

第5学年体育科学習指導案

日 時 令和7年2月20日(木)

5校時 13:35～14:20

場 所 八王子市立梶田小学校 体育館

学年組 第5学年2組 計25名

1 研究主題

『心身ともに健やかな「いつも元気な子」の育成』
～一からの体育授業や、健康・安全の取組を通して～

2 単元名 器械運動「跳び箱運動」

3 単元のねらい

知識及び技能	跳び箱運動の行い方を理解し、自己の能力に適した切り返し系や回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技に取り組んだりす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、仲間の考えや取り組みを認めたり、場や器械・器具の安全に気を配ったりすることができるようにする。

4 単元について

(1) 運動の特性

- ア 切り返し系や回転系の技について自己の能力に適した技に挑戦し、達成した時に楽しさや喜びを味わうことが魅力であり、「できた」「できない」が分かりやすい運動である。
- イ 主に、「助走」「踏み切り」「着手」「空間動作」「着地」の5つの場面から成り立つ運動である。
- ウ 腕で支持しながら、重心を前方に移動することに恐怖感をもちやすい運動である。
- エ 困難な条件の下、できるようになったり、より雄大で美しい動きができるようになったりする楽しさや喜びを味わうことができる運動である。
- オ 友達と助け合ったり教え合ったりして、協力して取り組むことが楽しい運動である。
- カ ICT機器を活用し、動きを把握することで自己の課題に気付きやすい運動である。

(2) 児童の実態

ア 体育学習における児童の様子や経験など

本学級の児童は意欲的に運動遊びに取り組める児童が多い。2学期に学習した「器械運動(マット運動)」では、補助倒立や補助倒立ブリッジなどで積極的に補助に入ったり、仲間の技を見てアドバイスを伝えたりする様子が見られた。また、毎時間、児童は技の動画を撮影し、それを基に自分や仲間の課題点や達成度を把握し学び合いに繋げた。

第4学年では、切り返し系では開脚跳び、かかえ込み跳びを経験し、回転系では台上前転、首はねびを経験をしている。しかし、休み時間には、ボール投げや鬼ごっこが多いため、日常的に跳び越えたり、回転したりする運動は行っていない。

