

第3～6学年 体育科学習指導案

指導者 河野 仁志

- 1 日 時 令和5年6月28日(水) 第5校時(13:45～14:30)
- 2 場 所 運動場
- 3 単 元 名 走り幅跳び(陸上運動領域)
- 4 授業づくりに関する考え方

(1) 子どもの実態と教材の特性

子どもの実態	本学団の児童は、6年生5名、5年生が4名、4年生が4名、3年生が1名の計14名の集団である。 ○ 新体力テスト、リレー、水泳等の様子から、技能面での差が見られる。しかし、子どもは真面目に運動に取り組み、運動のポイントについて、熱心に追究する姿が見られる。(知識及び技能) ○ 異学年合同体育で活動し、ルールを考えたり、アドバイスを伝え合ったりする経験を積んでいるが、思考力や表現力の個人差がある。(思考力、判断力、表現力等) ○ どの活動にも意欲的に取り組んでいる。普段から異学年で学習しており、仲間と協力しようという意識は高く、準備や後片付けも協力して行うことができる。(学びに向かう力、人間性等)	教材の特性	走り幅跳びは、その行い方を理解するとともに、踏切りゾーンや助走距離などを決めて仲間と記録を競い合う楽しさや喜びを味わいながら、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ようになることをねらいとした運動である。また、調子よく走ったり跳んだりする心地よさを味わうことができ、体を巧みに操作しながら、合理的で心地よく跳ぶ動きを身に付けることができる運動でもある。 立ち幅跳びの記録をもとに、目標記録を設定し、他者と関わりながら、互いの動きのよいところを見つけたり、気付きを交流したりしながら、自分の課題を見つけ、合理的な解決に向けた練習方法を工夫するとともに、自分の考えを他者に伝えるようにしていく。 安全に気を付けながら仲間の考えや取組を認め、自己記録の伸びを目指して積極的に取り組もうとする態度を養う。
--------	---	-------	---

(2) 単元構想

ア 単元目標

第3・4学年

- 運動の行い方を知り、短い助走から強く踏み切って遠くへ跳んだり、高く跳んだりすることができるようにする。(知識及び技能)
- 自己の能力に適した課題を見付け、活動の仕方を工夫したり、考えを伝え合ったりすることができるようにする。(思考力、判断力、表現力等)
- 幅跳びに進んで取り組むとともに、友達と教え合いながら練習することができるようにする。(学びに向かう力、人間性等)

(3) 単元計画

ア 研究の視点及び手立て

「教材とつながる」	「仲間とつながる」	「自分とつながる」
① 走り幅跳びの楽しさや記録に挑戦することの魅力が感じられるように、陸上選手の活動の様子を見て、走り幅跳びのよさや、練習方法のスムーズな理解につなげる。	② グループの中で、異学年と交流しながら、上学年が下学年に指導したり、練習内容を選んだりできるように場の設定を行う。	③ 振り返りを通じて自分の成長を自覚できるようにすることで、次の学びにつなげる。

イ 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
ア 走り幅跳びの行い方について、言ったり書いたりしている。 イ 助走から踏切り足を決めて前方に強く踏み切ったり、リズムカルな助走をしたりしている。 ウ 膝を柔らかく曲げて、両足で着地している。	ア 助走のリズムや踏切りなど、自己やグループの能力に適した課題を見付け、その課題の解決のための練習の場や段階を選んでいる イ 自己の能力に適した競争のルールや記録への挑戦のしかたを選んでいる。 ウ 自己や仲間の動きの変化や伸びを見付けたり、考えたりしたことを他者に伝えている。	ア 走り幅跳びに積極的に取り組むもうとしている。 イ 用具の準備や片付け、計測や記録などの役割を果たしている。 ウ 自分の記録の結果を受け入れようとしている。 エ 仲間の考えや取組を認めようとしている。 オ 走路や砂場の整備・安全に気を配っている。

ウ 単元における指導と評価の計画

時	1	2	3(本時)	4	5
学習の流れ	走り幅跳びがどんな運動か知ろう。 ○ 動画視聴後、試しの運動を通して、自分の課題を見つける【視点①】	自分の課題に合った練習の場を選び、仲間と協力して記録を伸ばそう。 ○ 仲間と協力して、課題に合った練習をする。【視点②】 ・ スタート位置 ・ リズムカルな助走 ・ 踏切りの位置 ・ 上体を起こす ・ 斜め上に踏み切る ・ 膝を曲げて両足で着地する		記録会を開こう。 ○ これまでの練習を生かして、自分の記録を図り、目標値と比べる。 【視点③】	
主な評価	知 ア(様態、ノート)	思 ア(様態、ノート)	イ(様態、ノート)	ウ(様態、ノート)	イ、ウ、エ、オ(様態)

第5・6学年

- 走り幅跳び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ようにする。(知識及び技能)
- 自己の能力に適した課題の解決のしかた、記録への挑戦のしかた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。(思考力、判断力、表現力等)
- 走り幅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。(学びに向かう力、人間性等)

