

第5学年1組 体育科学習指導案

令和2年10月15日(木)

授業者 石田 康介

1 単元名 チームジャンプ ～目指せ世界新記録～ (陸上運動)

2 授業づくりの構想

(1) 運動の持つ特性

陸上運動は、相手と競争したり、記録に挑戦したりするところに楽しさや喜びがある運動である。特に走り幅跳びは、リズムカルな助走から力強く踏み切って速くに跳ぶ楽しさや喜びがある運動である。

この運動は、助走、踏み切り、空中、着地の4局面に分けることができる。助走では高い助走速度を保ったまま、踏み切り前の準備局面をリズムカルに走ること、踏み切りでは決められた踏み切り位置でななめ上に鋭く跳び出すこと、着地では足を曲げながら両足で着地することが大切な運動である。

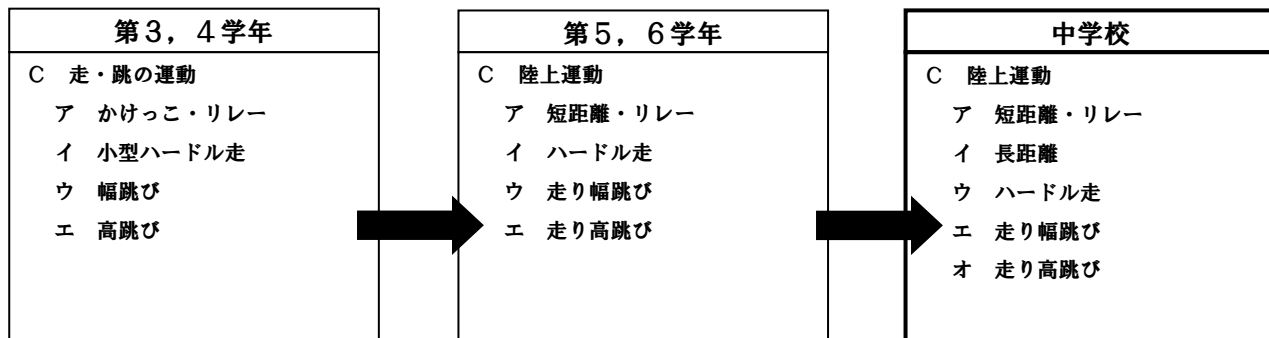
目標の達成を目指す中で、友だちと協力することの大切さや友だちのよさに気付くことができる。また、自己の動きを調節する力や力強さを高めることができる運動である。

(2) 児童の実態

本学級の児童は、多くの児童が体育が好きと答えている。体力テストにおける立ち幅跳びの記録の平均は県平均よりも高い。しかし、運動能力の差が大きい。

事前のアンケートによると、多くの児童が3年生よりも記録を伸ばすために、速くに跳ぶためのコツをつかみたいと考えている。児童は、3年生時に幅跳びを学習し、勢いよく助走をして踏み切ることや空中では体を小さくすることなど学習している。4年生の走り高跳びにおいては、リズムカルな助走を「タン・タン・タタターン」というオノマトペを使用した学びを経験している。児童の多くは、速くに跳ぶためにはスピードをつけて、前方に跳躍することが大切だと考えている。また着地では、ひざを曲げてやわらかく着地することを学んでいる。今年度は、コロナウイルス感染予防のため、自己との対話を中心に学びを進めている。

(3) 運動(学習内容)の系統性



(4) 単元の目標

【知識及び技能】

走り幅跳びの行い方を理解するとともに、その動きを身に付けることができるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】

自己の能力に適した課題の解決の仕方、競争や記録への挑戦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ようにする。

【学びに向かう力、人間性等】

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、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。

(5) 学びへの働きかけ（指導の意図）

1 単元構成 「チームジャンプにより他者と関わることを意味を持たせる」

児童をつなぐ支援として、3～4人グループを作り、チームで個々の課題を解決できるように協力して取り組んでいく。グループ分けは体力テストにおける「立ち幅跳び」の記録を参考にし、技能面で上位・中位・下位の混ざったものにする。低位の児童に対する支援も兼ねる。単元を通して、チームの走り幅跳びの記録の合計で、走り幅跳びの男子世界記録（8m95cm）を目指すという単元のゴールを設定した。個人の記録の挑戦だと技能の高い児童は意欲を持つことができやすいが、技能に不安がある児童にとっては、意欲を持つことができないことが多い。チームで目標を目指し、自己の役割を果たしながら、お互いを高め合える学習にしたい。

