

第1学年 体育科指導案

日 時：令和6年9月27日（金）

5校時（13：35～14：20）

場 所：南城市立船越小学校体育館

対 象：1年1組 男子18名 女子13名

授業者：波照間 牧子 城間 盛寛

共同研究者：川満 睦子 下地 利恵子

溝辺 雅大 渡口 友理恵

令和6年度 沖縄県教育委員会指定「体育・スポーツ推進校」 3年次

研究テーマ 「一運動の楽しさを味わい、自己や集団の課題に進んで取り組む児童の育成」

サブテーマ ～自己決定の場や対話的な活動を取り入れた体育学習を通して～

1 単元名「はしって とんで とびこえて パルクールに チャレンジ」

（器械運動領域 跳び箱を使った運動遊び）全8時間

2 単元の目標

（1）知識及び技能

跳び箱を使った運動遊びの行い方を知るとともに、跳び乗りや跳び下り、手を着いてのまたぎ乗りやまたぎ下りをして遊ぶことができるようにする。

（2）思考力、判断力、表現力等

跳び箱を使った簡単な遊び方を工夫するとともに、考えたことを友だちに伝えることができるようにする。

（3）学びに向かう力、人間性等

跳び箱を使った運動遊びに進んで取り組み、順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。

3 運動の特性

（1）一般的特性

①機能的特性【運動を行う者の欲求や必要を充足する機能に着目】

・様々な動きに楽しく取り組み、基本的な動きや知識を身に付けたときに喜びを感じる運動である。また、できるようになった動きを使って、遊び方を工夫したり、動きや遊び方を友だちに伝えたりすることが楽しい運動である。

②構造的特性【運動の技能的構造に着目】

・「助走」「片足や両足での踏切」「体を前に投げ出す」「腕支持（着手）」「体重の移動」「高所からの跳び下り」「膝を使った力の吸収（着地）」等の動きが必要とされる運動である。

③効果的特性【身体的・精神的・社会的達成に対する運動の効果に着目】

・腕支持、体重の移動、高所からの跳び下りなど、普段経験しない動きを経験することにより、様々な運動感覚を身につけることができる運動である。

④運動の本質【運動そのものが持つ面白さに着目】

・様々な跳び方で跳び箱を跳びこせるかどうか楽しい運動である。

(2) 児童から見た特性

- 跳び箱を跳んだときの「ふわっ」とする感覚が楽しい。
- 様々な跳び方で跳び箱を跳び越えることができると嬉しい。
- 跳び箱を使って遊びの場を作ることが楽しい。
- 跳び箱に体をぶつけることが怖い。
- 跳び箱を跳び越えることができるかが心配。
- ケガをしないかが心配。

4 児童の実態

以下は、単元前に1年生全体に実施したアンケートの結果である。

質問事項 (n=61)	「はい」	「いいえ」
(1) たいいくのがくしゅうはすきです。	91%(59 人)	9%(6 人)
(2) とびばこを したことがあります。	79%(48 人)	21%(13 人)
(3) とびばこあそびは すきです。	80%(49 人)	20%(12 人)
(4) じぶんでやりたい あそびをきめると やるきがでます。	90%(55 人)	10%(6 人)
(5) じぶんでやりたい めあてをきめると やるきがでます。	49%(30 人)	51%(31 人)
(6) じぶんの きもちやかんがえたことを みんなに つたえることが できます。	61%(37 人)	39%(24 人)
(7) ともだちと はなしあうときやそうだんするとき じぶんの いけんやかんがえを いいます。	66%(40 人)	34% (21 人)
(8) ともだちに ききたいことがあるとき しつもんする ことが できます。	82% (50 人)	18%(11 人)

アンケート結果を集約すると以下のことが分かった。

- ① 約80%の児童が跳び箱を経験したことがある。そして好きだと感じている。
- ② 約90%の児童が自分で遊びを決めるとやる気が出ると感じているが、学習めあてになると約50%の児童がやる気にはつながっていない。

③ 約60%の児童が話し合いの場で自分の考えを伝えることに苦手意識を持っている。

④ 約80%の児童が、友達に質問することができると答えている。

本学年の児童は、80%の児童が保育園や幼稚園で跳び箱あそびを経験している。「とびばこが好き」と答える児童がいる一方で「とべないから嫌だ」という声もある。小学校入学後、跳び箱の学習は本単元が初めてとなる。跳び箱の高さを目標にするのではなく、「跳ぶことが楽しい」「もっとやってみたい」という経験となる学習にしたい。そのために、遊びがメインとなる学習内容とする。また、体を動かす遊びが好きな児童も多く、自分で遊びを決めるとやる気も出ると答えている。しかし、「学習のめあて」になると難しく捉えてしまい、多くの児童がやる気にはならないと回答していることが分かった。『学習のめあて』を決めるということは、自分がやってみたいことを選ぶことや、チャレンジしたいことを選ぶことと同じだよ」と児童に伝え、遊び方も学び方も自己決定することができる喜びを感じさせたい。

