

## 第2学年 体育科学習指導案

い組 男子 17 名 女子 17 名 計 34 名  
指 導 者 福 元 健一郎

### 1 単 元 いろいろなとびばこうどうあそび

### 2 単元について

#### (1) 単元の位置とねらい

この期の子どもたちは、これまでの「とびばこうどうあそび」の学習を通して、友達のよい動きを見つけながら、跳び乗る・跳び下りる・またぎ乗る・またぎ下りる動きを身に付け、いろいろな遊び方を工夫する喜びを味わっている。そして、「もっといろいろな動きができるようになりたい」などという思いや願いをもっている。

そこでここでは、両足踏切から跳び箱に両手を着いて支持しながら両足で跳び乗ったり、短い跳び箱などを両手で支持してまたぎ越したりする動きを身に付けていく。また、自分の課題に合わせて、友達のよい動きをまねしたり遊びの場を選んだりすることで、友達と仲良く教え合い、いろいろな動きや場を変化させて跳び箱運動遊びの楽しさを味わわせようとするものである。

ここで学習した両足踏切から両手支持による跳び乗りや両手支持でのまたぎ越しの動きは、自分の課題に合わせて練習の仕方を工夫し、両足踏切から両手で跳び箱を突き放して跳び越す技能を身に付けて運動を楽しむ「しじとびこしを中心としたとびばこ運動」の学習へと発展する。

#### (2) 指導の基本的な立場

「跳び箱運動」のおもしろさは、跳び箱を跳び越す爽快感や課題を克服して跳び越すことができた達成感を味わえるところにある。また、動きや場を変化させて技を達成したり、より雄大で優美な動きができたりすることで楽しさが深まっていく。

第2学年の「いろいろなとびばこうどうあそび」は、数歩の助走から両足で踏み切り、跳び箱に両手を着いて両足で跳び乗ったり、人の背中や短い跳び箱などを両手で支持してまたぎ越したりする動きを身に付ける楽しさを味わう学習である。そして、友達のよい動きをまねしたり自分の課題となる動きに応じた遊びの場を選択したりしながら、友達と動きを教え合い、いろいろな動き方で跳び箱運動遊びを楽しめるようになる。

この跳び箱運動遊びのおもしろさを味わわせるためには、目指す動きを構造的に理解してから運動遊びに挑戦させて自分の課題となる動きを把握させ、「いろいろな動きができるようになりたい。」などという願いをもたせることが大切である。そして、目指す動きや友達の動きをよく観察させてよい動きを見つけさせる。また、自分の課題となる動きができるように感覚づくりで動く感覚をつかませたり課題に応じた運動遊びの場を選択させたりする。その際、お互いの動きを教え合っ

て動きの習得を図る活動や、友達と協力して動き方や場を工夫させる活動を位置付ける。

そこで、学習の展開としては、まず示範や絵図資料、ビデオなどで目指す動きを構造的に理解させ、跳び箱への跳び乗りやまたぎ越しに挑戦させて自分の課題となる動きを把握させる。そして、課題解決を図るためによい動きを見つけ、自分の課題に合った運動遊びの場を選択して学習していく見通しをもたせる。単元の前半では、単元終末に行うグループ発表を意識させながら、グループみんなで動きを身に付けていくように、友達の動きを姿勢やリズムに着目させてよい動きを見つけ、お互いに動きをまねさせたり工夫させたりする。そして、目指す動きを身に付けるためにポイントとなる課題を重点化し、全員が課題解決できるようにお互いの動きを教え合わせる。さらに、かえるの足打ちやかえる倒立などの感覚づくりを位置付け、感覚づくりと目指す動きを関連させる場の設定や目指す動きができるようになることを実感する発問を行うことにより、友達と学び合いながら目指す動きの習得へとつながられるようにする。単元の後半では、身に付けてきた動きを基に姿勢や場を変形させて様々な運動遊びを工夫して多様な動きを経験させる。また、これまでの動きの高まりや楽しさの深まりを振り返らせながら、見通しをもって練習の仕方を工夫してきたこと

やみんな教え合い協力したことで目指す動きを身に付け、運動を楽しめた過程を価値付ける。

この学習を通して、自分の課題に応じて運動遊びの場を選択し（計画性の向上）、友達と教え合う（協調性の向上）ことで、動く感覚をつかんで動きを身に付けていく（責任感の高揚）大切さに気づき、跳び箱運動のおもしろさや動きができるようになる喜びを感じ（自己肯定感の醸成）、器械運動やその他の運動との関わりを一層深めることができる。