2 ICT 機器の活用 「3つの活用方法」

本時での ICT の活用方法として3点挙げられる。1点目は、良い動きの確認をすることができること。教師の動きを撮影しておくことで、何度も動きを確認しながら課題解決に向かうことができる。2点目は、自分の動きを確認しながら、アドバイスがもらえること。友達からのポイントを自分の動きと比べながら確認することで、自分の課題をより正確に捉えることができる。3点目は、自らの感覚を言語化するために、自分の動きを確認することができること。技能が高い児童でも、どうしてできるのかわからないことが多い。自分の動きのいいところを見つけ、コツを伝えることができるようにしたい。タブレットは、1跳場に1台ずつ置いておき、必要なときに友達に撮影してもらおうようにする。

3 場の設定 「活動の時間を確保する」

多くの場を設定するために砂場を横向きに使用し、5つの跳躍の場を確保する。助走路には1m 間隔にポイントを打つことで、毎時間のメジャーの準備の手間をなくした。記録の計測時には砂場にゴムを張り、メジャーで行う時間の短縮を図り、運動の時間の確保を図った。単元後半の記録に挑戦をする時間には、分担しながらメジャーを使用して記録を測るようにする。また、踏切は学習指導要領に示してある通り、踏切ゾーン（30～40cm 程度）を設定する。単元後半には個々の課題に即した練習を行うことができるように、助走を練習する場、踏切を練習する場、着地を練習する場を設定する。

4 言語活動 「ポイントとコツ」

学習において指導者は意図的にポイント（情報）とコツ（感覚）を明確に使い分ける。友達を観察したり、アドバイスをもらったり、「わたしたちの体育」を見たりすることで、情報として受け取る「ポイント」を意識しながら、何度も挑戦し、自分の体と対話することを通して、感覚としての「コツ」がわかる。それらを往還することでわかるからできるにつなげていきたい。ポイントを共有するために、掲示物（友達の気づき）、グループ学習（他者との対話）を行い、コツを言語化するために自己の学びを振り返ったり（自分の感じの気づき）、友達にアドバイスをしたりする。共有したことや友だちからのアドバイスは「わたしたちの体育」に書き残すようにしていく。また、来年の連合体育大会に向けて、「コツ book」をつくるという課題を設定した。これにより、運動のポイントや自らの身体を通して運動のコツとして捉え直し、表現することができるようにしたい。体育科における思考、判断、表現の評価にもつながる。

5 児童の問いと教師の問いかけ

どうすれば遠くに跳べるのかという中心的な課題に迫るために、4つの局面があることを提示した上で、「とにかく全力で走れば跳べるはずだ」「助走は長い方が跳べるはずだ」「遠くに跳ぶのだから、踏切は前を意識した方がいい」「遠くに跳ぶためには〇〇するといい」という予想・仮説を立て、それらを検証するような問題解決的な学習を行うことができるようにする。また、児童が課題を解決するために、類似の動きを提示し、経験する中で「どうして跳べるようになったのか」というような意図的な問いかけの工夫も行う。

6 単元における「する・みる・支える・知る」の視点

児童が将来、生涯にわたって、ライフステージに合わせた多様な運動・スポーツの楽しみ方をする中で、運動に親しみ、心身の健康の保持増進を図ったり、他者や地域とのつながりを持ち、スポーツを介してコミュニティを形成したりするスポーツライフの実現を目指す。そのために本単元において、「する」では、走り幅跳びをすること、自分の体の動かし方をつかむこと。「みる」では、友達の動きを見ること、ICT を用いて、自己の動きを見ること、掲示物や友達との動きとの違いを見つけること。「支える」では運動の準備をしたり、安全な場をつくったりすること、友達を励ましたり、応援したりすること。「知る」では、日本記録・世界記録を知ることや体の動かし方に共通点があることを知るなどが挙げられる。これらの見方・考え方を働かせることで、様々な運動に興味を持ち、どうしたらうまくいくだろうと身体を使いながら考えたり、他者と運動に取り組むことのよさを実感したりことができるようになってほしい。

(6) 単元の流れ及び評価の計画

		1	2	3	4（本時）	5	6	
主なねらい		学習の進め方を理解しよう。	リズムカルな助走から力強く踏み切って、走り幅跳びをしよう。			自己の課題にあった方法で練習し、自己記録に挑戦する。		
核となる学習内容		・学習のねらいと進め方 ・問いつくり	力強い踏みきり	ひさを曲げた着地	リズムカルな助走	自己の課題に適した解決方法の選択 自己記録への挑戦		
学習活動（「わかる・できる・ためす」 ／「いかす・チャレンジする」）		・オリエンテーション ・準備の仕方、安全な活動の仕方 ・試しの跳び	<やってみよう>（にこにこタイム） スキップ バウンディング 手たたきもも上げ 輪跳び タイヤとび下り					
			活動① 遠くに跳ぶコツをつかもう！			活動②「自分の課題にチャレンジし、記録を伸ばそう！」		
			踏切	着地	助走	課題別グループに分かれて、練習を行う。		チームジャンプ 記録会 目指せ世界新記録！
			力強く踏み切るコツをつかもう。	空中と着地のコツをつかもう。	力強く踏み切るための助走のコツをつかもう。	・記録計測		
			振り返り					
評価の計画	知・技			③（観察）	②（観察・ICT）		①（カード）	
	思・判・表		②（観察）			①（カード）		
	主	①（観察）		③（観察）		④（観察）	②（観察）	

