

単元名：跳び箱運動

—コツをつかんで跳び箱名人—

男子20名 女子12名 計32名

指導者 中山 智文

単元について

- 本単元は、小学校学習指導要領体育科第5学年及び第6学年「B 器械運動」の指導事項「ウ 跳び箱運動では、その行い方を理解するとともに、自己の能力に適した切り返し系や回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技に取り組んだりすること。」として位置付けられている。

跳び箱は、回転したり、支持したり、逆位になったりするなどの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。また、低学年や中学年で学習した基本的な技に加えて、その発展技や更なる発展技に取り組んだり、それらを組み合わせた技を考えたりすることができるため、児童一人一人の力に合わせた活動がしやすい運動である。

- 本学級の児童は第1学年・第2学年の時に跳び箱を使った運動遊び、第3・4・5学年の時に跳び箱運動を通して、様々な技を経験してきている。

児童の実態をつかむためにアンケートを行った。

① 跳び箱は楽しいですか。	はい 23人	いいえ 6人
② 跳び箱が楽しい理由は何ですか。 (複数回答)	・単純に楽しいから	3人
	・跳べたときに気持ちがいいから	18人
	・高い段に挑戦できるから	2人
③ 跳び箱が楽しくない理由は何ですか。 (複数回答)	・怪我をしそうだから	2人
	・技が上手にできないから	4人
	・運動が苦手だから	2人
④ 跳び箱の上達に必要なことは何ですか。 (複数回答)	・とにかく練習する。	4人
	・足を鍛える。	4人
	・腕を鍛える。	2人
	・低い段で慣れていく。	2人
	・踏み切りの練習をする。	14人
	・手をつく場所の練習をする。	5人
	・上手な人を真似る。	1人
	・恐怖心をなくす。	5人

アンケートの結果から、跳び箱が楽しいと感じている児童は79%と多くの児童が跳び箱運動に対して肯定的に捉えている。その理由としては、跳べたときに気持ちがいいというものがほとんどであった。逆に、跳び箱が楽しくないと感じている児童は、跳び箱を上手に跳ぶことができないという理由が最も多かった。このことから、児童が跳び箱に意欲をもつためには、まず、跳ぶことができると児童自身に感じさせることが重要であると考えられる。

また、跳び箱の上達に必要なことは何だかと思うかという質問には、「踏み切りの練習」と答えた児童が最も多く、次に「手をつく場所の練習」が多かった。つまり、児童は跳び箱を跳ぶために踏み切りと着手に意識をおいているということが言える。一方で、ポイントは関係なく、練習したり体を鍛えたり

すればよいと考えている児童もいる。それぞれの技ごとに上手く跳ぶためのポイントがあるということを知らない児童も多いと考える。

- 指導にあたっては、まずシンクロ跳び箱の映像を鑑賞させ、単元のゴールイメージをもたせるとともに、映像のような演技を目指して頑張ろうという意欲の向上を図る。さらに、実際に跳び箱を跳ばせて、児童一人一人に現在の自己の能力がどれだけのかを理解させる。

次に、毎時間の授業の始めに跳び箱運動に必要な基礎感覚・基礎技能を養うための様々な準備運動を行う。また、準備運動をグループ化・ゲーム化することで楽しく取り組めるようにする。楽しく運動に取り組む中で、友達と協力しながら運動する楽しさを味わわせたり、自分の能力の向上を感じさせたりしたい。準備運動の後で、前時までの技の復習タイムをとり、既習の技の練習を行わせる。その際、技を成功させるポイントについて互いに確認し合うことで、無意識で行っていた練習もポイントを意識しながら取り組むことができるようになることを考える。また、新たな技に取り組ませる際にも、早い段階で技のポイントを示すことで、より効果的な練習を行うことができることを考える。さらに、児童で互いの技を見合うことができる授業システムを整えることで、より自己の課題や友達の必要性に気付くことができるようになり、体力の向上だけでなく児童同士の関係も高めることができると考える。

単元末の、グループごとに練習してきたシンクロ跳び箱の発表会において、これまでの取り組みの成果を互いに見合うことにより、それぞれの演技のよさや努力を認め合い、演技者自身にも達成感を味わわせたい。

### 単元目標

- 自分の力に合った安定した基本的な支持跳び越し技、及びその発展技ができる。 【知識及び技能】
- 自分の力に合った課題の解決を目指して、練習の仕方や技の組み合わせ方を考え、工夫することができる。 【思考力・判断力・表現力等】
- 跳び箱運動に積極的に取り組み、約束を守り、友達と助け合って技の練習をすることができる。 【学びに向かう力・人間性等】