### (3) 子どもの実態（調査人数は34名、調査結果は主な項のみ表掲）

#### ① 跳び箱運動遊びに対する興味・関心

|     |     |                                                                                                                                                            |
|-----|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 好き  | 29名 | ○いろいろな動きができる(6名) ○跳べるから(5名) ○できるとうれしい(4名)<br>○体がきたえられる(4名) ○楽しい(3名) ○跳ぶのが好き(1名)<br>○跳べるようになる(1名) ○高くなるとわくわくする(1名)<br>○ころんでも安全に動けるようになる(1名) ○チャレンジしたくなる(1名) |
| きらい | 5名  | ○難しい(2名) ○跳べない(1名) ○足が痛い(1名) ○疲れる(1名)                                                                                                                      |

#### ② 学習のめあてについて

|                        |                     |
|------------------------|---------------------|
| ○いろいろな跳び方ができるようになる(9名) | ○高い跳び箱を跳べるようになる(9名) |
| ○跳び箱を跳び越えたい(5名)        | ○上手に跳べるようになる(4名)    |
| ○たくさん運動する(4名)          | ○あきらめずに挑戦する(3名)     |

#### ③ 跳び箱運動につながる運動経験について

|            |              |            |
|------------|--------------|------------|
| ○ジャンプ(9名)  | ○かえるの足打ち(8名) | ○かえる倒立(5名) |
| ○タイヤ跳び(4名) | ○馬跳び(3名)     | ○分からない(5名) |

#### ④ 動きのコツについて（複数回答）

| 跳び乗り・跳び越し        |               |
|------------------|---------------|
| ○手を奥に着く(10名)     | ○足を上げる(4名)    |
| ○高く跳ぶ(3名)        | ○しっかり体操する(3名) |
| ○勢いをつける(2名)      | ○走る(2名)       |
| ○手を伸ばす(1名)       | ○跳び箱を押す(1名)   |
| ○前に体重をかける(1名)    | ○リズムにのる(1名)   |
| ○昼休みも運動遊びをする(1名) |               |
| ○跳び乗る(1名)        | ○分からない(2名)    |

#### ⑤ 技能について

|      | 跳び乗り | 跳び下り | またぎ乗り | またぎ下り | 支持跳び乗り | タイヤ跳び |
|------|------|------|-------|-------|--------|-------|
| できる  | 34名  | 34名  | 32名   | 29名   | 24名    | 25名   |
| できない | 0名   | 0名   | 2名    | 5名    | 10名    | 9名    |

本学級の子どもたちは、①の興味・関心については、「いろいろな動きができる」「跳べるから」などの理由で跳び箱運動遊びが好きな子どもが多い。反面、「難しい」「跳べない」などという理由で嫌いと答えている子どももいる。これは、自分にもできそうだという見通しがもてていないことや、自分もできているという有能感を感じていないからだと考える。

②の学習のめあてについては、「いろいろな跳び方ができるようになる」「高い跳び箱を跳べるようになる」など、跳び方を工夫して楽しみたいという思いやより高い目標に挑戦して課題を達成したいという思いが強い。これは、跳び箱運動は動きができることで楽しさが味わえる運動であり、動きの雄大さや優美さに関心が高いからだと考える。

③の跳び箱運動へつながる運動経験については、かえるの足打ちなど既習の動きとのつながりに気付いている子もいるが、つながりが感じられない子が多い。これは、これまでに経験した動きの似ている点を体の部位に着目して確認していないためと考える。

④の動きのコツについては、漠然としたイメージでとらえている子が多い。これは、目指す動きをよく理解していないことや自分たちの動きをよく見てとらえられていないとが考えられる。

⑤の技能についても、跳び乗る動きや跳び越す動きでは約3割の子どもができていない。これは、跳び乗る動きや跳び越す動きにつながる動きが十分にできていないことが考えられる。

#### (4) 指導上の留意点

ア 「つかむ・見通す」段階では、目指す動きを構造的に理解させるために（多面・総合）、跳び乗りや跳び越しの一連の動きが分かる図を掲示して構造的に理解させる。そして、自分の課題となる動きを把握させるために（吟味）、体の姿勢やリズムに着目させながら跳び箱運動遊びを試させる。さらに、意欲的に跳び箱運動に取り組ませるために（参加）、課題を基にした話合いから「いろいろな跳び箱運動遊びができるようになる」という共通課題を設定する。その際、自分が目指す動きを明確にして、「跳び越せるようになりたい」などの個の動きの課題も連続・発展させる。さらに、みんなの動きを高めるために（協力）、グループ発表を設定する。