また、児童は自分の技を行うことについては意欲的に取り組むが、仲間の技を見て関わり合う姿は少なく関わり合いや学び合いに関しては課題がある。

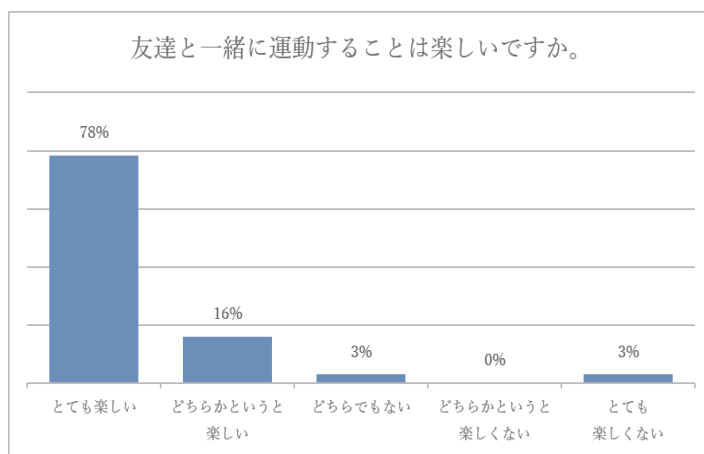
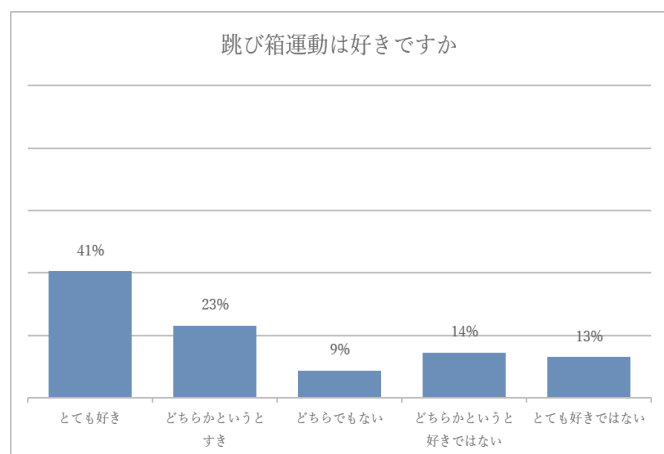
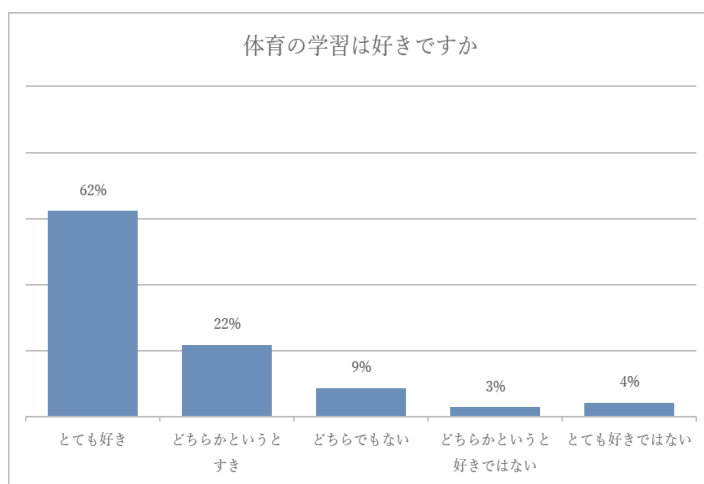
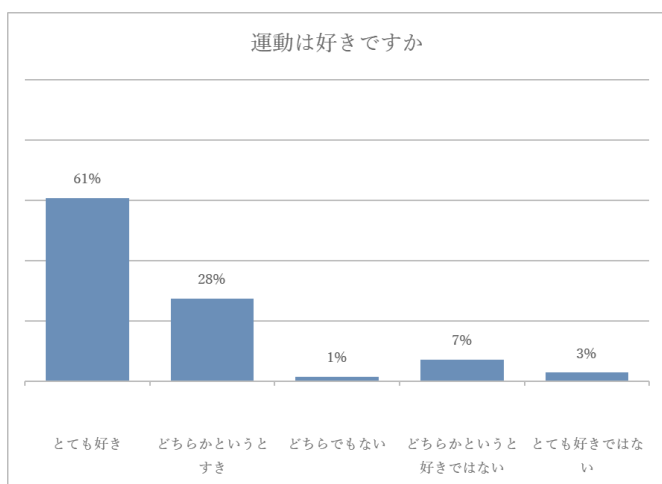
本単元を通して、いろいろな場で跳び箱運動に取り組む中で、多くの児童が積極的に仲間と関わったり支え合ったりし、自分も仲間も成長できるよう取り組む姿が見られるようにしていきたい。

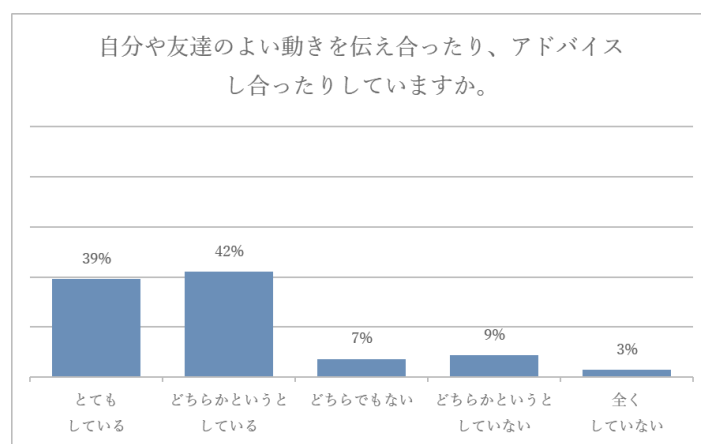
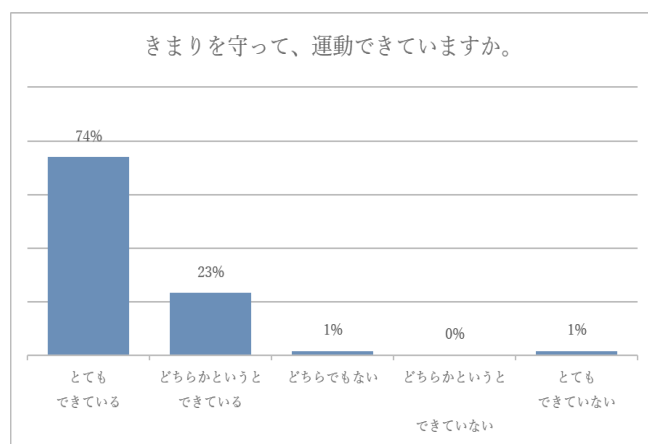
イ 実態調査 【対象：第5学年児童（75人）、実施日時：令和6年12月10日】

