

# 第4学年1組体育科学習指導案

令和5年6月19日(月) 第6校時 体育館  
 在籍児童数 男子15名 女子16名 計31名

1 単元名 「跳び越せ彦成タワー！共達と共学、共力、共心！ジャンプ！ジャンプ！ジャンプ！」(走・跳の運動)

## 2 運動の特性

### (1) 一般的特性

○走・跳の基本的な運動によって、相手と競争したり、記録に挑戦したりすることで楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

○強く踏み切り高く跳ぶことで、瞬発力や調整力を高めることができる運動である。

### (2) 児童から見た特性

走・跳の運動の楽しさや喜びを感じる要因	走・跳の運動を遠ざける要因
<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の目標とする記録が設定しやすく、記録が伸びたり競争したりすると楽しい運動である。</li> <li>・自分に適しためあてを設定し、めあてに挑戦し、楽しむことのできる運動である。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・けがをすることが怖いから。</li> <li>・高く跳ぶことができないから。</li> </ul>

## 3 児童の実態

## 4 教師の指導観

### (1) 知識及び技能

本校では、6カ年の技能系統表をもとに、体育の授業を展開している。児童にも確実な技能を保証するためには、各学年で身に付ける技能を明確にした授業を展開することが重要である。跳の運動では、4年生で「3～5歩の短い助走から踏み切り足を決めて上方に強く踏み切り、高く跳ぶこと」「膝を柔らかく曲げて、足で着地すること」の2点を必ず身に付ける動きとしてとして設定している。

実態調査から、本学級の児童に上記調査結果が見られたのは、跳躍前に10～15歩程度の助走を取る児童が多く見受けられたからであると考えた。そのため、本単元においては、3～5歩の短い助走から、自分に合った踏み切り足で上方に強く踏み切り、高く跳ぶことのできる楽しさを味わうことのできる授業を展開していきたいと考えている。

3～5歩と短い助走から踏み切って、より高く跳ぶためには、高跳びの局面のうち「助走」と「踏み切り」が大切になってくると考える。そこで自分に合った歩数と踏み切り足を見つけることが重要である。技能調査で多くの児童に見受けられた「踏み切り足が合わない」という課題を解決するために、まず、単元の1時間目に、踏み切り足を見つける学習活動を取り入れていく。踏み切り足が決まったら、決まった足にアンクルバンドをつけて学習を進めていく。足にアンクルバンドをつけることで、児童同士で動きを見合う際の一助としたい。また、決めた踏み切り足で上方に強く踏み切ることが意識できるよう、ケンステップを置き、そこを踏み切りゾーンとして設定する。さらに、踏み切り足で確実に踏み切るためには、3～5歩と自分に合った歩数を見つける活動も取り入れていく必要がある。そこでケンステップを使い、同じ踏み切り足で跳ぶための助走の仕方を習得させる学習活動を取り入れていく。その際に、ケンステップを置く位置が児童の基準とならないよう、児童の目印として、助走のラインとケンステップを置く位置に印をつけ、そこに児童がケンステップを置くことができるようにしていく。単元前半にはこのような学習活動を展開していき、「助走」と「踏み切り」を習得させたい。単元後半には、より高く跳ぶために、それぞれの課題に応じた複数の場を設定し、児童が課題を明確にしたうえで、それぞれの課題にあった場を選択できるようにしていく。

第1時から第4時では、学習カードを活用し、「同じ足で踏み切るために、助走をどのように工夫したか。」などの具体的な問いを立てることで、具体的なポイントを振り返らせ、知識・技能の習得をさせる。第5・6時では、これまでの学習で得た知識を活用し、自分の課題を把握したり、課題の解決方法や場を選んだりしながら練習をさせることで技能を身につけさせていく。

