

## 第5, 6学年 体育科学習指導案

日 時 平成24年10月4日

児 童 浜中町立〇〇小学校

第5学年 男子4名 女子6名

第6学年 男子3名 女子5名

計18名

指導者 T1 〇〇 〇〇

T2 〇〇 〇〇

1 単元名 陸上運動 走り高跳び 「バーの向こう側へジャンピング～」

2 町研研究主題 「一人一人の意欲を引き出し、『確かな学力』を育む授業を目指して」

体育部会研究主題 「全員ができる喜びを味わえる授業の創造」

～わかるを促す保健体育科における言語活動～

3 単元目標

- ・運動に進んで取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、場や用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、競争や記録への挑戦の仕方を工夫できる。(思考・判断)
- ・リズムカルな助走から踏み切って跳ぶことができる。(技能)

4 単元について

(1) 教材観

陸上運動は基本的には個人競技である。自己の力を思う存分発揮できる反面、運動の内容は単調になりやすい。

走り高跳びは、リズムカルかつスピードに乗った助走から、踏み切りと空間動作、着地という一連の動作から構成され、記録の向上や、上手く跳べたときに喜びを感じることでできる運動である。一方で、バーが高くなるほど恐怖心が大きくなる。また、踏み切りから着地までの動きが瞬間的であり、自身の欠点に気付きにくい。そのため改善点が上手く伝わらず、学習意欲にも差がでやすい。だからこそ、明確なポイントや目標を持たせ、根気強く練習し、自分の記録を向上させる楽しさを味わわせる達成的なものとして扱っていきたい。

(2) 児童観

《 省 略 》

(3) 研究主題とのかかわり (指導観) 【できる喜びを味わえる授業づくりのために】

走り高跳びでは、「バーを跳びこすこと」ができた時に達成感や喜びを感じることができる。そのためには、運動の仕組みを理解し技能と結びつけなくてはならない。そのため、できる喜びを味わわせるために以下の視点から授業を構築していきたい。

### 課題とポイントの明確化

本単元では、発達段階と安全性を考慮し、はさみ跳びで行う。技能の指導にあたっては、「リズムカルな助走と踏み切り」に焦点をあて技能ポイントを明確にし、運動の仕組みを理解させ、技能の向上につなげていきたい。そのためにポイントを視覚的に分かりやすく提示したり、デジタルカメラ等の視聴覚機器を使用していきたい。また、ノモグラム（表1）を用いて、記録という形での明確な目標を持たせながら学習を行っていく。

### 言語活動を通した伝え合う場の確立

通常単式で学習を行っているが、体育に関しては人数等の理由により複式で学習を行っている。異学年が共修するという利点を生かし、学習の形態をグループ活動やペアでの活動を中心とする。お互いに見合ったり、教え合ったりする場を多く設定していき、その中で児童間の深い関わり合いができるよう支援をしていきたい。

### 活動の場の設定

活動の場の工夫や練習場所を選択させるなかで、意欲的に課題を達成できるような学習を目指していく。意識調査から現れている恐怖心を取り除けるような工夫として、ゴムの使用や、バーを工夫していきたい。

目標値の算出についてはノモグラムを用い、以下の式より目標記録を求めた。

目標記録

$$105 + (\text{身長} \div 2) - (50\text{m 走タイム} \times 10)$$

なお、身長については小数点以下を切り捨てて計算を行った。

例（身長 148cm で 50m 走のタイムが 8.5 秒の児童の場合）

$$105 + (148 \div 2) - (8.5 \times 10) = 94 \quad \text{となる。}$$

表1 ノモグラムを用いた目標の設定

## 5 評価規準

運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
<p>ア 約束を守り、友達と助け合って練習や競争をしようとしている。</p> <p>イ 運動する場を整備したり、用具の安全を保持したりすることに気を配ろうとしている。</p>	<p>ア 課題の解決の仕方を知るとともに、自分の課題に合った練習の場や方法を選ぶことができる。</p> <p>イ 自分の力に合った競争のルールや記録への挑戦の仕方を選ぶことができる。</p>	<p>ア リズミカルな助走から踏み切って跳ぶことができる。</p>

