

後期課程 7年3組 保健体育科学習指導案

令和元年 11月8日（金）
指導者 箕浦良文

1. 単元名 器械運動（跳び箱運動）

2. 単元目標

- ・跳び箱運動の基本的な技のポイントや補助の仕方について理解し、技を身に付けることができる。（知識及び技能）
- ・仲間との活動の中で自己の課題に気づいたり、仲間の動きを見て気づいたことを仲間に伝えることができる。（思考力・判断力・表現力等）
- ・安全に気を配り、仲間と協力しながら授業に取り組むことができる。（学びに向かう力、人間性等）

3. 基盤

（1）教材観

器械運動では、巧緻性や柔軟性などの体力要素が必要となる。子どもたちの中には、様々な体力状況の生徒が混在しているため、運動が苦手な技能を上達させることが難しい生徒もいる。本単元で実践する跳び箱運動においても、「助走→踏み切り→着手→着地」の一連の動きがスムーズにいかず、跳び箱を跳び越せない生徒がみられる。

一連の動きの中で、まず課題となるのが踏み切り前のリズムとステップである。踏み切り前の動作が安定しないことで、ロイター板を上手く使えず、跳び箱を跳び越すための高さが出せないことが課題となる。次に、踏み切りと着手が同時になったり、踏み切りよりも先に着手がされたりして、跳び箱の上で止まってしまう生徒が見られる。踏み切りで得た勢いをいかして、次の着手につながる動きの流れを身につけさせることが必要となる。着手では、技に応じて着手の位置を調整したり、着手をきっかけに滑らかな着地への切り返し動作が必要となる。

生徒たちに跳び箱運動へ積極的に取り組ませるためには、跳び箱への恐怖心を取り除くことも大切であり、安全に配慮した環境を整えなければならない。生徒たちの技能上達のための支援としては、教師による助言や補助、動きの動画撮影による客観的な視点からの動きの分析などが挙げられる。しかしながら、全ての生徒たちに支援を行き渡らせることは困難であるため、生徒同士の関わり合いの中で、お互いの技能上達や、自分自身の課題に気づくことも大切である。

（2）生徒観

クラスは男子生徒15名、女子生徒15名の計30名のクラスである。クラスの雰囲気として、授業へ真面目に取り組む生徒が多く見られ、落ち着いて授業に取り組むことができるクラスである。グループ活動などでも、仲間と積極的に関わり合う姿が見られ、協力し合う態度も大切にできている。しかし、そのためには教師からの適切な指示や課題提示が必要あるため、教師が意図する方向から外れてしまわないように、生徒全体を見守っていかなければならない。

生徒の中には、運動が苦手な跳び箱を開脚跳びで跳び越せず、補助や助言を与えても開脚跳びを身につけることができなかった生徒もいる。しかし、運動に対して嫌気をもっているわけではなく、運動に取り組もうとする姿勢は見られるため、教師や生徒同士での関わり合いを大切にしていきたい。

（3）指導観

本単元で扱う跳び箱運動の授業では、生徒同士で補助し合える環境を作り出すことで、お互いに技能を高め合える姿を目指していきたい。補助の内容としては、跳び越し時に体を支えて跳び越す動作を補助すること、お互いに動きを観察し合って自分自身の課題に気づかせる補助の2つのことを生徒たちに身につけさせたい。

学習を進めていく中で、跳び箱運動で下位教材となる運動に取り組み、段階的にスモールステップを踏みながら、跳び箱運動につながる運動を身につけさせた。始めに学習した開脚跳びでは、マットの上で「うさぎ跳び」をして、「踏み切り→着手→着地」の一連の跳び越し動作を身につけさせた。跳び箱を用いた活動では、まず安全に確保の観点から「着地」から学習し、跳び箱の上に乗って両足で柔らかく着地することを確認した。次に、踏み切り前のステップ・リズムをそれぞれ確認し、ロイター板を有効に活用して跳び箱に跳び乗る活動を取り入れた。跳び箱に跳び乗った後は、跳び箱にまたがり、両手を跳び箱について肩を軸にしながら体を支える動きを身につけさせ、開脚跳びにつなげていった。本時に行うかかえ込み跳びの学習においても、技につながる動きを身につけさせながら技に挑戦させたい。

