

1 単元名 体も心もはずむ とび箱運動

2 授業構成

(1) 教材の価値と魅力

体育科の目標は「心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるとともに健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる。」である。

本単元は、小学校学習指導要領解説体育編第5・6学年の目標及び内容に次のように位置づけられている。

B 器械運動

(1) 次の運動の楽しさや喜びにふれ、その技ができるようにする。

ウ 跳び箱運動では、基本的な支持跳び越し技を安定して行うとともに、その発展技を行うこと。

(2) 運動に進んで取り組み、約束を守り助け合って運動したり、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。

(3) 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できるようにする。

跳び箱運動は、技を身につけたり、新しい技に挑戦したりするときに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。また、より難しい場で技ができるようになったり、より大きくて美しい動きができるようになったりする楽しさや喜びがある。

跳び箱運動の学習では、一人ひとりの児童がこれらの運動の中から自分の能力に適した技に取り組んだり、その技がある程度できるようにしたりするとともに、同じ技を繰り返したり技を組み合わせたり、安定した着地で跳び越したりできるようにすることが課題となる。

跳び箱運動は、「できる」「できない」がはっきりする運動であることから、全ての児童が技を身につける喜びを味わうことができるような場や補助具を活用して取り組むことが大切である。また、一人ひとりが自己の課題を持って工夫しながら取り組み、仲間と互いに励まし合い、助け合って、学習を進めていくように指導することも必要となる。

多種多様な運動の中から、自分が生涯にわたって興味を持った運動を選択し、その運動に親しむためには、器械運動でなければ獲得できない技能（スキル）がある。例えば逆さになる力や回転する力、バランスをとる力などは他の運動では得られにくい技能である。それらは器械運動領域にあるマット、鉄棒、跳び箱の種目によって調和のとれた運動をすることによって獲得される。スキヤモンの発育発達曲線から考えても、神経型が著しく発達する小学生期に、身体各機能の成長・発達に十分に考慮した運動環境を与えることが必要であり、特に器械運動を通して、上記の挙げたような身につけるべき技能を確実に身につけることで、将来、運動に親しむ資質を身につけることができると考える。

(2) 子どもの協同的な学びの姿と学びを実現するための具体的な提案

本学級の児童は、アンケートの結果から見ても体育の学習を好む児童が多い。しかし、跳び箱運動に限ると約6割の児童が肯定的な関心を示しており、児童の多くは、「跳び越せたときがうれしい」「高さに挑戦できる」と跳び箱運動の運動そのものの楽しさを感じている。しかし、得意で

はない児童は、「うまくできない」や「痛い」「こわい」などの理由を挙げている。だが、これらの児童にも跳び箱運動の楽しいところを聞くと、「跳べたとき」に喜びを感じていることがアンケートから分かった。そこで、跳び箱運動が得意な児童だけでなく、得意ではない児童も恐怖心を軽減しながら、意欲的に取り組んでいけるようなスモールステップの学習を計画することで、できなかった技ができるようになったり、より大きくて美しい運動ができるようになったりするのではないかと考えた。踏み切りや着手など技を分解して練習することで、台上前転では跳び箱の手前に着手することや手でしっかり支えて腰を高くするなどの技のポイントを見つけたり、身につけたりし、それらを合わせて技の習得をめざしたい。しかし、技を分解した場での練習はできても、合わせるとできないという児童もあると予想される。ポイントは分かっている、今の力ではできないということも認め、わかったという楽しさを味わわせ、今後の学習意欲を高めさせたい。

また、体育の授業中では、先生や友達のアドバイスを聞いて、運動に取り組んでいる児童がほとんどであるので、技ができている友達のよいところを見つけて自分の動きに取り入れたり、友達からアドバイスをもらったり、動きを認めてもらったりするような協同的な学びの活動を通して、技能の向上だけではなく、運動することの喜びや楽しさを味わい、跳び箱運動を好む児童が増えるのではないかと考えた。

アンケート結果

質問	結果	
○体育の学習は好きですか。	好き：34人 (男子：16、女子：18)	きらい：4人 (男子：0、女子4)
○跳び箱運動は好きですか。	好き：22人 (男子：14、女子：8) ・跳べると楽しい ・きれいに跳べたときが楽しい ・跳んだとき気持ちがいい ・跳べた高さが分かる ・着地するところ ・いろいろな跳び方がある ・練習してできるようになる ・何度も挑戦できる ・ほめられたことがある	きらい：16人 (男子：2、女子14) ・あまり跳べない ・うまく跳べない ・失敗したことがある ・ぶつかったことがある ・けがをしたらこわい ・こわい
○「～ができるようになりたい」と考えながら学習に取り組んでいるか。	いつも：17　たまに：19　あまり：1　まったく：1	
○アドバイスをきちんと聞くことができる。	いつも：26　たまに：11　あまり：1　まったく：0	