### 単元の評価規準

知識及び技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力・人間性等
<ul style="list-style-type: none"><li>・自分の力に合った安定した基本的な支持跳び越し技、及びその発展技ができる。</li><li>・それぞれの技のポイントを理解している。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・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んでいる。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・技を高めたり、組み合わせたりする楽しさや喜びに触れることができるよう、器械運動に進んで取り組もうとしている。</li><li>・約束を守り、友達と助け合って技の練習をしようとしている。</li><li>・器械・器具の準備や片付けで、分担された役割を果たそうとしている。</li></ul>

## 研究主題

「深い学びを実現する体育科の授業づくり」  
～主体的・協働的に学ぶ課題解決型体育学習を通して～

## 研究仮説

### 【仮説1】

それぞれの技のポイントを示し、児童自身がそれを達成できているかを知ることができる場づくりを工夫すれば、意欲的に跳び箱運動に取り組むことができるとともに、技の習得にもつながるだろう。

## 仮説検証の視点

### 【視点1】

技のポイントに沿った友達の助言によって跳ぶことができるようになった、もしくは以前より成長したと感じられているか。

(ワークシート・行動観察)

## 本時の学習

### (1) 本時の目標

- 伸膝台上前転・かかえ込み跳びのポイントを理解し、跳ぶことができる。

### (2) 本時の評価規準

- 伸膝台上前転・かかえ込み跳びを跳ぶポイントを踏まえながら運動を繰り返す中で、技を習得している。【知識及び技能】

### (3) 本時の学習展開 (3時間目/全6時間)

学習活動 ○主な発問 ・予想される児童の反応	◇指導上の留意事項 ★めざす児童の姿 ◆「努力を要する」状況と判断した 児童への指導の手立て	評価規準〔観点〕 (評価方法) ◎本時で付けたい力
1 準備運動を行う。 ・足打ち跳び ・うさぎ跳び ・手押し車 ・馬跳び	◇ペア活動は、じゃんけんをして先攻・後攻を決め、楽しみながら行わせる。	
2 本時の学習課題を確認する。	めあて 技のポイントをつかんで、新しい技を身に付けよう。	
3 今までの技を練習する。 ○台上前転のポイントは何でし	◇それぞれの技のポイントを確認し、ポイントに沿った動きで跳ぶことを意識	

<p>たか。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・手前に手を着くことです。</li> <li>・目線をへそに向けて回ることです。</li> <li>・頭を着けずに回ることです。</li> </ul> <p>○伸膝台上前転のポイントは何かでしたか。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・膝を伸ばすことです。</li> <li>・紐にかかとを当てながら回ることです。</li> </ul> <p>4 新しい技を練習する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・かかえ込み跳び</li> </ul> <p>○跳ぶときに目線はどこに向けますか。</p> <p>A：跳び箱 B：前方 C：着地点</p> <p>5 グループでシンクロ跳び箱の練習をする。</p> <p>6 振り返りをする。</p>	<p>して運動に取り組みさせる。</p> <p>◇ワークシートを準備させ、練習しながら気づきを書かせる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆個人差に合わせて運動できるよう、難易度に差を付けた場を設定する。</li> <li>◆児童に恐怖心を与えないために、マットを使った易しい場を設定し、徐々に慣れさせていく。</li> <li>◆膝が伸びているかを確認できる手立てとして、跳び箱の上部に鈴付きのゴム紐を準備する。</li> </ul> <p>◇うさぎ跳びをさせ、腕の突き放しの感覚を体感させ、かかえこみ跳びの動きにつなげる。</p> <p>◇グループで教え合いながら、練習している子どもへ肯定的評価を行う。</p> <p>◇本時の学習を振り返りカードに記入させる。</p>	<p>◎伸膝台上前転・かかえ込み跳びのポイントを踏まえながら運動を繰り返す中で、技を習得している。</p> <p>[知識及び技能] (行動観察・ワークシート)</p>
<p><b>★めざす児童の姿</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・かかえこみ跳びのポイントは、跳び越すときに目線を前に向けることだと分かった。</li> <li>・うさぎ跳びが上手にできるようになれば、かかえこみ跳びもできるようになるからがんばりたい。</li> </ul>		

場の設定

