

# 第4学年 体育科学習指導案

1組 計25人 (男子10人, 女子15人)

指導者 松山 譲

## 1 単元 なわとび名人への道！ (用具を操作する運動)

### 2 単元の目標

観点別目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 運動する場や用具などの安全に気を付け、友達と役割を分担したり、励まし合ったりして、進んでなわとび運動に取り組もうとする。 <span style="float: right;">【関心・意欲・態度】</span></li> <li>○ 自分のできる跳び方を知り、自分の力に合っためあてを設定するとともに、課題解決に向けて運動の楽しみ方や練習の仕方を工夫することができる。 <span style="float: right;">【思考・判断】</span></li> <li>○ 短なわや長なわを素早く操作したり、自分の体をリズムよくいろいろな動かししたりして、各種の連続跳びを行うことができる。 <span style="float: right;">【技能】</span></li> </ul>
-------	--

### 3 単元について

#### (1) 運動の特性

なわとび運動は、基本的に個々のなわの操作技能を高める「短なわ跳び」と、集団で取り組む「長なわ跳び」の2つに分けることができる。「短なわ跳び」は、なわを自分ひとりで回旋させて跳躍する運動であり、「長なわ跳び」は、仲間の回すなわのリズムにタイミングを合わせて跳躍する運動である。

子どもにとっては、具体的な目標を設定しやすく、目標として設定した跳び方や記録(跳んだ回数・時間)を達成することができたときに、楽しさや喜びを感じることができる。また、準備が簡単で、一人でも、多人数でもでき、技能の伸びが分かりやすいために、生活の中に取り入れやすい運動である(運動の生活化)。

この運動を通して、子どもたちは巧緻性、全身持久力、敏捷性、平衡性などの体力を高めることができる。また、仲間と協力して課題解決を図ることの喜びを味わうことができる。さらに、友達や自分のよさを素直に認めようとする態度も養うことができる。

#### (2) 定着させたい「学び方」

めあての設定	○ 試しの運動をしたり、教師のアドバイスを受けたりしながら、自分の力に合っためあてを設定する。 <span style="float: right;">【指導計画：つかむ・のぼす】</span>
課題の選択	○ 教師のアドバイスを受けて、自分のめあてを解決するためにふさわしい場や方法を選び、めあての解決に向けて試行錯誤をしながら、練習をする。 <span style="float: right;">【指導計画：のぼす】</span>
活動の決定	
相互評価	○ 掲示してある資料や示範を基にして、友達の動きのよさや改善点を伝える。 <span style="float: right;">【指導計画：全過程】</span>
自己評価	○ 教師との対話や相互評価を基にして、自分のめあての達成度を判断する。 <span style="float: right;">【指導計画：全過程】</span>

#### (3) 児童の実態

##### ア これまでの学習を通して

本学級の子どもたちは、体育科の学習が好きであり、これから取り組む様々な運動に対しても、「みんなで〇〇〇〇の運動を楽しみたい。」「頑張って練習すれば上手になれる。」と考えている子どもが多い。したがって、学習に対する意欲も高く、すべての運動を主体的に取り組もうとしている。さらに、学習のルールやマナーを守って、お互いに協力したり、励まし合ったりしながら学習を進めようとする態度も育ちつつある。

運動の学び方については、多くの子どもたちに、自分の課題を解決するための練習方法を考えたり、友達と楽しく運動するための工夫を考えたりするなどの姿が見られるようになってきている。しかし、今の自分に適した課題を設定することができない子どもや、自分の活動に友達の活動のよさを取り入れることができない子どもがいるなど、「めあて学習」の進め方については、これから身に付けていかなければならないことも多い。

運動の技能については、運動の内容によって基礎的・基本的な技能の定着に偏りが見られる。技能の習得については、男女間で差が見られるので子どものつまずきに応じた適切な指導が必要となってくる。