具体的な評価基準	知識・技能	思考・判断・表現力	主体的に学習に取り組む態度
	①走り幅跳びの行い方を言ったり、書いたりしている。 ②リズムカルな助走から、力強く踏み切ることができる。 ③ひさを曲げた安全な着地をすることができる。	①「リズムカルな助走から、力強く踏み切る」という課題に応じて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選んでいる。 ②友だちのよい動きや変化を見付けたり、考えたりしたことを友だちに伝えている。	①走り幅跳びに積極的に運動に取り組もうとしている。 ②約束を守り、助け合あって運動しようとしている。 ③友だちの考えを認めようとしている。 ④砂場の整備や用具の準備や片付けなど安全に気を付けている。

3 本時の学習 (4/6)

- (1) 本時の目標
- ・その行い方を理解するとともに、リズムカルな助走から踏み切って跳ぶことができる。【技能・知識】

・自己の能力に適した課題の解決の仕方、競争や記録への挑戦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。【思考・判断・表現】

・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、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができる。【主体的に学習に取り組む態度】
- (2) 準備 めあて板 ケンステップ ミニハードル コーン メジャー とんぼ わたしたちの体育 振り返りボード ワークシート ipad
- (3) 展開

学習活動	児童のつぶやき	言葉かけ・教え合い	核となる言葉かけ	教師の支援（○，吹き出し）と評価★
1 場の準備をし、やってみよう（にこにこタイム）で予備運動を行う。（5分） 2 本時のめあてを確認する。（5分） 遠くに跳べないときの助走ってどんな感じ？ 大股になっている。 小股になっている。 最後にスピードが遅くなっている。 力強く踏み切れる助走のコツをつかもう。				○ホワイトボードに本時の活動を掲示し、学習の見通しを持たせる。 ○遠くに跳べないときの助走を想起させ、どのような助走がいいのかという点に着目させる。 ○助走の最後がどのような動きになっているのかが大切なことに気づかせる。
3 運動のポイントを確認し、類似の動き（アナログン）を経験する。（13分） ○ミニハードル連続ジャンプ  4～5m タ・タ・ターンのリズムが跳びやすいな。【する】 リズムよく跳べないな。 友達のリズムを言葉で表してみよう。 タ・タ・ターンのリズムで跳んでみて。【支】 友達のリズムを声に出して言ってみよう。 ○リズムアップ助走  4m 踏切でスピードがいちばん速くなるようにしよう。【する】 リズムは上がるけど、スピードがあがらないな。 徐々に体を起こしながら走るというね。 スタートは強く地面をおして走ってみよう。 最後が小股になっているよ。ipadでとってあげる。【み・支】				○よい動きをしている児童に対して、どのような感じで動いているのか尋ね、言語化できるように支援する。 ○友だちにアドバイスしたり、励ましの声かけをしたりしている児童や意欲的に運動に取り組んでいる児童へ積極的に賞賛する。 ○できるだけ高いスピードを保ったまま、リズムをあげるように助言する。 ○児童へどんなことを考えていたのか、なぜ動きの質が高まったのかなどを尋ね、児童に考えさせるように促す。
4 やって見た感じを話し合う。（5分） 高跳びやハードルと同じでタ・タ・ターンのリズムがよかった【知】 始めは地面を力強くけて、最後は素早くける感じがいいよ。【する】 助走の力加減を言葉で表すとどんな感じ？				○感じを出し合い、自分と共通する感じや異なる感じを持っている友だちがいることに気づかせる。
5 つかんだコツを生かして、跳んでみる。（10分）  だんだんリズムが上がっていていいよ。【見】 リズムアップ走みたい到最后にリズムが早くなるように助走してみて。【支】 助走のどんなことを意識して跳んだかな？				○跳んだ児童にどんな感じで助走をしたのか聞き、感覚を言語化していく。 ★リズムカルな助走から力強く踏み切って跳ぶことができる。【知識・技能】 ○友達のコツを意識して跳んでみるように促す。
6 ふり回りタイム・片付け（7分） ふり回り板をもとに、自分や友だちができるようになったことを話し合い、ふり回りカードに記入。 力強く跳ぶ助走のコツは徐々にリズムを上げるといいことがわかった 友だちのアドバイスがわかりやすかった。 もっと遠くに跳びたいな 次は自分の課題にあった練習をしてみよう。				○本時のめあてに対するできばえ、友達とのいい関わり方の観点から振り返りを行う。 ○次時のめあてを確認する。