

第6学年 体育科 学習指導案

本時の主張

切り返し系の跳躍で突き放し動作は非常に重要な動きである。特に、かかえこみ跳びは強く突き放す動きが必要である。しかし、児童に「突き放しましょう」と言っても簡単にはできるようにならない。それは、児童がどうすれば突き放すことができるのか分からないからである。

そこで、かかえこみ跳びに挑戦する前に突き放し動作が容易なうさぎ跳びからスタートする。さらに、突き放し動作を着手位置よりも前に着地することに置き換え、児童が突き放し動作を高められるようにする。そのために、次の手立てを講じる。

①うさぎ跳びで手より前に着地することができない画像と手より前に着地することができる画像を提示し、着手位置と顔の位置に着目させて違いを問う。

②突き放し動作が容易にできたり恐怖心を和らげたりする場を設定し、自分の力に適した場で突き放し動作を行うことができるようにする。

③かかえこみ跳びができる児童がミニ先生となり、かかえこみ跳びができない児童を教える「教え合いタイム」を設定する。

これらの手立てにより、自分の能力に適した場で友だちと教え合いながら練習に取り組むことで跳び箱運動の楽しさやできるようになる喜びを味わわせたい。

1 単元名 「めざせ、跳び箱名人パートII」(B 器械運動 ウ 跳び箱運動)

2 単元の目標

- 器械・器具の準備や片付けを友達と協力して行ったり安全に気を付けたりしながら進んで練習に取り組んでいる。【態度】
- 自分の能力に適した課題を選び、その課題が解決できる練習方法や場を選ぶことができる。【思考・判断】
- 自分の能力に適した高さや向きで開脚跳び、かかえこみ跳び、台上前転ができる。【技能】

3 単元の評価規準

運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
器械・器具の準備や片付けを正しい持ち方で時間内に終えている。 ずれたマットや踏み切り板を直したりルールを守ったりして安全に気を付けて取り組んでいる	自分の能力に適した課題を選ぶことができる。 自分の課題に適した練習方法や場を選ぶことができる。	自分の能力に適した高さや向きで開脚跳びやかかえこみ跳びができる。 自分の能力に適した高さで台上前転ができる。

4 単元の指導計画 (全9時間)

- 一次 自分の能力に応じた高さや向きを選んで、踏み切り→着手→着地まで安定した開脚跳びをすることができる。(2時間)
 - ・自分の能力に応じた高さや向きで開脚跳びに挑戦する。
- 二次 自分の能力に応じたレベルでかかえこみ跳びをすることができる。(3時間)
 - ・自分の力に応じた場で練習する。
 - ・グループで教え合いながら練習する。
- 三次 自分の能力に応じたレベルで台上前転をすることができる。(3時間)
 - ・自分の力に応じた場で練習する。
 - ・グループで教え合いながら練習する。
- 四次 自分の能力に応じた跳び箱の高さや向き、跳び方を選び、友達の前で演技することができる。(1時間)
 - ・発表会をする。

5 本時の計画 (3時間目/全9時間)

(1) 本時のねらい

かかえこみ跳びについて、自分の能力に適した場で教え合いながら突き放し動作を練習することを通して、恐怖心を和らげる場をかかえこみ跳びができる。

(2) 本時の構想

【手立て1】 うさぎ跳びで手より前に着地することができない画像と手より前に着地することができる画像を提示し、着手位置と顔の位置に着目させて違いを問う。

突き放し動作が上手にできない一番の原因は、突き放しをする際に肩を前に出すことができないことである。そこで、児童に「肩を前に出すと突き放しができるようになる」という見通しをもたせる。しかし、肩を前に出すという動きは児童には分かりにくいいため、肩を前に出すのではなく「顔を前に出す」というイメージをもたせる。

最初に、突き放し動作が容易であるうさぎ跳びを行う。その際、着手位置より前に着地できるか挑戦させる。

次に、着手位置より前に着地できない画像と着手位置より前に着地できる画像を提示し、どこが違うのか問う。その際、着手位置と顔の位置に着目させる。すると、児童は、顔が前に出ていると着手位置よりも前に着地できることに気付く。その気付きをまとめとし、その後の練習の重要なポイントとする。

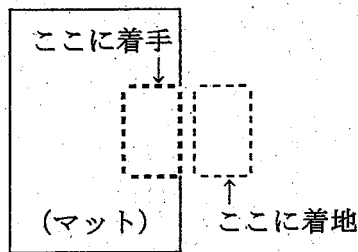
【手立て2】 突き放し動作が容易にできたり恐怖心を和らげたりする場を設定し、自分の力に適した場で突き放し動作を行うことができるようにする。

