

# 第3学年1組 体育科学習指導案

第3校時 場所 体育館 授業者 山本 祐之介

## 1 単元名 チョイス跳び箱（B 機械運動 ウ跳び箱運動）

OECD の提唱するラーニングコンパスにより、知識などのコンテンツベースの学習だけではなく、行動力や価値観を含めたコンピテンシーベースの学習の重要性が言われている。しかし、今日の体育授業を見ると、技や動きを身に付けることばかりを中心としたものも少なくない。また、『保健体育科教の未来をつくる』（OECDカリキュラム調査2023）では、「適切な体育は、生徒の社会的スキルと社会性の発達に強いプラスの影響を与えることができる」とも記されている。そこで、跳び箱運動の学習に取り組む中で自己の課題を見付け、学習方法を選択し、学びを進めていく力を高め、ボール運動などでもその力を発揮することに繋げていきたい。

本学級の児童は、前単元「マット運動」の学習でマット運動の技には系統性があり、その系統ごとの場に分かれて、友達と協力して技の練習をしたり、動画教材を使って練習をしたりしている。しかし、自己を振り返り、課題を見付けたり、その課題に対して様々な方法で解決を図ったりすることには課題がある。

本実践では、6人1組の班で集団跳び箱の姿を動画に収録する活動を行う中で、友達と共に自己を振り返り、課題を見付け、自分なりの方法で解決していくと共に跳び箱運動の基本的な動きを身につけていく姿を目指す。

## 2 単元について

- (1) 本単元では、「チョイス跳び箱」（B機械運動 ウ跳び箱運動）に取り組む中で、自己を振り返り、課題を見付け、自分なりの方法で解決する力を身に付けることや切り返し系や回転系の動きを身につけ仲間と共に運動することを楽しむことをねらいとしている。この「チョイス跳び箱」では、6人1組の班で複数の跳び箱を連続で飛び、その姿を動画に記録する活動を行う。その際、友達とタイミングを合わせたり、同じ動き方になるように工夫したりする中で、自己の課題を見付け、練習の場を選びながら、動きを高めていくことができるようにした。さらにそれぞれの班の友達と共にお互いの成長を見合することで、他者との関わりに価値を感じることもねらいとしている。
- (2) 子どもたちは2年生までに、「跳び箱を使った運動遊び」の学習で、連続した高さのある場を使って、跳んだり、乗ったり、降りたり、転がったりする動きに親しんできている。また、3年生では「マット運動」の学習で系統ごとに技の練習を行う活動を行っている。この学習は4年生での「跳び箱運動」や他領域での自己の課題に合わせた学習方法を選択していくことにつながっていく。
- (3) 本単元に関する子どもの実態は次の通りである。（調査人数36人）
  - ① 開脚跳びの要領で4段の高さを跳びこすことができる児童が20人、着地の際にお尻が当たる児童が4人、馬乗りになる児童が10人、跳び箱の上に膝乗りになる児童が2人である。
  - ② 抱え込み跳びの要領で4段の高さの上に両足で乗ることができる児童が24人、膝乗りになる児童が4人、片足ずつ乗る児童が2人、馬乗りになる児童が1人である。
  - ③ 台上前転の要領で4段の高さで、回転できる児童は12人、怖さや経験の無さから挑戦しなかった児童が24人である。しかし、その24人の中でコンテナの上にマットを敷いた高さのある場へ転がって乗ることができる児童が20人いる。

### 3 単元の目標

- (1) 跳び箱運動にたのしみながら取り組み、技の系統を理解し、自己の能力に適した基本的な技ができる。
- (2) 自らを振り返りながら自己の能力に適した課題を見付け、解決のための活動を選び、その中で考えたことを動きを交えながら友達に伝えることができる。
- (3) 運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、友達の動きや考えを活かそうとしたりしながら運動をたのしもうとしている。