### (2) 思考力、判断力、表現力等

本単元では、児童同士の学び合いを深めるために、具体的な表現を用いて、解決方法やアドバイスを伝えること

ができる児童を育てたい。そのために、単元前半で、動きのポイントを教師がすぐに示すのではなく、グループで話し合い、課題を解決するための具体的な手立てを見つけることを通して、知識や技能を習得させていく。課題を解決させる学習活動では、試技者を観察し、話し合う視点や、観察者の立ち位置を明確にすることで、その視点に沿い、課題を解決するためのざっくりばらんな関わり合いができるようにしていく。対話の際には、試技者が「どうだった？」などというように観察者に感想を伝えることで、そこから解決方法を考えていくための対話を活発にし、思考力・判断力・表現力を高めることができるようにする。また、教師が児童の動きを見て、ねらいに沿った声掛けを積極的に行ったり、よい児童のアドバイスを称賛し、広めたりすることで、児童が具体的な解決方法やアドバイスを伝えあって、課題解決をすることができるようにするための一助としたい。これにより、児童が思考を整理したり、表現力を高めたりすることができるようにする。

また、ねらいに沿った振り返りを書くことができない児童がいる実態から、自分の課題は何か、解決するために必要な練習は何かなどの視点を与えて、振り返りを記入させる。本時のねらいに沿った振り返りを行うことで何を学んだのか児童自身が認知し、「次はこうしたい。」と次時への見通しを明確に持たせることができると考える。

### (3) 学びに向かう力、人間性等

単元の大きなねらいとして「高跳びが好きではない」と考えている児童に、跳の運動の一般的特性や運動のよさを味わわせることで「高跳びが楽しい」と感じさせたい。体育授業に関するアンケートの結果から、高跳びの授業でのけがを恐れていること、仲間と関わり合いをもちながら技能向上を図ることを期待していることが分かった。そこで、まず、安全面での工夫を行う。具体的には、着地の場所にマットを敷いたり、単元の1時間目で安全な着地を身に付けさせたりすること、競技用のバーではなくゴム紐を取り入れ、引っかかった時の恐怖心を軽減させることなどである。このような工夫をし、けがを恐れている児童も安心して力いっぱい運動ができるようにしていく。次に、運動に意欲的でなく、苦手としている児童も参加したいと思えるような計測の工夫を行う。単元を通して、ゲーム化したグループごとの計測を行っていくが、高跳びは身長の高さや足の速さなどが記録に直結するため、有利・不利が生じやすいと考えられる。そこで本単元では、高さの設定を試技者の体の部位で行い、部位ごとに得点化をする。ただ跳べた、跳べなかったという結果で終わらぬよう、「共心カード」を活用し、習得させたい動きが習得できるよう、各時間にあった基準を示すようにする。「共心カード」は、毎時間少しずつ基準が増えていく、スモールステップ化したものを用意し、できる喜びを味わわせることができるようにする。そうすることで、苦手意識のある児童も抵抗なく計測を行い、少しずつ技能を身に付け、高跳びの楽しさに触れられるようにしたい。

また、1時間の流れ全体を通して、他者との関わりをもたせられるように、グループやペアの仲間と共に学習を進めるという意欲を持たせる。互いに跳躍を見合い、称賛し合ったり、アドバイスし合ったり、分からないことを聞き合ったりし合うことで、温かい人間関係、温かい授業の雰囲気構築していく。課題解決の時間を中心に、「△△さんのおかげで××ということが分かったね。」などというように、関わり合い自体を価値づける声掛けも行っていく、技能の向上へとつなげて

## 5 彦成小学校の研究との関わり

### 【学校教育目標】

○じょうぶでがんばる子      ○きまりを守り、助け合う子      ○よく考えて自分から進んでやる子

### 【研究主題】 気力あふれる児童の育成

～運動好きを増やし、目標や困難に立ち向かう力を育む実践を通して～

【仮説】①「価値あるざっくりばらんな関わり合い活動」を取り入れた授業を行えば、多様な資質・能力が生まれ、運動大好きな児童を育成することができるであろう。

※「②教科外での体育的活動を充実させれば、成功体験を積み重ねられ、目標や困難に立ち向かう児童を育成することができるであろう。」は教科外体育のことなので、省略する。

