

単元名 器械運動(跳び箱運動)

配当時間 6時間

- 単元の目標 (1) 跳び箱運動では、その行い方を知るとともに切り返し系や回転系の基本的な技をすることができ
 (2) 自己の能力に適した課題を見付け、技ができるようになるための活動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。
 (3) 運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や器械・器具の安全に気を付けたりしようとする。

標準的な展開例

04100203_001

【準備等】跳び箱、マット、踏み切り板、ビデオ、学習カード など

学 習 活 動	留 意 事 項 など
<p>1 跳び箱運動の学習のねらいと内容を理解し、学習の進め方について見通しをもつ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○学習のねらいや進め方を知る。 ★大きな動きで跳び箱を跳び越したり、台上前転をしたりして楽しもう。 ○学習カードの使い方を知る。 ○マナーや安全な運動の仕方について知る。 ○グループを編成し、役割を分担する。 ○体ほぐしの運動をする。 ○試しの運動をし、課題をつかむ。 <ul style="list-style-type: none"> ・またぎ越し ・踏み越し ・支持で跳び上がり、跳び下り ・支持でまたぎ乗り ・支持でまたぎ下り ・支持でまたぎ越し、横とび越し ・支持でかかえこみ跳び越し <p>2～3 今できる跳び越し方で楽しむ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○体ほぐしの運動をする。 ○本時の課題や練習方法を確認する。 <ul style="list-style-type: none"> ・開脚跳び ・大きな開脚跳び ・かかえ込み跳びなど。 ○自分の力に合った場で練習する。 ○反省し、学習のまとめをする。 <ul style="list-style-type: none"> ・できばえ、態度、次時のめあて <p>4～5 台上前転に挑戦する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○体ほぐしの運動をする。 ○本時の課題や練習方法を確認する。 ○自分の力に合った場で練習する。 <ul style="list-style-type: none"> ・台上での回転の感覚づくり、マットを積み重ねた上、巻いたマット、マットをかけた跳び箱 ・着地の感覚づくり ・舞台の上のマットから舞台下のセーフティマットの上のマットへと下りての着地 ・低い跳び箱を2つ連結したものから前転してマットへの着地 ○反省し、まとめをする。 <ul style="list-style-type: none"> ・できばえ、態度、次時のめあて <p>6 発表をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○体ほぐしの運動をする ○演技種目の練習をする。 ○発表をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ビデオや示範、学習カードなどで技を紹介し学習意欲を高める。 ・技のポイントや練習方法などを例示しておく ・器具が速やかに準備できるよう分担しておく ・腕による体の支持や腕を支点にした体重移動等の感覚を体験させる。 <体ほぐしの運動の例> カエル足打ち、うさぎとび（できるだけ手を前に着き体を伸ばして行う）、うま跳び、跳び下り、前転など ・5～6歩助走で3～4段を跳び越させる。支持でのまたぎ越しでは、両足で踏み切り、膝を柔らかく曲げて安全に着地しているか観察し助言する。 ・学習カードをもとに、できる技を確認させ、自分に合った課題をつかませる。 ・テンポよく毎時間継続的に行わせる。 ・開脚跳びやかかえ込み跳びができる児童には段の数を増やした跳び箱や、向きを横から縦にした跳び箱に挑戦させる。 ・児童の能力に合わせた場を工夫し、挑戦する意欲が継続していくよう配慮する。 <場の例> マットを丸めたものを跳ぶ。 堅めのスポンジ跳び箱を跳ぶ。 跳び箱にマットをかぶせたものに跳び乗るなど 【評】安全に気を付けて進んで練習する活動を通して、「主体的に学習に取り組む態度」を評価する。 ・台上前転をすることを伝える。 手の位置や踏み切るときの跳ぶ方向、助走のスピードなどすべてが切り返し系の技（開脚跳びなど）と違うということを、知らせる。 ・児童の恐怖心を取り除くような場を設定し、台上で回転する感覚をつかませる。 自分の力に合った場で練習しているか、安全に気を付けているかなど観察し、必要に応じて助言する。 【評】自分の力にあった場で練習する活動を通して、「思考・判断・表現」を評価する。 ・単元のまとめとして発表させる。 ・発表する跳び箱にマットをかけたり、跳び箱

○単元のまとめをする。

の横にマットをしいたり，補助者を付けたりした易しい場を用意し，完全なできばえでなくてもできたことを認め，発表させる。
【評】発表を通して，「知識・技能」を評価する。
・感想の発表や学習カードによる自己評価などをさせる。

【 備 考 】

跳び箱運動は技を身に付けたり，新しい技に挑戦したりするときに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。すべての児童が運動の楽しさや，喜びに触れることができるよう，技に関連した易しい運動遊びを取り入れたり，場や条件を段階的に設け繰り返し練習したりできるよう工夫したい。そこで，遊びながら身体感覚を身に付け，それをもとに技の習熟ができるよう授業時間の前半に，手で体を支える動き，思い切り踏み込む動き，柔らかく着地をする動きなどが身に付くような身体感覚づくりを取り入れた。遊びの中で必要な身体感覚を習得し，それをもとに授業の後半で基本的な跳び箱運動の技術の習熟を図れるようにした。

【運動が苦手な児童への配慮の例】

- ・開脚跳びが苦手な児童には，マットを数枚重ねた上に跳び箱１段を置いて，手を着きやすくしたり，跳び越しやすくしたりして，踏切り?着手?着地までの動きが身に付くようにするなどの配慮をする。
- ・台上前転が苦手な児童には，マットを数枚重ねた場で前転したり，マット上にテープなどで跳び箱と同じ幅にラインを引いて，速さのある前転をしたり，真っ直ぐ回転する前転をしたりして，腰を上げて回転する動きが身に付くようにするなどの配慮をする。
- ・首はね跳びが苦手な児童には，マットを数枚重ねた場や低く設置した跳び箱，ステージなどを利用して体を反らせてブリッジをしたり，場につくった段差と補助を利用して首はね起きを行ったりしながら，体を反らしてはねたり，手で押したりする動きが身に付くようにするなどの配慮をする。