質問事項(6)(7)の結果から、本学年の児童の中には、自分の意見を表現することが苦手な子が多いことが分かった。そのため、全員が安心して意見を述べることができる環境を整えることが重要だと考える。授業の初めに「友だちの発表をきちんと聞く」というルールを明確にし、お互いの意見を肯定的に受け止めることで、発表者を大切にする環境を整えていきたい。また、全員が発言する機会を保障するために、少人数でのふり返り場面を設定する。

5 指導について

(1) 指導観

学習指導要領解説体育編(平成29年告示)では、低学年B器械・器具を使つての運動遊びについて以下のように示されている。

低学年では、器械・器具を使つての運動遊びの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、回転、支持、逆さの姿勢、ぶら下がり、振動、手足での移動などの基本的な動きや技能を身に付けるようにし、中学年の学習につなげていくことが求められる。

また、運動遊びを楽しく行うために、簡単な遊び方を工夫するとともに、きまりを守り誰とでも仲よく運動遊びをしたり、場や器械・器具の安全に気を付けたりすることなどができるようにすることが大切である。

また、針谷(2021)は、小学校低学年授業作りの視点として「学習のなかでは、子どもが『やってみたい』と思うような易しい運動やチャレンジ性の高い遊びを通して、器械運動の学習に必要な『基礎となる力や感覚』が習得されるように意味のある運動遊びを経験させることが大切である。」と述べている。

本単元では、単元のゴールとして「パルクール遊び」をすることを位置づけた。パルクールとは、都市環境や自然環境の中で効率的かつスムーズに障害物を乗り越え、移動することを目的とした身体活動やスポーツのことである。パルクールの基本動作には、ジャンプ、クライミング、ランニング、バランス取り、ロール(転がり)などが含まれる。安全面を考慮して、本単元では低学年で行うマット遊びや跳び箱遊びで学習する動きに限定する。跳び箱やマット、平均台等を障害物とし、様々な動きで乗り越えたり移動したりする「パルクール遊び」を単元のゴールとすることで、児童の期待が高まり意欲的に学習に取り組むと考える。

授業の導入では、跳び箱を跳び越えるための動きに必要な基礎感覚を身に付けるため、準備運動後に5つの動物歩きの遊びと馬跳び遊びを設定する。動物歩きでは、腕支持の感覚を高める「くま歩き」「アザラシ歩き」「くも歩き」や、体重移動の感覚を高める「かえる跳び」「うさぎ跳び」を行う。馬跳びは、2人1組で行い、助走なしで馬の背中に手を着いたまま跳び越える。助走をとらないことで、跳ぶ児童と馬役の児童が衝突することを防ぐ。馬を跳ぶ際に怖くて手を離す児童には、「片足ずつで大丈夫だよ」と声をかけたり、教師が補助を行ったりする等、恐怖感を取り除く工夫をする。

単元前半(第3時~第5時)は、跳び箱を跳び越える一連の動きを「体の投げ出し」「支持での体重移動」「着

地」の3つの局面に絞り、遊びを通してそれぞれの感覚を養う。セーフティマットに飛び込む遊びや舞台からセーフティマットに向かって跳び下りる遊びを通して、体の投げ出し及び着地の感覚を高める。また、連結した跳び箱や平均台にまたがって、腕支持で移動する遊びを行うことで、跳び箱で着手した後の体重移動の動きにつなげたい。児童が様々な運動遊びを夢中で行った結果、跳び箱を跳び越える際に必要な力が高まることをねらいとする。

第6時は、跳び箱の跳び方を全体で確認した後、好きな跳び方で遊ぶ活動を行う。跳び箱の跳び方は、教師側から「ふみこし跳び」「支持での跳び乗り・跳び下り」「またぎ乗り・下り」の3つを提示する。児童1人ひとりが好きな跳び方を選択し、繰り返し遊ぶことができるようにする。ただし、両手を揃えて着手することや、足裏から着地することを安全上の留意点として確実におさえる。また、着地の仕方や遊び方に工夫が見られた場合は、全体で取り上げ、学びを広げていく。

単元後半（第7時～第8時）は、跳び箱、マット、平均台でサーキット状のコースを作り、パルクール遊びを行う。児童が自分たちの進歩を実感できるように、簡単な発表会を設ける。カッコいいコースの周り方や真似してみたい友だちの動き等を見つける活動を行うことで、さまざまな動き方や遊び方があることに気付かせたい。また、マットの場を設定することで、既習事項の活用が期待でき、単元と単元のつながりを実感させることができると考える。さらに、コース作りについて、児童からアイデアが出た際は、安全面に配慮した上で、場の工夫にも挑戦させたい。

(2) 研究との関わり

研究仮説

体育の学習において、自己決定の場面を設定し対話的な活動を工夫することで、運動の楽しさを味わい、自己や集団の課題に進んで取り組む力を育むことができるであろう。

①自己決定の場の設定

動きの選択

パルクール遊びでは、跳び箱を跳び越える動き、マットを転がる動き、マットに着地する動き、平均台を渡る動きが求められる。その際、児童が自分の力に合った動きやチャレンジしたい動きを選択し、遊びを楽しむようにする。児童の実態から、それぞれの場で以下のような動きが発生すると予想する。

