

第4学年 体育科学学習指導案

日 時 令和3年9月4日（土）
子ども 4年

I 単元名

リズムカルに高く ジャンプ！
C 走・跳の運動（跳の運動）

＜授業の見どころ＞

子どもたちが自分の願いを達成するために場を選びながら試行錯誤し運動に取り組む姿

II 単元の指導構想

1 単元について

- 子どもたちは、体育の学習に対して前向きに取り組んでおり、いろいろな動きに挑戦することや友達と関わりながら運動することを楽しみにしている様子が見られる。休み時間には、外に出て鬼ごっこや長縄跳び、鉄棒で体を存分に動かしている子どもが多くいる反面、教室で過ごす子どもも見られる。また、勝ち負けにこだわりルールを守ることができない子どもや体を動かすことが苦手な子どももいる。

これまでの学習において、自分の願いを達成するために、どのような場で活動すればよいのかを選んだり、自分の課題がどのように変化してきたのかを体育ノートで振り返ったりすることができるようになってきた。さらに、5月に行われたスポーツフェスタでは、3年生も含めたグループで、どのようにすれば自分たちの課題を解決できるのかを試行錯誤しながら学習に取り組む姿が見られた。これらの学びの文脈を生かし、今後は、自分（たち）の課題を解決するために選んだ場や活動が適切かどうかを、動きのポイントを絞って見合ったり、ICT 機器を活用して客観的に判断したりする力を身に付けていく必要がある。

- 本単元は、短い助走から踏み切り足を決めて上方に強く踏み切り、バーやゴムひもを跳び越す学習である。着地については安全面を考え、膝を柔らかく曲げて、足から着地するようにする。個人の記録を得点化しチーム対抗戦にして競争を楽しみながら高跳びに取り組むようにする。また、調子よく踏み切って高く跳ぶことの中で、跳ぶ動き自体の楽しさや心地よさを大切にしていこうにする。

本単元の高跳びは、日常生活の中で大きな話題となっている東京オリンピック・パラリンピックの陸上競技の影響もあり、子どもたちは大いに関心をもっていると考えられる。そのような学びの文脈を生かし、自分の記録更新に向けて活動したり、友達の動きを見てアドバイスし合ったりする活動が自然と起こることが予想され、付けたい力と照らし合わせて、適切な単元といえる。

- 指導に当たっては、次の二点に留意する。

一点目は、**現段階における自分（たち）の課題を明らかにする機会の設定【手立て1】**についてである。本単元での子どもたちの願いや思いを共有し、その目指す姿を基にしながら課題を設定していくようにする。また、自分の現段階における課題を見つめ直すために、動きのポイントを基にした願い表を用いるようにする。本時でできるようになりたいこと、次時にできるようになりたいことなど、目指す姿と現段階における課題をつなげながら運動に取り組むことができるようにする。**全校研究とのかかわり【つなぐ】**

二点目は、**運動と多様にかかわる時間の保障【手立て2】**についてである。子どもたちが選んだ運動や場を試す時間を意図的に保障するようにする。これまでの学びで見付けた高跳びのよい動きを使ってみたり、友達がアドバイスしてくれたことを使ってみたりするなど、子どもたちが試行錯誤しながら自分に合った「できる」ことを実感できるようにしていく。また、この単元で「できる」ということは、高跳びができるだけでなく、「しっかりと支柱を持つこと」、「友達の記録を正しく測定すること」、「高跳びのよい動きを友達ができているかどうかを判断すること」など、多様であると考え。自分の動きを客観的に捉えられるよう、異質のグループを作るとともに、ICT 機器を活用する。**全校研究とのかかわり「えらぶ」「つかう」**

2 学びの文脈に基づいた単元構想図

単元の目標

- (1) 高跳びの行い方を知るとともに、短い助走から強く踏み切って高く跳ぶことができるようにする。
- (2) 自己の能力に適した課題を見付け、動きを身に付けるための活動や競争の仕方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。
- (3) 高跳びに進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。

単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
①高跳びの行い方について、言ったり書いたりしている。 ②踏み切り足を決めて跳ぶことができる。 ③3～5歩の助走から上方に強く踏み切って、高く跳ぶことができる。 ④膝を柔らかく曲げ、足から着地することができる。	①助走のリズムや踏み切りなど、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友達との競争の仕方を考えたり、競争の規則や記録への挑戦の仕方を選んだりしている。 ③友達のよい動きや変化を見付けたり、考えたりしたことを友達に伝えている。	①高跳びに進んで取り組もうとしている。 ②きまりを守り、誰とでも仲よく励まし合おうとしている。 ③用具の準備や片付けを友達と一緒にしようとしている。 ④友達の考えを認めようとしている。 ⑤場や用具の安全を確かめている。