<手立て> 「価値あるざっくりばらんな関わり合い活動」を取り入れた授業

#### ○「児童が必要感をもつ」教師の働きかけ

- ・第1時で、「みんなの記録を計測し、得点化した合計得点を毎時間合わせて、彦成タワーの高さを超えよう！」と単元の目的を明確にすることで、運動の得意不得意に関わらず、全児童が意欲をもって取り組むことができるようにする。
- ・試技者が跳躍を終えた後、観察者に「どうだった？」などというように観察者に感想を伝えることで、そこから解決方法を考えていくための対話を活発に行けるように工夫をする。

- グループやペアでの学び合いは、ポイントの声かけだけではなく、技能習得の場についても話し合わせる。「平場で練習をする」、グループで練習していく中で、課題が達成できていない場合などには、「技能習得の場で練習する」など、場を行き来させることで、個に応じた学びを実現させる。実現に向け、児童に対する声掛けを行う。

○「児童が必要感をもつ」教材・教具の工夫

- 単元の中の知識を得る時間では、毎時間の構成を、「課題について考え、知識を得る時間（共学タイム）」「得た知識を基に練習し、技能を得る時間（共力タイム）」「その時間の成果と、自己の課題を把握する計測（ゲーム）の時間（共心タイム）」で構成する。課題をグループやペアで思考し課題解決させる活動や、仲間の跳躍を見合い、できばえ等を伝える「自己の課題を把握する計測（ゲーム）の時間（共心タイム）」を毎時間入れることで、ざっくばらんな関わり合いが活発に行われるようにする。また、最後の時間には、個人の課題を解決する時間として設定する。単元を通しての仲間からのアドバイスを基に、自分の課題を把握したり、自分の課題の解決方法を選んだりすることができるように、学習過程を工夫する。
- 第1時に、習得してほしい跳び方（ゴールの姿）を提示する（お手本動画を再生）ことで、どのような動きがよいのかイメージをもたせるとともに、正確な技能を身に付けられるようにする。また第3時には、上手くいっていない動画を再生し、どこがよくないのかを考えさせることで、学習の焦点化を図ることができるようにする。
- 毎時間、習得した技能が増えていくスモールステップ化した、「共心カード」を活用することで、児童にできる喜びを多く味わわせ、主体的に取り組むことができるようにする。
- 共心タイム（計測の時間）では、身長差などによって有利不利が生じないよう、高さの設定を試技者の体部位で行い、部位ごとに得点をつける。脹脛、膝、ももの3つに分けて得点化する。また、計測の際にすぐ高さの設定を行うことができるよう、高跳びの棒に色分けしたテープを貼る。また、テープに対応した色のビブスを着用させる。

6 単元の目標

- 高跳びの行い方を知るとともに、その動きを身に付けることができるようにする。 〈知識及び技能〉
- 自己の課題を見つけ、その課題を解決のための活動を選ぶとともに、友達の動きについての変化を見付けたり、考えたりしたことを友達に伝えたことができるようにする。 〈思考力・判断力・表現力等〉
- 高跳びに進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。 〈学びに向かう力、人間性等〉

7 単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
① 高跳びの行い方について、言ったり書いたりしている。	① 助走のリズムや踏切りなど、自己の能力に適した課題を見付け、その課題の解決のための活動をえらんでいる。	① 高跳びに進んで取り組もうとしている。
② 踏切り足を決めて跳ぶことができる。	② 友達の動きについての変化を見付けたり、考えたりしたことを友達に伝えている。	② 用具の準備や片付けを友達と一緒にしようとしている。
③ 3～5歩の助走から強く踏み切って上方に高く跳ぶことができる。		③ 友達の考えを認めようとしている。
④ 膝を柔らかく曲げ、足から着地することができる。		

8 単元の計画

(1) 領域（跳の運動系）の取り上げ方

学年/運動		第1学年	第2学年	第3学年	第4学年	第5学年	第6学年
跳の運動遊び	幅跳び遊び	5時間	2時間				
	ケンパー跳び遊び	1時間					
	ゴム跳び遊び	10時間	6時間				
	幅跳び			7時間			
	走り幅跳び					4時間	
	高跳び				5時間		
	走り高跳び						4時間

