

第4学年 体育科学習指導案

1組 計24人(男子11人,女子13人)

指導者 林 朋

1 単元 ふわっと上がろう！膝かけ振り上がり(鉄棒運動)

2 単元の見込み

「膝かけ振り上がりが調子よくできるようになりたい」という願いをもって、安全に気を付けて教え合いながら楽しく挑戦できる。	【関心・意欲・態度】
「足を大きく振る」や「鉄棒を下に押す」などのコツを発見し、自分の動きに生かしたり、自分の課題が解決できる場を選んだりできる。	【思考・判断】
リズムカルな振動を生かして膝かけ振り上がりを調子よくできる。	【技能】

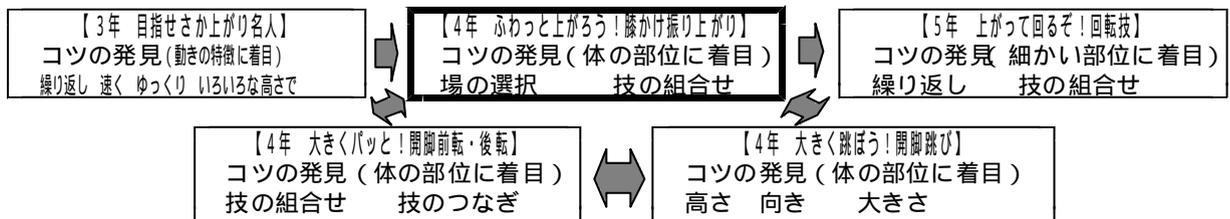
3 単元について

(1) 単元の価値

これまで子どもたちは、「目指せさか上がり名人」の学習を通して、さか上がりのコツを発見し、さか上がりの動きを高める中で「繰り返し、速く、ゆっくり、いろいろな高さで」などの楽しみ方を学習してきた。そして、「もっと新しい技に挑戦したい」「できる動きを組み合わせたい」という欲求をもっている。

そこでここでは、「膝かけ振り上がり」を中心に運動に取り組む中で、自分で挑戦したり、友達の動きを見たりしながらコツを発見し、そのコツを生かして友達と教え合い、励まし合いながら、自分の動きを高めていくものである。また、できるようになった動きを生かして、膝かけ振り上がりへ続く技に挑戦する活動を通してさらに動きを高め鉄棒運動の楽しさを味わっていくものである。

ここで学習してきた、体の部位に着目したコツの発見の仕方や技の組合せ方は、自分が取り組みたい回転技に挑戦し、自分なりの「上がる」「回る」「下りる」の連続技を工夫して鉄棒運動の楽しさを追究していく学習へと生かされていく。



【学習内容の関連及び「学び」の系統】

(2) 運動の特性と教材について

鉄棒運動は、鉄棒を軸として、回ったり、支持したりするなど非日常的な動きを通して、新しい技に取り組んで、その技ができるようになったときに、楽しさや喜びを味わうことができる運動である。また、できる動きを組み合わせたり、「上がる」「回る」「下りる」を連続したりして楽しむことができる運動である。

子どもたちにとっての「膝かけ振り上がり」は、逆さ感覚や振る感覚を身に付けてきた子どもたちにとって身に付けやすい技であり、膝をかけていることで落下の可能性が低く、回転系の鉄棒運動の中では、怖さを感じにくい運動である。そして、大きな反動をつけて勢いよく「ふわっ」と上がることで得られる爽快感は、他の運動では味わうことができないものである。さらに、動きが高まった子どもには「後方膝かけ回転」「前方膝かけ回転」などの発展性もある。また、動きの高まりの見られない子どもに対しても「膝かけ振動」「膝かけからの立ち上がり支持」などに挑戦できる場や振りの角度を見ることができるようボードなどの教具を準備することで、自分に合った場で今できる動きを十分に楽しむことができる運動である。

(3) 本単元における「学び」を生かす子どもの姿

本単元では、自分で挑戦したり、友達の動きや掲示資料を見たりすることで、膝かけ振り上がりのコツを発見し、それを自分の動きに生かし、自分の動きを高めていくようにする。さらに、膝かけ振り上がりから続く技に挑戦して、「膝かけ振り上がり」の動きを高め、鉄棒運動の楽しさを味わっていく子どもの姿を目指すものである。