### 4 指導計画（6時間取り扱い）

時	学習活動	指導上の留意点	評価規準・評価方法等
1	1 運動の行い方を知り、学習の計画を立てる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 自由に跳び箱を使って運動をし、見付けた動きを仲間分けすることで、系統性を知ることができるようとする。</li> <li>○ 集団跳び箱に挑戦するという課題を提示し、デモンストレーションの動画からよりよくできるポイントを探すことで、動きの質を高めたいという思いをもつことができるようとする。</li> </ul>	<p>【主】きまりを守って運動をたのしもうとしている。 (観察)</p>
3 ～ 5	2 自己の課題を見付け、学習方法を選択しながら解決を図る。 (本時 4 / 6)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 技の系統ごとに活動の場を分け、コツなどを掲示することで、それを頼りに練習に取り組めるようとする。</li> <li>○ 振り返りカードをもとに声掛けや補助、考えの共有を行うことで、それぞれの課題を更新し、動きの質を高めたりすることができるようとする。</li> <li>○ 課題を選択し、練習する際には、動きなどをもとに、その課題が適しているのかを見取り、声掛けや動画を撮影し見せる等をすることで、適した課題を選択できるようとする。</li> <li>○ 特に本時では、技のポイントごとに課題解決のための練習の場を用意することで、自分の課題に合わせて場を選択させ、見通しをもって練習することができるようとする。</li> </ul>	<p>【知】技の系統を知り、跳び箱運動の基本的な技ができる。 (観察)</p> <p>【思】自己の能力に適した課題を見付け、活動を工夫している。動きを交えながら自分の考えを説明できる。 (観察、学習カード)</p> <p>【主】友達の動きや考えを活かしながら運動をたのしもうとしている。 (観察、学習カード)</p>
6	3 集団跳び箱に取り組む様子を撮影し、単元の学習を振り返る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 集団跳び箱に取り組む姿を動画で撮影することで、自分の動きを振り返り、学びを実感できるようとする。</li> <li>○ 学習カードをもとに学び方を振り返ることで、今後の体育での学び方に見通しをもてるようとする。</li> </ul>	<p>【思】自己の学習を振り返り、次の学習での学び方について考えている。 (観察、学習カード)</p>

## 5 本時の学習

### (1) 目標

自分の課題に合わせた練習方法を選んで技の練習をする活動を通して、跳び箱運動の基本的な技を身につけたり、出来栄えを高めたりすることができる。

### (2) 展開

時間	学習活動	子どもの思い・姿
5	1 前時の学習を振り返り、課題を見付ける。	<ul style="list-style-type: none"><li>○ まだ開脚跳びの着地が上手くできないから今日はそこを練習したいな。</li><li>○ この前台上前転に挑戦したけど、低いところでしかできないから、高いところに挑戦したいな。けど、どうやつたらお尻を高く上げられるかな。</li><li>○ 開脚跳びでは、手を遠くにつくというコツがあったけどどうすればいいかな。○○さんが上手だったから聞きに行こうかな。</li></ul>
10	2 本時の課題をもとに、場所を選び練習する。	<ul style="list-style-type: none"><li>○ 今日は、台上前転の着地を上手くしたいから、着地の練習の場所に行ってみよう。</li><li>○ 着地するときにどうしてもしゃがんだままになってしまふな。どうしたらいいんだろう。</li><li>○ 着地の時は、足が少し伸びている方がかっこよく降りることができるよ。</li><li>○ 台上前転で着地する時は、丸まったまんま降りるんじゃないなくて、最後に体を少し開くといいことがわかりました。</li></ul>
12	3 場ごとに、練習の中で見付けたコツなどを共有したり、新たな課題を見付けたりする。	<ul style="list-style-type: none"><li>○ まだ自分の技が上手にできているかわからないから友達に動画を撮ってもらって、お手本の動画と比べてみようかな。</li><li>○ もっとかっこいい開脚跳びは、抱え込み跳びにレベルアップするみたいだけどどうやってやるのかな。</li><li>○ 友達にコツをしえてもらって挑戦したら台上前転ができるようになりました。跳ぶ時には、ジャンプのことだけじゃなくて手で支えることも大事でした。</li></ul>
13	4 見付けたコツや新たな課題をもとにさらに練習をする。	<ul style="list-style-type: none"><li>○ 友達が開脚跳びで降りる時は、カエル跳びみたいにするといいと言っていたからやってみよう。</li><li>○ 台上前転はだいたいできるようになったから、伸膝台上前転にも挑戦してみたいな。</li><li>○ 抱え込み跳びをいきなりするのは怖いからまずは、上に乗ればいいんだね。何回もやって慣れてみよう。</li></ul>
5	5 本時の振り返りを行う。	<ul style="list-style-type: none"><li>○ 今日は、友達と一緒に台上前転に挑戦したら、新しいコツを見付け、上手にできるようになりました。回転系はできたから、次は、切り返し系の抱え込み跳びにも挑戦してみたいな。</li></ul>



