

# 小学校第5学年 体育科 学習指導案

期 日 平成21年10月14日(水)第5校時

場 所 御船町立木倉小学校 運動場

指導者 教諭 梅田 幸博

## 1 単元名

「走り幅跳び」(陸上運動)

## 2 単元について

### (1) 運動の特性

助走のリズムを生かして踏み切り、どれだけ遠くへ跳べるか競争したり、記録に挑戦したりして楽しむ運動である。

### (2) 本単元の系統は次のとおりである。

| 学年 | 小学1・2年                | 小学3・4年        | 小学5・6年            | 中学1・2年                 | 中学3年                   |
|----|-----------------------|---------------|-------------------|------------------------|------------------------|
| 内容 | 跳の運動遊び                | 幅跳び           | 走り幅跳び             | 走り幅跳び                  | 走り幅跳び                  |
| 技能 | 前方や上方に跳んだり、連続して跳んだりする | 短い助走から踏み切って跳ぶ | リズムカルな助走から踏み切って跳ぶ | スピードに乗った助走から素早く踏み切って跳ぶ | スピードに乗った助走から力強く踏み切って跳ぶ |

### (3) 本単元に係る児童の実態は次のとおりである。(男子7人、女子7人、計14人)

#### ○実態調査の結果

幅跳びは好きですか?

大好き4人(29%) 好き9人(64%) 嫌い1人(7%) 大嫌い0人(0%)

- ・うまく跳べたとき楽しい。
- ・遠くへ跳べたとき楽しい。
- ・「ナイス」とか、友達に言ってもらえた時うれしい。
- ・跳ぶ瞬間が楽しい。
- ・記録がよくなかった時楽しくない。
- ・友達と比べられる時楽しくない。

#### ○学び方に関する実態

- ・学習課題や自分の課題に対して的確なめあてを持つことには支援が必要である。
- ・互いに教え合いながら学習を進めることができる。
- ・児童による自己評価はできるようになってきている。

#### ○技能に関する実態

- ・3年生で幅跳びの学習を経験している。
- ・「助走のスピードを落とさない」「強く踏み切る」「高く跳ぶ」「両足での着地」について十分身に付けている児童は少ない。

#### ○体力テストからの実態

- ・総合的には、全国平均と同じレベルにある。
- ・要素別には、女子の持久力が優れている。男子の持久力及び女子の筋力が劣っている。

#### ○運動に対する思いや願いの実態

- ・自分の記録へ挑戦したい。
- ・きれいに跳びたい。
- ・友達と教え合って、一緒にやりたい。
- ・悪口など言われず、楽しく活動したい。

(4) 指導にあたっては、次の点に留意する。

- 第1時オリエンテーションで、学習のねらいを明確に示し、児童に見通しを持たせるとともに、はじめの記録の測定を行い自分の目安の記録を設定させる。
- 学習1では、基礎・基本の確実な習得を図りながら走り幅跳びの楽しさを十分味わわせるために、グループでねらい幅跳びを行う。  
学習2では、学習課題を示し、その解決を図りながら自己の記録に挑戦して楽しむ。
- 学習1のグループでのねらい幅跳びでは、以下に示す2点の基礎・基本を意識させる。
  - ・決めた足での踏み切り
  - ・両足で着地
- 学習2での学習課題は、走り幅跳びの一連の動きを四つの局面でとらえ、①助走、②踏み切り、③着地、④空間動作の順番で示し、課題解決に取り組んでいく。
- 学び方（安全面、新しい場、ルール等）については、毎時間のはじめに知らせ徹底を図る。
- 毎時間の学習のまとめでは、できるようになった児童を紹介し、動きのポイントの確認を行う。また、課題に応じて練習を工夫していた児童を紹介し、思考・判断の評価を行う。
- 学習班（グループ）の編成は、男女混合の4グループをつくる（4人組二つ、3人組二つ）。  
学習2では、グループ内で固定のペア・トリオをつくり、教え合い活動を行う。
- 児童同士の教え合い活動が充実するように、動きのヒントとなる言葉を整理し、発見ボードにまとめていく。
- 本学習では、指導と評価の一体化を図るために次の評価活動を行う。
  - ・診断的評価：事前のアンケートにより児童一人一人の実態を把握し、事後のアンケートで変容を評価する。
  - ・形成的評価：学習シートを活用し、毎時間の自己評価・相互評価が的確に行えるように、評価の観点を明確に示す。

