

体育科 5年B組	跳び箱運動 ～目指せ！ビッグエアー NORINPIC FUZOKU 2019～	則藤 一起
-------------	--	-------

日 時 令和元年 11 月 3 日（日） 10:10～10:55  
 場 所 和歌山大学教育学部附属小学校 体育館  
 学 級 5年B組（男子 13 名，女子 14 名 計 27 名）

### 1. 本実践の主張点

手の着き方と突き放し方に着目して跳び箱運動に取り組むことで、他者との対話が進み、知識を活用し身体を自分の意識で操る技能の向上が見られるであろう。

※研究発表会要項と照らし合わせてご覧ください。

### 2. 単元について

#### ①子どもの思いと指導にあたって

	はい	ややはい	ややいいえ	いいえ
・体育は好きですか？	20	4	2	1
・跳び箱運動は好きですか？	11	7	4	5
・理由（+）	きれいに跳ぶと気持ちがいい・楽しい（8） 上手く・きれいに跳べたから（6） 台上前転が好きだから（2） 足が痛くなるけど好き（1） ちょっと怖いけど好き（1）			
（-）	きれいに跳べないから（6） 高く跳ぶのが怖いから（2） 手が痛いから（1）			

アンケートをとる際「先生，8段跳べるで！」と言ってきた子どもが数人いた。子どもの中では、段数が一番分かりやすい「できた」である。しかし、アンケートから「きれいに跳ぶと気持ちいい」と答えた子どもも多かった。また「ややいいえ」や「いいえ」と答えた子どもも多く、跳び箱運動に対してよいイメージを思っていないことが分かる。本単元では「より大きく跳び越すこと」を目指しているの、自分に合った段で「きれいに跳べて楽しかった」という思いをどの子どもにも味合わせ、次のチャレンジへと向かわせ様々な跳び越し方ができる楽しみを味合わせたい。そこで、まず横跳び越しのひねる跳び越し方から単元に入り、どの子どもも跳び箱に慣れることから始めていく。第2時以降、毎時間、主に活動する跳び越し方は決めておき、みんなで跳び越し方のポイントを共有しやすくする。