(4) 子どもの実態（平成20年9月12日 実施）

項目	回答（対象24人，数字は人数）			
1 鉄棒運動への興味・関心	好き（15） どちらかと言えば好き（5） どちらかと言えば嫌い（3） 嫌い（1）			
理由（複数回答）	楽しい（11） できる（8） 気持ちいい（1） 運動が好き（1） 怖い（2） できない（1） 苦手（1）			
2 挑戦したい楽しみ方	・連続で回る（9） ・回って下りる（5） ・コツの発見（3） ・他の技とつなぐ（3） ・補助をしながら回る（1） ・補助具を使う（1） ・動きを合わせる（1） ・競争する（1）			
3 動きを高めるための学び方（複数回答）	・動いてコツを見つける（15） ・コツを教えてもらう（9） ・他の人の動きを見る（4） ・怖がらないこと（1）			
4 さか上がり		11		9 4
5 こうもり振り		13		6 5
6 膝かけ振り上がり		5		11 8
7 膝かけ振り上がりのコツ（複数回答）	・勢いをつける（8） ・腹に力を入れる（2） ・腕に力を入れる（2） ・ヘディングする感じ（1） ・腕を引く感じ（1） ・足に力を入れる（1） ・思い切り回転する（1） ・分からない（9）			

鉄棒運動への興味・関心については、多くの子どもが高いが、「できない」「怖い」といった理由から低い子どももいるので、場や教具の工夫を行い、苦手意識や恐怖心を取り除く必要がある。楽しみ方については、「連続で回る」「回って下りる」といったできるようになった動きを生かして楽しみたいという子どもが多い。動きを高めるための学び方については、「動いてコツを発見する」「コツを教えてもらう」「他の人の動きを見てコツを発見する」など、これまでの「学び」を生かすことで課題解決ができるようになってきている子どもが多い。本単元の学習において中心となる膝かけ振り上がりについては、足だけで振る、頭だけで振る動きを行っていることから、小さな振りになってしまっている子どもが多い。また、振り方がわからないことから、鉄棒に上がることができない子どもが多い。膝かけ振り上がりのコツについては、「勢いをつける」「力を入れる」など大まかな動きについてのコツを発見することができるので、掲示資料を準備したり、言葉かけを行ったりすることで体の部位に着目したコツを発見することができるようにしたい。

4 指導に当たって（研究の視点との関連）

【掲示資料の工夫】

動きが段階的に掲示されたコツ発見ボードや、デジタル教材を活用することで子どもが体の部位に着目してコツを発見することができるようにする。

【運動する場や教具の工夫】

発見したコツを生かして動きを高めることができるように、マットやゴムチューブ、振り大きさの確認するための柱、勢いよく振るための目標物などの場や教具の工夫を行うようにする。

【個に応じた指導の充実】

体育ノートや運動する場の見取り図などを活用して子どもたちの課題や挑戦している場を把握し、実態表を作成することで、それを次の時間の場づくりに生かしたり、子どもたちの課題に合った指導を行ったりするようにする。

5 指導計画（全7時間） 教師の指導

重点評価項目

過程	主な学習活動	教師の指導	評価方法
つ か む (1)	<p>自分なりの膝かけ振り上がりができるようになるう。</p> <ul style="list-style-type: none"> 学習の進め方を知る。 のびのびタイムの内容を知る。 色々な鉄棒遊びに挑戦する。 膝かけ振り上がりを見て、共通のめあてを設定する。 試しの動きと資料を見比べて自分のめあてを設定する。 [めあて1]の内容を知る。 	<p>学習の流れやめあてを掲示し、楽しく学習を進めるためのマナーや約束事について確認することで、これからの学習の見通しをもつことができるようにする。</p> <p>運動する場や用具の準備などの安全面について指導の徹底を図るようにする。</p> <p>膝かけ振り上がりの映像を見る活動を取り入れることで、その技に挑戦していこうとする意欲を高めることができるようにする。</p> <p>「膝かけ振り上がりができるようになりたい」という思いをもって、試しの動きに進んで取り組むことができたか。(関・意・態)</p>	<p>体育ノート 観察</p>
挑 戦 す る (5) 本 時 2 / 7	<p>[めあて1] 発見したコツを生かして、膝かけ振り上がりに挑戦しよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> 自分で挑戦したり友達の動きなどを見たりして、コツを発見する。 発見したコツを確かめ合って、みんなのコツとしてまとめる。 発見したコツを自分の動きに生かして動きを高める。 <p>[めあて2] 膝かけ振り上がりの続き技に挑戦しよう。</p> <p>膝かけ振り上がりのコツを生かして、前方膝かけ回転や後方膝かけ回転などに挑戦する。</p> <ul style="list-style-type: none"> 自分で動いたり、友達の動きなどを見たりして、コツを発見する。 自分なりの楽しみ方や続き技を紹介したり、友達が挑戦している技に挑戦したりする。 	<p>子どもたちがコツを発見することができるように、動きが段階的に示されている掲示資料(コツ発見ボード)を準備するようにする。</p> <p>子どもたちの動きを高めることができるように、発見したコツをみんなのコツとしてまとめ、そのコツを中心に子どもたちに言葉かけを行うようにする。</p> <p>友達の動きなどから膝かけ振り上がりのコツを発見し、それを生かして練習に取り組むことができたか。(思・判)</p> <p>授業中の観察や体育ノート、運動する場の見取り図を活用し、子どもたちの課題や挑戦している場を把握しておくことで、個に応じた言葉かけや補助を行うことができるようにする。</p> <p>膝かけ振り上がりに続く技として前方膝かけ前転や後方膝かけ後転の掲示資料を準備するようにする。</p> <p>コツを生かして動きを高めることができるように、マットやゴムチューブ、振りの大きさを確かめるための柱や勢いよく振るための目標物を準備するようにする。</p> <p>自分なりの楽しみ方を見つけて自分の動きに生かすことができたか。(思・判)</p>	<p>観察 体育ノート</p>
た し か め る (1)	<p>みんなで4年1組の鉄棒発表会をしよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> これまでの学習を生かして鉄棒運動の発表会をする。 単元全体を振り返る。 発展技を見て意欲を高める。 	<p>発表会を通して、学習全体を振り返るようにすることで、自分や友達の伸びやよさに気付くことができるようにする。</p> <p>自分なりの膝かけ振り上がりを発表することができたか。(技)</p>	<p>観察</p>