〈人権教育の視点〉

本学習では、活動における仲間との様々なふれあいの中で自己を肯定的に受け止めるとともに、自分と他者との違いに気付き、相手の立場を思いやり、互いに認め合い、励まし合う豊かな心の育成や仲間づくりを大切にする。

〈思考力、判断力、表現力の育成に関する視点〉

本学習では、思考力、判断力、表現力が育成された児童の姿として、「よいフォームの習得」を考える。「よいフォームの習得」を判断する客観的指標の一つとして、各自の記録の伸びを評価する。

〈熊本型授業の具体的展開に関する視点〉

本学習では、「徹底指導」を学習指導要領に示された基礎的・基本的な知識・技能を確実に習得させる指導ととらえ、「能動型学習」は既習の知識や技能を活用して、創意工夫して学習課題の解決に主体的に取り組む学習ととらえる。

### 3 単元の目標と評価規準

|                    |   |
|--------------------|---|
| 単元の目標              | <ul style="list-style-type: none"> <li>・助走を生かしてより遠くへ跳び、競争したり自分の記録に挑戦したりして楽しむ。</li> <li>・安全に留意し、互いに教え合ったり励まし合ったりしながら運動できるようにする。</li> </ul> |
| 運動や健康・安全への関心・意欲・態度 | <ul style="list-style-type: none"> <li>○場の安全に気を配ることができる。</li> <li>○約束を守って進んで運動することができる。</li> </ul>  |
| 運動や健康・安全への思考・判断    | <ul style="list-style-type: none"> <li>○自分の課題に応じた練習の段階を選ぼうとする。</li> <li>○自分の課題に応じた練習の場を選ぼうとする。</li> </ul>                                 |
| 運動の技能              | <ul style="list-style-type: none"> <li>○リズムカルな助走から踏み切る。</li> <li>○かがみ跳びから両足で着地する。</li> </ul>  |

4 指導・評価の計画（8時間取扱い）

| 次 | 時 | 学 習 活 動   | 指 導 上 の 留 意 点  | 評価項目（方法）  |
|---|---|---|--|---|
| 1 | 1 | <ul style="list-style-type: none"> <li>○学習のねらいや進め方を決める。</li> <li>○約束、ルールを決める。</li> <li>○はじめの記録を測定する。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・児童と一緒に学習計画を立て、主体的な学習活動ができるようにする。</li> <li>・みんなが楽しめるねらい幅跳びのルールづくりを行う。</li> </ul>  | <p>【関心・意欲・態度】<br/>進んで運動に取り組もうとする。（観察、シート）</p>   |
| 2 | 2 | <ul style="list-style-type: none"> <li>○集合、あいさつ、学習の進め方の確認。</li> <li>○協力して場づくりをする。</li> <li>○準備運動をする。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・本時の学習の見通しを持たせ、安全に進めていくための約束を確認する。</li> <li>・素早く、協力して行うよう助言する。</li> <li>・ケガをしやすい部分を十分にやっているか観察する。</li> </ul>  | <p>【関心・意欲・態度】<br/>場の安全に気を付け、約束を守りながら取り組もうとする。（観察、シート）</p>   |
|   | 7 | <ul style="list-style-type: none"> <li>○学習1の活動をする。                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・簡単なルールを決めて、グループでねらい幅跳びをして楽しむ。</li> </ul> </li> <li>○学習2の活動をする。                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・課題を解決しながら、自分の記録に挑戦して楽しむ。</li> </ul> </li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・教え合い活動が充実するように、動きを見る視点を明確にする。</li> <li>・よい児童の動きから学習課題を示す。</li> </ul> <p>第2時：3歩のリズム<br/>第3時：助走距離<br/>第4時：踏み切り<br/>第5時：着地<br/>第6時：空間動作<br/>第7時：既習の課題<br/>第8時：既習の課題</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・教え合い活動が具体的な言葉で行われるように、発見ボードに動きのヒントとなる言葉を整理しておく。</li> <li>・教え合いがスムーズにいくように観察し、助言する。</li> </ul> | <p>【思考・判断】<br/>自分の課題に応じた練習の場と段階を選び、友達と教え合いながら課題解決に取り組んでいる。（観察、シート）</p> <p>【技能】<br/>リズムカルな助走から踏み切り、かがみ跳びから両足で着地する。（観察、シート）</p> |
| 3 | 8 | <ul style="list-style-type: none"> <li>○学習のまとめをする。</li> <li>○整理運動、後片付け</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・教え合い活動のよさを互いに確認させる。</li> </ul>   | <p>【思考・判断、技能】<br/>走り幅跳びの動きのポイントに気付くことができた。（観察、シート）</p>  |
| 3 | 8 | <ul style="list-style-type: none"> <li>○場づくりをする。</li> <li>○準備運動をする。</li> <li>○まとめの記録会をする。</li> <li>○学習を振り返る。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・友達の伸びやよさに気付かせるような発問を行う。</li> <li>・自己の学習を振り返り、友達との教え合いが有効であったか確認させる。</li> </ul>   | <p>【思考・判断、技能】<br/>走り幅跳びの動きのポイントに気付くことができた。（観察、シート）</p>  |