本学年の児童は、運動や体育の学習に対して肯定的に捉えている児童が多く、80%以上いる一方で、「跳び箱運動が好き」と答える児童は64%と、約15ポイント低下する結果となった。その理由として、「跳び箱を跳べない（上達しない）」「練習の仕方を工夫しても技ができない」などが多く挙げられた。また、跳び箱運動が上手になるには、「技のポイントを理解すること」「自分の課題が分かること」が必要であると感じている児童が多いことが分かった。

学習の仕方については、「友達と一緒に運動することが楽しい」「決まりを守って運動している」と感じている児童は約95%だったが、「自分や友達のよい動きを伝え合ったり、アドバイスし合ったりしている」と感じている児童は約80%と他の項目に比べて低かった。友達と仲良く運動をしているものの、運動に対して自分なりに上達するためのポイントを考えたり、考えたことを友達と共有したりすることに課題が見られる。

以上のことから、本単元では、技の行い方やポイントが分かりやすい教材を提示する工夫を行い、仲間とともに関わり合いながら課題を解決することで、「分かった」「跳べた（上達した）」という実感を児童に味わわせることができるように指導していく。





5 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 跳び箱運動の課題や約束、場や用具の使い方、場の安全の確保など、運動の特性に応じた行い方を理解している。 イ 技の行い方やポイント、練習方法や場を理解している。 ウ 自己の能力に適した切り返し系や回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったりすることができる。 エ 自己の決めた技のポイントやコツを理解し、発表することができる。	ア 自己の能力に適した課題を見付けている。 イ 学習資料を活用して課題の解決に向けた活動(練習方法や場)を選んでいる。 ウ 観察し合って見付けた自己の技のコツや、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	ア 跳び箱運動に積極的に取り組もうとしている。 イ 学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合って練習しようとしている。 ウ 仲間の考えや取組を認めようとしている。 エ 準備や片付けなど、分担された役割を果たそうとしている。 オ 場や器械・器具の安全に気を配ろうとしている。

6 研究主題に迫るための手だて

(1) 高学年分科会・目指す児童像

高学年分科会では、「心身ともに健やかな『いつも元気な子』」を育てるために、「自己の課題の達成に向けて、仲間と励まし合いながらすすんで運動する子」という児童像を設定した。その実現に向け、次のとおり具体的な手だてを講ずる。

(2) 手だて

ア 単元計画と一単位時間の流れの工夫

「課題解決」のねらいを明確にした単元計画を設定する。第1時では、児童が今できる技に取り組み、自身の課題を知り、めあてをもつことができるようにする。また、第2・3時では「切り返し系」、第4・5時では「回転系」の技に2時間ずつ取り組める時間を設定する。それぞれの技について2時間のうち、1時間目は課題に合わせた練習ができる場を選んで習熟し、2時間目は技をさ

らに安定してできるようにするとともに、発展技に挑戦することができるようにする。また、児童の課題に合わせた場を意図的に設置したり、平場を増やしたりすることによって、解決方法や場の良さを感じさせながら課題解決をさせたい。第6時から第7時では、第2時から第5時で取り上げた技を用いてグループ内で練習や動画の撮影を行う。自分のできるようになった技を撮影したり、記録をしたりすることで児童自身が学習してきた過程を振り返ることができるようにする。

また、一単位時間の学習の流れを「挑戦①」「協力」「挑戦②」の3つの時間に分けて設定する。「挑戦①」では個人で取り組む技や課題に合わせた場を選び、「協力」では仲間と教え合いながら技のこつや自己の課題を解決する方法をグループで共有し、「挑戦②」では「協力」で得たことを基に再度自分の課題に合った場を選択し取り組むようにする。

イ ICTを活用した動画教材の活用

技の行い方やポイント、場の使い方をまとめた動画教材をクラスルーム上に掲載する。そうすることで児童は授業内外と、自分の活用したいタイミングで、技のポイントや場の使い方について知ることができる。また、授業前に視聴することで、技のイメージや知識をもった状態で学習に臨むことができ、「分かる」授業へとつながる。そして、分かったことを仲間の技の動きを見て、学び合うための声掛けのポイントとしていく。自分の課題に挑戦する際にも視聴し、自分の動きと比べることで「できる」ことへとつながる。さらに、授業後に視聴することで次時に挑戦する技や自分の課題へとつながる。跳び箱運動に苦手意識をもつ児童にとっては、運動イメージをもったり、知識をもったりすることで、挑戦する際の心理的な負荷が軽減されるようにする。