項 目	回 答 (対象25人, 数字は人数)				
1 なわとび運動は好きですか。 (3年生までの学習の振り返り)	[短なわ跳び] 好き (15) どちらかといえば好き (4) どちらかといえば嫌い (4) 嫌い (2)				
	[長なわ跳び] 好き (17) どちらかといえば好き (5) どちらかといえば嫌い (3) 嫌い (0)				
◇ 「どちらかといえば嫌い」、「嫌い」と答えたのはなぜですか。	[短なわ跳び] リズムよく跳べない (5) なわが触れると痛い (1)				
	[長なわ跳び] 失敗すると友達に文句を言われる (2) なわの中うまく入れない (1)				
2 なわとび運動が今よりも上手になるためには、どんなことをすればいいと思いますか。	繰り返し練習する (12) 先生にコツを聞く (8) 上手な友達に教えてもらう (3) 分からない (2)				
3 あなたは、今回、どのような学習をやってみたいですか。	いろいろな跳び方をできるようにになりたい (16) 友達と協力しながら練習したい (5) 友達と跳んだ回数や時間を競争してみたい (4)				
	順跳び (前)	順跳び (後)	30秒速回し跳び(前)	くぐり抜け	回旋跳び
◎	8	7	7	19	16
○	9	9	10	4	7
※	8	9	8	2	2

これまでのなわとび運動の学習については、多くの子どもたちが親しみを感じている。しかし、中には「リズムよく跳ぶことができない。」「失敗すると友達に文句を言われる。」などの理由から、なわとび運動に対して自ら進んで取り組むことのできない子どももいる。また、これからの学習で様々な連続跳びを上達するためには、「跳び方のコツを知ること」と「繰り返し練習すること」が大切だとほとんどの子どもが考えている。今回の学習の進め方については、「自分なりに跳び方の上達を目指している子ども」と「友達と協力しながら、楽しくなわとび運動を行いたい子ども」がいる。

#### 4 指導に当たって

以上のようなことを踏まえ、次のようなことに気を付けて指導していきたい。

毎時間、準備運動の後に体と心をほぐしながら、主運動のアナログン（基礎となる感覚や類似した動き）を経験させるための時間「のびのびタイム」を設定することで、子どもたちが友達とかかわりながら、楽しくなわとび運動の基礎となる動きや感覚を身に付けることができるようにする。

「つかむ」では、第3学年までの学習を振り返ったり、様々な跳び方を紹介したパネルを準備したりすることで、3年生までの学習内容を整理し、これから行う跳び方の名前と動きについて確認することができるようにする。また、「チャレンジカード」（跳び方の系統を示したカード）を準備し、自分のできる跳び方調べを行う時間を設定することで、自分ができる跳び方とできない跳び方をはっきり認識した上で、自分の力に合っためあてを設定することができるようにする。

「のばす」では、跳び方のコツや練習の仕方を示した資料を準備したり、簡単に記入でき、評価する項目が絞られた学習カードを準備し、学習を振り返る場を効果的に設定したりすることで、子ども一人一人が主体的に自分の課題を解決することができるようにする。相互評価については、子どもたちにお互いで評価するときのポイントを具体的な姿で示すようにしたり、教師主導の相互評価の場を効果的に設定したりすることで、自分の活動のよさに気付いたり、友達の動きのよさや改善点を伝えたりすることができるようにする。自分の力に合っていないめあてを設定している子どもに対しては、VTRを活用して現在の跳んでいる姿を確認できる場を設定したり、学習カードを基に設定しためあてについて教師と一緒に振り返ったりすることで、自分の力に合っためあてを設定して意欲的に学習を進められるようにする。

「たしかめる」では、これまでの学習カードを振り返る場を設定したり、教師が気付いた個やグループの活動のよさを全体の場で称賛したりすることで、自分や友達が工夫した練習の仕方よさや、それぞれの技能の高まりを実感することができるようにする。

