

体育科学習指導案（略案）

年 月 日（ ）第 校時
第 学年 組 （於：体育館）
指 導 者：

1 単元名 器械運動「跳び箱」

2 指導の目標

自己の能力に適した課題を決め、課題解決のための練習の場を選び開脚跳び・閉脚跳び・台上前転をできるようにする。

3 評価規準

関心・意欲・態度・・・器具の準備片付けなどを進んで協力して行い、お互いの技を観察、アドバイスをしあいながら意欲的に学習に取り組むことができる。また、器具・活動場所の安全に注意して学習できる。
思考・判断・・・自己の状況を判断し、単元を通じてのねらいや毎時間のめあてが設定できる。また、めあてやねらいを実現するための工夫した学習ができる。
技能・・・選択した場から跳び箱に必要な基本的な技能を身につけ、練習を通じて跳び方をすることができる。また、できばえを発表しあって器械運動の特性を味わう。

4 単元計画

	過程		つかむ	追及する			まとめ	
	時間		1 時間目	2 時間目	3 時間目	4 時間目 【本時】	5 時間目	6 時間目
学習内容	導入 (体操) (準備) (めあて)	10分	オリエンテーション	集合・整列・あいさつ 準備運動・・・体操、カエル倒立、カエル足打ち、ウサギ跳び、馬跳び場の準備				
	活動1 (めあて1)	10分	開脚跳び 閉脚跳び 台上前転 練習	めあて1の確認				
				助走、踏切、着手、着地を意識して今できる技に取り組もう	助走、踏切、着手、着地を意識して今できる跳び方を大きな動作でやろう	回転系の技に取り組もう 台上前転 首はね跳び 頭はね跳び 前方転回	シンクロマットをしよう 計画 練習	
	活動2 (めあて2)	20分	開脚跳び 閉脚跳び 台上前転 試しの試験	めあて2の確認				
				助走、踏切、着手、着地を意識して今できる技を大きくやろう	回転系の技に取り組もう 台上前転 首はね跳び 頭はね跳び 前方転回	回転系の技とその発展技に挑戦しよう 首はね跳び 頭はね跳び 前方転回	発表会 (個人技)	シンクロマットをしよう 発表会
まとめ	5分	片付け 学習のまとめ 次時の確認						