イ 本単元で身に付けさせたい力の系統表

学年 観点	低学年	中学年	高学年
知識及び技能	○ 助走を付けて片足でしっかり地面を蹴って前方に跳ぶことができる。 ○ 片足や両足で、いろいろな間隔に並べられた輪等を連続して前方に跳ぶことができる。	○ 5～7歩程度の助走から踏切り足を決めて前方に強く踏み切り、遠くへ跳ぶことができる。 ○ 膝を柔らかく曲げて、両足で着地することができる。	○ 7～9歩程度のリズムカルな助走をすることができる。 ○ 幅30～40cm程度の踏切りゾーンで力強く踏み切ることができる。 ○ かがみ跳びから両足で着地することができる。
思考力、判断力、表現力等	○ 走ったり跳んだりする簡単な遊び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。	○ 自己能力に適した課題を見つけ、動きを身に付けるための活動や競走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。	○ 自己能力に適した課題の解決の仕方、競走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。
学びに向かう力、人間性等	○ 運動遊びに進んで取り組むことができる。 ○ 順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動をすることができる。 ○ 勝敗を受け入れることができる。 ○ 場の安全に気を付けることができる。	○ 運動に進んで取り組むことができる。 ○ きまりを守り誰とでも仲よく運動をすることができる。 ○ 勝敗を受け入れることができる。 ○ 友達の考えを認めることができる。 ○ 場や用具の安全に気を付けることができる。	○ 運動に積極的に取り組むことができる。 ○ 約束を守り助け合って運動することができる。 ○ 勝敗を受け入れることができる。 ○ 仲間の考えや取組を認めることができる。 ○ 場や用具の安全に気を配ることができる。

ウ 本単元を通して育てたい子ども像(ゴールイメージ)及び教師の願い

運動の楽しさを感じ、進んで運動に取り組もうとする元気あふれる子ども
 仲間との関わりを大切にしながら「進んで運動に取り組む楽しさ」を味わわせ、走り幅跳びをめぐる様々な工夫や努力によって、記録が伸びていく実感をもたせたい。

5 本時の指導 (3/5)

(1) 目標

- 課題解決に向けて、自分たちの課題に合った場や練習方法を選び、積極的に走り幅跳びに取り組むことができる。 (思考・判断・表現)

(2) 準備物

- 教師 メジャー、とんぼ、ゴムひも、跳び箱、ミニコーン
- 子ども 筆記用具 ワークシート

(3) 展開

学習活動	○ 教師の働き掛けと子どもの意識の流れ	<input type="checkbox"/> 指導上の留意点 <input checked="" type="checkbox"/> 苦手な子ども・意欲的でない子どもへの支援・配慮 <input checked="" type="checkbox"/> 評価規準(方法)【観点】
1 準備運動をする。	力いっぱい動けるように、体をほぐそう ・今日はどんなことをするのか。 ・今日はいまハードルをこえたいな。 ・空中姿勢の練習をしてみたいな。	<input type="checkbox"/> 音楽に合わせて準備運動をすることで、活動に前向きに取り組むことができる雰囲気作りをする。
友達と協力して、課題に合った練習に取り組もう		
2 グループごとに場を選択し、課題を確認する。	課題を確かめて、練習を決めよう ・助走距離を変えて練習をしたいな。 ・空中姿勢がもっと上手になりたいな。 ・助走を5歩でチャレンジしよう。 ・着地の仕方を上手にしよう。	<input type="checkbox"/> 3つのパートに分かれ、それぞれのポイントを押さえて運動できるようにする。
3 グループごとに練習する。 ・助走 ・踏切り ・空中姿勢 ・着地	課題解決に向けてしっかり練習しよう ・自分もみんなもだんだん上手になってきたね。 ・空中姿勢のこつがわかってきたよ。 ・今度はリズムカルに助走してみたいな。 ・今の助走距離でいい記録が出せそうだ。	<input checked="" type="checkbox"/> 踏切り位置が意識できるように跳び箱を準備する。 <input checked="" type="checkbox"/> 高く跳ぶことが意識できるようにゴム紐を準備する。 <input type="checkbox"/> タブレットを使って撮影し、お互いに気が付いたことなどをアドバイスし合うことを伝える。 <input checked="" type="checkbox"/> 自分たちの課題に合った練習に取り組んでいる。 (様態)【思・判・表】
4 活動を振り返る。	今日の活動を振り返ろう ・だんだん上手になってきたからうれしいな。 ・次は記録を計ってみたいな。 ・上手な人の走り幅跳びの仕方もっとじっくり見てみたいな。	<input checked="" type="checkbox"/> 自分の課題を知り、解決方法をもっている。(様態)【知・技】 <input type="checkbox"/> 自分の活動を振り返る場と発表し合う場を設けることで、自他を認め、次の活動へ意欲をつなげる。

(4) 本時の研究の視点

- 運動能力差に関係なく、どの子どもも運動に前向きに取り組む、対話に必要感を感じながら、自己の記録を伸ばすことができているか。 [教材とつながる] [仲間とつながる]
- これまでに学習してきたことを自分なりに振り返り、それを次の学習に生かそうとする姿が見られたか。 [自分とつながる]

(5) 学習カード

走り幅跳び 学習記録カード

()年 ()番 名前()

学習した日	月	日	月	日	月	日	月	日
本時のめあて								
今日の反省を〇でかこみましょう	◎	○	△	◎	○	△	◎	○
今日の振り返り ・意識したこと ・よかった練習方法 ・仲間との教え合いの様子 などを振り返り、書きましょう。								

(単元の最後に、走り幅跳びの学習をふり返って感想や反省を書きましょう)

○ 走り幅跳びの跳び方で、それぞれ気をつけることやアドバイスなどを書きましょう。

① 助走	② ふみきり	③ 空中しせい	④ 着地
例) 真っすぐ前を見て走る など			

① 助走 ② ふみきり ③ 空中しせい ④ 着地