

第6学年体育科 学習指導案

日 時 平成15年9月10日 5校時
児 童 宮古市立宮古小学校 6年2組
男子19名 女子12名 計31名
指導者 教諭 高橋琢弥

1. 単元名 走り高跳び

2. 単元について

(1) 教材観

走り高跳びは、助走を有効に使うことで高さに挑戦して楽しむ運動である。また、個人やグループ間で跳んだ高さを競い合っ楽しむこともできる運動である。

走り高跳びでは、走り幅跳びとは違い、リズムカルな助走が要求される。また、踏切も水平速力を上昇力に変えるものでなくてはならない。この、助走と踏切のタイミングがぴたりと合った時に腰が高く引き上げられ、より高く跳ぶことができる。自分にあった助走の方向や歩数を見つけだし、タイミング良く踏み切った時の「身体がふわっと浮く感覚」が魅力である。

5歩や7歩での輪踏み高跳び、アクセント高跳びで走り高跳び競争をする中で、自然に各自にあった助走が身に付いてくる。さらに各自の力やめあてに応じた練習の場を工夫することによって、やさしい技術づくりが可能な教材である。

(2) 児童観

事前に行ったアンケート調査によると、本学級の約9割の児童が、体育は「好き」「どちらかといえば好き」と回答している。しかしながら、その理由を見てみると、「体を動かすことが楽しい・好き・得意」といった感覚的なものがほとんどであり、中には「何も考えなくていい」「(他教科のように)座ってなくてもいい」といった、あまり望ましいとは言えない理由も含まれている。また、体育授業に臨む際、「課題意識」「探求心」「伸びの自覚」「次への意欲」などの意識を持って取り組んでいるのは「ときどき」と回答している児童が多く、「いつも」と回答している児童は少ない。

これらのことから、体育を楽しみにしてはいるものの、運動の特性にふれる楽しさを十分に味わっているとは言えない実態が見られる。さらに、自分に合った目標・めあての設定や自分にあった学習活動を選択していくなどの、体育の「学び方」に対する意識にも、個々によってかなりの差があることが伺われる。

「体育は好き」と言いながらも、約4割の児童が、陸上競技に対しては「疲れる・苦手・向いていない」などのマイナス傾向の反応を見せている。そのような中、走り高跳びに対しては、「好き・おもしろそうだ」と興味を示したり、「目標を持って跳びたい」などの期待感を示している児童も多い。