児童が突き放し動作を習得するために動きを変えようとしても思い通りに動きを変えられなかったり恐怖心をもったりすることが予想される。そこで、次の2つの場を設定する。

① マットの場

横向きのマットでうさぎ跳びをする。その際、マットの一番奥に着手をし、マットを跳び越える。

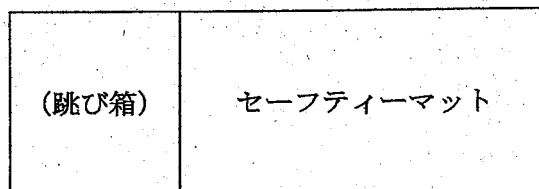
(上から)



② セーフティーマットの場

跳び箱と着地位置の高さを近くすることと着地位置をセーフティーマットにすることで恐怖心を和らげる。その状態でうさぎ跳びをする。

(横から)



児童は、①→②の順で練習に取り組む。そして、②ができたらかかえこみ跳びに挑戦する。できなかった場合は、もう一度①や②へ戻り、練習をした後に再挑戦する。

【手立て3】 かかえこみ跳びができる児童がミニ先生となり、かかえこみ跳びができない児童を教える「教え合いタイム」を設定する。

児童は、最初、全員が赤帽子でスタートする。その後、かかえこみ跳びができた児童は帽子を白に変える。

児童は白帽子を目指して練習する。途中、教え合いタイムを設定し、白帽子の児童が赤帽子の児童に教える時間を設定する。白帽子の児童は、ミニ先生となり教えることに専念する。その際、最初に同じグループの児童を教える。同じグループが全員白帽子になった場合は、他のグループの児童を教える。

教え合いタイムが終了したら、白帽子の児童は、高い跳び箱でかかえこみ跳びに挑戦する。かかえこみ跳びができない児童は、引き続き練習を行う。セーフティーマットの場ができない児童は、担任と練習する。

(3) 本時の展開

学習活動	教師の働き掛けと予想される児童の反応	■評価・○留意点
<p>○器具の準備をする。(5分)</p> <p>○準備運動をする。(2分)</p> <p>○学習課題を設定する。(5分)</p>	<p>T 1 友達と協力して準備をしましょう。</p> <p>C 1 跳び箱は印のところに置こう。</p> <p>C 2 マットは2人で持とう。</p> <p>T 2 準備運動をしましょう。</p> <p>C 3 動きが止まらないようにうさぎ跳びをしよう。</p> <p>C 4 着地と同時に手を離そう。</p> <p>T 3 うさぎ跳びを1回だけします。手よりも前に着地できるか挑戦してみましょう。</p> <p>C 5 難しいなあ。</p> <p>C 6 どうすればできるのかなあ。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p><学習課題> 手より前に着地するためにはどうすればよいか。</p> </div>	<p>○手首と足首のストレッチを入念に行う。</p> <p>○うさぎ跳びをする。</p> <p>○マットを横に置き、マットの一番奥に着手し、マットを跳び越えることができるか挑戦する。(マットの場)</p>
<p>○学習課題を解決するための見通しをもつ。(8分)</p>	<p>T 4 手より前に着地できた人のうさぎ跳びを見てみましょう。</p> <p>C 7 すごい。</p> <p>C 8 マットに手が着いている時間が短いね。</p> <p>T 5 どんなことに気を付けたらできましたか。</p> <p>C 9 腰を高く上げた。</p> <p>C 10 膝をしっかり曲げた。</p> <p>C 11 手でマットを押した。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>T 6 手より前に着地できなかったとき、手より前に着地できたときの2つの写真を見てみましょう。手の位置と顔の位置を見て気付いたことはありますか。【手立て1】</p> </div> <p>C 12 手より前に着地できるときは、顔が手よりも前に出ているよ。</p> <p>C 13 顔の位置が全然違うね。</p> <p>C 14 顔が手よりずっと前にあるよ。</p> <p>T 7 友達の見聞を生かしてもう一度挑戦しましょう。</p> <p>C 15 顔を前に出そうと思っても上手にできないなあ。</p> <p>C 16 顔を前に出したらできたぞ。</p> <p>C 17 手を後ろにかいたら顔が前に移動したよ。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p><まとめ> 顔を前に出すとよい。</p> </div>	<p>○児童の発言を板書する。</p> <p>○児童の発言内容を写真にかきこむ。</p> <p>○マットの場に挑戦する。</p>
<p>○突き放し動作が容易にできる場に挑戦する。(5分)</p>	<p>T 8 次は、跳び箱で挑戦しましょう。落ちても怖くないように着地位置にセーフティーマットを置きました。</p> <p>C 18 セーフティーマットがあるから怖くないよ。</p> <p>C 19 マットの時よりも思い切り手でジャンプしないとできないなあ。</p> <p>C 20 かかえこみ跳びみたいだなあ。</p> <p>C 21 跳び箱に足がぶつかりそうで怖いなあ。</p> <p>C 22 跳び箱があると難しいなあ。</p> <p>C 23 マットと同じようにやってみたらできたよ。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>T 9 セーフティーマットの場ができた人はかかえこみ跳びに挑戦しましょう。できたら帽子を白にしましょう。【手立て3-1】</p> </div>	<p>○着地位置にセーフティーマットを置き、恐怖心を和らげ、児童が思い切り挑戦できるようにする。(セーフティーマットの場)</p> <p>○かかえこみ跳びができない児童は次の2つの場から自分の力に応じた場を選んで練習する。</p>