5 指導計画 (全7時間) ○ 教師の指導 ※ 評価項目 重点評価項目

過程	主な活動の流れ	教師の指導	評価方法
つ か む (1)	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">                     自分ができる跳び方を知り、なわとび運動の楽しみ方について話し合ったり、めあてを決めたりしよう。                 </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 学習の進め方(約束, 準備の仕方等)を知る。</li> <li>・ のびのびタイムの内容を知る。 [わき回旋, 8の字回旋, 大波小波等]</li> <li>・ いろいろな跳び方を知り, 自分ができる跳び方を確認する。</li> <li>・ [ねらい1]の内容を知り, 自分の力に合っためあてを立てる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 学習のねらいや流れを掲示したり, なわとび運動の楽しみ方について話し合う場を設定したりすることで, 学習の見通しをもつことができるようにする。</li> <li>○ 紹介パネルで跳び方を紹介したり, チャレンジカード(跳び方の系統を示したものを)を準備したりすることで, いろいろな跳び方や自分ができる跳び方を知り, 自分の力に合っためあてを設定できるようにする。</li> </ul> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px;">                     ※ 自分ができる跳び方を知り, 自分の力に合っためあてを設定することができたか。 (思・判)                 </div>	観察 聞き取り 学習カード 相互評価
の ば す (5)	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">                     [ねらい1]・・・(2) 自分ができる跳び方を工夫して楽しもう。                 </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 学習のねらいと内容について知る。</li> <li>・ 自分ができる跳び方を楽しむ。</li> <li>・ 活動を振り返り, 学習カードに記入する。</li> <li>・ [ねらい2]の内容を知り, 自分のめあてを決める。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">                     [ねらい2]・・・(3) 練習の仕方を工夫して, できそうな新しい跳び方に挑戦しよう。 (2/3・本時)                 </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 学習のねらいと内容について知る。</li> <li>・ 練習の仕方を工夫して, 自分ができるきそうな新しい跳び方に挑戦する。</li> <li>・ 活動を振り返り, 学習カードに記入する。</li> <li>・ なわとび発表会の計画を立てる。</li> </ul>	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">                     ※ 友達と教え合ったり, 励まし合ったりして, 進んでなわとび運動に取り組もうとしているか。 (関・意・態)                 </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 運動する場や用具などの安全面について指導の徹底を図るようにする。</li> </ul> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">                     ※ 自分ができる跳び方を基にして, 運動の楽しみ方や練習の仕方を工夫することができたか。 (思・判)                 </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>※ 自分ができる跳び方を更に上手に行うことができたか。 (技)</li> <li>○ 跳び方を紹介したVTRや連続図を準備したり, 示範を行ったりすることで, 自分が挑戦する新しい跳び方の動きのイメージをもつことができるようにする。</li> </ul> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px;">                     ※ 自分ができるきそうな新しい跳び方へ挑戦するために, 練習の仕方を工夫することができたか。 (思・判)                 </div>	観察 聞き取り 学習カード 相互評価 チェックリスト
た し か め る (1)	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">                     みんなでなわとび発表会を楽しもう。                 </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 学習のねらいと内容について知る。</li> <li>・ 友達ができるようになった新しい跳び方を見合う。</li> <li>・ みんなで長なわとびの記録に挑戦する。</li> <li>・ これまでの学習を振り返る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 相互評価のポイントを改めて確認することで, 自分や友達の活動のよさや技能の高まりに, 気付くことができるようにする。</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>※ 自分や友達の活動のよさや技能の高まりについて気付くことができたか。 (思・判)</li> </ul> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px;">                     ※ 新しい跳び方(8の字連続跳び, 交差跳び, 二重跳び等)を身に付けることができたか。 (技)                 </div>	観察 聞き取り 相互評価 学びのファイル

6 本 時 (5/7)

(1) 目 標

- 運動する場や用具などの安全に気を付けながら、自分ができそうな新しい跳び方に進んで挑戦しようとする。【関・意・態】
  - 自分ができそうな新しい跳び方へ挑戦するために、練習の仕方を工夫することができる。【思・判】
  - 交差跳び、二重跳び、8の字連続跳びなどの新しい跳び方を行い、その動きを高めることができる。【技】
- (2) 本時で高めたい学び方
- 教師のアドバイスを受けて、自分のめあてを解決するためにふさわしい場や方法を選び、めあての解決に向けて試行錯誤をしながら、練習をする。
- (3) 展 開
- 教師の言葉かけ
  - 子どもの反応
  - 教師の言葉かけ
  - 子どもの反応

