

1 学 年 第3学年〇組

2 日 時 平成25年11月〇日

3 単 元 「器械運動 ー跳び箱運動ー」

4 単元について

○ 器械運動はマット運動、鉄棒運動、跳び箱運動の三つの種目から成っている。跳び箱運動は、切り返し系と回転系の二つの基本的な支持跳び越し技で構成されており、いろいろな高さや向きの跳び箱を跳び越す運動である。設定された場を跳び越したり、新たな技を用いて跳び越したりする運動は、体を浮遊させる気持ちよさを味わうことができるだけでなく、「自分の力で跳ぶことができた」という達成感を味わうこともできる。跳び箱運動の一つである台上前転は、踏み切り後に台上で前転する運動である。跳び箱の高さと幅の狭さから「落ちるかもしれない」という恐怖感が伴うが、それを克服して技が完成したときの達成感は運動に対する自信を増すことにつながり、運動の楽しさや喜びを味わうことができる。

○ 本学年の児童は第2学年までの学習で、跳び箱運動の開脚跳びと横跳び越しを経験し、一部の児童は発展技として補助付きながら台上前転にも挑戦したことがある。新体力テストの結果では、男子は反復横跳びや長座体前屈が全国平均値を下回っており、瞬発力と柔軟性が低いといえる。女子についても長座体前屈が全国平均値を下回っており、こちらも柔軟性が低い。休憩時間においては半数以上の児童が日常的に外遊びをしているが、校舎内で過ごす児童もいる。外遊びの内容としては、ドッジボールやハンドベースボールなどのボール遊びや鬼遊びが多く見られ、器械・器具を使って遊ぶ経験が少ない。

○ 本単元では、児童を課題に向き合わせ、練習の場や方法を選択できるようにする活動を取り入れる。自己の課題にあった練習を積み重ねることにより、結果として意欲の高まりや技能の向上にも結び付くのではないかと考える。そこで次の2点を工夫点として挙げることにした。

1点目は自己の課題に向き合わせる活動を取り入れる。児童にはできなかった技ができるようになりたい、よりよくできるようになりたいという思いで練習に臨ませたい。自己の技の状態を客観的に把握し、課題を明確にするためにデジタルカメラの動画機能を使用し、その課題と自己の取り組みを振り返らせるために学習カードを使用する。そこで本時のめあてを意識させ、活動した後に運動の仕方やコツについて思考・判断したことを整理し、自己の次時の課題につなげる。同時に、技のポイントとつまづいたときに選択させたい場がわかるようにフローチャートを提示することで、自己の動きのどこをどう改善したら技能が向上するのだろうかという児童の思考を引き出していきたい。

2点目は場の工夫である。自己の課題を解決するための練習の場を細かなステップで用意することで、児童のニーズにあった練習の場を提供し選択させたい。そうすることで自己の課題を根拠に、練習方法や場を判断する力につなげたい。また、運動に取り組みやすくなるような場の雰囲気づくりのために、音楽を活用したい。

5 単元の目標

- 跳び箱運動に進んで取り組むことができるようにする。(態度)
- 自己の課題を把握し、それに合った練習方法や場を選択できるようにする。(思考・判断)
- 開脚跳び、台上前転ができるようにする。(技能)

6 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
単元の評価規準	用具の準備や片付けをするとともに、きまりを守り、跳び箱運動に進んで取り組もうとしている。	基本的な技の練習の仕方を知り、自己の能力に応じた練習方法や練習の場を選んでいる。また、基本的な技の動き方や技のポイントを知り、自己の能力にあった課題を選んでいる。	自己の能力に適した方法で、基本的な支持跳び越し技(切り返し系、回転系)ができる。
学習活動に即した評価規準	用具の準備や片付けをするとともに、きまりを守り、跳び箱運動に進んで取り組もうとしている。	開脚跳び、台上前転に対する自己の課題を把握したりコツを見つけたりすることができ、自己の課題に合った練習方法と練習の場を選んでいる。また、よりよい動きをするための自己の課題に対する振り返りを行ったり友だちのよい動きを見つけたりしている。	助走から両足で踏み切り、脚を左右に開いて両手を着手し、跳び越えることができる。 両足で踏み切り、両手で着手するとともに腰を高く上げ、腕支持から頭を中に入れ、後頭部、背中の順に台上につけ、回転しながら体を開いて両足で安全に着地する台上前転ができる。

7 単元計画・・・別紙1参照

8 場の工夫

(ロイター板) 助走の場	(ロイター板) ジャンプの場	連結跳び箱の場
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 高さが意識できる目印や障害物を両足踏み切りで跳び越える。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 友だちがかざした手におしりがつくようにジャンプする。</li> <li>・ 着手のための目印をつける。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 1段2段、2段3段</li> <li>・ 2段3段、2段4段</li> <li>・ 4段4段(またぎ乗り)</li> </ul>
セーフティマットの場	ステージの場	重ねマット
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 4段以上の跳び箱に対する着地の怖さを軽減させる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ マットを垂らしたステージに前転しながら跳び乗り、その後前転しながら下りる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 5枚程度の高さに積み上げ前転の練習を行う。</li> <li>・ 慣れたら横向きにする。</li> </ul>
台上前転の場		
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 自己の技能や体型に合わせて4段か5段の跳び箱を選択する。</li> </ul>		