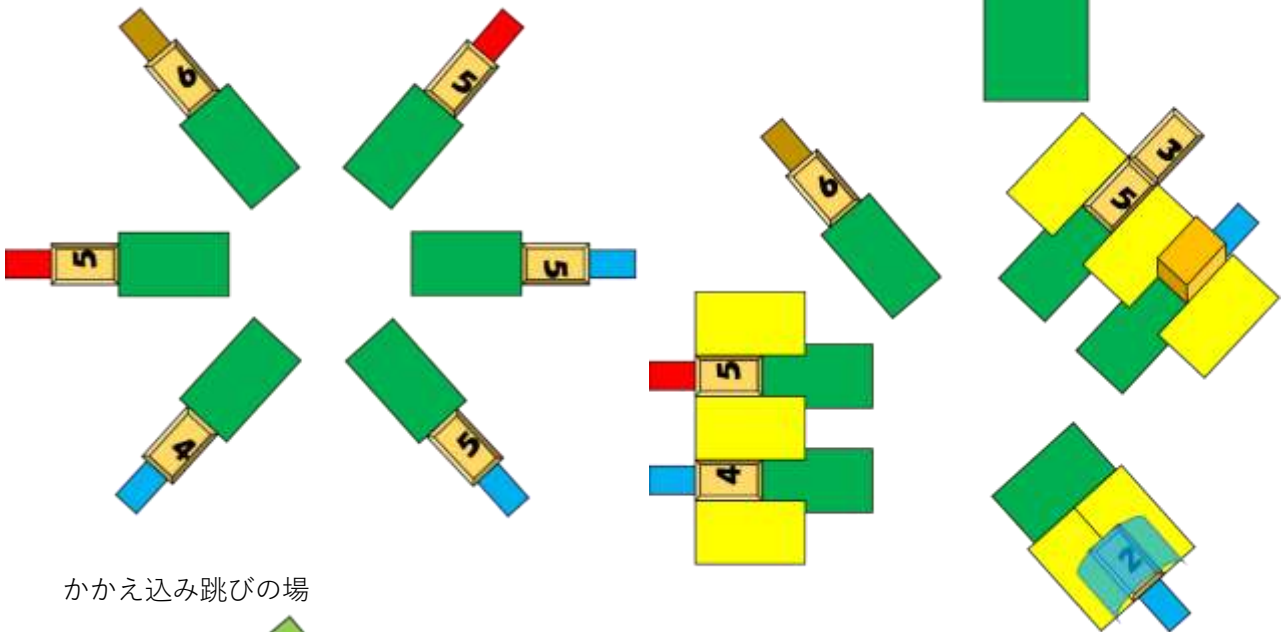
②探究力と省察性

探究力	<ul style="list-style-type: none"> <li>・様々な技を「もっと大きく跳び越したい」と思い、跳び箱運動に取り組み続ける力</li> <li>・友だちの困っていることに自分の言葉で伝え、友だちの困っていることを一緒に解決していく力</li> </ul>
省察性	<ul style="list-style-type: none"> <li>・友だちのアドバイスや、ICT 機器で撮った映像から自分の跳び越し方をふり返し、修正・改善する力</li> </ul>

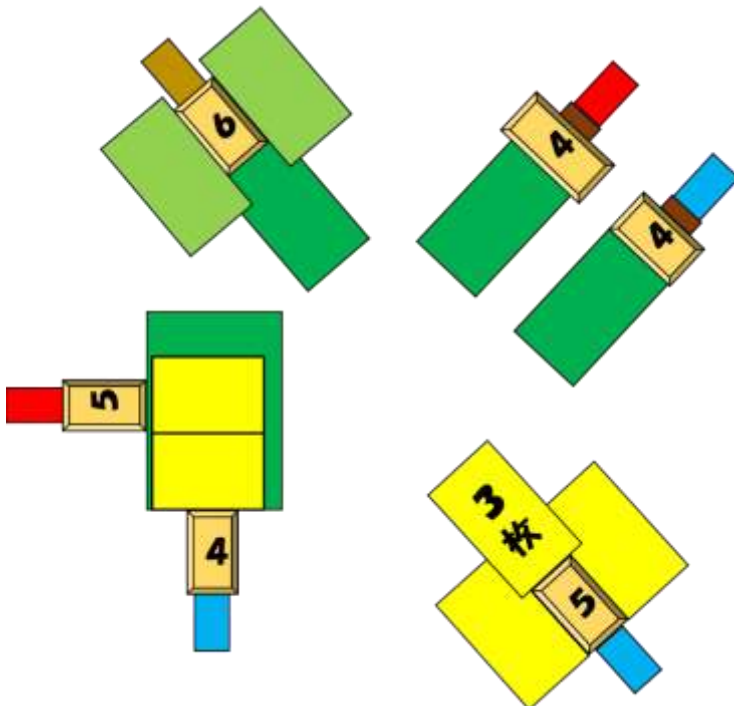
③場について

横跳び越し、開脚跳びの場

台上前転の場



かかえ込み跳びの場



### 3. 単元目標

跳び箱運動の楽しさや喜びを味わい、手の着き方と突き放し方に着目し、身体を自分の意識

### 4. 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
単元の評価規準	・跳び箱運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、切り返し系や回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったりすることができる。	・自己の能力に適した課題の解決の仕方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。	・跳び箱運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、仲間の考えや取り組みを認めたり、場や器械・器具の安全に気を配ったりすることができる。
学習活動に即した評価規準	①横跳び越しを身体をひねって行うことができる。 ②大きな台上前転やかかえ込み跳びについての行い方を理解している。 ③大きな台上前転やかかえ込み跳びを安定して行うことができる。	①自分の技能に応じた段数を選び、課題を設定している。 ②自分の課題に応じて、活動の場を考えている。 ③友だちの跳び越し方を見て、気付いたことを伝えることができる。	①跳び箱運動に進んで取り組みようとしている。 ②マナーを守り協力して運動をしたり、安全に気を付けたりしている。 ③互いに動きを見合い、見つけた動きの良さや課題を伝え合う時に、友達の考えを認めようとしている。
方法	・教師の観察 ・学習カード	・学習カード ・教師の観察	・教師の観察 ・学習カード

### 5. 学習過程

時	学習活動	課題と支援○	評価		
			知	思	主
1	1.オリエンテーション ・学習のねらいと進め方、マナーなどを知る 2.横跳び越しに取り組む	横跳び越しで身体をひねってみよう ○場の準備の仕方やマナー、活動の流れなどを理解させる。 ○試しに跳んでみて、跳び箱運動に慣れさせ、恐怖心を和らげる。 ○横跳び越しで、ひねる跳び越し方があることを伝え、様々な跳び越し方を称賛する。			① ②
2	1.準備運動 2.横跳び越し	横跳び越しでもっと足を上げよう ～どうすれば足が上がるのだろう（横跳び越し）～	①	①	

