどだが、技のポイントが分からずにただ跳び続けているという様子が多くみられた。本単元では、児童が自分たちで一つひとつのポイントを意識しながら練習できるよう、ワークシートや掲示物の工夫をする。

6 分科会提案

(1) 目指す児童の姿

- ・技のポイントを理解し、自己の能力に合った技を身に付けることができる児童（知識及び技能）
- ・自己や他者の課題を見付け、解決の方法を考えるとともに、他者に伝えることができる児童
(思考力、判断力、表現力等)
- ・友達と協力して、運動に積極的に取り組む児童（学びに向かう力、人間性等）

○個々の目指す児童の姿

- A 自己や他者の課題を見付け、自己の能力に合った技を身に付けることができる児童
- B 自己の課題を見付け、自己の能力に合った技を身に付けようとする児童
- C 自己の課題を把握し、技に取り組んでいる児童

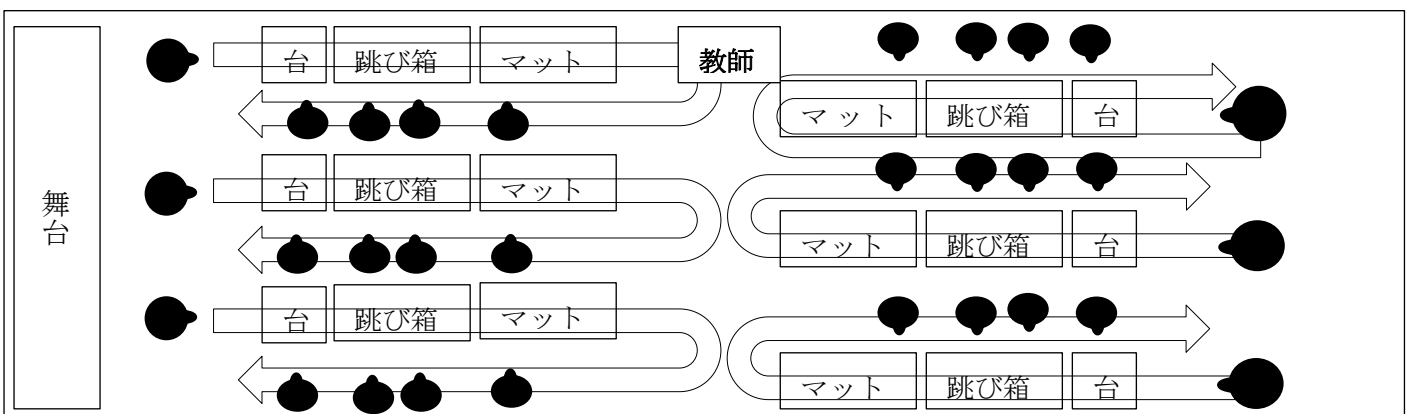
(2) 分科会が考える目指す授業に向けた手立て

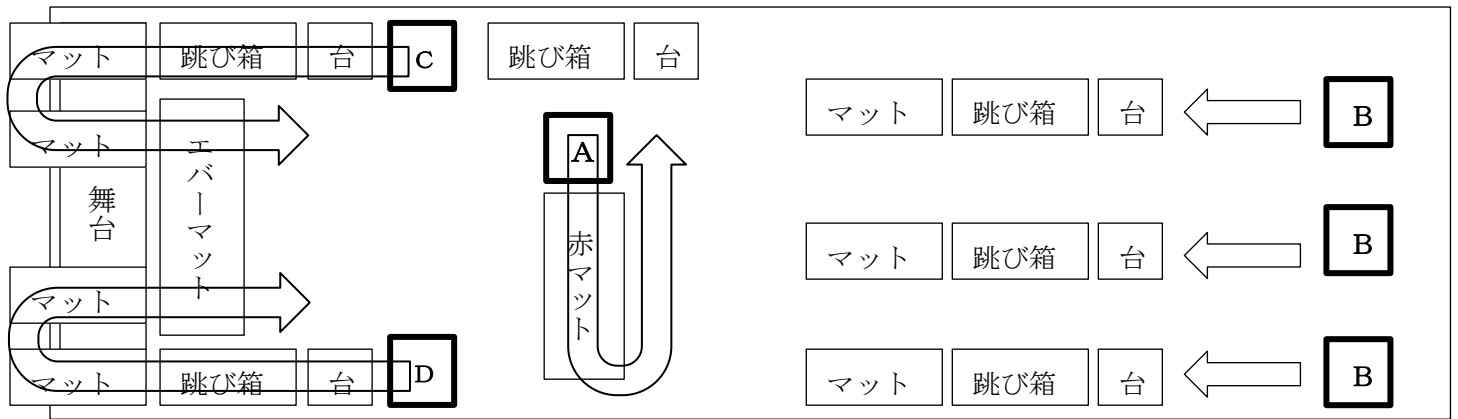
- ①子どもが楽しく学び、達成感をもてる授業に向けた手立て
- ②友達の良いところを見付け、学び合える授業に向けた手立て

①子どもが楽しく学び、達成感をもてる授業に向けた手立て

練習の場の工夫

教師が全体を見渡すことができ、それぞれができるだけ余裕をもった空間で練習できるような場を設けた。また、体育館のスペースと時間に限りがあるため、感覚作りの運動をする際の間から跳び箱を動かさずに練習に入ることができるように工夫した。