(2) 領域の内容（跳の運動系）と目指す動き

学年	内容		目指す動き
1	跳の運動 遊び	幅跳び 遊び	<ul style="list-style-type: none"> <li>両足でしっかり地面を蹴って前方に跳ぶこと。</li> <li>助走を付けて片足で前方に跳ぶこと。</li> </ul>
		ケンパー跳び遊び	<ul style="list-style-type: none"> <li>片足や両足で、並べられたケンステップ等を連続して前方に跳ぶこと。</li> </ul>
2		ゴム跳び 遊び	<ul style="list-style-type: none"> <li>助走を付けて片足でしっかり地面を蹴って上方へ跳ぶこと。</li> <li>片足や両足で連続して上方へ跳ぶこと。</li> </ul>
3	幅跳び  高跳び	幅跳び	<ul style="list-style-type: none"> <li>5～7歩程度の助走から踏み切り足を決めて前方に強く踏み切り、遠くへ跳ぶこと。</li> <li>膝を柔らかく曲げて、両足で着地すること。</li> </ul>
4		高跳び	<ul style="list-style-type: none"> <li>3～5歩程度の短い助走から踏み切り足を決めて上方に強く踏み切り、高く跳ぶこと。</li> <li>膝を柔らかく曲げて、足から着地すること。</li> </ul>
5	走り幅跳び  走り高跳び	走り幅跳び	<ul style="list-style-type: none"> <li>7～9歩のリズミカルな助走をすること。</li> <li>踏み切りゾーンで力強く踏み切ること。</li> <li>かがみ跳びから両足で着地すること。</li> </ul>
6		走り高跳び	<ul style="list-style-type: none"> <li>5～7歩程度のリズミカルな助走をすること。</li> <li>上体を起こして力強く踏み切ること。</li> <li>はさみ跳びで、足から着地すること</li> </ul>

