

第5学年3組 体育科学習指導案

令和6年11月21日(木) 第5校時 体育館
 在籍児童数 男子16名 女子16名 計32名
 朝霞市立朝霞第三小学校 教諭 白土 太平

1 単元名 SANSY02024 ～美・静・跳～

2 運動の特性

(1) 一般的特性

○跳び箱を使って、切り返し系や回転系の技を行い、できる技をさらに上手にしたり、できそうな技に挑戦したりして楽しむ運動である。

○日常生活では体験できない、跳ぶ動きや回転する動きを味わうことのできる運動である。

(2) 児童から見た特性

跳び箱運動の楽しさや喜びを感じる要因	跳び箱運動を遠ざける要因
<ul style="list-style-type: none"> ・新しい技ができるようになったとき。 ・安定した動きで跳び越したり、回転したりしたとき。 ・自己の課題を見付け、解決のための活動を工夫したり、仲間と協力したりしたとき。 	<ul style="list-style-type: none"> ・跳び箱から落ちるなど恐怖心を感じたとき。 ・高い段数に恐怖心を感じたとき。 ・練習しても上手に技ができないとき。

3 児童の実態

(1) 知識及び技能

本校体育科の年間指導計画では、奇数学年が切り返し系、偶数学年が回転系の技を重点的に取り組む技として、技の系統化を図っている。3学年の跳び箱運動の学習では、切り返し跳び系については「開脚跳び」、「かかえ込み跳び」を学習した。「開脚跳び」は多くの児童が身に付けることができたが、「かかえ込み跳び」は膝を上手にたたむことができなかつたり、腰を高く上げることができなかつたりと定着は不十分である。また跳び箱に向かって勢よく助走をつけることや、手を跳び箱の奥に両手で着くことなど技能面での二極化も見られる。

1学期に実施した新体力テストでは、男子、女子ともに長座体前屈で県平均を上回っているが、その他の種目はほぼ平均を下回る結果となった。跳び箱運動を通して、柔軟性と跳躍力を向上させたい。

〈新体力テストの結果〉 ※上回る・・・○ 下回る・・・▼

		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ
男子	本校平均	15.2	24	37.2	40.9	49.8	9.7	143.9	19.5
	県平均	16.17	20.92	35.85	43.02	51.40	9.39	155.05	19.65
	○▼	▼	○	○	▼	▼	▼	▼	▼
女子	本校平均	14.5	19.8	44	40.7	39.7	9.5	138.7	12
	県平均	16.22	20.14	40.89	41.16	41.87	9.59	149.33	13.29
	○▼	▼	▼	○	▼	▼	○	▼	▼

(2) 思考力、判断力、表現力等

技能向上のために、実際に実践して、どうすべきか考える児童が多い。また習得する技のポイントやコツなどを探し、グループで話し合ったり、学習カードにまとめたりすることができる児童が多い。しかし、自己の能力に適した課題を見付け、その解決の仕方を考えたり、課題に応じた練習の場や段階を選んだりすることにおいては、苦手な様子が見られる。

自分や友達が技能を高めたい技に取り組んだ際に、課題は何かを適切な言葉で言語化できずに友達に上手く伝えられなかつたり、自分の考えが不明確で、どんな練習を行えば課題が解決できるのかわからなか

ったりする児童が多い。

(3) 学びに向かう力、人間性等

体を動かすことが好きだと感じている児童とそうでない児童の二極化が見られるが、体育の学習に意欲的に取り組もうとする児童は多い。これまでの体育の授業では、課題を解決するための話し合いの場面やグループ活動を設けてきたが、積極的に意見交換し、友達と助け合い、協力することは非常に良くできている。しかし、自分本位で練習に取り組んだり、仲間の演技に意識が向かなかったりする場面も見られた。そのため仲間の意識に目を向けられるような場の設定をしていく必要がある。また、安全面については、用具等の準備、片付け等は進んで行うことができるが、用具の扱い方、準備運動、整理運動をしっかりと行う意識は低い面も見られる。そのため、全体でも個別でも声をかけ、自分たちで安全に運動する意識を上げていく必要がある。