復興教育との関連

- いきる「⑤やり抜く強さ」
自分の願いや課題に向けて、ねばり強く活動に取り組むことができるようにする。
- かかわる「⑨仲間とのつながり」
高く跳ぶにはどう跳べばよいのかを考え友達に伝える活動を通して、仲間とのつながりに気付くことができるようにする。

他教科・領域等

行事 4年 11月
「全校音楽集会」
・ **目指す姿と取組方法を設定し、テーマの達成に向けて自分の思いや友達の思いをすり合わせながら、力を合わせて取り組む。(よいと判断したことを進んで行う。)**

特別活動 4年 11月
「委員会活動スタート」
・ **委員会活動の意義を知り、自分たちで学校生活を豊かにしていくために活動しようとする。**

資質能力の高まり

教科の学習内容

2年 8月
C 走・跳の運動遊び
(ゴム跳び遊び)

3年 8月
C 走・跳の運動
(幅跳び)

4年 5月
力を合わせて競争しよう
C 走・跳の運動
(走の運動)

4年 6月
遠くまで思いっきりビュンと！
C 走・跳の運動
(投の運動)

本単元
4年 9月
リズムカルに高くジャンプ！
C 走・跳の運動
(跳の運動)
・ 踏み切り足を定める
・ 3～5歩の助走で上方に踏み切りに高く跳ぶ。
・ 足から着地する。

5年 8月
C 走・跳の運動
(走り幅跳び)

6年 6月
C 走・跳の運動
(走り高跳び)

中学校
C 陸上競技
I 走り幅跳びまたは、走り高跳び

他教科・領域等

行事 4年 5月『スポーツフェスタ』
設定しためあてに沿って、**集団や自己の競技や演技についての課題解決策を考えて、仲間と協力して適切に判断し行動する。**

全国・体力運動能力テスト
4年 6月 立ち幅跳び

関連 4年 7月
東京オリンピック

見方・考え方を働かせるポイント

- 高跳びの行い方を知る・高跳びをする
3～5歩の助走から上方に強く踏み切って高く跳ぶ方法を知り、実際に行う。
- 友達と関わりながら見る・支える
自分が考えたことを、友達に伝えたり活動を選んだりしている。友達の動きを見る。

願い

- ・ 高く跳びたい。
- ・ 高く跳ぶための動きのポイントが知りたい。
- ・ 友達と楽しく高跳びに取り組みたい。

教科の力

- 体育の学習に前向きに取り組んでいる子どもが多い。
- 他の友達のことを精一杯応援しようとする子どもが多い。
- 自分(たち)で活動を考えたり工夫したりしようとする子どももいる。
- 勝敗にこだわるあまり自分勝手に動いてしまう子どもがいる。
- 体育の学習に苦手意識をもつ子どもが2名いる。

子どもの実態

3 単元の指導及び評価の計画（全7時間）

時	○学習活動	◆研究の手立て	評 価			
			知 技	思 判 表	態 度	評価規準 〈評価方法〉
1	○2年生の時の跳の運動遊びゴム跳びの遊びを想起する。 ○試しの運動で高跳びを行う。 (記録測定)	手立て1 現段階における自分(たち)の課題を明らかにする機会の設定 ◆試しの運動を行ってみて、自分(たち)の願いや思いを表出し、目指す姿を確認・決定する。 →【つなぐ】			③	・用具の準備や片付けを友達と一緒にしようとしている。〈観察〉
2	○パワーアップ運動のやり方を知る。 ○いろいろな場で、競争しながら高く跳ぶ。安全な着地について知る。(膝の曲げ)		④		⑤	・膝を柔らかく曲げ、足から着地することができる。〈観察〉 ・場や用具の安全を確かめている。〈観察〉
3	○パワーアップ運動を行う。 ・目標物へのタッチ ・ミニハードル連続ジャンプ ・長縄(8の字跳び) ・ゴム跳び 等	手立て2 運動と多様にかかわる時間の保障 ◆願い表を基にして自分に合ったパワーアップ運動や活動の場を選ぶようにする。 ◆多様に運動とかかわる時間を確保する。	②			・踏切り足を決めて跳ぶことができる。〈観察・体育ノート〉
4	○跳びやすいほうの足を見付ける。(スタート足の確認) ○リズムのよい助走について知る。 ○よい動きの共有 ○3歩・5歩助走からの跳躍	◆願い表が単位時間でアップデートされるような掲示の工夫。 ◆絵図やICT機器等を活用して、運動や場を選ぶ際の客観的な根拠とする。 →【えらぶ・つかう】	③		①	・3～5歩の助走から上方に強く踏み切って、高く跳ぶことができる。〈観察〉 ・高跳びに進んで取組もうとしている。〈観察・体育ノート〉
5	○パワーアップ運動を行う。 ○自己の課題を確認し、解決に適した運動や場を選んで活動する。 ○3歩・5歩助走からの跳躍		①	③		・高跳びの行い方について、言ったり書いたりしている。〈観察・体育ノート〉 ・友達のよい動きや変化を見付けたり、考えたりしたことを友達に伝えている。〈観察・ICT〉
6 本 時	○パワーアップ運動を行う。 ○自分の課題を見付け、解決のための運動や場を選び直す。 ・3歩助走コース ・5歩助走コース ・踏切り板コース ○3歩・5歩助走からの跳躍			①	④	・助走のリズムや踏切りなど、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。〈観察・体育ノート〉 ・友達の考えを認めようとしている。〈観察〉
7	○三浦学級高跳びオリンピックを行う。 ○単元の振り返りをする。	手立て2 運動と多様にかかわる時間の保障 ◆これまでの学習で身に付けてきた高跳びの知識・技能を発揮する場面を設定する。 →【つなぐ・つかう】		②	②	・友達との競争の仕方を考えたり、競争の規則や記録への挑戦の仕方を選んだりしている。〈観察・体育ノート〉 ・きまりを守り、誰とも仲よく励まし合おうとしている。〈観察・体育ノート〉