指導と評価の計画（6時間扱い） 本時は○印 3 / 6時

時間	1	2	③	4	5・6	
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>学習の進め方を知る。</li> <li>自分の跳びやすい踏み切り足を決めて、跳ぶ。</li> </ul>	同じリズムでの助走を習得し、(3歩助走)練習をする	より遠い位置からの同じリズムでの助走を習得し、(5歩助走)練習する。	強い踏み切りを習得し、練習する。	・自分の課題に応じた場を選んで練習する。	
指導の内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>学習の進め方、授業の約束</li> <li>試しの運動</li> <li>高跳びで大切なポイント</li> <li>【ポイント】</li> <li>・助走・踏み切り・着地</li> <li>・踏み切り足を決める</li> <li>・安全な着地を習得する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・3歩での助走の際に用いるリズム(1・2・3)</li> <li>・共心タイムでの計測の行い方</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・5歩での助走の際に用いるリズム(1・2、1・2・3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高く跳躍するために、踏み切りの仕方</li> <li>【行い方】</li> <li>・最後の1歩で強く踏み切る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・練習への取り組み方</li> <li>・課題解決のためのポイントやコツの伝え方</li> <li>・友達と励まし合うこと</li> </ul>	
学習過程	オリエンテーション	1 集合、整列、挨拶、健康観察をする。 2 準備運動をする。 3 感覚つくりの場の準備をする。				
		4 感覚つくりの運動をする ・ビッグジャンプ：上方に高く跳ぶこと、強く踏み切ることを意識させる ・リズムジャンプ：5つのケンステップをリズムよく跳び、踏み切り足で踏み切ることを意識させる ・はさみジャンプ：膝を伸ばし、横から飛び越すことを意識させる。				
	1 集合、整列、挨拶 健康観察をする。 2 準備運動をする。 3 習得してほしい跳び方を見せ、高跳びの局面を考える(安全な着地をおさえる。) 4 単元の学習内容と学習の進め方、約束を知る。 ・学習の流れ ・授業の約束 5 試しの運動を行う。 ・感覚つくりの運動 ・場を用意し、踏み切り足を決め、安全な着地を意識して跳躍する。 6 片付けをする。 7 本時のまとめをする。 8 整理運動、次回の予告、挨拶をする。	5 場を片付け、新たな場を準備する。 6 本時のねらいを確認する。 ・前時の活動内容や児童の発言、学習カードの記述から、本時のねらいを提示する。	7 【共学タイム】 ・毎回同じ助走の歩数を考える。 ・全体で考えた歩数を共有する。 ・3歩での助走のリズムを知る。(1・2・3)	7 【共学タイム】 ・3歩以上で、同じ踏み切り足で踏み切れる歩数を考える。(自由思考での活動) ・全体で考えた歩数を共有する。 ・5歩での助走のリズムを知る。(1・2、1・2・3)	7 【共学タイム】 ・より高く跳ぶための踏み切りのポイントを考える。 ・全体でグループごとに考えたポイントを共有する。 【ポイント】 ・最後の1歩で強く踏み切る	7 【共力タイム】 ・自分の課題を「全力カルテ」から確認する。 ・自分の課題に応じた場を選び練習する。 ・同じ場にいる仲間と見合い、できばえを確かめる。
		7 【共学タイム】 ・毎回同じ助走の歩数を考える。 ・全体で考えた歩数を共有する。 ・3歩での助走のリズムを知る。(1・2・3)	7 【共学タイム】 ・3歩以上で、同じ踏み切り足で踏み切れる歩数を考える。(自由思考での活動) ・全体で考えた歩数を共有する。 ・5歩での助走のリズムを知る。(1・2、1・2・3)	7 【共学タイム】 ・より高く跳ぶための踏み切りのポイントを考える。 ・全体でグループごとに考えたポイントを共有する。 【ポイント】 ・最後の1歩で強く踏み切る	7 【共力タイム】 ・自分の課題を「全力カルテ」から確認する。 ・自分の課題に応じた場を選び練習する。 ・同じ場にいる仲間と見合い、できばえを確かめる。	
		8 【共力タイム】 ・3歩助走で、リズムよく跳躍するための練習に取り組む。	8 【共力タイム】 ・5歩助走で、リズムよく跳躍するための練習に取り組む。	【共力タイム】 ・強く踏み切るための練習に取り組む。  ○課題達成に困難を要する場合 5歩目に踏み切り板を設置し、強い踏み切りを意識させられるようにする  ・グループ全員ができるようになるために場を選択し、練習する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・5歩助走の場</li> <li>・踏み切りの場</li> <li>・特訓の場①...ケンステップを使わず、5歩助走で跳躍する。</li> <li>・特訓の場②...腰以上の高さに挑戦する</li> </ul>	
		8 【共心タイム】 計測を行い、得点を記録する。				
		10 場の後片付けをする。 11 本時の振り返りとまとめをする。 12 整理運動、あいさつをする。				
評価計画	知・技	②・④	①	③		
	思・判・表			②	①	
	態	②		③	①	
	方法	観察	観察・学習カード	観察・学習カード	観察・学習カード	観察・学習カード
	場面	5・6	8・11	8	7・8・9	7・8

9 本時の学習と指導(3/6時)

(1) ねらい

友達の動きについての変化を見付けたり、考えたりしたことを友達に伝えている。〈思考力・判断力・表現力等〉

(2) 準備

・ミニハードル・コーン・マット・支柱・ゴム・ケンステップ・踏み切り板・電卓・ホワイトボード(掲示用)