5 本時の学習（本時は全6時間中の4時間目）

(1) 目標

できそうな跳び方や上手になりたい跳び方に、跳びやすい跳び箱や場で挑戦する。

(2) 準備・資料

跳び箱8、マット11、エバーマット2、踏切板6、ロイター板3走り高跳びの支柱1、ケンステップ8、ゴム紐2、カラーコーン2

(3) 展開

	学習活動	時	指導上の留意点及び支援の工夫	評価項目 (方法)
導 入	1、集合、整列、あいさつ、健康観察 2、準備運動 3、慣れの運動 ・カエル倒立、カエル足うち、うさぎ跳び、馬跳び	5 分	○本時に必要な部位を確認しながら行う。	
展 開	4、場の準備 ・グループごとに場の準備を行う。 5、めあて1の確認	6 分	○安全に準備できるように確認する。	
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">助走・踏み切り・着手・着地を意識して、得意な跳び方や今できる跳び方を大きな動作でやろう（めあて1）</div> 6、自己の課題にあった場を選んで練習する。 〈予想される児童の練習技〉 ・開脚跳び、水平開脚跳び、 ・閉脚跳び、水平閉脚跳び ・台上前転 【踏み切りのしかたを身につける場】 ・輪や踏み切り板を使って片足で踏み切って両足でロイター板の上に乗る、両腕を振り上げて大きくジャンプする。 【開脚跳びの場】 ・開脚跳びや水平開脚跳びの練習をする。 【閉脚跳びの場】 ・閉脚跳びや水平閉脚跳びの練習をする。跳び箱は縦にしたり横にしたりして練習する。 【台上前転・首はね跳び・頭はね跳びの場】 (1) 台上で回れるようにする場 ・台の上で回ることを身につけるため、1段や2段などの低い跳び箱で練習する。怖くないようにマットの上に跳び箱を置く。 (2) 台上で回れるようにする場・大きく回る場 ・(1)で身につけたものを、高さを変えて回れるようにする。高く蹴らなくても回れるように、3段と4段をつなげるという場にする。 ・回ることにはできるが、大きく回れないという児童のために、高跳び用の支柱とゴムを用意し、ゴムに足を当てることを意識して回る。実際にはゴムには足が届かないように場を設置する。 (3) 台上で回れるようにする場 ・台上前転だけでなく、首はね跳びや頭はね跳びを恐怖心を取り除きながら練習する。跳び箱の横にウレタンマットを用意して並べる。また、着地のマットをエバーマットとする。 (4)(5) 台上で回れるようにする場 ・段階を経て台上で回れるようにしてきたので、台上前転や首はね跳び、頭はね跳びを試すようにする。 (6)(8) 高い段に跳び乗るための場 ・すべての技を行ってよいことにする。	7 分	○マイクを使って指導に当たる。 ①マイクを使うことで遠くにいる児童にも随時声かけをするため ②マイクを使うことで教師が発した言葉を児童が自分の言葉のように周囲の仲間に伝えさせるため。 ○自分の力に合った無理のない跳び方を選び、それに適した跳び箱や場で練習、挑戦をしているか観察し、必要に応じて助言する。 ○挑戦の始めと終わりに合図を行うように指示し、安全に行えるようにするとともに、意欲を高めて挑戦するようにする。 ○場の使い方が特に上手な児童がいたら、全体に発信するために全体を止めて、模範としてやってもらおう。 ○跳び箱が跳べない児童への配慮として、跳ぶことを第一の目的とさせるのではなく、正しい踏み切りや手つき、着地をすることを目的とさせる。 ○怖くて台上前転をすることが困難な児童には、マットでの前転をしたり、低い跳び箱を準備したりして段階的な指導や段階的な場を用意する。	思 ◎必要な技能を身につけるために、自分の課題を見つけ、それに応じた練習の場を選んで練習している。(行動観察) ○必要な技能を身につけるために練習に取り組んでいる。(行動観察)

展 開	<p>(7)着地の場</p> <ul style="list-style-type: none"> ・台上前転や首はね跳び、頭はね跳びの着地を身に付ける。エバーマットを敷いたので恐怖心を減らしながら行う。 <p>7、めあて2の確認</p> <p style="border: 1px solid black; padding: 2px;">回転系の技とその発展技に挑戦しよう（めあて2）</p> <p>8、自己の課題にあった場を選んで練習する。</p> <p>〈予想される児童の練習技〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・台上前転 ・首はね跳び ・頭はね跳び ・前方転回 (・水平開脚跳び、水平閉脚跳び) <p>9、発表</p> <ul style="list-style-type: none"> ・めあて1、めあて2を行って来て、本時の成果を確認する。 	17分	<ul style="list-style-type: none"> ○めあて2に合わせて場は変えない。 ○ポイントとなる動きには「助走」「踏み切り」「着手」「着地」があることを伝え、それらを意識しながら跳ぶことを伝える。 ○回転系の技を多く行うようになるので、周囲との接触がないようよく確認させる。 ○跳ぶことができない児童には、前段階に戻るよう助言する。 ○本時のめあて2とずれて、回転系ではない技の練習する児童も予想されるが、今できない技をできるようにすることもめあて2であることを事前に話しているので、良いこととする。 <ul style="list-style-type: none"> ・回転系の技だけではなく、まだ合格していない技を中心にを行う。 ・全員の前で行うのではなく、自分の中での成果の確認とする。 	<p>思◎必要な技能を身に付けるために、自分の課題を見つけ、それに応じた練習の場を選んで練習している。(行動観察)</p> <p>○必要な技能を身に付けるために練習に取り組んでいる。(行動観察)</p>
	整 理	<p>10、片付け</p> <ul style="list-style-type: none"> ・役割分担をして、友だちと協力して素早く安全に片付けをする。 <p>11、整理運動</p> <p>12、本時の感想と次時の学習内容の確認</p> <p>13、あいさつ</p>	7分	<ul style="list-style-type: none"> ○準備の時同様、児童が用具を運ぶ時には「○○を運んでいます」と声を出して運び、周囲に用具を運んでいることを知らせる。 ○本時に使った部位を中心に、心身を和らげる。 ○友だちのよかったところを発表し合う。(話し合いの場面) ○次時の予告をし、意欲づけを図る。