

第5学年の実際

1 単元名 5年〇組跳び箱運動（器械運動 跳び箱運動）

2 単元設定の理由

(1) 児童の実態

本学年の児童100名（男子51名、女子49名）に跳び箱運動に対する意識調査をしたところ、次の結果が得られた。【資料1】

「思考・判断」については、第4学年の跳び箱運動で、踏み切り・着手・着地をどのようにすれば目指す動きに近づけるかということを考え、自分の課題を見つけることを学習している。また、互いに動きを見合いながらよさや課題を伝え合い、課題に応じた場を選択して練習に取り組んだりすることも経験している。

また、既習の実態調査の結果は、資料1のとおりである。開脚跳びで4段の跳び箱を跳び越すことが

資料1 単元前の意識調査と既習の実態調査結果			
跳び箱をつかった学習は楽しいですか？			
とても楽しい	楽しい	あまり楽しくない	楽しくない
51人	25人	16人	7人
かかえ込み跳び（4段以上跳べるか）			
かかえ込み跳び（4段・横）	53人	47人	

できない児童が47名いる。かかえ込み跳びにつながる跳び箱への跳び乗りについては、足の裏で跳び乗れず、正座で乗ったり、脚を体に引きつけられなかったりしている。かかえ込み跳びで、突き放しが強くできて着地が安定している児童は、ほとんど見られなかった。

これらのことから、本学年の児童は、跳び箱運動の恐怖心や苦手意識を和らげ、スモールステップで課題にあった場を設定し、問題解決を図ることが必要と考える。

(2) 単元のとらえ

跳び箱運動では、跳躍や台上での回転という非日常的な運動で技が構成されており、児童期における神経系の発達に有効な教材である。児童にとっては、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ができる運動である。

本単元では、前半にかかえ込み跳びが安定してできるようになることをねらう。そのため、易しい場で跳び越すことを繰り返し経験させながら成功体験を積み重ねることから始め、無理なく技能を身に付けていくことができるようにする。また、スモールステップの学習を仕組むことで、自己の課題を明確にもち、その解決に自ら進んで取り組み、児童の意欲が継続するようにする。単元の後半では自分の選んだ技をより大きく跳び越すことをねらいとする。大きさを「着手から着地までの距離」として捉え、踏切から着手までの第1空間局面を大きくすることで、着手から着地までの第2空間局面も大きくなることに気付かせるようにする。また、踏み切り、着手、着地のポイントを明確に示し、大きくすることに視点を当てて学習展開する。

互いにの動きを見合い、友達の励ましやアドバイスをし合うことで「できた」という達成感や喜びを分かち合うことができるようにする。また、課題に応じた場で補助や助言をし合うことで、技能を身に付けるための一助となるようにする。