(3) 展開

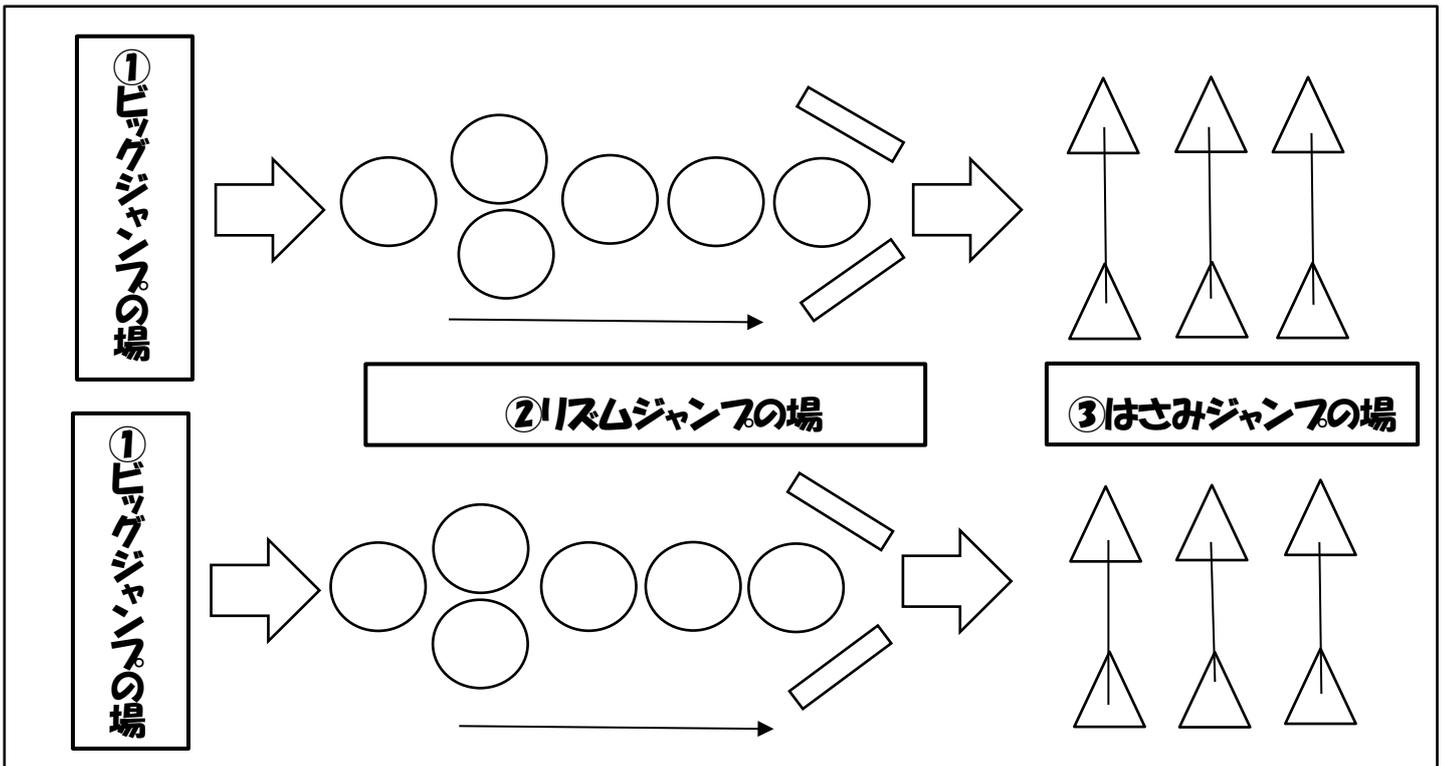
段階	学習内容・活動	指導上の留意点 (○指導 ◆評価規準)
導入 5分	1 集合・整列・挨拶をする。	○素早く集合し、元気よくあいさつができるようにする。 ○表情や顔色から健康状態を把握、確認する。 ○前時に頑張った児童や、ねらいに沿った振り返りを書いていた児童を紹介し、本時の意欲付けをする。
	2 準備運動をする。	○体操の内容を厳選して行い、各部位の動きが高まるようにする。
展 開 3 5 分	3 場の準備をする。	○協力して素早く安全に準備させるようにする。
	4 感覚づくりの運動を行う。	○準備ができたグループから感覚づくりの運動に取り組みさせる。 ○主運動につながるよう正確に行わせる。 ○よい動きの児童を称賛し、その動きを広めるよう言葉かけをする。
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ビッグジャンプ：上方に高く跳ぶこと、強く踏み切ることを意識する</li> <li>・リズムジャンプ：5つのケンステップをリズムよく跳び、踏み切り足で踏み切ることを意識する</li> <li>・はさみジャンプ：膝を伸ばし、横から飛び越すことを意識する</li> </ul>	
	5 感覚づくりの場を片付け、場の準備をする。	○高跳び用の棒やマットを持ち上げる時や下ろすとき、場の設定後の安全確認には「せーの」「準備オッケー」などの掛け声を使い、協力して素早く安全に準備させるようにする。 ○ケンステップを3つ置き、早く用意できた児童から跳ばせるようにする。
	6 本時のねらいを確認する。 【チェック10-3】	○前時の最後に、より高く跳びたいという児童の願いが出たことを想起し、本時のねらいの必要感を持たせる。
5歩助走のリズムについて考えよう。		
	7 グループで5歩助走のリズムについて考える。 (共学タイム) 【ざっくばらん】	○各グループにケンステップを5つ用意し、3歩助走を継続して意識させる。 ○よい動きや、グループで協力する姿を称賛する声掛けを行う。 ○より高く跳べる助走を考えることをねらいとしているので、高さはグループの中で一番背の低い児童の膝の高さに設定することとする。 ○試技者が跳躍後に観察者に対し、「どうだった?」と聞くようにすることで、課題を意識した対話を生み出すことができるようにする。
	・グループごとに考えたリズムについて発表する。	○出てきた児童の意見を認め、考えを共有する。その上で、再度グループに返し、出てきた意見の中で、どれが一番高く跳べるリズムであるか話し合わせる。 ○意見が一つしか出てこなかったら、教師から提示する。 ○再度話し合ったことを全体で共有し、5歩助走のリズムを全体で確認する。
	8 5歩の助走で跳躍する練習をする。 (共力タイム)	<p>○見ている児童も口伴奏をしながら、跳躍をしたり見届けたりさせる。試技者の跳躍が同じ足で5歩助走でできたかななどを伝える。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">◆友達の動きについての変化を見付けたり、考えたりしたことを友達に伝えている。(観察) 【思考・判断・表現】</div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;">△努力を要すると判断される状況(C)の児童への指導の手立て 本時の課題に合った助言を行ったり、一緒に跳んだり等、効果的な声掛けになるように支援する。 ◎十分に満足できると判断される状況(A)の児童の具体的な姿 リズムを口伴奏で言ったり、必要な助言を詳しく友達に伝えたりしている。</div>