3 単元目標

- 跳び箱運動に進んで取り組み、約束を守り助け合って運動したり、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。(関心・意欲・態度)
- 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できるようにする。(思考・判断)
- 基本的な支持跳び越し技を安定して行うとともに、その発展技を行うことができるようにする。(技能)

4 学習計画（全8時間）

	1	2	3	4	5	6	7	8
主なねらい	・学習の仕方について見通しを持つ。	・開脚とびをより上手にして楽しむ。	・かかえこみとびと台上前転に挑戦する。	・かかえこみとびと台上前転のポイントを習得する。 (本時)	・今できる跳び方で向きや高さを変えて楽しむ。	・できるようになった跳び方を発表して楽しむ。	・チーム跳び箱で友達と跳び方を合わせて楽しむ。	・チーム跳び箱を発表して楽しむ。
核となる学習内容	・学習の進め方 ・約束 ・準備や片づけ	・踏み切り ・着手 ・着地 ・第1空中局面 ・第2空中局面				・身につけた技能で発表をする。	・自分のできる技で友達と合わせる。	・グループで考えたチーム跳び箱を発表する。
学習活動（わかる・できる・ためす）	・開脚とび（基本の動作）の確認 ・学習の見通しを持つ。	基礎感覚づくりの運動 めあての確認						
		活動① ・今できる力で開脚とびをする。 ・分解した技能を練習する。	活動① ・かかえこみとびと台上前転をしてみ、技のコツを探る。	活動① ・分解した技が正確にできるように練習する。	活動① ・分解した技能を練習する。 ・前時の向きや高さで練習する。	活動 ・できるようになった技が、安定してできるか試技をする。	活動① ・友達の技を確認し、合わせ方を考える。	活動 ・グループの跳び方を確認し、発表する。 ・それぞれの班の跳び方のよいところを見つける。
		活動② ・練習した技能を組み合わせ、大きな開脚とびをする。	活動② ・技を分解して練習する。	活動② ・習得したポイントを考えながら試技する。	活動② ・向きや高さを変えて跳んでみる。		活動② ・グループで合わせて練習する。	
評価の計画	関	③			①	②		①
	思		①	②				
	技		①			②	①	①
具体的な評価基準	関心・意欲・態度		思考・判断			技能		
	①とび箱運動に進んで取り組もうとしている。 ②用具の準備や片づけを友達と一緒にしようとしている。 ③場や用具の使い方などの安全に気をつけようとしている。		①自分の力に合った課題を持ち、練習の仕方を工夫している。 ②技のポイントや自分の課題について考え、自分のめあてを持っている。			①自分の力に合った技に取り組み、安定した動作でとび箱運動ができています。 ②自分の力に合った場で、新しい技に挑戦し、支持跳び越しができています。		

5 本時の学習について

(1) 本時目標

- ・ 器械・器具の安全に気をつけながら、場の準備を行うことができる。(関心・意欲・態度)
- ・ 場のポイントを考へて着手や回転の仕方を練習することができる。(思考・判断)
- ・ かかえこみとびと台上前転が安定してできる。(技能)

(2) 準備

準教科書 技が描かれた提示物

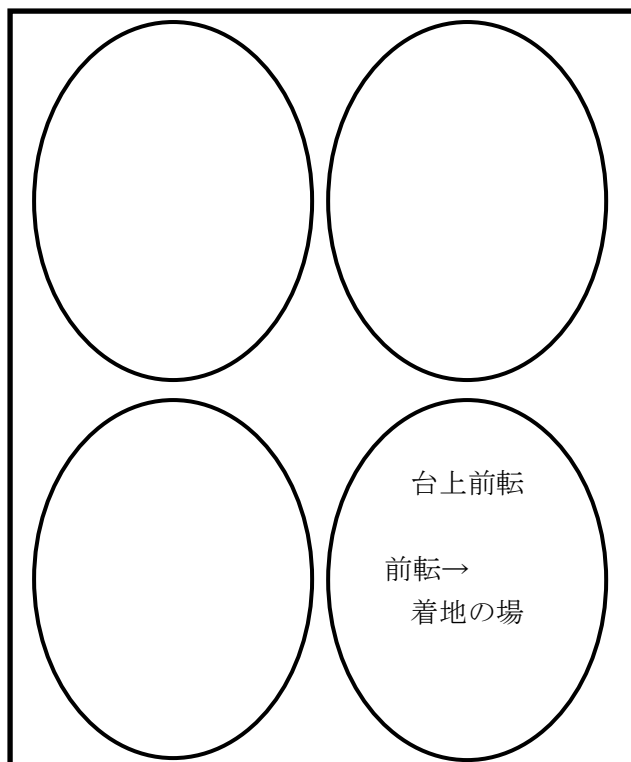
(3) 本時の展開 (○教師の意図 ◇協同的な学びへの支援 ◆個の探求への支援)