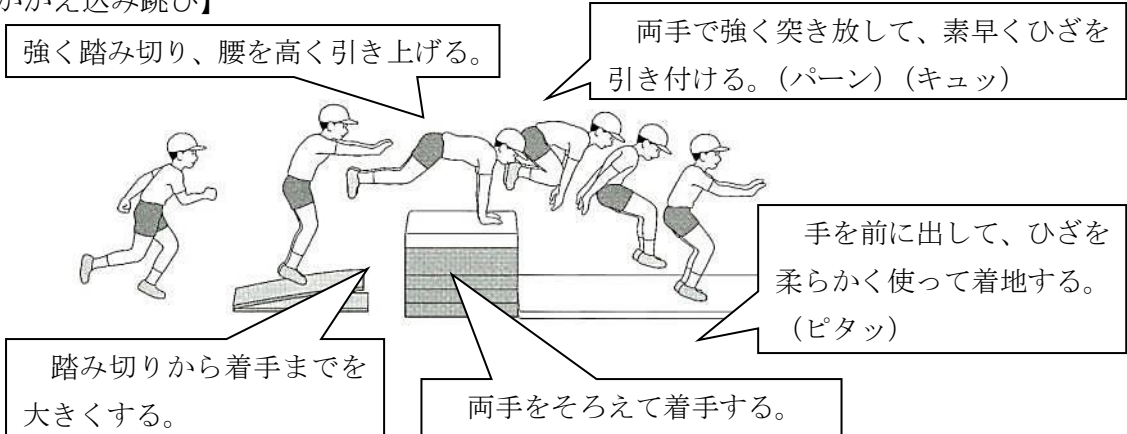
3 指導の手立て

(1) 児童の実態に応じた課題解決的な学習展開

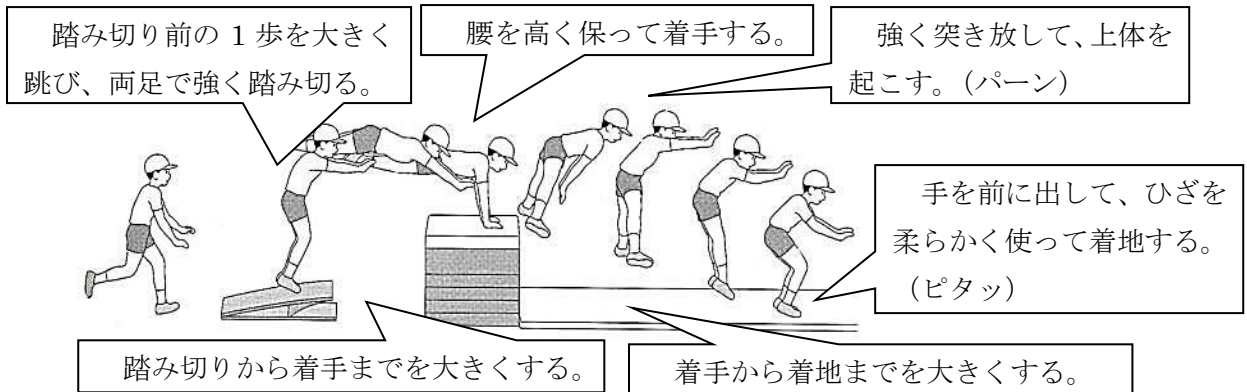
① 目指す動きの明確化

めあてを確認する際に、絵図を用いて、目指す動きを明確に示す。

【かかえ込み跳び】

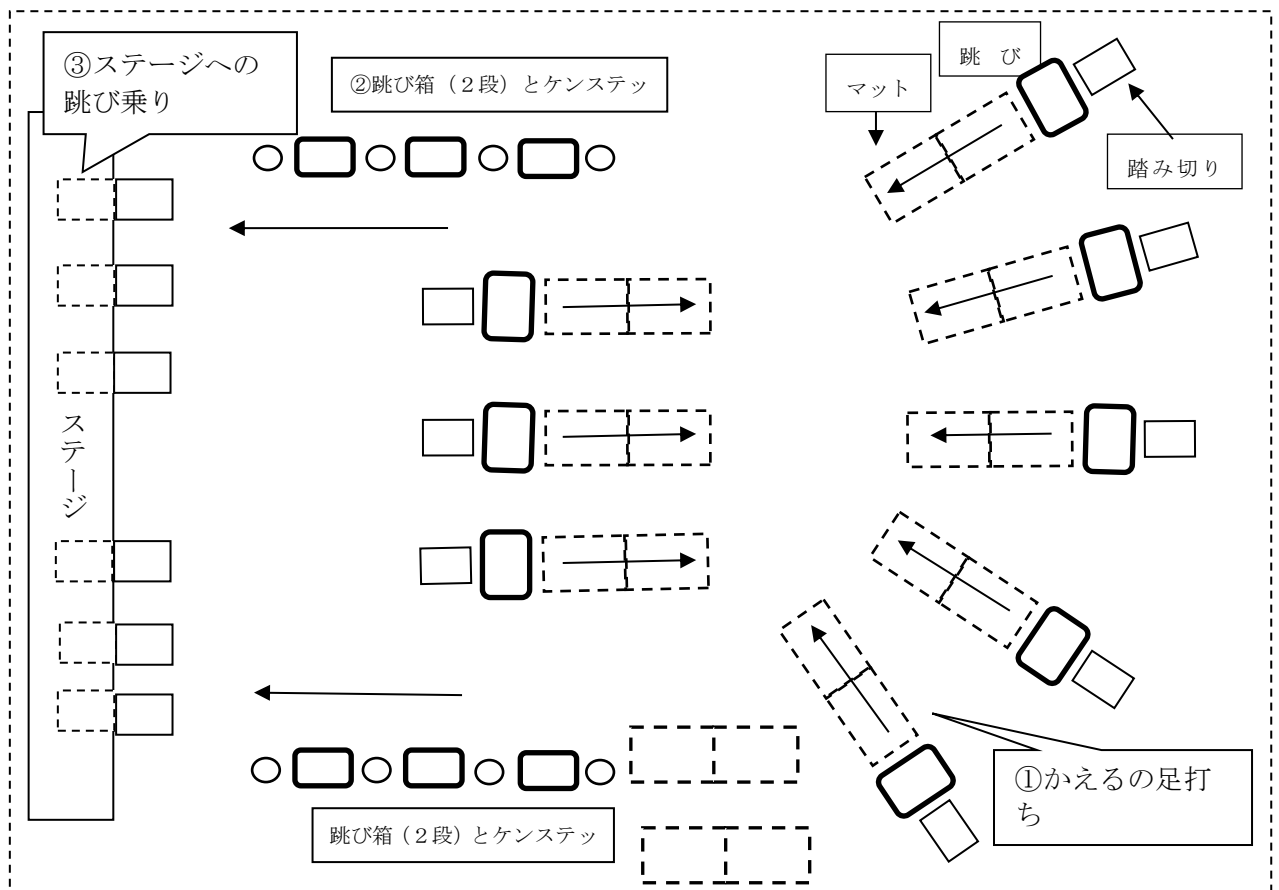


【大きな開脚跳び】



② サーキットタイムにおける予備的運動の実施

動きの名前	運動感覚	効果的な動きにするための留意点
かえるの足うち	腕支持感覚	肘を伸ばして、着いた手の少し前方を見るようにする。腰を高く上げるように意識させる。
うさぎ跳び	腕支持感覚 突き放し	突き放しの感覚をつかむことができるようにするために、着手した位置よりも脚が前になるようにする。そのためには、なるべく遠くに跳ぶことと、突き放して状態を起こす(両手を耳の横に構える)ことを意識させる。
連続開脚跳び	腕支持感覚	腕支持と突き放しの感覚をつかむことができるようにするために、肩を前に出し、ケンステップの中に着地するようにする。
ステージ跳び乗り	腕支持感覚 突き放し	両足で踏み切る。着手の際は、両手で上からマットを叩くようにする。段差があるので台を使って段差の違う2つの場を用意する。



③ 望ましい学び合いの姿の設定

望ましい学び合いの姿

自分や友達のおよさや課題に気づき、助言をする姿。友達の様子や助言を参考にして運動に取り組む姿。

児童相互の学び合いを生み出すために、課題別の場でペアを作り、友達と動きを見合いながら自分の課題に気づき、自分の課題に応じた場で試技と練習をする。ウォーミングタイムでは、ねらいに応じたよい動きを紹介し、見る視点を明確に示す。動きをみる際には、各時間のねらいに沿って視点を明確に示すことで、課題や動きを見合うときの視点を焦点化できるようにする。児童相互で動きの変容について交流し、次時への意欲を高めることができるようにする。

(2) 個に応じた指導と評価の一体化

① 即時評価

評価補助簿による即時評価を行う。学習中に目指す動きが見られた場合はすぐに称賛の声かけを行い、動きの意識付けを図る。また、次のような課題に応じた場の設定と指導を行う。特に個別の支援が必要な児童には、T2が主体的に指導を行う。

ア 両足で強く踏み切ることができない児童に対して
 <ステージへの跳び上がり>

踏み切り板手前のケンステップから片足で踏み切り、ステージに跳び上がる動きを繰り返す。バンッという音が1回だけなるように踏み切る。