## 6 単元指導計画

時	学 習 内 容	主な学習活動・手立て	関心 意欲 態度	思考 判断	技能
1	<p>○最初の記録会</p> <p>○オリエンテーション</p> <p>・自己目標の設定</p>	<p>○最初の記録会を行う。</p> <p>○VTR撮影を行う。</p> <p>○学習ノートを活用し、学習の進め方等の説明を行う。</p>	ア		
2	<p>○色々な助走で跳んでみよう</p> <p>・3, 5, 7歩助走跳び</p> <p>・リズミカルな助走からの跳躍</p>	<p>○ケンステップやロイター板を用いて片足ジャンプの感覚を養う練習を行う。</p> <p>○VTRを活用し、リズミカルな助走とポイントを確認する。</p>		ア	
3 (本時)	<p>○踏み切り位置を見つけ、力いっぱい跳んでみよう。</p>	<p>○助走から踏み切りの流れを理解し、助走からの前方へのエネルギーを上方へ切り替える。</p> <p>○VTRを活用したり、仲間との交流の中から自分の技能の習得状況を理解し、課題を意識しながら練習に取り組んでいく。</p>		ア	
4	<p>○空間動作を練習しよう</p> <p>・ふりあげ足とぬき足</p>	<p>○ハードルやゴムを用いてまたぎこす感覚を養う練習を行う。</p> <p>○振り上げた足をおしりよりも高く上げることに意識をさせながら練習に取り組んでいく。</p>		ア	
5	<p>○記録会へ向けた練習</p> <p>・総合的な練習</p> <p>・記録会でのルールや役割</p>	<p>○これまでの学習の中から苦手な場面の練習ができるよう、複数の場の設定を行う。</p> <p>○記録会へ向けた役割分担や仕事の内容の確認を行う。</p>		イ	ア
6 7	<p>○記録会</p> <p>○単元のまとめ</p>	<p>○VTRの撮影</p> <p>○学習ノートを使い、学習のまとめをおこなう。</p> <p>○学習前のVTRと記録会で撮影したVTRを見比べ、学習の成果を実感する。</p>	イ		

## 7 本時案

### (1) 本時の目標

- ・自分の課題に気づき、課題に合った練習方法や解決策を選ぶことができる。

### (2) 本時の展開 (3 / 7 時間目)

○…指示・説明

□…発問

△…補助発問

	主な学習活動	教師の主な働きかけ <span style="border: 1px dashed orange; padding: 2px;">評価</span>	備考
課題把握	1 準備運動を行う。		
	2 前時までを振り返る。 ・最後の三歩はイチ、ニッ、サン のリズム。 ・大きな動作で動き出す。 ・バーに対して斜めから走る。	□「走り高跳びにはどんな場面がありましたか。」 □「助走のポイントにはどのようなものがあったでしょう。」	・挙手による指名
課題追究	3 本時の課題を理解する。	○「リズムカルな助走から踏み切り位置を見つけ、力いっぱい踏み切って跳んでみましょう。」	
	<div style="border: 2px solid orange; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">リズムカルな助走から踏み切り位置を見つけ、力いっぱい跳んでみよう</div> 4 技能のポイントを理解する。 ・奇数歩になる ・踏み切り位置 (バーとの距離) ・踏み切り時の上体の向き ・かかとから足の裏全体で  5 グループごとに協力して練習を行う。	□「踏み切り位置を見つけるために大切なことはなんでしょう。」 □「高く跳ぶために必要な踏み切りのポイントは何でしょう。」 視聴覚教材を提示してポイントの理解を促す。  ○「前回の助走から、踏み切るときの上体の向きに気を付けて練習してみよう。」 ○「グループごとに友だちの上手なところをほめたり、アドバイスをおくりながら練習をはじめてください」  <div style="border: 1px dashed orange; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">             自分の技能の習得状況を理解し、課題を意識しながら練習に取り組んでいる。  <b>【思考・判断～観察・学習ノート】</b>              ※スポーツミラーや教師からの助言により自己の習得状況に気付かせる。           </div> <div style="border: 2px solid orange; padding: 5px;">             ・各グループを回りながら、個別の課題を気付かせ声をかけ支援していく。              ・練習の中で出てきた児童の課題を各班で共有させていく。           </div>	・イメージ作りのために模範を見せる。  ・挑戦用マット、スポーツミラーマット、ハードルマットの3つの場を用意する。 ・T2 はスポーツミラーの管理と使用を促す。 ・気付いたことや大切だと感じたことはノートにメモさせていく。 ・跳躍ごとに必ず声をかけあわせる。
課題解決	6 本時の学習を振り返る。	○「今日の学習をふり返って、自己評価をしましょう。」 □「助走から踏み切る場面ではどのようなことを心がける必要があるでしょう。」	・学習ノートの活用 ・挙手による指名
	7 片付けを行う。		

(3) 板書計画

リズムカルな助走から踏み切り位置を見つけ、力いっぱい跳んでみよう

- ・ 奇数歩になる  
    イチ、ニツ、サンのリズム
- ・ 踏み切り位置 (バーとの距離)  
    近い× 遠い× バーからうで一本
- ・ 踏み切り時の上体の向き  
    バーとは反対側
- ・ かかとから足の裏全体を使って踏み切る

(4) 場の設定