【参考資料】東京都教育委員会「Tokyo 体育健康教育ポータル」

※ホーム→指導資料・報告書等→指導資料・報告書等（区市町村教育委員会等）で検索

八王子市小学校教育研究部会体育部作成「跳び箱運動の技のポイントと場の使い方」

URL：<https://sites.google.com/view/vaulting-horse/>

ウ ICTを活用した学習カード及び評価の工夫

児童が1単位時間の中での目標を設定する場面や学習を振り返る場面で使用できる学習カードをGoogle スライドを用いて作成する。授業前には課題を立てたり、練習方法や場を事前に学習して選んだりする。授業後には、試技してできるようになったことや次の時間に向けて頑張りたいことなどを、動画を用いて客観的に自己を振り返ることができるようにする。

また、指導者は児童の振り返りによって、児童一人一人の実態や課題を把握し、次時に向けた言葉の掛け方など授業改善へとつなげることができる。

エ 「学び合い」を大切にしたグループの設定

児童一人一人が学び方を理解し、仲間と観察し合って見付けたこつや考えたことを伝え合うことができるようにするために、技能差のある異質グループを6つ設定する。グループで互いに学習課題や行い方を共有し、運動を見て、考えて、伝え合いながら解決できるようにしていく。例えば、できる児童ができない児童に手本を見せたり、学習資料を見比べてうまくできないところを見付け、その課題やこつについて考えたりすることができるようにする。

7 単元の指導計画（7時間扱い）

段階	知る	広げる	
時	1	2	3
学習活動	1 集合・整列・あいさつ 2 学習のめあての確認 3 準備運動・補助運動 4 場の準備をする 5 挑戦タイム 6 片付け 7 学習の振り返り 8 整理運動 9 集合・整列・あいさつ	1 集合・整列・あいさつ 2 学習のめあての確認 3 準備運動・補助運動 4 場の準備をする 5 挑戦タイム① ・開脚跳び ・かかえ込み跳び ・屈身跳び 6 協力タイム 7 挑戦タイム② 8 片付け 9 学習の振り返り 10 整理運動 11 集合・整列・あいさつ	1 集合・整列・あいさつ 2 学習のめあての確認 3 準備運動・補助運動 4 場の準備をする 5 挑戦タイム①（切り返し系） 6 協力タイム 7 挑戦タイム② 8 片付け 9 学習の振り返り 10 整理運動 11 集合・整列・あいさつ
教師の指導	・マットや跳び箱の運び方や、動き方のきまりなど、安全のための約束について確認する。 ・既習した動きを確認する。 ・危険な跳び方をしないよう、安全面に配慮して指導する。	・場の準備を安全に、主体的にできるように、図を提示しながらできるよう助言する。 ・自己の能力に合わせた場を選ぶよう伝える。 ・児童から出たよい動きを価値付け、共有する。	・技のポイントやコツを仲間に教え合いながら行えるように指導する。 ・動画を見ながら仲間のできたところや課題点を伝え合うように指導する。
知・技	ア		イ
思・判・表		ア	
態度	エ	ア	イ

段階	広げる		まとめ
時	4	5 (本時)	6・7
学習活動	1 集合・整列・あいさつ 2 学習のめあての確認 3 準備運動・補助運動 4 場の準備をする 5 挑戦タイム① ・台上前転・伸膝台上前転 ・首はね跳び・頭はね跳び ・前方屈腕倒立回転跳び 6 協力タイム 7 挑戦タイム② 8 片付け 9 学習の振り返り 10 整理運動 11 集合・整列・あいさつ	1 集合・整列・あいさつ 2 学習のめあての確認 3 準備運動・補助運動 4 場の準備をする 5 挑戦タイム① 6 協力タイム 7 挑戦タイム② 8 片付け 9 学習の振り返り 10 整理運動 11 集合・整列・あいさつ	1 集合・整列・あいさつ 2 学習のめあての確認 3 準備運動・補助運動 4 場の準備をする 5 挑戦タイム 6 場や技ごとに発表する 7 共有タイム 8 片付け 9 学習の振り返り 10 整理運動 11 集合・整列・あいさつ
教師の指導	・場の準備を安全に、主体的にできるように、図を提示しながらできるよう助言する。 ・自己の能力に合わせた場を選ぶよう伝える。 ・児童から出たよい動きを価値付け、共有する。	・技のポイントやコツを仲間に教え合いながら行えるように指導する。 ・動画を見ながら仲間のできたところや課題点を伝え合うように指導する。 ・価値付けた良い動きを仲間に広げるよう、どうやったらできたか、児童に問い掛ける。	・仲間ができるようになった技を伝えたり、自分のできるようになった技についてアドバイスをもらったりできるような時間を設ける。 ・仲間に声を掛けてもらったり、自分が仲間に声を掛けたり、することの良さを振り返らせる。
知・技		ウ	エ
思・判・表	イ	ウ	
態度	オ		ウ