	3. 台上前転 4. ふり返り	<p>○足が上がっているか、友だち同士で見合うように声をかける。</p> <p>○場の安全に気を付けられていない場合は、注意を促す。</p> <p>○場の入れ替えを素早くできるように声をかける。</p> <p>○台上前転では、自分が回れそうな場を選ばせる。</p> <p>○楽しくできたこと、できた跳び越し方や分かったこと、友だちへの教え方で分かりやすかったことなどをふり返らせる。</p>			
3	1. 準備運動 2. 大きな開脚跳び 3. 台上前転 4. ふり返り	<p>台上前転にチャレンジしよう</p> <p>～台上前転のポイントは何だろう～</p> <p>○前時のふり返りから、台上前転のポイントを考えさせる。</p> <p>○足が上がっているか、友だち同士で見合うように声をかける。</p> <p>○楽しくできたこと、できた跳び越し方や分かったこと、友だちへの教え方で分かりやすかったことなどをふり返らせる。</p>		②	③
4	1. 準備運動 2. 大きな台上前転 3. かかえ込み跳び 4. ふり返り	<p>足を伸ばして回ってみよう（大きな台上前転）</p> <p>～足をどうやって伸ばせばいいのだろう～</p> <p>○大きな台上前転するには何に気を付ければ良いのかを考えさせる。</p> <p>○足が上がった実感が伴うように、スポンジバーを使う。</p> <p>○かかえ込み跳びでは、安心できるように場を工夫する。</p> <p>○楽しくできたこと、できた跳び越し方や分かったこと、友だちへの教え方で分かりやすかったことなどをふり返らせる。</p>	②	③	
⑤ 本 時	1. 準備運動 2. 開脚跳び 3. かかえ込み跳び 4. ふり返り	<p>かかえ込み跳びにチャレンジしよう①</p> <p>～手をどう突き放すといいのだろう～</p> <p>○開脚跳びでは、かかえ込み跳びの突き放しにつながるように、腰を上げることを意識してさせる。</p> <p>○かかえ込み跳びとはどんな跳び越し方なのかを考えさせながら取り組ませる。</p> <p>○身体が前に倒れるように着手できない場合は、開脚跳びをさせて着手の仕方を想起させる。</p> <p>○楽しくできたこと、できた跳び越し方や分かったこと、友だちへの教え方で分かりやすかったことなどをふり返らせる。</p>	②	②	
6	1. 準備運動	かかえ込み跳びにチャレンジしよう②	③		③

	2. 技みがきタイム 3. かかえ込み跳び 4. ふり返り	～足の引き付けはどうすればいいのだろう～ ○技みがきタイムでは、今まで取り組んだ跳び越し方がより大きくなるように意識させる。 ○手の突き放しと同時に足を素早くかかえられるタイミングを活動をとおして感じさせる。 ○楽しくできたこと、できた跳び越し方や分かったこと、友だちへの教え方で分かりやすかったことなどをふり返らせる。			
7	1. 準備運動 2. できるようになったことを NORINPIC FUZOKU 2019 で披露しよう 3. ふり返り	今まで学んだことを生かし、NORINPIC FUZOKU 2019 に取り組もう ○役割を分担できているか観察し、必要に応じて声をかける。 ○協力して行っているグループを大きな声で称賛する。 ○目指せ！ビッグエアーを楽しむことができたかふり返らせる。		③	③

## 6. 本時までの学習の流れ

### 第1時 10月23日(水) 横跳び越しで身体をひねってみよう

内容	オリエンテーション ・学習のねらいと進め方、準備の仕方やマナーについて	準備運動 ・ロイター板でジャンプ ・跳び乗り、跳び下り	開脚跳び ・跳び箱に慣れよう	横跳び越し ・身体をひねって跳び越せるかな？
----	--	-----------------------------------	-------------------	---------------------------

- オリエンテーションでは、学習の進め方やマナーについて話した。また、朝の会でオリンピックの跳馬の映像を見せたことから、本単元では高さではなくひねったり、様々な跳び越し方をしたりしていくことを目指すことを話した。
- 準備運動は、安心して跳び箱学習に向かえるように、ロイター板を強く踏み切ることと跳び乗りを設定した。強く踏み切る方は腰を高く上げることを、跳び乗りは安心感を与えることを目的とした。
- 開脚跳びでは、単元を行っていく上でまずクリアーできておいてほしい跳び越し方なので、「慣れタイム」と称して、跳び越せる子どもはきれいに、跳び越せない子どもは私が様子を見ることにした。そこでアドバイスをする子どももあり「跳び箱を後ろにおす感じ」という言葉を手掛かりに、『またぎ乗り』『腕支持からの跳び下り』を行い、全員が跳び越せるようになった。