4 教師の指導観

(1) 知識及び技能

児童の実態として、回転系の技（台上前転）を習得していること、切り返し系の技のうち、開脚跳びと大きな開脚跳びを習得していることを踏まえて、本単元では、「かかえこみ跳び」を取り上げる。児童が「わかる」「できる」喜びを味わえるようにスモールステップの場を設定し、技のポイントやコツを理解しながら技能を高められるようにしていく。また、単元の後半にグループでの演技会を設定し、それに向けて今できる技や新たに身につけた技を、技の完成度を高めるための視点に基づいて繰り返し練習し、一層の技能向上を図る。

(2) 思考力、判断力、表現力等

本学級は、習得する技のポイントやコツなどを探し、グループで話し合ったり、学習カードにまとめたりすることができる児童が多い。しかし、自己の能力に適した課題を見付け、その解決の仕方を考えたり、課題に応じた練習の場や段階を選んだりすることにおいては、苦手な様子が見られる。そうした実態を踏まえ、課題解決に向けて技を練習する場面で、3段階の技能レベルを示し、3段階それぞれの技能レベルの児童がグループとなるようにする。そうすることで、技能が高位の児童が中位、低位の児童に技のポイントやコツなどのアドバイスを促し、高位の児童は低位の児童に伝わるように自分の考えを言語化するようになり、その結果自らの考えが整理され、理解も高められるようになる。また、中位、低位の児童は高位の児童から受け取ったアドバイスをもとに自分の考えを整理し、成功体験を重ねることで自らの考えを自信をもって言語化できるようにする。

ICT 機器を活用し、技の出来映えを仲間とともに見合い、気付いたことを伝え合うことで、自己の動きのよい点や改善点を整理し、課題設定や解決につなげられるようにする。

(3) 学びに向かう力、人間性等

本学級の児童のほとんどが体育の学習に意欲的に取り組んでいる。しかし、器械運動に苦手意識をもっている児童も見られる。そこで、感覚づくり・場の設定により、楽しみながら跳び箱運動に必要な動きや感覚を身につけられるようにする。

また、エバーマットを活用することで、安全性を確保し、運動が苦手な児童や跳び箱に対して恐怖心を抱く児童も積極的に取り組めるようにしていく。

本単元の最後には、「三小オリンピック」と称して発表の場を設定し、技の出来映えによって得点をつける。グループで高得点をとるという目標に向かって、主体的に取り組むことを通して、自己の学びを実感するとともに、協調性や仲間意識を高めたい。

5 研究主題との関わり

研究主題

「生き生きと学ぶ児童の育成」
～児童の粘り強さを引き出す体育指導の充実～

【仮説】

達成感・充実感を積み重ねられるような体育指導を行えば、児童は自らの学習を調整し、粘り強く取り組むことができるだろう。

<仮説に対する手立て>

(ア)「友達との関わり合い」の充実

B 場の設定の工夫

お互いを高め合うことができるように、グループのメンバーの課題に即した見合いの場をつくる。また、技能ポイントを明確にしたり、技能面による異質グループで学習したりすることで、仲間同士の教え合いをグループ全員で行えるようにする。また iPad で撮影する場を設けることで、動画や写真を見返す中で、よいところを話し合わせられるようにする。

F グルーピングの工夫

児童一人一人が技能向上のために、友達との関わりの中で自分では気づけなかった視点に気づいたり、友達に伝えることで自分の考えが広がったり深まったりすることをねらいたい。そのために、グルーピングを工夫する。

まず、単元全体を通して毎時間行う感覚づくりの運動や毎時間の後半に技の出来を確認する時間は、固定した異質グループで取り組ませる。第3時で自分の課題を見付け、第4時で自分の課題に合った場で練習する際には、かかえ込み跳びのポイントとして提示する5つの局面のうち、同じ局面を課題とするグループ、違う局面を課題とするグループなど、同質・異質様々なグループで練習することで、課題解決への視野を広げ、技能向上のために、児童が友達との関わり合いに必要感が持てるようにする。

