

# 第 学 年 組 体育科学習指導案

令和 5 年 月 日 ( )  
授業者 ○○ ○○

## 1 単元名 チームジャンプ ～目指せ世界新記録～ (陸上運動)

※キャッチフリーズ等, 児童の学習意欲をかきたてるような表現にする。

## 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, リズミカルな助走から力強く踏み切って遠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

#### (単元について)

運動領域では, その運動ならではの楽しさである「機能的特性」, その運動の技能やルール, 知識である「構造的特性」, その運動によって身に付く体力や運動能力, 態度などである「効果的的特性」を記入する。

### (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, 遠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

学習する領域に関する児童の興味や関心などの実態, 児童が今持っている力(レディネス), アンケート結果, これまでの学習の様子などについて記入する。

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

| 第 3, 4 学年                                             | 第 5, 6 学年                                            | 中学校                                                           |
|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| C 走・跳の運動<br>ア かけっこ・リレー<br>イ 小型ハードル走<br>ウ 幅跳び<br>エ 高跳び | C 陸上運動<br>ア 短距離・リレー<br>イ ハードル走<br>ウ 走り幅跳び<br>エ 走り高跳び | C 陸上運動<br>ア 短距離・リレー<br>イ 長距離<br>ウ ハードル走<br>エ 走り幅跳び<br>オ 走り高跳び |

※運動の系統性には, 学習指導要領に記載されている, 領域としての大枠を記載する。

※当該学年の内容を太枠で囲む。第 5・6 学年の場合は, 中学校の内容を記載する。

### (4) 単元の目標

#### 【知識及び技能】

走り高跳び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, 試技の回数やバーの高さの決め方などのルールを決めたりしながら, リズミカルに

※目標の観点は, 「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」だが, 体づくり運動領域では「知識及び運動」とする。

#### 【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

※単元の目標は, 「わたしたちの体育」指導書に記載されている目標を抜粋する。

#### 【学びに向かう力, 人間性等】

走り高跳び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）

※運動が苦手な子への配慮は、学びへの働きかけに記載する。

- 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した」  
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。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 「タブレットの活用」  
タブレットを活用し、良い動きの確認をすることができるようにする。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ようにする。また、自分の動きを確認しながら、アドバイスがもらえるようにする。友達からのアドバイス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ようにする。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。
- 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。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。共有したことや友達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。
- 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、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) 単元の「する・みる・支える・知る」の多様な関わり方

| 関わり | 高学年                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 具体的な活動・姿                                                                                                                                                                                                |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| する  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・試技の回数や踏切りゾーンの設置などのルールを決めて競争したり、自己の記録の伸びや目標とする記録の達成を目指したりしながら、リズムカルな助走から力強く踏み切って跳ぶ。（知識及び技能ウ）</li> <li>・自己やグループの能力に適した課題を見付け、課題に応じた練習の場や段階を選ぶ。（思考力、判断力、表現力等ア）</li> <li>・自己の能力に適した競争のルールや記録への挑戦の仕方を選ぶ。（※「する・みる・支える・知る」系統表から抜粋する。</li> <li>・走り幅等ア)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・4～5mのミニハードル連続ジャンプ</li> <li>・リズムアップ助走</li> <li>・かがみ跳び</li> <li>・踏切ゾーンの場</li> <li>・タブレットを活用して自分や友達の動きを確認する。</li> </ul> <p>※児童の実態、場や教具等の学習環境に合わせて、具体的な活動を検討する。</p> |
| みる  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・自己や仲間の動きの変化や伸びを見付ける。（思考力、判断力、表現力等ウ）</li> </ul>                                                                                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>・掲示物（友達の気づき）と比べて、自己の課題を見付ける。</li> <li>・学習の記録をわたしたちの体育に書く。</li> </ul>                                                                                             |
| 支える | <ul style="list-style-type: none"> <li>・考えたことを他者に伝える。（思考力、判断力、表現力等ウ）</li> <li>・用具の準備や片付け、計測や記録などで、分担された役割を果たす。（学びに向かう力、人間性等ウ）</li> <li>・課題を見付けたり、その解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組を認める。（学びに向かう力、人間性等オ）</li> <li>・走り幅跳びの場を整備するとともに、用具の安全に気を配る。（学びに向かう力、人間性等力）</li> </ul>                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・振り返りの時間に、運動のポイントや友達の動きのよさを発表する。</li> <li>・計測や記録をグループで役割分担をして行う。</li> </ul> <p>※「知る」の具体的な活動・姿には、知識だけでなく「調べて知る」要素も記載する。</p>                                       |
| 知る  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・走り幅跳びでは、その行い方を理解する。（知識及び技能ウ）</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・リズムカルな助走から力強く踏み切る。</li> <li>・走り幅跳びの世界記録を調べる。</li> </ul>                                                                                                         |