(※本時の感覚作り)

技のポイントと具体的なアドバイスの仕方

【切り返し系】

	踏み切り	着手	突き放し	着地
開脚跳び	両足をそろえて、強く踏み切る。	跳び箱の奥側に、両手で一緒に手を着く。	顔を上げて、手で強く突き放す。	膝を曲げて着地して3秒静止する。
かかえこみ跳び		跳び箱の奥側に両手で一緒に手を着く。膝を胸にすばやくギュッと引きつける。	バンと強く突き放す。	

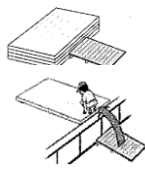
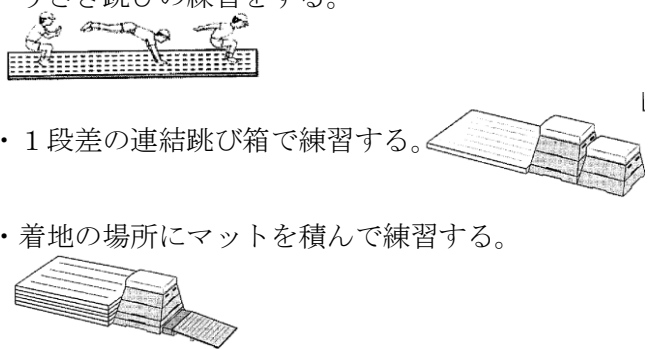
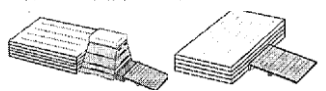
【回転系】

	踏み切り	着手	回転	着地
台上前転	両足で強く踏み切り、腰を高く上げる。	跳び箱の手前側脇に両手を着いて、しっかりと体を支える。	あごを引いて後頭部を着いて、背中を丸めて前転する。	膝を曲げて着地して3秒静止する。
伸膝台上前転		跳び箱の手前側脇に両手を着いて、しっかりと体を支え、 <u>腹の前に空間をあける。</u>	あごを引いて後頭部を着いて、背中を丸めて <u>膝を伸ばしたまま</u> 前転する。	
首はね跳び		跳び箱中央脇を両手でつかみ、しっかりと体を支え、あごを引き、膝をしっかりと伸ばして「くの字」姿勢で着手する。	力強く両手で押して空中にはねだす。	
頭はね跳び		跳び箱中央に着手し、額を着ける。	足を振り出すとともに、両手で強く突き放す。	