イ 「挑戦する・工夫する」段階では、課題解決を図る見通しをもたせるために（計画）、これまでの運動経験から目指す動きにつながる「腰を高く上げる」等の動きを想起させて運動遊びの場を選択させる。また、目指す動きができるようにするために（多面・総合）、友達の動きや絵図資料を基に課題となる動きの中でもポイントとなる課題に重点化する。グループみんなでお互いに教え合いながら動きをとらえさせるために（コミュニケーション）、体の姿勢やリズムに着目させてお互いの動きを言葉や動作で分かりやすく伝え合わせる。そして、体の部位の感覚をつかむ感覚づくり活動を位置付けたり、感覚づくりと目指す動きの場を行き来させたりしての動きを高めさせる。

ウ 「生かす」段階では、動きが身についてきた有能感や友達と教え合っていることができるようになった有用感を味わわせて運動へ継続して取り組ませるために（つながり）、見通しをもって運動遊びに取り組んだことで目指す動きができるようになった理由を振り返る活動を設定する。

### 3 目 標

- (1) 「いろいろな動きができるようになりたい。」などの思いや願いをもち、安全に気をつけて、友達と協力しながら進んで運動することができる。
- (2) 自分の課題に合わせて、友達のよい動きを見つけたり遊びの場を選んだりすることができる。
- (3) 両足踏切から跳び箱に両手を着いて支持しながら両足で跳び乗ったり、短い跳び箱などを両手で支持してまたぎ越したりすることができる。

### 4 指導計画（全7時間）

| 時間      | 1・2                                                                                                                                                    | 3（本時）・4                                                                                                                                                                                                                 | 5・6                                                                                          | 7                                                                                                                                                                                                                     |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 過程      | つかむ・見通す                                                                                                                                                | つかむ・見通す                                                                                                                                                                                                                 | 挑戦する・工夫する                                                                                    | 生かす                                                                                                                                                                                                                   |
| 課題の追究過程 | <p>とびばこ運動遊びに学習計画を立てよう。</p> <p>動きの理解<br/>・跳び乗る。<br/>・跳び越す。<br/>・自己認識<br/>・膝で乗ってしまう。</p> <p>必要となる動き<br/>・敏捷性、筋力、瞬発力など。<br/>↓<br/>課題の把握<br/>・両足で跳び乗る。</p> | <p>いろいろな跳び箱運動遊びができるようになろう。</p> <p>【感覚づくり】かえるの足打ち、かえる倒立など</p> <p>跳び箱に跳び乗ったり跳び越したりしよう。</p> <p>【課題の重点化】<br/>・両手支持で腰を高く上げる。<br/>・支持している手で跳び箱を押して体を前に移動する。</p> <p>【場の工夫】<br/>・足の高さが確認できるかえるの足打ちの場<br/>・連続で両手支持の体重移動を続ける場</p> | <p>動きや場を工夫しているいろいろな跳び箱運動遊びをし</p> <p>【主運動】<br/>・両足踏切から両手支持で跳び乗る。<br/>・両足踏切から両手支持で跳び越す。</p>    | <p>跳び箱運動遊びの発表会をしよう。</p> <p>跳び箱運動遊びのおもしろさを味わい、動きを感じて運動へ挑戦し続ける姿</p>                                                                                                                                                     |
| 楽しさの深まり | 跳び箱運動遊びの動きを知る楽しさ                                                                                                                                       | 自分の動きが分かり、課題を把握する楽しさ（吟味）<br>跳び箱運動遊びに挑戦する楽しさ<br>跳び箱運動遊びの動きを楽しくする楽しさ                                                                                                                                                      | 自分の課題に合った場を選択する楽しさ（計画）<br>課題解決のための見通しをもつ楽しさ（計画）<br>よい動きを発見する楽しさ（多面・総合）<br>めあてをはっきりもてる楽しさ（参加） | 跳び箱運動遊びのおもしろさや動きができる喜びを感じる楽しさ（つながり）<br>みんなが上手になったことを感じる楽しさ<br>できるようになった自分のよさが分かる楽しさ<br>姿勢や場を工夫して運動する楽しさ（協力）<br>跳び乗る、跳び越す動きができる楽しさ<br>練習して動きが上手になっていく楽しさ<br>友達と教え合い、励まし合って練習する楽しさ（コミュニケーション）<br>跳び乗る、跳び越すための感覚がつかめる楽しさ |