横跳び越しでは、朝の会の映像から“ひねる”ことを目標におこなった。足が上がっていない子どももいたが、ひねろうという思いで全員が楽しみ、手の着き方や身体の使い方などを考えながら取り組んだ。



- ふり返りでは、横跳び越しで“どうすれば高く跳び越していけるのだろうか”を話し合った。次時は大きな開脚跳びに取り組もうと思っていたが、“ひねる”ということに問いを感じており、“様々な跳び越し方をしていく”というねらいのもと、前半は横跳び越しとしていく。

①精一杯運動できたか	②上手になれたか	③新しい発見（コツ）	④仲よく運動できたか
9 6 %	8 9 %	6 7 %	8 5 %

第2時 10月25日（金）横跳び越しでもっと足を上げよう

内 容	準備運動 ・ロイター板でジャンプ ・跳び乗り、跳び下り	横跳び越し ・もっと身体をひねれるかな？	台上前転 ・足を上げて回れるかな？
--------	-----------------------------------	-------------------------	----------------------

- 前時のふり返りから、手の着き方について話し合った。手をななめに着くことや、左右の着き方を工夫することで大きな横跳び越しになることを共有した。
- 活動の中で、ゆっくりと横跳び越しをする子どもがいた。ただ思い切り跳び越すのではなく、自分の身体を自分の意識で操れることも本単元で目指したい姿であるので、これも跳び越し方の一つとしていきたいと考え、みんなで共有した。



台上前転の方は、様々な場を準備したので、跳べないと言っていた子どももそれぞれの場でチャ

レンジし、「回れた！」とうれしそうであった。

- ふり返りでは、「できた」という声が多かったが回り方についての共有ができなかった。学習カードに「頭が痛かった」と書いている子どもがいた。それは頭頂で回っているからである。「頭を入れて回る」と書いていた子どもが数人いたので、次時にポイントについて共有していく。そのときに「見る」ということが大切になってくるので、これも次時から大切にしていく。



①精一杯運動できたか	②上手になれたか	③新しい発見（コツ）	④仲よく運動できたか
93%	78%	74%	85%

③「新しい発見」は、手の着き方や身体の動かし方について自分の言葉で書けていることから上昇したとみられる。

第3時 10月29日（火） 台上前転にチャレンジしよう

内容	準備運動 ・ロイター板でジャンプ ・跳び乗り，跳び下り ・横跳び越し	開脚跳び ・ジャンケンで何を出しているか見られるかな？	台上前転 ・頭の後ろを付いて回ってみよう
----	---	--------------------------------	-------------------------

- 横跳び越しを準備運動に入れ、どんどん跳ばせた。これには安心して取り組めた。そして、開脚跳びを高めていきたいと考え、着手と同時に前を向かせるように、跳び終わった人がジャンケンを出すというのを取り入れた。これにより、前を向き身体が起こされた状態になり、着地が安定していた。



- 台上前転では、「頭のとっぺんが付くと、バランスを取りにくい」「だから勢いがないと回れない」というつまずきから、頭の後ろを付こうとしている動画（前時に撮っておいたもの）を見せ、共有させた。前時に回ることの不安感を取り除かれていたので、このポイントを意識して回ろうと活動していた。学習カードに「大きな台上前転」の絵を掲示しているので、最後の方にこの跳び越し方にチャレンジしている子どももいた。「先生、これ大きな台上前転って言えるかな？」と聞きにきたので、大きく回ることができているかを見る視点を次時に与えていく。



①精一杯運動できたか	②上手になれたか	③新しい発見（コツ）	④仲よく運動できたか
88%	77%	58%	81%

②の「上手になれたか」は、周りのみんなが跳び箱を使って台上前転ができてきていることに対して、低い段やオレンジボックスでできていることを「できている」と感じていないようである。第2時に「どの跳び箱でもできていることは同じだ」と伝えているが、子どもたちの“跳び箱の上で回りたい”という思いを感じた。

③の「新しい発見」についても、文としては跳び越し方のコツを書くことができていたのだが、“発見とまではいかない”と感じているのだろうか。より感動を与えられるように授業を考えていきたい。

第4時 10月31日（木） 足を伸ばして回ってみよう

内 容	準備運動 ・開脚跳び	大きな台上前転 ・足をどんな風に伸ばすの？	かかえ込み跳び ・やってみよう
--------	---------------	--------------------------	--------------------