6 本時

(1) 目標 (6 / 9)

大きな開脚跳びができるようになりたいという思いをもって、友達と教え合い励まし合いながら進んで挑戦できる。【関・意・態】
 自分が挑戦したい場を選ぶことができる。【思・判】
 大きな動きの開脚跳びができる。【技】

(2) 展開

教師の言葉かけ 子どもの反応 重点評価項目
 重点評価項目に関する支援 個に応じた指導

学びを生かす学習指導の工夫

過程	主な学習活動と予想される子どもの反応・教師の働きかけ	教師の指導
つかむ (9)	<p>本時のめあてについて話し合う。 自分の挑戦したい場で大きな開脚跳びをしよう。</p> <p>のびのびタイムで心も体もほぐそう。</p> <p>準備運動、のびのびタイムをする。</p> <p>うさぎ跳びで遠くまで跳べたぞ。</p>	<p>手首、腕、肩、足などを中心にほぐしておき、開脚跳びにつながる動きや感覚をつかむようにする。うさぎ跳びなどを作る時間を確保し、開脚跳びの動きをのびのびタイムで行うようにする。前時までに発見した開脚跳びのコツを掲示することによって、自分の動きを生かして挑戦することができるようになる。</p>
のばす (28)	<p>前の時間までの発見したコツを生かして大きな開脚跳びに挑戦しよう。</p> <p>大きな開脚跳びのコツを生かして跳ぶ。【チャレンジ】</p> <p>助走から着地までのコツを生かして大きく跳ぶぞ。</p> <p>今日はどんな楽しみ方で楽しみたいかな。</p> <p>楽しみ方を工夫して、大きな開脚跳びに挑戦する。【チャレンジ】</p> <ul style="list-style-type: none"> 向きや高さを変えたいな。 踏み切り板を離してみよう。 遠くに着地をしてみよう。 <p>どんな楽しみ方でどんな動きができるようになったのか教えてくださいませんか。</p> <p>遠くに跳ぶことを楽しみました。緑色のラインまで跳ぶことができました。</p> <p>友達の楽しみ方でやってみたいことはあったかな。</p> <p>私もくんみたいに、遠くに跳ぶという楽しみ方をやってみようかな。</p>	<p>開脚跳びで必要な運動感覚が十分に身に付いていない子どもも踏み切り、腕支持など、動きごとに練習できる場を設定しておく、動きを高めることができるようにする。</p> <p>子どもたちの挑戦した場面を前時の振り返りや、子どもたちの観察などから把握しておく、場作りを生かすようにする。</p> <p>遠くまで大きく跳ぶことを楽しむことができないように、踏み切り板を離れた距離やマットに着地した距離ごとにラインテープをはるなど練習の準備しておく、自分の挑戦したい場で友達との楽しみ方を紹介する場を設定すること、他の子どもたちが開脚跳びの楽しみ方を広げることができるようにする。</p> <p>体育ノートや観察などから課題を把握すること、子どもたちの課題に合った言葉かけや補助を行うことができるようにする。</p>
たしかめる (8)	<p>今日の授業はどうでしたか。</p> <p>整理運動をする。</p> <p>踏み切り板を離して跳ぶことができました。</p> <p>次の時間もいろいろな楽しみ方で大きな開脚跳びに挑戦しようね。</p> <p>本時の学習を振り返り、学習カードに書く。</p> <p>次の時間も楽しんだな。がんばるぞ。</p> <p>本時の学習を振り返り、次時の学習に見通しや意欲をもつ。</p>	<p>自分が挑戦したい場を選ぶことができる。【思・判】</p> <p>自分が挑戦する場を選ぶことができない子どもも個に合った向きや高さの場で楽しむことができるように、子どもと話し合って自分に合った場を選ぶことができるようにする。</p> <p>高まった動きを生かしての楽しみ方を紹介する場を設け、その楽しみ方を称賛するようにする。</p> <p>本時の子どもたちの頑張りを認め、次時の学習内容を紹介することで、運動意欲を高めることができるようにする。</p>