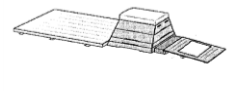
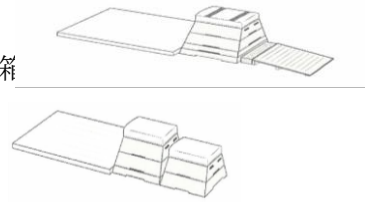
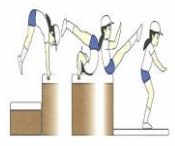
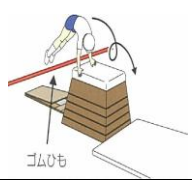

課題解決に向けた練習方法の提示

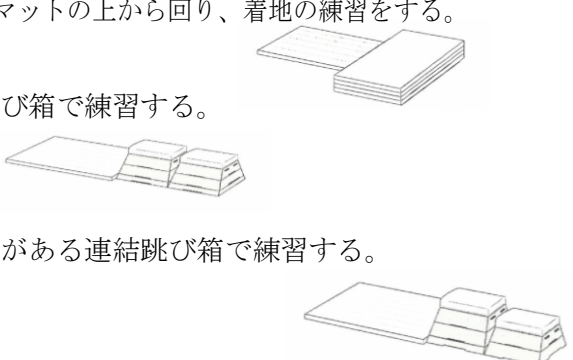
- ・児童の課題に合った練習方法を提示し、児童が互いに助け合いながら練習できるように、学習資料を作成して使えるようにする。

【かかえ込み跳び】

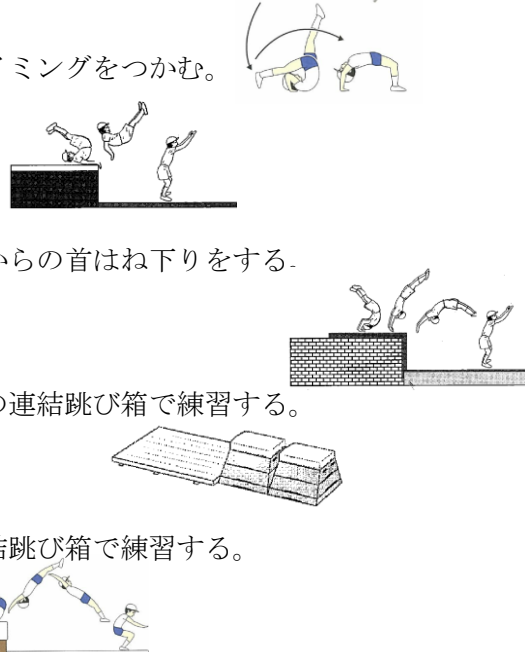

	課題の例	用具の工夫や練習方法
踏み切り	○腰が高く上がらない。 ○足が跳び箱にあたってしまう。	<ul style="list-style-type: none"> ・手を着いて重ねたマットの上に足の裏で跳び乗る。 ・手を着いてステージに跳び乗る。 
着手		
突き放し	○手の突き放しが弱い。 ○跳び箱の上に正座してしまう。 ○跳び箱を跳び越してしまう。 ○片手を離して跳び越してしまう。 ○足を横から抜いてしまう。	<ul style="list-style-type: none"> ・うさぎ跳びの練習をする。 ・1段差の連結跳び箱で練習する。 ・着地の場所にマットを積んで練習する。 
着地	○着地で頭から落ちそうでこわい。	<ul style="list-style-type: none"> ・着地の場所にマットかセーフティマットを重ねる。 