(イ)「単元の見通し」を持たせ、教師と児童で学びを作り上げていく授業

B 単元末のゴールの明確化

ICT等を活用し、ゴールの姿を見せ、目標・課題をもって学習に取り組むようにする。授業の導入で、評価規準'（この単元で目指したいゴール）を教師が示す。ゴールの姿を動画や写真等で可視化し見通しを持たせる。単元末のゴールを明確にすることで粘り強く運動に取り組めると考える。

C 教師の発問の工夫

1時間ごとの振り返りを行う際、これまでの学びを確認し、次の学びを生み出すことにより、児童が主体的に学び、運動の楽しさや喜びをより味わうことができる。 「今日の学習では〇〇だったので次の学習では～に取り組みたい」など、児童が自分でめあてを決めて次時への学びにつなげることができる。また、体育カードに、自分が考えたことや友達のアドバイスなどを記入して、思考の様子を残すことにより、学びの連続性が生まれると、より次のめあてにつなげていくようにする。

6 単元目標

(1) 跳び箱運動の行い方を理解するとともに、抱え込みとびを安定して行うことができるようにする。

【知識及び技能】

(2) 自己の能力に適した技の課題解決の仕方や組み合わせ方を工夫し、自己の考えを友達に伝えることができるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】

(3) 運動に積極的に取り組み、友達の考えを認め、約束を守り、助け合って運動したり、器械・器具の安全に気を付けたりすることができるようにする。

【学びに向かう力、人間性等】

7 単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
①かかえ込み跳びの行い方について、言ったり書いたりしている。 ②かかえ込み跳びが安定してできる。	①課題の解決に向けて、複数の活動の場から、自己の課題に適した練習の場を選んでいる。 ②自己やグループで観察し合ったり、学習カードやICT機器を活用したりして、技のポイントやコツを発表したり、友達に伝えたりしている。	①仲間と励まし合って、協力しながら、積極的に運動している。 ②器械・器具の準備や片付けなどで分担された役割を果たしている。 ③けがのないように、互いの服装や髪形に気を付けたり、場の危険物を取り除いたりするとともに、用具等の安全に気を配って運動している。

8 単元の計画

(1) 領域（器械運動）の取り上げ方

学年 / 運動	第3学年	第4学年	第5学年	第6学年
マット運動	7時間	7時間	8時間	8時間
鉄棒運動	6時間	4時間	4時間	4時間
跳び箱運動	8時間	8時間	8時間	8時間

(2) 領域の内容（跳び箱を使った運動遊び、跳び箱運動）と目指す動き

学年	内容	目指す動き
3	跳び箱運動	<ul style="list-style-type: none"> ・助走から両足で踏み切り、足を左右に開いて着手し、跳び越えて着地すること。（開脚跳び） ・助走から両足で踏み切り、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。（台上前転）
4		
5	跳び箱運動	<ul style="list-style-type: none"> ・助走から両足で踏み切って着地し、足をかかえ込んで跳び越し着地すること。（かかえ込み跳び） ・助走から両足で強く踏み切り、足を伸ばしたまま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。（伸膝台上前転） ・台上前転を行うように回転し、背中が跳び箱についたら腕と腰を伸ばして体を反らせながらはね起きること。（首はね跳び） ・伸膝台上前転を行うように腰を上げ回転し、両手で支えながら頭頂部をつき、尻が頭を越えたら腕と腰を伸ばし、体を反らせながら回転すること。（頭はね跳び）
6		