7 単元計画 (全6時間)

経過時間 (分)	第1時	第2時	第3時	第4時	第5時 (本時)	第6時
5	<p>○オリエンテーション</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 学習のめあてを知り単元の見通しをもつ (分解図を見る)</li> <li>・ 準備運動の場の説明を行う</li> <li>・ 準備運動を行う</li> </ul> <p>開脚跳びにつながる運動遊びをしよう (関)</p> <p>○ 開脚跳びに必要な動きをする</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ロイター板を使ったび上がり, とび下り</li> <li>・ またぎ乗り, 下り</li> </ul>	<p>○ 準備運動を行う (ジャンケンすごろく)</p> <p>○ 用具の準備をする</p>				
10		<p>場所を選んで開脚前転の練習をしよう (技) (思)</p> <p>○ 自分の動画と分解図を比較する</p> <p>○ 課題にあった場で練習する</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ロイター板ジャンプ</li> <li>・ 連結跳び箱またぎ</li> <li>・ 跳び箱 (横)</li> <li>・ 跳び箱 (4段, 5段)</li> </ul>	<p>台上前転につながる前転をしよう (関)</p> <p>○ マットでの前転練習 (腕支持, 頭頂部をつけないように)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ マット1枚</li> <li>・ 重ねたマット (5枚)</li> <li>・ 台上からの前転</li> </ul>	<p>台上前転につながる動きのコツを見つけよう (思)</p> <p>○ 場に応じて台上前転につながる動きをする</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ マットの場 (5枚横)</li> <li>・ 連結跳び箱 (1段1段) (1段2段) (2段3段)の場</li> <li>・ 台上前転 (4段)</li> </ul> <p>○ 次時に向けてのポイント整理 (課題を見つける)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 踏み切り, 着手, まっすぐ回転, 腰上げ, 着地など</li> </ul>	<p>場所を選んで台上前転の練習をしよう (思)</p> <p>○ 自分の動画と分解図を比較する</p> <p>○ 課題にあった場で練習する</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ロイター板の場 (助走, ジャンプ)</li> <li>・ マットの場 (5枚横)</li> <li>・ 連結跳び箱 (2段3段)</li> <li>・ セーフティマットの場 (4段)</li> <li>・ ステージの場</li> <li>・ 台上前転の場 (4, 5段)</li> </ul>	<p>台上前転を完成させよう (技)</p> <p>○ 自分の動画と分解図を比較する</p> <p>○ 課題にあった場で練習する</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ステージの場</li> <li>・ 台上前転の場 (4, 5段)</li> <li>・ その他必要に応じた場</li> </ul> <p>○ 本時と単元のまとめをする</p>
35		<p>○ 本時の振り返りをする</p>				
40						
45	<p>○ 用具の片付け</p>					

第5時

本時の目標

- 自分の課題に合った練習方法と練習の場を選んでいる。(思考・判断)

学習活動	教師のはたらきかけ	評価の観点と評価方法
<p>1 前時の振り返りをする。</p> <p>2 準備運動の場の設定を行う。</p> <p>3 準備運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ジャンケンすごろく</li> <li>前転，動物歩き，ケンパ</li> <li>連結跳び箱</li> </ul> <p>4 本時のめあてと技のポイントを確認する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 前時のワークシートから台 上前転の動きについて振り返り，児童が意欲的に取り組めるようにする。</li> <li>㊟ 安全に器具を運ぶよう指示する。 準備物：カラーコーン，マット 跳び箱</li> <li>○ 開放的な雰囲気で行うように音楽をかける。 準備物：CD</li> </ul>	
<p>自分の課題に合った場所を選んで台上前転の練習をしよう。</p>		
<p>5 場の設定を行う。 (別紙を参照)</p> <p>6 自分の動画と分解図を比較して課題に合った場で練習する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 踏み切り，着手，まっすぐな前転，腰上げ，着地などの技のポイントを児童相互にデジタルカメラで撮影しチェックする。</li> </ul> <p>7 全体でまとめを行い発表しよう。</p> <p>8 個人で振り返りをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 学習カードに記入する。</li> <li>・ デジタルカメラを使用し，再度動きを確かめる。</li> </ul> <p>9 整理運動と片付けをする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>㊟ 安全に器具を運ぶよう指示する。 準備物：跳び箱，ロイター板 マット，デジタルカメラ</li> <li>○ 技のポイントを明確にする。</li> <li>○ それぞれの場でコツを見つけるよう言葉かけをする。</li> <li>○ 練習の場一覧表を掲示する。</li> <li>C児への支援 それぞれの場の特性に気付けさせ自己の課題と照らし合わせよう助言する。</li> <li>○ 評価表をもとに形成的評価を行う。</li> <li>○ 自分の課題と選択した場を発言させる。</li> <li>○ 本時で意識した動きや課題，その結果を具体的に記入させる。</li> <li>○ 意識した動きや課題となる動きを確認するよう促す。</li> <li>○ 安全に器具を運ぶよう指示する。</li> </ul>	<p>A 自分の課題を把握し，その原因を解決するための練習方法と練習の場を選ぶことができる。</p> <p>B 自分の課題に合った練習方法と練習の場を選ぶことができる (思考・判断) 【行動観察，発言，学習カード】</p>

場の設定 (第5時)