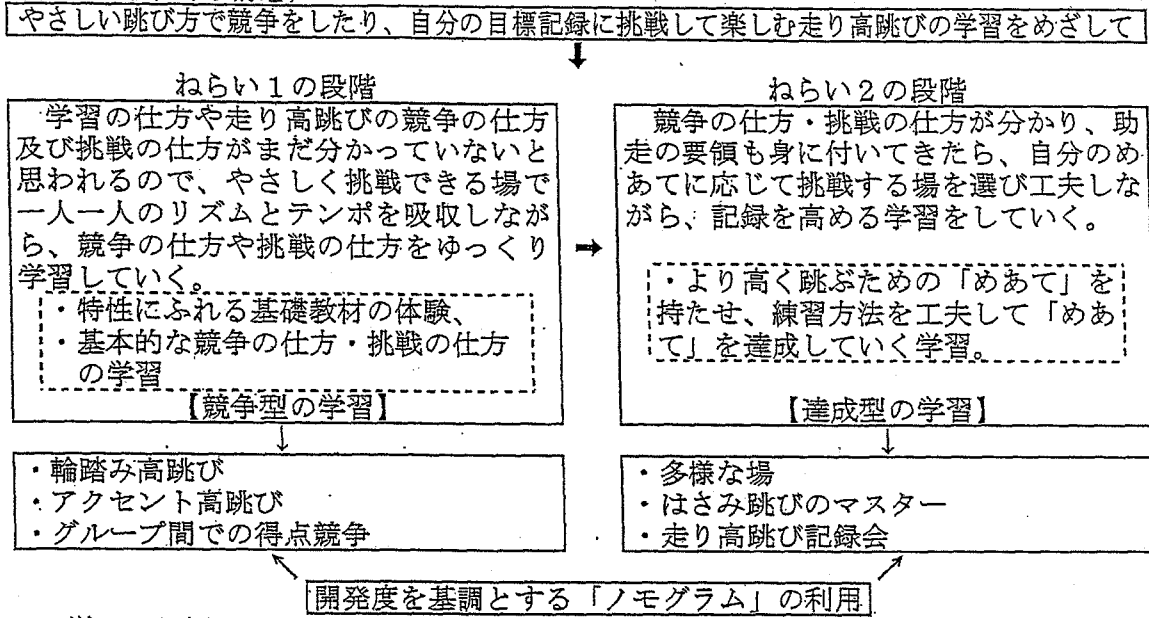
(3) 指導観

子供は、より高く跳びたいとの欲求を持っている。しかし、各自の体力やはさみ跳びの技術獲得にはかなりの差があると予想される。単に跳んだ記録だけを問題にしてしまうと、友達と比べて高く跳べない子は意欲を失いがちとなる。そこで、各自の能力にあった「めやす」の記録を求め、実際の記録と「めやす」の記録との差をもとに得点をつけ、その得点を伸ばすという方法をとっていくことで、達成欲求も充実させたい。なお、各自の「めやす」の記録は、池田延行氏の計算式(ノモグラム)で算出する。(得点については「伸びの実感」をより味わうことができるように修正を加える。)

また、走り高跳びは、達成型の個人種目ではあるが、グループによる競争型の学習を取り入れることにより、練習の成果を試技に生かそうとする意欲付けをはかると共に、仲間との関わり合いや学び合いの価値も体験させていきたい。

本学級は、体育科の基本的な学習過程(学び方)がまだ十分に身に付いていない学級である。そこで、まず、踏切と助走にポイントを置いた共通課題を中心に「ねらい1」の学習をじっくりと進め、次の「ねらい2」の段階に入ってから各自の課題に対応した多様な学習を進めることができるような単元構成を組んでみた。

(単元の基本的な構想)



3. 単元の目標

- 自分のめあてを持って、友達と協力したり教え合いながら、安全に留意して楽しく学習できる。
- 自分の力に合う目標や課題の解決の仕方がわかる。
- やさしい跳び方で走り高跳び競争をしたり、自分の目標記録に挑戦して走り高跳びを楽しむことができる。

4. 単元指導計画と評価規準 (総時間数8時間)

(1) 指導計画

時	1	2・3・4 (本時)	5・6・7	8
学習活動	※学習の方向付け	ねらい1 やさしい跳び方でグループ競争をしたり、自分の跳べそうな高さに挑戦して楽しむ	ねらい2 より高く跳ぶために自分に合った活動の場を選んで練習し、記録に挑戦して楽しむ	※学習のまとめ
5	オリエンテーション	学習内容の確認と準備運動		
10		○体ほぐしの運動		
15		○感覚・技能を高める運動		○記録会
20	○はじめの記録会	ねらい1のめあて学習	ねらい2のめあて学習	
25		○輪踏み高跳び	○めあてに応じた、多様な場での走り高跳び	
30	○試しの競争	○アクセント高跳び	○目標記録に挑戦	
35		◎グループ間での得点競争	(得点競争)	
40	学習の見通し	整理運動と振り返り		学習のまとめ
45				
主な評価規準	【関・意・態②】 【関・意・態③】 【思考・判断②】	【関心・意欲・態度①】 【関心・意欲・態度④】 【思考・判断③】 【技能①】	【関心・意欲・態度①】 【思考・判断①】 【技能①】	【関・意・態④】 【思・判②】 【技能①】

(2) 評価規準

単元の評価規準

運動への関心・意欲・態度	<ul style="list-style-type: none"> ① めあてをもって進んで運動に取り組み、競争する楽しさや自分の目標記録に挑戦する楽しさを味わおうとする。 ② 器具や走路の安全を確かめようとする ③ ルールを守り勝敗に対して公正な態度をとろうとする。 ④ 役割を分担して、互いに協力して、教え合いながら運動をしようとする。
運動について思考・判断	<ul style="list-style-type: none"> ① 自分の能力に合った目標の設定や課題解決の仕方がわかっている。 ② 競争を楽しむ場ではルールや競争の仕方を選択できる。 ③ 教師や友達の助言を参考にしたり、学習カード（資料）を使って練習方法を選んだり考えたりできる。
運動の技能	<ul style="list-style-type: none"> ① 高く跳ぶためにリズムカルな助走から力強く踏み切り、安全に足から着地することができる。