【伸膝台上前転】

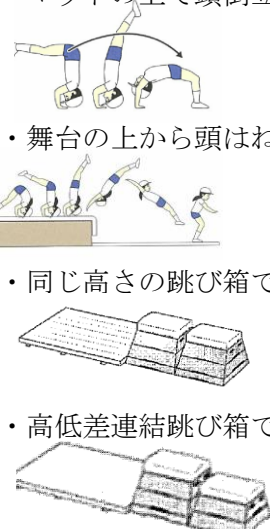
	課題の例	用具の工夫や練習方法
踏み切り	○踏み切り位置が跳び箱から遠い。	<ul style="list-style-type: none"> ・踏み切り板に目印を付け、目印とマツ 
着手	○奥に手を着いてしまう。 ○腰が高く上がらない。	<ul style="list-style-type: none"> ・テープを貼り、手前で着けるように目印を跳び箱に付ける。 ・跳び箱の左右をつかむようにさせる。 ・高低差がある連結跳び箱 
回転	○膝を伸ばして回ることができない。	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>段差連結跳び箱で練習する。</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>ゴムひもを使って練習する。</p>  <p>ゴムひも</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>跳び箱の上にマットを乗せて</p>  </div> </div>

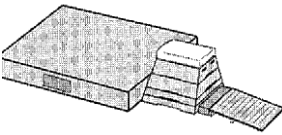
着地	○おしりから落ちてしまう。	<ul style="list-style-type: none"> 重ねたマットの上から回り、着地の練習をする。 連結跳び箱で練習する。 高低差がある連結跳び箱で練習する。 
----	---------------	---

【首はね跳び】

	課題の例	用具の工夫や練習方法
回転	<ul style="list-style-type: none"> ○はねができない。 ○手で押せない。 	<ul style="list-style-type: none"> マットの上で肩倒立からブリッジをする。 はねるタイミングをつかむ。 ステージからの首はね下りをする。 同じ高さの連結跳び箱で練習する。 高低差連結跳び箱で練習する。 
着地	○着地の時に転んでしまう。	<ul style="list-style-type: none"> 高低差連結跳び箱で練習する。 

【頭はね跳び】

	課題の例	用具の工夫や練習方法
回転	<ul style="list-style-type: none"> ○はねができない。 ○はねのタイミングがつかめない。 	<ul style="list-style-type: none"> マットの上で頭倒立からブリッジをする。 舞台の上から頭はね下りをする。 同じ高さの跳び箱で練習する。 高低差連結跳び箱で練習する。 

着地	○着地の時転んでしまう。	<ul style="list-style-type: none"> ・跳び箱からセーフティマットに着地する。 
----	--------------	---

②友達の良いところを見付け、学び合える授業に向けた手立て

学習カードの工夫

全ての技のポイントを踏み切り、着手、空中姿勢、着地の4観点に絞り、図に書かれたチェックボックスに○か△を書かせる。図を見ながら自分の技について評価することで、自己の課題が分かりやすくなり、練習に生かせるようにする。第4時や第7時では課題に合わせた練習方法をこちらから提示するが、振り返りに○がついていない部分はどのように改善すればよいのかを書かせることで、子どもからも練習方法や意識するポイントが出るように学習カードをシンプルにする。第4時や第7時に練習した後は、第2時や第3時に使った図と同じもので評価をさせ、自分の成長を目で見て確認できるようにする。

伝え合いの場の設定の工夫

1人が技に取り組む際、同じグループの4人に「踏み切り、着手、空中姿勢、着地」の4観点に分かれてチェックをさせる。次の児童が技に取り組む前に、その4人にチェックした内容を伝えてもらうという流れにすることで、全員が伝え合うことができるようにする。また、一人ひとりの技をタブレットで撮影し、それをグループ全員で見て友達の技について話し合うことで、活発に意見交流ができるようにする。

相互評価の基準の明確化

全ての技を踏み切り、着手、空中姿勢、着地の4観点に絞ることで、常に4つのポイントに気を付けて技に取り組むことができるようにする。練習の場では1つの観点につき1人、チェックする児童を決めることで、何を評価するかを分かりやすくする。また、全員が4つの観点全てを評価することができるよう、ローテーションのルールを明確にする。また、評価のポイントが分からなくなってもすぐに確認できるように、体育館の壁に大きく掲示しておく。