<p>○自分の能力に適した場で練習する。 (15分)</p>	<p>C 24 かかえこみ跳びに挑戦してみたけどできなかった。顔を前に出そうと思っても怖くてできなかった。もう少しセーフティーマットの場で練習しよう。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>T 10 白帽子の人は、ミニ先生になりましょう。まず、自分と同じグループの人を教えましょう。同じグループの人がみんな白帽子になったら他のグループの人に教えましょう。【手立て3-2】</p> </div> <p>C 25 もう少し視線を前にした方がいいよ。遠くを見ると顔が前に出るからね。 C 26 分かった。やってみるよ。 C 27 おいしい。もう少しでできそうだね。もっと跳び箱を思い切りかいてみたらどうかな。 C 28 分かった。思い切り後ろにかいてみるよ。 C 29 できた。かかえこみ跳びに挑戦だ。 C 30 やったあ。ミニ先生になったよ。 T 11 教え合いタイムは終了です。白帽子の人は高い跳び箱でかかえこみ跳びに挑戦しましょう。それ以外の人は練習を続けましょう。 C 31 高い跳び箱でもかかえこみ跳びができるかなあ。 C 32 白帽子になるために頑張ろう。</p>	<p>①マットの場 ②セーフティーマットの場</p> <p>○②ができたらかかえこみ跳びに挑戦する。できなかった場合は再度①や②で練習する。【手立て2】</p> <p>○児童が場の工夫を申し出た場合は、できる限り対応する。</p> <p>■セーフティーマットの場ができる。 (児童の様子)</p> <p>○セーフティーマットの場ができない児童を集中的に指導する。</p>
<p>○振り返りをする。 (5分)</p>	<p>T 12 今日の学習を振り返りましょう。 C 33 手よりも前に着地するために、セーフティーマットの場で遠くを見たら顔が前に出ているようになった。セーフティーマットの場は怖くないので思い切りできた。次は、かかえこみ跳びができるようになりたい。 C 34 手よりも前に着地するために手を後ろにかくように跳び箱を押したらかかえこみ跳びができるようになった。ミニ先生が一生懸命教えてくれてうれしかった。</p>	<p>○学習課題、学習過程、獲得した学び、感想の4つが記述されるような書き方を示す。</p> <p>■セーフティーマットの場ができる。 (カードの記述)</p>

(4) 本時の評価

評価方法：児童の様子と振り返りカードで評価する。

※セーフティーマットの場ができていない児童をチェックする。学習カードの記述による技能の見取りは、参考とする。

評価規準：自分の能力に適した場でかかえこみ跳びができる。(技能)

評価基準：B セーフティーマットの場ができる。

(振り返りカードの記述例)

手よりも前に着地するために、セーフティーマットの場で遠くを見たら顔が前に出ているようになった。

A 4段以上の跳び箱でかかえこみ跳びができる。

6 参考文献

- ・「器械運動指導の手引き」 2015 文部科学省
- ・「器械運動の授業づくり」 1992 高橋健夫 三木四郎 長野淳次郎 三上肇 大修館書店
- ・「新 絵で見る とび箱運動指導のポイント」 2008 岡田和雄 藤井喜一
- ・「小学校体育授業の重点指導(高学年編)」 2011 白旗和也 明昌堂
- ・「新学習要領対応 跳び箱運動の指導法」 2010 細江文利 小学館
- ・「静止画で分かる運動と指導のポイント 跳び箱」 2008 山本悟 眞榮里耕太 大修館書店
- ・「跳び箱遊び・跳び箱運動」 1997 立木正 小学館
- ・「『できたー!』を共有 指導のポイントが分かる器械運動の授業」 2013 木下光正 明治図書
- ・「苦手な運動が好きになるスポーツのコツ ①器械運動」 2008 松本格之祐 ゆまに書房
- ・「跳び箱の指導-わかり・できる授業展開と技術指導-」 2007 吉澤潤 小学館
- ・「新しい跳び箱運動の授業づくり」 2009 高橋健夫 藤井喜一 松本格之祐 大修館書店
- ・「小学校学習指導要領解説 体育編」 2008 文部科学省 東洋館出版社

跳び箱運動ふり返りカード

☆できたら□の中に○を書きましょう。

セーフティーマットの場	
かかえこみ跳び	

※以下の4つを書きましょう。

- ①学習課題（～ができるために）
- ②気を付けたポイント（～に気をつけて練習したら）
- ③結果（～ができた ～ができなかった）
- ④感想（自分で見つけたコツや友達のアドバイス、次がんばりたいことなど）

年	組	番	名	
			前	

会場図

ステージ