5 言語活動と熊本型授業の関連

| 次  | 時 | 言語活動とその留意点   | 熊本型授業（能動型学習・徹底指導）   |
|----|---|--|---|
| 1  | 1 | ○言語活動①<br>学習のねらいにせまる学習計画づくりの場面で、自分の考えを明確に伝えること、友達のことを理解することで、お互いの考えを高めさせる。<br>【話す・聞く】  | [能動型学習]<br>運動に対する児童の思いや願いを学習計画づくりに生かすことで、単元を通じてより主体的な学習活動ができるようにする。<br>[徹底指導] 基礎的・基本的事項<br>・用具の準備や片付けの役割分担をすること。<br>・場や用具の安全に気を配ること。  |
| 2  | 2 | ○言語活動②<br>学習1・2の場面で、走り幅跳びの動きのポイントや、友達の動きを観察した気づきを伝え合うことで、課題を解決させる。【話す・聞く】<br>・第2時：3歩のリズム<br>・第3時：助走距離<br>・第4時：踏み切り<br>・第5時：着地<br>・第6時：空間動作<br>・第7時：既習の課題<br>・第8時：既習の課題 | [能動型学習]<br>それまでに身に付けた知識や技能を活用して、自分のめあてに応じた練習の場や段階で、課題解決に向けてより主体的な学習活動ができるようにする。<br>[徹底指導] 基礎的・基本的事項<br>○授業のはじめ【学び方】<br>・進んで運動に取り組むこと。<br>・約束を守り、協力して取り組むこと。<br>・分担された役割を果たすこと。<br>・場や用具の安全に気を配ること。<br>・自分のめあてに応じた練習に取り組むこと。 |
| 本時 | 5 | ○言語活動③<br>学習のまとめの場面で、友達のよさやがんばりを認め合うことで、豊かなかわりを持たせる。【話す・聞く】<br><br>○言語活動④<br>学習シートに、自分や友達の動きを具体的に振り返らせることで、動きのポイントを次の授業につなげさせる。<br>【書く】                                | ○授業のなか【課題形成】<br>・身に付けさせたい動き。<br>第2時：3歩のリズム<br>第3時：助走距離<br>第4時：踏み切り<br>第5時：着地<br>第6時：空間動作<br><br>○授業のなか【課題解決】<br>・動きを身に付けるための練習や方法。<br>・動きを身に付けているかどうかの評価。<br><br>○授業のまとめ【課題達成】<br>・動きのポイントのまとめ。<br>・よい学び方の評価。               |
| 3  | 8 | ○言語活動⑤<br>学習の振り返りで、自分の記録の伸びを分析・評価し、分かったこととできたことを整理し、単元での学び方について自己評価をさせる。【書く】   | [能動型学習]<br>それまでに身に付けた知識や技能と、課題解決に向けた学び方を振り返ることで、次の単元でもより主体的な学習活動ができるようにする。<br>[徹底指導] 基礎的・基本的事項<br>・学習への意欲を振り返らせること。<br>・友達との協力を振り返らせること。<br>・安全への気配りを振り返らせること。<br>・自分の課題解決の工夫を振り返らせること。<br>・自分が身に付けた動きを振り返らせること。            |