7 単元指導計画

時	1	2	3	4
本時の主なねらい	<ul style="list-style-type: none"> 場の準備や片付けの仕方、学習の仕方について知る。 自己の今もっている力で運動に取り組むことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 切り返し系の技のポイントを知り、運動に取り組み、自己の課題を見付けることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 切り返し系の技のポイントを知り、運動に取り組み、自己の課題を見付けることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 自己の課題に合った練習方法を選び、切り返し系の技の運動に取り組むことができる。
学習活動	1 学習の進め方を知る 2 準備運動をする			
	3 場の準備の仕方を知る。 4 場の準備をする。 5 感覚づくりの運動をする。 6 今もっている力でできる技に取り組む。 7 学習資料やタブレットの使い方、学習カードの書き方をしる。	3 場の準備をする。 4 感覚づくりの運動をする。 5 大きな開脚跳びのポイントを確認する。 6 やってみる。 7 課題を見付ける。	3 場の準備をする。 4 感覚づくりの運動をする。 5 かかえこみとびのポイントを確認する。 6 やってみる。 7 課題を見付ける。	3 場の準備をする。 4 感覚づくりの運動をする。 5 大きな開脚跳びとかかえこみとびのポイントを確認する。 6 自己の課題に合った練習方法を選んで運動する。 7 練習の成果を発表する。
	8 整理運動をする 9 学習の振り返りをする 10 片付けをする			
評価の重点	知識及び技能			①
	思考力・判断力・表現力	①	①	②
	学びに向かう力・人間性等	③		
児童の具体的な姿	<ul style="list-style-type: none"> 約束を守り、友達と助け合って技を練習しようとしている。 運動する場を整備したり、器械・器具の安全を保持したりすることに気を配っている。 	<ul style="list-style-type: none"> 大きな開脚跳びのポイントを理解している。 切り返し系の技の自分の課題を見付けることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> かかえこみとびのポイントを理解している。 切り返し系の技の自分の課題を見付けることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 自己の課題に合った練習方法を選んでいる。 自己の課題を解決するために、ICTや学習資料から改善しようとしている。 切り返し系の技ができる。
指導上の留意点	<ul style="list-style-type: none"> 安全な準備や片付けの仕方、運動の行い方について掲示資料を使いながら説明する。 見合う活動がしっかりとできるように、見ている児童の立ち位置や見ているポイントを説明する。 	<ul style="list-style-type: none"> 学習資料や映像を用いて、技のポイントを捉えさせる。 自己の動きを客観的に捉え、課題を見付けさせる。 	<ul style="list-style-type: none"> 学習資料や映像を用いて、技のポイントを捉えさせる。 自己の動きを客観的に捉え、課題を見付けさせる。 	<ul style="list-style-type: none"> 学習資料や映像を用いて、児童の課題に合った練習方法を選ばせる。 自己の課題を意識しながらできているかをグループで見合うように声をかける。