Ⅲ 本時の指導

1 目標

○高く跳ぶことができるように、自分(たち)に合った運動や場を選び、活動することができる。

2 評価規準

【思考・判断・表現】

・助走のリズムや踏切りなど、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。

<努力を要する状況の児童への手立て>

動きの宝箱を確認したり、よい動きの友達と一緒に観察したりして、自分の課題解決に向けて、運動や場を選ぶように助言する。

3 展開（6／7時）

段階	学習活動	時間	◆研究にかかわる手立て 予想される子どもの反応	・留意点 【評価】
導入	1 学習内容の確認 2 準備運動 ・ストレッチ ・基礎感覚づくりの運動 ・安全マットジャンプ（膝を曲げて着地） ・ゴム跳び（連続一步跳び）（振り上げ足と抜き足） ・踏み切り板高跳び（上方に跳びあがる）	1 10	助走のリズムがまだ上手に取れないから踏み切り板高跳びで強く踏み切る練習をしよう。 手立て1 現段階における自分（たち）の課題を明らかにする機会の設定 ◆第1時の試しの運動から位置づけた願い表を基にしながら、本時は「もっと高く跳びたい」という意識を高め、本時の課題を設定していく。 →【つなぐ】	・事前に健康観察や服装点検、用具や場所の安全を確認しておく。 ・高跳びにつながる基礎感覚を養う動き作りを準備運動に位置付ける。
展開	3 高跳び （1）課題を設定する 自分の課題に合った練習を選んで、もっと高く跳ぼう。 （2）自分（たち）の課題に合った練習の場でやってみる。 ・自分の課題に合った運動の場を選んで、動きを確かめながら行う。 ・3歩助走コース ・5歩助走コース ・踏み切り板コース 助走のリズムがだんだんできてきて力強い踏み切りができるようになってきたから、踏み切り板のない3歩助走コースに挑戦してみよう。 （3）高跳びに挑戦する。 ・自分の課題に合った練習をやってみて、自分の課題がどのように変化したのかを確かめる。○○○ 4 整理運動 ・足首や足の筋肉を中心にほぐすように大きくゆっくりと行うようにする。	3 23 1	自分の願いを達成するためには、どの場で活動すればいいかな。 手立て2 運動と多様にかかわる時間の保障 ◆自分の課題に合った場を選んで、高跳びに取り組む。 →【つなぐ・えらぶ】 手立て2 運動と多様にかかわる時間の保障 ◆自分の課題が変わったときには、場や運動を変えて現段階の自分に合った場を選んで試してみる。 →【つかう・つなぐ】 カメラで撮った動画を見ると、膝が曲がっているよ。足の裏がもっと見えるくらい足を上げたほうがいいよ。	・自分の課題に合った場で練習してみて、自分の課題がどのように変化したのかを確かめるようにする。 思判表 助走のリズムや踏み切りなど、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。（行動観察・発言） 主体的態度 友達の考えを認めようとしている。（観察）
終末	5 振り返り ・学習に即した振り返り ○どんな場や運動を選んだら、記録が伸びましたか。 6 後始末 ・安全に留意させながら、素早く協力して行うようにする。 【振り返りの表現例】 ①自分はリズムよく踏み切りができなかったから、踏み切り板コースで助走のリズムを練習してから5歩コースに行ったら最高記録が出た。 ②○○さんから足の裏をもっと見せたほうがいいというアドバイスをもらって、気をつけたら高く跳べるようになった。	7	手立て1 現段階における自分（たち）の課題を明らかにする機会の設定 ◆次時の学習は、三浦学級高跳びオリンピックであり、これまでの学習とつなげて、これまでよりも高く跳んで自分の願いや思いを達成したいという思いをもたせる。 →【つなぐ】	・動きの高まりが見られた友達の動きを紹介し、全体で確かめるようにすることで集団の高まりについても気付かせる。