6 本時の学習

(1) 目標

- ・着地を意識しながらより遠くへ跳び、自分の記録に挑戦して楽しむ。
- ・安全に留意し、友達と教え合いながら学習を進めることができる。

(2) 展開

| 過程        | 学習活動【学習形態】  | 徹底能動   | 主な発問・指示等   | 教師の指導及び評価   | 備考   |
|-----------|---|--|--|---|--|
| 導入<br>7分  | 1 集合、あいさつ。<br>学習の進め方を確認する。【一斉】  | 徹底   | T 安全に気を配り学習を進めましょう。  | ○場や用具の安全に気を配ること、友達と協力して学習することを意識させる。  | 学習計画表<br>発見ボード<br>ゴムひも<br>ケンステップ<br>踏み切りマット<br>踏み切り板<br>跳び箱<br>巻き尺<br>砂ならし |
|           | 2 場づくりをする。<br>【グループ】  | 徹底   | T 全員で協力して、素早く行いましょう。   | ○場の安全を確認する。   |  |
|           | 3 準備運動をする。<br>【グループ】  | 徹底   | T ケガをしないように十分に行いましょう。  | ○しっかり行われているか観察し、助言する。<br>○走り幅跳びの動きづくりにつながるような運動を取り入れていく。  |  |
| 展開<br>30分 | 4 [学習1] ねらい幅跳びをして楽しむ。<br>【グループ】<br><br>↓<br><br>【一斉】<br><br>↓<br><br>【グループ】 | 能動<br><br><br><br><br><br><br><br><br><br>能動 | T グループで協力して、ねらい幅跳びをしよう。<br>C 役割分担をしながら、ねらい幅跳びを楽しむ。<br><br>T 着地の動きではどんなことが大切なんでしょうか。<br>C 膝がよく曲がっている。<br>C 両手を後ろにふっっている。<br>C 「ギュッ」と体を丸くしている。等<br><br>T 着地の動きを意識して、ねらい幅跳びを続けよう。 | ○基礎・基本となる「決めた足での踏み切り」「両足での着地」を意識させる。<br>○具体的なアドバイスが行われているグループを評価し紹介する。<br>○教え合いの手本（具体的なアドバイスをおくる）となるよう、教師が積極的に声を出す。<br>○どの児童の動きを取り上げるか観察を十分に行う。<br><br>※教え合いの視点として、着地の動きのポイントを、具体的に（部位、どうなっている）考えさせ、擬態語などで表現する。 |  |
|           | 5 [学習2] 課題を解決しながら、自分の記録に挑戦して楽しむ。<br>【ペア】<br><br>↓<br><br>(一斉)<br><br>↓      | 能動<br><br><br><br><br><br><br><br><br><br>徹底 | T 着地の動きを意識しながら、それぞれの中で練習しよう。<br>C 自分のめあてと着地を意識しながら記録に挑戦する。<br><br>T 課題解決が十分に行われていない場合は、動きのポイントを再確認する。  | ○自分のめあてに応じた練習の場や段階になっているか確認する。<br>○着地動作のタイミングは教師が意図的に声をかける。<br>○教え合いが具体的になるように、発見ボードに書かれている言葉を意識させる。<br><br>※教え合いの視点として、自分のどこを観察して欲しいのか明確にさせる。  |  |

|          |                          |          |  |  |
|----------|--------------------------|----------|--|--|
|          | 【グループ】                   | 能動       | <p>T 着地の動きを意識しながら、自分の記録に挑戦しよう。</p> <p>C 計測の役割分担をしながら、グループで記録に挑戦する。</p> | <p>※教え合いの視点として、友達の動きをどこで観察するとよいか伝える。</p> <p>評価</p> <p>B：着地の動きを意識しながら、記録に挑戦することができる。【観察, シート】</p> <p>A：着地の動きを身に付けながら、記録に挑戦することができる。【観察, シート】</p>                |
| 終末<br>8分 | 6 学習のまとめをする。             | 徹底       | <p>T 友達のアドバイスでよかったことを紹介しよう。</p> <p>T 今日授業でできるようになったことを紹介しよう。</p>       | <p>評価</p> <p>B：友達に声をかけることができる。【発表, シート】</p> <p>A：友達に具体的なアドバイスをすることができる。【発表, シート】</p> <p>○できるようになった児童を紹介し、動きのポイントを再確認する。</p> <p>※友達によさやがんばりをみんなで認め合えるようにする。</p> |
|          | 7 整理運動をする。<br>8 後片付けをする。 | 徹底<br>徹底 | <p>T ケガの確認を行う。</p> <p>T 全員で協力して、素早く行いましょう。</p>                         | <p>○最後まで、協力して安全に行われているか観察し、助言する。</p>   |