5(本時)	6	7	8
<ul style="list-style-type: none"> ・回転系の技のポイントを知り、運動に取り組み、自己の課題を見付けることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・回転系の技のポイントを知り、運動に取り組み、自己の課題を見付けることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自己の課題に合った練習方法を選び、回転系の技の運動に取り組むことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の課題にあった練習の方法を選び、技能を向上させる。
1 学習の進め方を知る 2 準備運動をする			
3 場の準備をする。 4 感覚づくりの運動をする。 5 伸膝台上前転のポイントを確認する。 6 課題を見付ける。	3 場の準備をする。 4 感覚づくりの運動をする。 5 首はね跳びのポイントを確認する。 6 課題を見付ける。	3 場の準備をする。 4 感覚づくりの運動をする。 5 伸膝台上前転と首はね跳びのポイントを確認する。 6 自己の課題に合った練習方法を選んで運動する。	3 場の準備をする。 4 感覚づくりの運動をする。 5 自己の課題に合った練習方法を選んで運動する。 6 練習の成果を発表する。
7 整理運動をする 8 学習の振り返りをする 9 片付けをする			
		②	③
①	①	②	
②			①
<ul style="list-style-type: none"> ・伸膝台上前転のポイントを理解している。 ・回転系の技の自分の課題を見付けることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・首はね跳びのポイントを理解している。 ・回転系の技の自分の課題を見付けることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自己の課題に合った練習方法を選んでいる。 ・自己の課題を解決するために、ICT や学習資料から改善しようとしている。 ・繰り返し系の技ができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自己の課題に合った練習方法を選んでいる。 ・自己の課題を解決するために、ICT や学習資料から改善しようとしている。 ・繰り返し系の技ができる。
<ul style="list-style-type: none"> ・学習資料や映像を用いて、技のポイントを捉えさせる。 ・自己の動きを客観的に捉え、課題を見付けさせる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習資料や映像を用いて、技のポイントを捉えさせる。 ・自己の動きを客観的に捉え、課題を見付けさせる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習資料や映像を用いて、児童の課題に合った練習方法を選ばせる。 ・自己の課題を意識しながらできているかをグループで見合うように声をかける。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習資料や映像をもとに、自分が取り組む技を選択させ、既習の技か発展技か、自己の力に合った技に取り組ませる。

8 本時の展開（5／8時間）

（1）本時の目標

【思考力・判断力・表現力等】自己の能力に適した技を選び、その技の課題を見付けることができる。

【学びに向かう力、人間性等】約束を守り、友達と助け合って技を練習しようとしている。

（2）展開

時間	学習活動	○指導上の留意点 ◇評価 △努力を要する児童への手立て
導入 12分	1 学習課題を確認する。 めあて 友達と協力しながら自分の課題を見付けよう。 2 準備運動・基礎となる感覚作りの運動 ・かえるの足うち 3 場の準備をする。 4 基礎となる感覚作りの運動をする。 ・腰上げ・前転 ・ステージを使った前転	○ホワイトボードを用いて、視覚的にも本時の課題を把握しやすいようにする。 ○かえるの足うちは、体よりも高い場所で足うちをするよう声かけをする。 ○それぞれの用具を用意するかを決めておき、素早く準備できるようにする。
展開 25分	5 台上前転の復習をする。 6 伸膝台上前転のポイントを確認する。 7 自己の課題を見付ける。 ・グループに分かれ、伸膝台上前転に取り組む。2回練習した後にタブレットで動画を取り合い、それぞれの課題を見付ける。時間が余った場合はそのグループのまま練習させる。	○ワークシートと映像を用いて、ポイントが分かりやすいようにする。また、台上前転との違いを確認する。 ○それぞれのグループを回り、技のポイントを意識するよう声掛けをする。 △技に対する不安や恐怖感を事前にきき、指導に生かす。 △この時間ではグループ編成を工夫し、それぞれで助け合って、課題を見付けられるようにする。次時はこれを生かし、課題別練習に取り組めるようにする。 ◇約束を守り、友達と助け合って技を練習しようとしている。【行動観察】
まとめ 8分	8 整理運動をする。 9 学習の振り返りをする。 ・本時で見つけた課題を振り返り、次時の目標を書く。 10 片付けをする。	○各グループを回り、声をかける。 △次回の目標を立てられない児童には、どのように書けばよいかアドバイスをする。 ◇自己の能力に適した技を選び、その技の課題を見付けることができる。【行動観察・ワークシート】 ○役割を決め、安全に片付けができるようにする。

（3）授業観察の視点

○課題を見付けるための手立てとしてICTの活用は適していたか。

○課題を見付けるためのグルーピングは適していたか。

※参考資料：文部科学省 学校体育実技指導資料 第10集 器械運動指導の手引
平成25年度 東京都教育研究員 小学校体育 自主報告書
東京都小学校体育研究会器械運動部資料