指導と評価の計画（8時間扱い）本時は○印 4/8時

時	1	2	3	④	5	6	7	8
ねらい	○跳び箱運動の授業の流れ、準備・片付けの約束を知ろう。	○第1空中局面、着手、第2空中局面のコツを見付けよう。	○自分の課題を見付け、解決できる場を選ぼう。	○自分や友達の良い点や改善点を伝え合おう。	○かかえ込み跳びをさらに美しく跳ぶための練習をしよう。	○今まで行ってきた技を確認し、演技会の内容を考えよう。	○演技の良い点や改善点を友達と伝え合い、自分の技に生かそう。	○これまでの学習を生かして、演技会を楽しもう。
指導の内容	<ul style="list-style-type: none"> 学習の流れや運動の行い方 準備、片付けの仕方 感覚づくりの運動の仕方 学習カードの使い方 	<ul style="list-style-type: none"> かかえ込み跳びの第1空中局面、着手、第2空中局面のコツ 	<ul style="list-style-type: none"> 課題の見つけ方 場の選び方 	<ul style="list-style-type: none"> 課題の共有 場の選び方 アドバイスのしかた 	<ul style="list-style-type: none"> 練習への取り組み方 	<ul style="list-style-type: none"> これまで学習した技の確認 	<ul style="list-style-type: none"> 課題の共有 アドバイスのしかた 	<ul style="list-style-type: none"> これまで学習したことを生かしての演技会 技能ポイントの確認
学習過程	<p>オリエンテーション</p> <p>1 本時のねらいを確認する。</p> <p>2 学習の流れや運動の行い方の見通しをもつ。</p> <ul style="list-style-type: none"> 学習過程 1時間の流れ 用具の確認 <p>3 準備・片付けの役割分担を知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> 学習の場づくり <p>4 安全面の配慮事項について知る。</p> <p>5 場の準備をする。</p> <p>6 感覚づくりの運動を行う。</p> <p>7 踏み切りと着地について確認する。</p> <p>8 片付けをする</p> <p>9 本時の振り返りをする</p> <p>10 整理運動、挨拶</p>							
	<p>1 集合、整列、挨拶、健康観察 2 三小体操を行う。3 場の準備①をする。</p> <p>4 感覚づくりの運動</p> <p>① 平均台を使って身体を支持しながらのまたぎ越し</p> <p>② 細いマット+太いマットを使ってのうさぎ跳び</p> <p>③ 4～5枚重ねたマットに跳びのり</p> <p>④ 助走をつけて踏み切り、ステージへ飛びのり</p>  <p>①～④を繰り返して行う。</p> <p>5 場の準備②をする。 6 本時のねらいを確認する。</p>							
	7 共通課題学習をする。				7 グループの課題について話し合う。			
	②第1空中局面、着手、第2空中局面のコツを見付けよう。	③自分の課題を見付け、解決できる場を選ぼう。	④自分や友達の良い点や改善点を伝え合おう。	⑤かかえ込み跳びをさらに美しく跳ぶ練習をしよう。	⑥今まで行ってきた技を確認し、演技会の内容を考えよう。	⑦演技の良い点や改善点を友達と伝え合い、自分の技の向上に生かそう。	⑧これまでの学習を生かして、演技会を楽しもう。	
8 コツを見付ける。		8 課題別練習を行う。				8 課題別練習を行う。		
※②で4つのポイントを知る。		<ul style="list-style-type: none"> 腰を肩よりも高く上げる。 前に乗り出すようにして手を着く。 ひざを胸に引きつける。 跳び箱をしっかり突き放す。 				<ul style="list-style-type: none"> タブレット等を活用し、課題や状態の把握をしながら技の完成度を上げていく。 		
9 後片付けをする。 10 本時の振り返りをする。 11 整理運動、挨拶をする。		9 後片付けをする。 10 本時の振り返りをする。 11 整理運動、挨拶をする。				11 後片付けをする。 12 本時の振り返りをする。 13 整理運動、挨拶をする。		
評価計画	知・技	①			②			②
	思・判・表		①	②			②	
	態	②				①	③	
	方法	観察	観察・学習カード	観察・学習カード	観察・学習カード	観察・学習カード	観察・学習カード	観察・学習カード
場面	2. 3. 4. 5. 8	8	8	8	8	8. 9. 10	8. 9. 10	8. 9. 10

9 本時の学習と指導（4／8時）

(1) ねらい

自己やグループで観察し合ったり、学習カードや ICT 機器を活用したりして、技のポイントやコツを発表したり、友達に伝えたりすることができるようにする。
 〈思考力・判断力・表現力等〉