8 本時の学習（全7時間中の第5時）

（1）ねらい

自己の能力に適した回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったりすることができる。（知識及び技能）

観察し合って見付けた自己の技のこつや、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。

（思考力、判断力、表現力等）

（2）展開

学 習 活 動	☆指導上の留意点 ○評価
1 集合・整列・あいさつ 2 めあての確認	
見て 伝え合って技の精度を高めよう	
3 準備運動・補助運動	☆各部位の動きが高まるように言葉掛けを行う。
4 場の準備	☆マットの置き方や跳び箱の持ち方を確認する。 ☆場所の特徴や注意事項を伝える。
5 挑戦タイム① ・台上前転・伸膝台上前転・頭はね跳び ・首はね跳び・前方屈腕倒立回転跳び	☆よい動きをしている児童を認めたり、称賛したりして、価値付けをする。
6 協力タイム	☆一人一台の学習用端末を使い動画で撮影をさせる。 ☆よく観察できるように相手の技を見る時は真横や正面から見るように伝える。 ☆できているポイントや課題点を伝え合うように言葉掛けをする。 ○観察し合って見付けた技や、考えたことを他者に伝えている。 【思考、判断、表現】（観察）
7 挑戦タイム②	☆「協力タイム」でもらったアドバイスやこつを各々の場で取り組むように指示する。
8 片付け	☆安全に協力して片付けるように助言する。
9 学習の振り返り	☆本時で取り組んだ場や技を児童に振り返らせ、自分が仲間にアドバイスをしたことや、仲間から受けたアドバイスを発表させる。 ○自己の能力に適した繰り返し系や回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったりすることができる。 【知識・技能】（ワークシート）
10 整理運動	
11 整列・あいさつ	

9 資料

(1) ワークシート (Google スライドをクラスルームで配布して利用します)

月 日 の学習

技名：

練習方法や場：

ここに動画を貼り付ける

振り返り (できたこと、次頑張りたいこと)

先生：

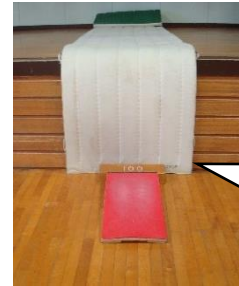
(2) 場の図

ア 繰り返し系

足が引っかかっても
やわらかいところに着地する場



両足をそろえて
強くふみきる場

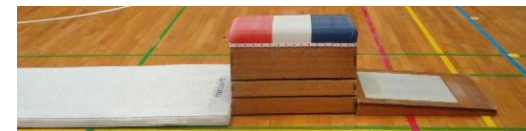
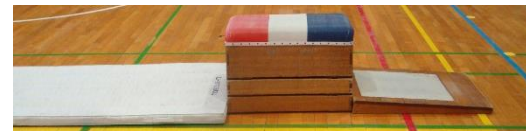


こしを高い位置から始められる場



すばやくひざをひきつけて、かかえ込
んだり手をつきはなしたりする場

調整板を入れて
遠くから踏み切ること、
肩と腰を同じ高さにする場



調整板×2



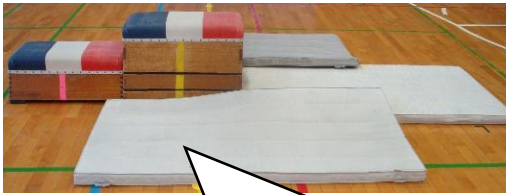
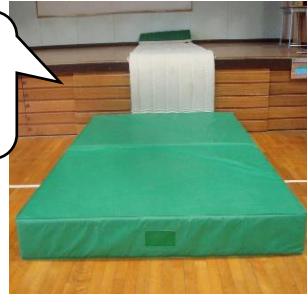
調整板×2

イ 回転系

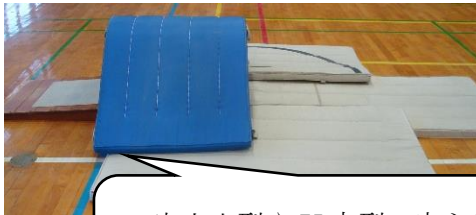
落ちる心配がなく、
高さに慣れることのできる場



足をのばしたまま振り出し、
両手で強く押せる場



こしを高い位置から始められる場



富士山型やU字型で安心して
回ることができる場