(ア) 跳び箱を跳び越える動き

・踏み越し跳び ・支持での跳び乗り、跳び下り ・またぎ乗り、またぎ下り ・開脚跳び

(イ) マットを転がる動き

・丸太転がり ・前転がり ・後ろ転がり ・側方倒立回転 ・後方ブリッジ回転

※安全面の配慮から前方倒立回転のような転がり方は制限する。

(ウ) マットに着地する動き

・高くジャンプして着地 ・手足を広げながら着地 ・回転しながら着地 ・手を叩いて着地

(エ) 平均台を渡る動き

・前向きで渡る ・横向きで渡る ・またぎながら腕支持で渡る

※安全面の配慮から後ろ向きでの渡り方は、教師が補助できる場合だけとする。

②対話的な活動の工夫

ふり返り場面の工夫

1学期「マットを使った運動遊び」の単元では、自分の工夫した動きを紹介する場、友だちの良い動きを紹介する場、今日頑張ったことやできるようになったことを発表する場など、考えたことや発見したことを授業中盤や後半において学級全体に伝える時間を設定した。しかし、時間の都合上、発表できる人数が限られ、

発言したいという児童の願いを叶えることができなかった。そこで本単元では、ふり返りの場面において以下の工夫を取り入れる。

(ア) 小グループでのふり返り

クラス全体での発表の代わりに、3人組の小グループに分かれて発表する時間を設け、より多くの児童が自分の考えや発見を共有できるようにする。これにより、児童1人ひとりの発表の機会が保障され、個の学びを大切にすることにつながり、児童の学習意欲を高めることができると考える。

(イ) ふり返りの視点を提示する

ふり返りの時間では、楽しかったことを述べるだけではなく、遊びを通してどのような学びがあったのか、発見があったのか等、自身の進歩に気付かせる時間としたい。上手くいったことや難しかったこと、友だちの動きの良いところをふり返りの視点として取り入れ、自分自身の成長が感じられたり、友だちのよさが感じられたりすることができるふり返りとする。

(ウ) 安心して発言できる空間作り

発表の際、あいづちをしながら聞いている姿や発表の際に困っている児童に優しく声をかけている姿などを見取り、安心して発表ができる雰囲気を作っている姿勢を称賛し、価値付ける。また、発表することに抵抗のある児童には、教師との対話や文章を通して考えを表現させる等の支援を行い、表現する活動に対しての不安に寄り添う。

7 単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
①跳び箱を使った運動遊びの行い方について言ったり、実際に動いたりしている。 ②跳び箱を使って跳び乗りや跳び下りをして遊ぶことができる。	①いろいろな跳び乗り方を選んでいる。 ②いろいろな着地の仕方を選んでいる。 ③友だちのよい動きを見付けたり、自分で考えたりしたことを友だちに伝えたり書いたりしている。	①跳び箱を使った運動遊びに進んで取り組もうとしている。 ②順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動遊びをしようとしている。 ③場の準備や片付けを友だちと一緒にしようとしている。 ④場の安全に気を付けている。

8 指導と評価の計画（別紙）

9 本時の展開（6/8時間）

本時のねらい：友だちのよい動きを見つれたり、自分で考えたりしたことを友だちに伝えることができる。

時間	学習内容 ◆評価	○教師の指導及び支援
導入 10分	1.集合、整列、あいさつ、準備運動（リズム体操） 2.パワーアップタイム ・くま歩き ・あざらし歩き ・くも歩き ・かえる跳び ・うさぎ跳び 3.めあての確認 めあて：とびばこをこえてみよう。	○健康観察、服装チェック ○準備運動の際の間隔を十分に取りさせる ○動き方の質の高まりを称賛する
展開 25分	4.跳び箱の跳び越え方を知る。 ・踏み越し跳び ・支持でまたぎ乗り・またぎ下り ・支持で跳び乗り・跳び下り 5.チャレンジタイム① 跳び箱の跳び越えに挑戦する。 6.キラリタイム 友だちの動きから「ピタッ」（着地）「ビヨーン」（体の投げ出し）「パッ・シューッ」（腕支持での体重移動）の中で真似したい動きを見つける。 7.チャレンジタイム② パルクール遊びを楽しむ。	○実際にお手本を見せながら、跳び越え方を確認する。 ○安全面の観点から踏み切り、着手、着地の仕方についてきちんと指導する。 ○慌てずに活動することを確認する。 ○順番を待っている間も友だちのよい動きを見つめるように声をかける。 ○全ての跳び方にチャレンジできるように場を2分でローテーションする。 ○「ふみきりの足」「体を支える時の手」「着地の足」など、見て欲しい視点を絞る。 ○前の人との感覚を十分に取りよう注意喚起をする。
終末 10分	8.振り返り 3人グループを作り、ふり返りを行う。 ◆友達の良い動きを見つれたり、自分で考えたりしたことを伝えている。（観察）	○発表することに戸惑っている児童がいれば教師がグループに入り、対話を通して学習のふり返りをサポートする。