過程	教 師 の 指 導
<p>つかむ (3)</p> <p>の ば す (35)</p> <p>たしかめる・ひろげる (7)</p>	<p>主な学習活動と予想される子どもの反応・教師の言葉かけ</p> <p>学習のねらいと学習の流れを確認する。 (ねらい) 練習の仕方を工夫して、できそうな新しい跳び方に挑戦しよう。</p> <p>準備運動・のびのびタイムをする。</p> <p>さあ、音楽に合わせのびのびタイムを乗しもう。</p> <p>どんな跳び方に挑戦するのか。</p> <p>【長なわ跳び】自分たちのめあてに応じた練習をする。</p> <p>○○君は、サイドクロスに挑戦しているんだね。</p> <p>【短なわ跳び】自分のめあてに応じた練習をする。</p> <p>今日の自分のめあてはどうか。</p> <p>自分や友達の上かかったところを詳しくみんなに教えてね。</p> <p>みんな、自分のめあてを達成しようと思ったね。</p> <p>わたしは、8の字回旋を回手でできるよ。僕たちは、回旋跳びを練習するよ。</p> <p>友達の動きのよさや改善点を伝えたり、記録を学習カードに記入したりする。</p> <p>腕の動かし方が難しいけど、がんばって練習するぞ。</p> <p>友達の動きのよさや改善点を伝えたり、記録を学習カードに記入したりする。</p> <p>自分のめあてについて振り返り、学習カードに記入する。</p> <p>整理運動をする。</p> <p>本時の学習を振り返り、次時の学習への意欲をもつ。</p> <p>この前より□□□□が上手になったよ。</p> <p>○○さんは、二重跳びの回し方が上手だったよ。</p> <p>今度こそ△△跳びができるよいな。</p> <p>学習のねらいと学習の流れを確認する。 (ねらい) 練習の仕方を工夫して、できそうな新しい跳び方に挑戦しよう。</p> <p>準備運動・のびのびタイムをする。</p> <p>さあ、音楽に合わせのびのびタイムを乗しもう。</p> <p>どんな跳び方に挑戦するのか。</p> <p>【長なわ跳び】自分たちのめあてに応じた練習をする。</p> <p>○○君は、サイドクロスに挑戦しているんだね。</p> <p>【短なわ跳び】自分のめあてに応じた練習をする。</p> <p>今日の自分のめあてはどうか。</p> <p>自分や友達の上かかったところを詳しくみんなに教えてね。</p> <p>みんな、自分のめあてを達成しようと思ったね。</p> <p>わたしは、8の字回旋を回手でできるよ。僕たちは、回旋跳びを練習するよ。</p> <p>友達の動きのよさや改善点を伝えたり、記録を学習カードに記入したりする。</p> <p>腕の動かし方が難しいけど、がんばって練習するぞ。</p> <p>友達の動きのよさや改善点を伝えたり、記録を学習カードに記入したりする。</p> <p>自分のめあてについて振り返り、学習カードに記入する。</p> <p>整理運動をする。</p> <p>本時の学習を振り返り、次時の学習への意欲をもつ。</p> <p>この前より□□□□が上手になったよ。</p> <p>○○さんは、二重跳びの回し方が上手だったよ。</p> <p>今度こそ△△跳びができるよいな。</p>
	<p>○ 学習計画黒板や前時の反省を基に、学習の進め方を話し合うことができるようにする。</p> <p>○ のびのびタイムで行う運動を正しくできていない子どもに対して、動きのポイントを再度伝えることで、様々な跳び方の基礎となる動きを身に付けることができるようにする。</p> <p>※ 自分ができそうな新しい跳び方へ挑戦するために、練習の仕方を工夫することができる。【思・判・観察、聞き取り】</p> <p>◆ 自分のめあてを解決するためにふさわしい場や練習方法を選ぶことのできない子どもや、やってみたい跳び方のコツを再度説明し、子どもと一緒にまわすまわすのか考えよう。自分一人で行うことで、自分の跳び方の改善すればいいのかが分かるようにする。</p> <p>◆ 自分のめあてを解決するためにふさわしい場や練習方法を選ぶことのできる子どもが、技能の向上につながる助言や運動の結果に対して、自分のめあての解決に向けて意欲的に練習を行うことができるようにする。</p> <p>◆ 新しい跳び方へ挑戦するために、練習の仕方を自分なりに工夫することができる子どもや、工夫の素晴らしさを称賛するとともに、同じ跳び方に挑戦している友達に教えるように促すことで、友達とのかわわりを深めながらめあての解決を図れるようにする。</p> <p>○ 全体で本時の活動でよかったところを称賛すること、自分や友達の課題解決に向けた活動の素晴らしさに気付くことができるようにする。</p>

※ 運動学習 認知学習 学習指導