具体的評価目標

学習活動における具体的評価規準

		十分満足と判断する際の学習における実現状況 (A)	おおむね満足と判断する際の学習における実現状況 (B)	努力を要すると判断する際の学習における実現状況 (C)
運動への関心・意欲・態度	1、動く楽しさ	<ul style="list-style-type: none"> ① 走り高跳びの楽しさを味わうために、自分の力にあった課題をもって仲間とかわりながら進んで運動に取り組もうとする。 ② 積極的に運動する場の安全を確かめようとしたり、安全に運動するための約束を守ろうとしたりする。 	<ul style="list-style-type: none"> ① 走り高跳びの楽しさを味わうために、自分の力にあった課題をもって進んで運動に取り組もうとする。 ② 運動する場の安全を確かめようとしたり、安全に運動するための約束を守ろうとしたりする。 	<ul style="list-style-type: none"> ① 走り高跳びの楽しさを味わうために、教師の助言や友達に言われて自分の力にあった課題をもって運動に取り組もうとする。 ② 教師の助言や友達のアドバイスを受け、安全に運動しようとする。
	2、集う楽しさ	<ul style="list-style-type: none"> ③ ルールを守り、勝敗に対して公正な態度をとり、チーム対抗の競争を楽しもうとしたり、仲間にも呼びかけたりしようとしている。 ④ 友達に声をかけ役割を分担し、互いに協力して教え合いながら走り高跳びを楽しもうとする。 	<ul style="list-style-type: none"> ③ ルールを守り、勝敗に対して公正な態度をとり、チーム対抗の競争を楽しもうとする。 ④ 役割を分担し、互いに協力して教え合いながら走り高跳びを楽しもうとする。 	<ul style="list-style-type: none"> ③ 教師の助言や友達に言われてルールを守り、勝敗に対して公正な態度をとり、チーム対抗の競争を楽しもうとする。 ④ 役割を分担し、走り高跳びを楽しもうとする。
運動について思考・判断	3、わかる楽しさ	<ul style="list-style-type: none"> ① 自分のめあてをもち、めあてを達成するための練習方法を選んだり、改善したりして、明確に課題解決の仕方がわかっている。 ② みんなが楽しめるようなルールや競争の仕方を理解したり、改善したりしている。 ③ 教師の助言や学習カード（資料）を使ったり、友達と跳び方を見合い、教え合ったりして、課題解決に役立て練習している。 	<ul style="list-style-type: none"> ① 自分のめあてをもち、めあてを達成するための練習方法を選ぶなど、課題解決の仕方がわかっている。 ② みんなが楽しめるようなルールや競争の仕方をしている。 ③ 教師の助言や学習カード（資料）を使ったり、友達の跳び方を見たりして、課題解決に役立て練習している。 	<ul style="list-style-type: none"> ① 教師の助言により自分のめあてをもち、めあてを達成するための練習方法を友達といっしょに選んでいる。 ② みんなが楽しめるようなルールで、友達と一緒に競争を楽しんでいる。 ③ 教師の指導や学習カード（資料）を使ったり、友達のアドバイスを受けて、課題解決に役立てている。

運動の技能	4、伸びる楽しさ	① 自己の記録の伸びや目標とする記録の達成を目指して、 <u>リズムカルな助走から、力強く踏み切って安定した動作で跳び、安全に着地することができる。</u>	① 自己の記録の伸びや目標とする記録の達成を目指して、 <u>リズムカルな助走から、力強く踏み切り、足から着地することができる。</u>	①教師の助言や友達のアドバイスにより、自己の記録の伸びや目標とする記録の達成を目指して、跳ぶことができる。
-------	----------	--	--	---

5. 本時の指導

(1) 目標

- ◎ やさしい跳び方でグループ競争をしたり、自分の跳べそうな高さに挑戦して楽しむことができる。
- ・ 器具や走路の安全に留意して活動することができる。
- ・ 勝敗に対して正しい態度がとれる。
- ・ 3歩または5歩のアクセント高跳びの技術を、跳躍に生かすことができる。