(2) 準備

・跳び箱 ・踏切り板 ・マット ・滑り止めマット ・ICT 機器 ・学習掲示資料 ・学習カード

(3) 展開

段階	学習内容・活動	指導上の留意点（○指導 ◆評価規準 ☆研究仮説との関わり）
導入 12分	1 集合、整列、挨拶、健康観察をする。	○素早く集合させ、表情を観察し、健康状態を把握する。 ○身なりを整え、気持ちよく学習が始められるようにする。 ○気持ちの良い挨拶をさせる。
	2 準備運動（三小体操・補強運動）をする。	○ぶつからないように安全を確保して行わせる。 ○音楽に合わせて一つ一つの動きを確実に力強く行わせ、心拍数を上げる。 ○手の指や手首、足首、肩、首を中心にストレッチを行い、十分に体がほぐれるようにする。
	3 場の準備をする。	○役割分担をして、安全に素早く行わせる。
	4 感覚づくりの運動を行う。	○主運動のどの技に繋がっているのか具体的にイメージさせ、丁寧に運動させる。 ①平均台を使って身体を支持しながらのまたぎ越し ②細いマット+太いマットを使ってのうさぎ跳び ③4～5枚重ねたマットに跳びのり ④助走をつけて踏み切り、ステージへ飛びのり、飛び降り
5 本時のねらいを知る。	○本時について、単元全体での位置づけと前時からのつながりを意識させる。	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: 60%;"> 自分や友達の良い点や改善点を伝え合おう。 </div>		
	6 発問を含めた課題提示を行い、課題をもたせる。	○各技にどんな声かけをもらったら試技者が上達しそうかというアドバイスの仕方を全体で考え、共通理解をする。 ○課題をもとにして具体的な根拠をもって課題解決の場を選べるようにする。
	7 グループの課題について話し合う。	○自分とグループの仲間の課題（踏切、着手、第一空中局面、第二空中局面、着地）を把握し、適切な練習の場を選ぶために話し合いをする。
	8 課題別練習を行う。 A 高い跳び箱で練習する場 B 技能向上を確認する場 C 横向きの跳び箱で練習する場	○自分やグループの課題を明確な根拠として、場を選んでいるグループを称賛する。 ○技能のポイントを意識した声かけや動きをしている児童を称賛する。

<p>展開 26分</p>	<p>D 横向きの跳び箱で練習する場 E 横向きの跳び箱で練習する場 F ゴムひも、調整板を使って練習する場 G ゴムひも、調整板を使って練習する場 H 技能向上を確認する場</p>	<p>☆ (ア) B 場の設定の工夫 ☆ (ア) F グルーピングの工夫</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>◆課題を意識して、自分や仲間の動きの変化や伸び、技のポイントなどを伝え合っている。 (観察・学習カード) 【思考・判断・表現】</p> </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>△努力を要すると判断される状況 (C) の児童への指導の手立て</p> <ul style="list-style-type: none"> ・一緒に仲間の技の特徴を考え、選択肢をしぼってから課題を選ばせる。 ・iPad で撮影した動画を見て、既習の技のポイントと比べたときの差異点を伝え合わせたり、考えさせたりする。 <p>◎十分満足できると判断される状況 (A) の児童の具体的な姿</p> <ul style="list-style-type: none"> ・明確な根拠をもって自分やグループに合った練習の場を選んで取り組み、友達に技能のポイントを伝えている。 </div>
<p>整理 7分</p>	<p>9 後片付けをする。 10 本時の振り返りをする。 11 整理運動、挨拶をする。</p>	<p>○全員で協力して、安全に片付けをさせる。</p> <p>○本時のねらいや学習内容に正対した振り返りを考え学習カードに記入させる。</p> <p>○本時のねらいを意識して活動していた児童やねらいを達成できた児童を称賛し、学習のまとめをする。</p> <p>☆ (イ) C 教師の発問の工夫</p> <p>○使った部位を十分にほぐさせる。</p> <p>○児童の顔色を確認したり、けがの有無を確認したりして健康観察を行う。</p>