## 5 本 時 (3/7)

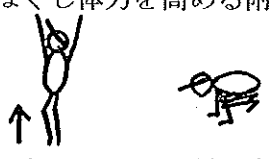
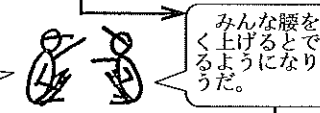
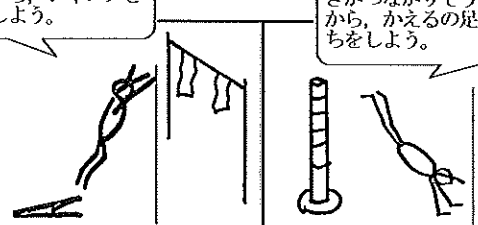
### (1) 目 標

「跳び乗る動きができるようになりたい」などの願いをもち、自分の課題に合わせて、友達のよい動きをまねしたり遊びの場を選んだりしながら、両足踏切から跳び箱に両手を着いて支持し両足で跳び乗ることができる。

### (2) 本時の展開にあたって

- 両足踏切から両手を着いて跳び乗る動きを身に付けるために（多面・総合）、動きの絵図資料とみんなの課題を基にポイントとなる課題を考えさせ、腰を高く上げるという課題に重点化する。そして、この課題を解決していくために（計画）、これまでの運動経験を想起させて、かえるの足打ちなどの動きが似ていることに気付かせる発問を行い、運動遊びに取り組みさせていく。

### (3) 実 際

| 過程                                  | 主 な 学 習 活 動                                                                                                                                                                                                                   | 時間             | 教師の具体的な働きかけ                                                                                                             |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| つかむ・見通す<br>↓<br>挑戦・工夫する<br>↓<br>生かす | 1 準備運動をする。<br>○ 体をほぐし体力を高める附属体操<br>                                                                                                          | (分)<br>↑<br>10 | ○ 安全に運動させるために、周りを確認してから運動することや動きを見る位置、マットの敷き方等の約束を確認する。<br>○ 体を支持する際に負担のかかる肩などをほぐすと共に、柔軟性や瞬発力などの体力を高める運動を行う。            |
|                                     | 2 本時のめあてについて話し合う<br>とびばこにとびのってあそべるようになろう。                                                                                                                                                                                     | ×              | ○ めあてをもち進んで跳び箱運動遊びに挑戦するために（参加）、跳び箱運動遊びで何ができるようになりたいか問う。                                                                 |
|                                     | 3 課題を重点化する。<br>タイミングが分からない。うまく踏み切れない。手を上手く着けない。腰が高く上がらない。<br><br>確かに跳び箱の高さより上がらないと乗れないね。みんな腰を高く上げるとできるようになるうだ。                             | 10             | ○ 友達と教え合って跳び乗る動きを身に付けるために（協力）、みんなが一番できるとよい課題は何か問い重点化する。<br>○ 腰を高く上げるための学習を見通すために（計画）、似たような動きはないかを問い、挑戦できる場を設定しておく。      |
|                                     | 4 課題を基に運動遊びの場を選択して活動する。<br>・遠くへジャンプ（膝を上げてから強く蹴る感覚）<br>・かえるの足打ち（両手支持で足を高く上げる感覚）<br><br>強く踏み切れないから、ジャンプをしよう。足を高く上げる動きがつながりそうだから、かえるの足打ちをしよう。 | 20             | ○ 腰が高く上がっているかを確認させるためにめ（吟味）、足を上げた高さが分かるボードを準備する。<br>○ 目指す動きへとつなげていくために（多面・総合）、絵図資料や友達の動きを基に、今、挑戦している動きで跳び乗る動きもできそうかを問う。 |
|                                     | 5 整理運動をする。                                                                                                                                                                                                                    | ×              | ○ お互いに相手の動きを分かりやすく伝えるために（コミュニケーション）、跳び乗る姿勢や踏み切るリズムに着目して言葉や動作で伝えさせる。                                                     |
|                                     | 6 本時の学習を振り返り、次時の学習について話し合う。<br>バンと強く踏み切って、かえるの足打ちみたいに動くと跳び乗れた。                                                                                                                                                                | 5              | ○ 跳び箱に跳び乗る動きや腰を高く上げる動きができるようになってきたことを実感し、運動に継続して取り組んでいくために（つながり）、なぜ跳び乗る動きができるようになってきたのかを発表させて称賛し、次時の学習へ意欲付ける。           |