(7) 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<br>・問いづくり                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 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<br>自己記録への挑戦 |   |  |
| 学習活動     |       | <div>※「核となる学習内容」を念頭に置きながら、その「習得」を目指した学習内容(アプローチ)をできるだけ詳しく明記する。</div> <div>※学習内容が、複数単位時間にまたがる場合は、重複を避けるために、セルを結合してもよい。</div> <div>&lt;やってみよう&gt;（にこにこタイム）</div> <div>キップ　バウンディング　手たたきもも上げ<br/>輪跳び　タイヤとび下り</div> <div>に跳ぶコツをつかもう！</div> <div>活動②「自分の課題にチャレンジし、記録を伸ばそう！」</div> <div>助走</div> <div>力強く踏み切るための助走のコツをつかもう。</div> <div>空中と着地のコツをつかもう。</div> <div>力強く踏み切るコツをつかもう。</div> <div>※「活用」「探求」を目指した学習内容(アプローチ)をできるだけ詳しく明記する。</div> <div>※セルの結合については、上記に準じる。</div> <div>チームジャンプ 記録会<br/>目指せ世界新記録！</div> <div>課題別グループに分かれて、練習を行う。</div> <div>動の仕方</div> <div>振る振り</div> |                               |          |          |                              |   |  |
|          |       | ※評価の計画には、具体的な評価規準に記載してある○番号が全て当てはまるようにする。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                               |          |          |                              |   |  |
|          |       | 知                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                               |          | ③（観察）    |                              |   |  |
|          |       | 思                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                               | ②（観察）    |          |                              |   |  |
| 態        | ①（観察） |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | ③（観察）                         |          | ④（観察）    | ②（観察）                        |   |  |

| 具体的な評価規準                                        | 知識・技能                                                                                                 | 思考・判断・表現                                                                                                                   | 主体的に学習に取り組む態度                                                                                               |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                 | <p>①走り高跳びの行い方を理解している。</p> <p>②試技の回数やバーの高さの決め方などのルールを決めて競争したり、自己の記録の伸びや目標とする記録の達成を目指したりしながら、リズムカルな</p> | <p>①自己やグループの能力に適した課題を見付け、課題に応じた練習の場や設備を選んでいる。</p> <p>②自己の能力に適した競争のルールへの挑戦の仕方を選んでいる</p> <p>③自己や仲間の動きの変化や伸びたり、考えたりしたことを伝</p> | <p>①走り高跳びに積極的に取り組もうとしている。</p> <p>※1時間における評価の観点は、原則として1つ、多くても2つとする。「知識・技能」と「思考・判断・表現」は、同一時間に上げてもよいこととする。</p> |
| ※具体的な評価規準は、評価の観点(「わたしたちの体育」指導書)に記載されていることを抜粋する。 |                                                                                                       |                                                                                                                            | ②物や用具の安全に気を配っている。                                                                                           |

※評価の観点は、「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」とする。(体づくり運動領域も同様に「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」とする。)