前時までに開脚跳びや台上前転について、場を選びながら練習に取り組み、コツを共有したことで、技の中の自分の課題に気づき始めた子どもたち。本時では、その課題に合った場を選び、練習をすることで技を身につけたり、出来栄えを高めたりしていく姿をお見せします。

#### 主体的・対話的で深い学びを生み出す教師の支援（発問・指示・教具・評価）

- 前時まで取り組んだことを思い出せるよう尋ねたり、学習カードの振り返りや技の出来栄えカードを取り上げたりし、今日取り組みたいポイントを技の連続図に丸で示させる。さらに、練習の場を連続図で示した体育館の配置図と照らし合わせることで、本時の活動に見通しを持って、場を選ぶことができるようになる。その際、振り返りの学習カードをもとに、課題を選ぶ手助けをしたり、新しい場に挑戦することも促したりする。

自分の課題を見付け、練習場所を選び、技をレベルアップさせよう。

- 課題となる技のポイントごとの練習の場を設営しておく。さらにその練習の場と行う方法を体育館の配置図に動画を貼り付けたシートを学習支援アプリで配布しておく。そうすることで、自分の課題に合った練習の場とその正しい練習方法を理解し、練習することができるようになる。
- 各系統の場を回りながら、子どもたちの活動の様子を見取ることで、適切な関わりを行っていく。手の突き放しやお尻を高くあげるなどの動きがうまくできていない子どもたちは、その場の子どもたちを呼んでコツや動きの感覚を共有することで、それらの動きを身に付けることができるようになる。また、動きがうまくできている子どもには、動画を撮影し見せることで別の課題に気付くことができるようになる。

- 練習の場では、掲示している連続図に動きのコツや感覚を発言した子どもの名前とともに教師が記入する。そうすることで、その場に来た子どもが練習する時の参考にできるようになる。さらに、記入されていることがわからないときには、発言した子どもに聞きに行くことができるようになることで、課題解決のための関わり合いができるようになる。

- 通常の場では、技の動画を撮ることを促し、自分の姿を客観的に見ることができるようにすることで、動きの中でうまくできていないところやよくできているところに気づかせる。また、友達と一緒に技に挑戦してみることを促すことで、友達と比較させ、技の出来栄えを高めようとする思いをもたせたりする。そうすることで、次の課題を見付け、さらに動きを高めるための練習ができるようになる。

- 授業終盤には、それぞれの場で見付けた動きのコツや感覚を記入した掲示物や良い学び方をしていた子どもたちを取り上げて紹介したりすることで、次の時間の練習方法に見通しをもつようになる。

- 学習カードの振り返りを書く際に、その日のどんな場面でどんな学びがあったのか、どのように学習したのかを記述するように促すことで、自分に合った学び方を考え、これからの学習に生かすことができるようになる。

#### 【教材・教具】

- 技のお手本動画
- 壁面掲示
- タブレット端末

#### 【評価】

- 自己の課題の解決のために学習方法を選び、練習し技を身に付けたり、出来栄えを高めたりしている。【観察・学習カード】