(2) 評価規準

評価の観点	A : 十分満足できる	B : おおむね満足できる	C : 努力を要する
・運動への 関心・意欲・態度①	・走り高跳びの楽しさを味わうために、自分にあった課題を持って仲間と囲わりながら進んで運動に取り組もうとする。	・走り高跳びの楽しさを味わうために、自分の力にあった課題を持って進んで運動に取り組もうとする。	・走り高跳びの楽しさを味わうために、教師の助言や友達に言われて自分の力にあった課題を持って運動に取り組もうとする。
II ④	・友達に声をかけ役割を分担し、互いに協力して走り高跳びを楽しもうとする。	・役割を分担し、互いに協力して走り高跳びを楽しもうとする。	・役割を分担し、走り高跳びを楽しもうとする。
・運動についての 思考・判断 ③	・教師の助言や学習カード(資料)を使ったり、友達と跳び方を見せ合い、教え合ったりして、課題解決に役立て練習している。	・教師の助言や学習カード(資料)を使ったり、友達の跳び方を見たりして、課題解決に役立て練習している。	・教師の助言や学習カード(資料)を使ったり、友達のアドバイスを受けたりして、課題解決に役立っている。
・運動の技能 ①	・自己の記録の伸びや目標とする記録の達成を目指して、リズムカルな助走から、力強く踏み切って安定した動作で跳び、安全に着地することができる。	・自己の記録の伸びや目標とする記録の達成を目指して、リズムカルな助走から、力強く踏み切り、足から着地することができる。	・教師の助言や友達のアドバイスにより、自己の記録の伸びや目標とする記録の達成を目指して、跳ぶことができる。

(3) 展開

過程	学習内容・児童の活動	指導上の留意点、支援(・) 評価(※) 用具(*)
は	1. 学習内容の確認。 ○集合・挨拶 ○学習内容の確認	・健康観察、服装点検、用具の準備は事前しておく。
じ	ねらい・1 やさしい跳び方でグループ競争をしたり、自分の跳べそうな高さに挑戦して楽しむ。	
め	2. 準備運動及び補助運動	・足首、膝、腰を中心に良く動かして、体を温めるようにし、運動への準備を整える。 ・助走、踏切、バー・クリアランス、着地などにつながる感覚や基礎技能を高める運動をさせる。
	3. めあて学習 ○今日のめあての確認	・学習の仕方を身につけている「ねらい1」の段階では、全員共通のめあてで学習を進めることとするが、個々のめあてについても、学習カードにより事前に把握しておく。 *「動きのポイント」「めあてにあった練習の場の選択の観点」を示した資料
	めあて 5歩または7歩のリズムでタイミング良く跳ぼう。 練習方法 アクセント高跳びの練習をしよう。	

な か	<p>○グループごとに各自の力に合わせて用具を調整し練習する。</p> <p>○グループごとに仲間と教え合って練習する。</p> <p>○グループ競争をする。</p>	<p>※【思考・判断①】(カード) *学習カード</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ここでのグループは、技能別(高さ・助走の方向を固定した場をいくつか設定)とし、運動量を確保したい。 ・各自の力や技術にあった設定をして練習しているか確認し、必要に応じて助言する。 ・自分のめあてに向かって繰り返し練習している姿や、友達と積極的に関わっている姿を称賛する。 ・活動の中で自然発生的に教え合いができることが理想だが、必要な場合は、相互評価をする時間も設ける。 <p>※【関心・意欲・態度①】【思考・判断③】【技能①】(観察)</p> <p>※【関心・意欲・態度②】(観察)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・行動観察をして、実現状況C段階の児童について支援する。 <p>*高跳び用スタンド、簡易スタンド(自作)、ゴムひも、鈴、セーフティマット マット、踏切板、体操用の輪、</p> <ul style="list-style-type: none"> ・もとのグループ(生活班)に戻る。
	<p>【競争の仕方の確認】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・輪は使用しない。踏切板の使用は可。 ・助走の歩数は5歩か7歩のいずれかとする。 ・一人3回の試技をし、最高記録をとる。 ・グループ全員の得点の合計によって、勝敗を決める。 <p>4. 整理運動</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・「競争」にばかり目を奪われがちになるので、「めあて」を意識して跳ぶように再度助言する。 ・練習の際、評価規準③【技能】において、C段階であった児童については必要に応じて、踏切板以外の用具の使用も認める。 <p>※【関心・意欲・態度④】(観察) ※【関心・意欲・態度②③】(観察)</p> <p>*得点集計表</p>
お わ り	<p>5. 学習のまとめ</p> <ul style="list-style-type: none"> ○学習カードの観点に沿って自己評価 ○あいさつ・後始末 	<ul style="list-style-type: none"> ・努力の様子が見られた子供数人に発表させ、動きの高まりや学習の仕方の良さを称賛したい。また、学び合いによる高まりについても振り返らせ、仲間と関わって学んだことの価値を確かめさせたい。 <p>※ 全観点(カード)</p> <p>*学習カード</p>