体を支える補助は、主に跳び箱を跳び越せない生徒に対して行う補助とする。跳び箱の横に跳び越し時の補助をする生徒に立ってもらい、仲間が跳び越すときに体を押し出したりして、着地に至るまでの支援をするようにする。そのためには、跳び越すときに課題となる動作について確認した上で、跳び越すときにどのように体を支えて補助をすれば良いのか、生徒一人一人が理解しておくことが必要となる。

課題に気づかせる補助は、跳び越し動作をさらにより良くするために行う補助とする。事前に跳び箱運動の技のポイントについて学習し、お互いの動きを観察する中で、滑らかな跳び越し動作につながるポイントを伝え合う。跳び箱の段数に挑戦することよりも、一人一人の技が滑らかに着地までいけるように、仲間と関わり合いながらお互いの技能上達を目指していきたい。

本校の授業では、運動が「できる」ようになるためには、どのような動きのポイントや工夫が必要になるか「わかる」ことも大切にしている。本単元で扱う跳び箱運動においても、たとえ運動ができなくても、仲間への補助動作ができていたり、跳び越すためのポイントを理解していることも評価したい。このような仲間との関わり合いを取り入れた授業を展開することで、生徒たちの「学びに向かう力・人間性等」「思考力・判断力・表現力等」「知識・技能」の習得を目指し、「主体的・対話的で深い学び」につなげていきたい。

4 単元計画（全9時間 本時6/9）

次	主な学習	時	
1	・オリエンテーション ・跳び箱につながる運動の学習	1	・用具の準備や安全に関する確認。
		2	・うさぎ跳び、着地・踏み切って跳び箱に跳び乗る練習。
2	・開脚跳びの学習 ・開脚跳びの補助の仕方を知る	3	・開脚跳びのポイントについて知る
		4	・補助について学習し、みんなが開脚跳びができるように協力して取り組む。
3	・かかえ込み跳びの学習 ・かかえ込み跳びの補助の仕方を知る	5	・かかえ込み跳びのポイントについて知る
		⑥	・補助について学習し、みんながかかえ込み跳びができるように協力して取り組む。
4	・台上前転の学習 ・台上前転の補助の仕方について知る	7	・台上前転のポイントについて知る
		8	・補助について学習し、みんなが台上前転ができるように協力して取り組む。
5	・技の発表会	9	・単元で扱った技の発表会をする。

5 本時の学習

(1) ねらい

かかえ込み跳びで補助をするポイントについて理解し、みんなが技をできるようになる。

(2) 展開

学習場面と子どもの取り組み	教師の支援と願い・評価
1. 前回のふりかえりをもとに、本時での目標を確認する。	・他者のふりかえりを聞くことで、本時の目標につなげる。
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> お互いに補助し合い、みんながかかえ込み跳びができるようになろう！ </div>	
2. かかえ込み跳びのポイントについて復習する。	・前回学習したかかえ込み跳びのポイントを確認し、補助をする際のポイントにつなげる
3. ウォーミングアップ ・準備体操 ・馬跳び ・うさぎ跳び	・体育委員で準備体操を行わせる。 ・同じくらいの体格の生徒同士でさせる。 ・動きのポイントを確認しながら取り組ませる。
4. かかえ込み跳びの補助についての学習 ・かかえ込み跳びのポイントを踏まえて、補助の仕方を学習する。	・かかえ込み跳びのポイントを再確認し、なぜこのように補助をするのか伝えながら補助の見本を見せる。 ・補助は、相手の動きを見て課題を伝えることも補助であることも伝える。
5. かかえ込み跳びの練習 ・各自で自分に合った高さでかかえ込み跳びの練習に取り組む。	・始めに復習したかかえ込み跳びのポイントを意識させながら練習に取り組ませる。
6. お互いに補助をし合いながら、かかえ込み跳びの練習 ・補助のポイントを踏まえながら、生徒同士で補助し合いながら練習に取り組む。	・補助の立ち位置や仕方を確認し、適切な補助ができるように巡視する。
7. 片づけ 8. ふり返り、本時のまとめ ・本時のふり返りを記入し、学習した内容をまとめる。	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">【評価の観点（知識・技能）】</p> <p>お互いに補助をし合い、みんながかかえ込み跳びで跳び箱を跳び越している。</p> <p style="text-align: center;">【評価方法 観察】</p> </div>