学習活動	教師の支援・意図
1 準備運動、基礎感覚づくりの運動をする。 ・ かえるの逆立ち ・ かえるの足うち ・ かえるとび ・ 馬とび 2 場の設定をする。 <u>かかえこみとび</u> ・ 着手の場 ・ 足ぬきの場 <u>台上前転</u> ・ 着手→前転の場 ・ 前転→着地の場	○ 手の着き方や腰の高さについて助言し、とび箱運動の基礎づくりを行わせる。 ○ 安全に留意して準備ができるように声かけを行う。
技のポイントを考へながら練習し、技ができるようになろう。	
3 自分のめあてを確認し、練習する。 ・ 分解したかかえこみとびと台上前転の技を確認して練習する。 <u>かかえこみとび</u> ・ 手をついたら体を小さくする など <u>台上前転</u> ・ 跳び箱の手前に手をつく など ・ 友達にアドバイスをしたり、友達のアドバイスを聞きとったりしながら練習に取り組む。 ・ 新たに見つけたポイントを発表する。 <u>台上前転</u> ・ ゆっくり回る 4 かかえこみとびと台上前転の練習をする。 ・ ポイントを確認しながら練習する。 ・ 友達の跳び方を見て、アドバイスをする。 5 学習のふり返りと片づけをする。	○ これまでに見つけた技のポイントを確認する。 ◆ ポイントを考へながら練習していない児童があれば、掲示物のポイントを確認してから練習するように声かけを行う。 ◇ 試技後にアドバイスの時間を取り、自分の体の使い方と友達のアドバイスがつながっているか、話し合いの様子も確認する。 ◇ うまくアドバイスをしている児童を見つけたら称賛する。 ○ 場の設定を手際よく変更させるような指示をする。 ◆ 向きや高さが変わっても、ポイントをきちんと考へながら運動している児童がいたら称賛する。 ○ 本時の活動について学んだことをふり返りに書かせ、発表させる。 ・ 協力して、安全に片づけをさせる。

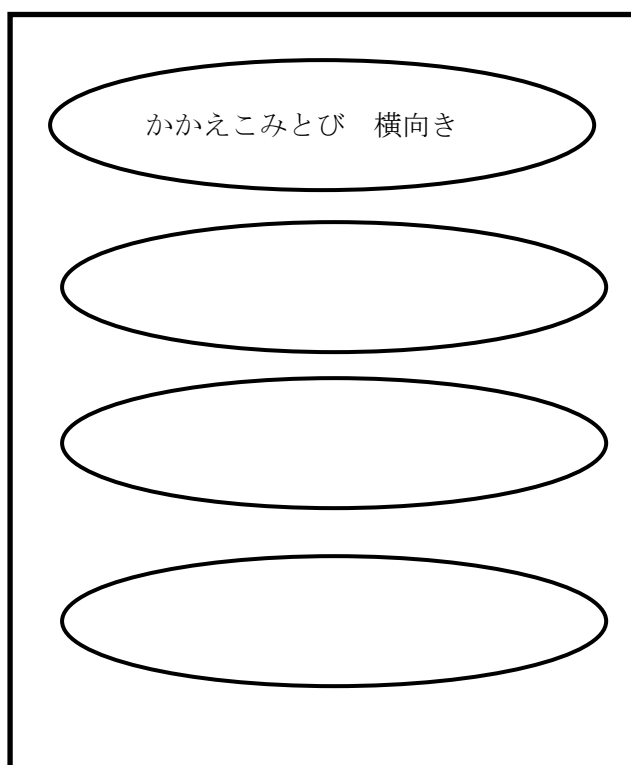
6 場の設定について

ステージ側

活動①



活動②



助走の向き