- 初めに、前時の開脚跳びでの“ジャンケンを見ているもの”と“今までの開脚跳び”を比べることから始めた。見た瞬間、顔の向きがちがうことを発見した。顔の向きが前を向いていることで、身体も起きているので、大きく跳び越していることを共有した。そして準備運動に移った。



- 大きな台上前転では、足を伸ばすことを課題として取り組んだ。踏み切った瞬間から足を伸ばせている子ども、まだ足は伸び切っていないが、前回よりも大きく回れたと感じている子どもなどそれぞれであった。一つの場にはスポンジバーを準備し、そこに足をぶつけるように回することで足が伸びてくる

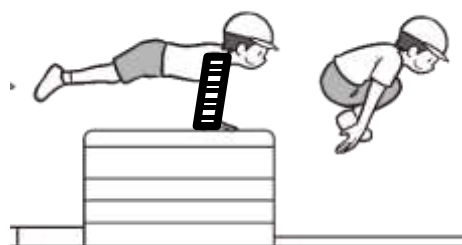


と考えた。バーに足を当てようとするあまり、ななめ上に足をふり上げようと首はね跳びのようになる子どももいた。

- かかえ込み跳びへのチャレンジでは、「どうやって跳ぶの？」と感じている子どもが多かったので、跳び越せる子どもに試技をさせた。技のイメージを理解し、それぞれの場で行組んだ。開脚跳びでのジャンケンにより身体は起きてきていたが、足をかかえるとなると跳び箱に足をひっかけないか不安で、セーフティマットの場でも足を台の上に上げるのが精一杯だった。



- ふり返りの時間では、跳び越せるポイントを考えるために、跳び越せる子どもに試技をさせた。何度も“成功”と“失敗”を繰り返し行わせることで、着手時の姿勢のちがいに気付かせた。開脚跳びと同じように、向こう側へ行くイメージ（右図）がないと、突き放せず跳び箱の上で止まってしまうのである。次時は、思い切り向こうに跳び越すための場の工夫と、身体の気付きができるような支援をしていく。



①精一杯運動できたか	②上手になれたか	③新しい発見（コツ）	④仲よく運動できたか
88%	77%	54%	88%

③台上前転では、前時よりも大きく回れているものの、最後の活動をかかえ込み跳びで終わったことにより、“意外と難しくてできなかった”という思いで授業を終えている子どもが多かった。次時、突き放し方に着目させ“できた！”“もう少し！”を感じさせたい。

## 7. 本時について

### ①本時の主張点

これまで学んだ手の突き放し方と関連させて考え取り組ませることで、何度も何度も跳び越そうとする探究的な学びが実現するであろう。

身体の姿勢については、前時のまとめで共有している。よって、そこに向かって前へ前へと跳び乗ろうとしていくだろう。しかし、突き放しが力強く行わなければ、跳び箱の上で止まってしまう。開脚跳びの突き放し方や、ジャンケンで取り組んだ姿勢を想起させることで、跳び越せるようにしていく。

### ②本時の目標

突き放しや腰の位置を考え、かかえ込み跳びのポイントを理解している。（知識・技能）

### ③本時の展開

学習活動と予想される子どもの反応	留意点・評価
1. 場の準備と準備運動（開脚跳び） ○手をさっと突き放すぞ。 ○前を向いて開脚跳びをするぞ。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・グループで協力し、安全に気を付けて場の準備に取り組ませる。</li> <li>・跳び終わった子どもにジャンケンをさせ、顔を上げさせるようにする。</li> <li>・腰の位置を意識して運動ができるような場を用意する。（主体）</li> <li>・より大きくできたときに大きな声で称賛する。</li> </ul>
かかえ込み跳びにチャレンジしよう	
○かかえ込んで跳びこすってやっぱり難しい。 ○前にこけないか不安だな。 ○身体が前に出てきたぞ。 ○足が手よりも前に着けるようになってきたぞ。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・前時のふり返りから、体重を前に乗せるようにすることを共有させる。</li> <li>・取り組んだ経験をもとに体勢や手の突き放し方を共有する。（協働）</li> </ul>
3. 動きの共有 ○手を押すってどういうこと？ ○開脚跳びと同じように強く押そう。 ○押した後の手は素早く前へ。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・話し合ったことをもとに自分の跳び越し方をふり返り運動しているか観察し、必要に応じて助言する。（主体）</li> </ul>
5. ふり返り ○ドン・パッって押せてきたよ。 ○もう少し手を前に着けるとできそうだ。	<ul style="list-style-type: none"> <li>知 突き放しや腰の位置を考え、かかえ込み跳びのポイントを理解している。（教師の観察・学習カード）</li> </ul>