	9 計測を行う。 (共心タイム)	○成功したときも、失敗してしまったときも、拍手で頑張りを認め合い、温かい雰囲気で行えるようにする。
	<計測の行い方> ① 2チームが合体し、1つのチームを作る。 ② 計測チームは帽子を赤に、記録チームは帽子を白にする。 ③ 計測は2分間で行う。記録者は、共心カードの観点から、計測者が観点に沿った跳躍ができていないか観察し、得点を算出し、加算していく。する。 ④ 2分間経過後、グループの合計点を伝え、交代する。	
整理 5分	10 後片付けをする	○ペア、グループで安全に留意し、すばやく片付けさせる。
	11 記録を集計し、本時のまとめをする。 ・学習カードへ記入 【チェック10-9】	○本時で学んだことを再度確認し、高く跳ぶために強い踏切が必要であることを再度確認し、次時の課題の見通しを持たせる。 ○本時のねらいを再度確認し、ねらいに沿った振り返りを行えるようにさせる。
	12 整理運動・挨拶をする	○使った部位を意識しながら、ゆっくりとした動作で体を伸ばしていくようにさせる。 ○本時の頑張りを称賛し、次時への意欲付けを図る。

## 10 資料

### (1) 場の設定

・感覚づくり



・場の設定 (共学・共力・共心タイム)