踏み切り板の上に足を開いて乗ったり、足の裏全体で乗ったりすると跳び上がる力が弱くなるのでそうならないように指導する。



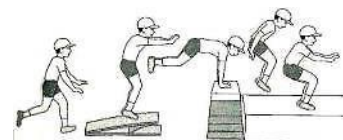
イ 跳び箱に乗ってしまう児童に対して <うさぎ跳び>
 突き放しの感覚をつかむことができるようにするために、着手した位置よりも脚が前になるようにする。そのためには、なるべく遠くに跳ぶことと、強く手で突き放して状態を起こす（両手を耳の横に構える）ことを意識するように指導する。



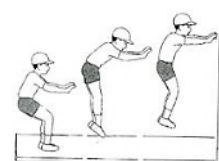
ウ 心理的抵抗がある児童に対して
 うさぎ跳びの課題を変化させ、平面での動きから高さのある運動へ発展させる「平面から立体へ」と場を設定する。

<スモールステップの場を仕組む>

- ① 1段の跳び箱にうさぎ跳びで乗る。→うさぎ跳びで跳び越える。
- ② 2段の跳び箱にうさぎ跳びで乗る。→うさぎ跳びで跳び越える。
- ③ 跳び箱を高くしていきながら、マットを重ね、着地点を高くする。
- ④ 足が跳び箱を越えるようになったら、マットを少しずつ減らし、着地点を低くする。



エ 突き放しができない児童に対して <壁での突き放し>
 突き放して体を押す感覚をつかむことができるようにするために、ジャンプした後に壁を両手で強く突き放し体を後ろ移動させ、着地する。しっかり両手で押し出すように指導し、線よりも後ろに体が押し出されるようにする。



② 個別の支援計画の作成と即時指導

前時にCと評価した児童を中心に支援計画を作成し、計画的に指導や補助ができるようにする。

4 単元の目標および指導と評価の計画

○単元の目標と評価規準（観点別評価規準）

	運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
単元の目標	<ul style="list-style-type: none"> ○ 切り返し系の技を安定してできたり、大きな動きにしたりするように、進んで取り組もうとしている。 ○ 器械・器具の安全に気を配り、約束を守り友達と助け合って、技の練習をしようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 課題解決の練習の仕方を知り、自分の能力に応じて課題を選ぶことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 助走から両足で強く踏み切り、強く突き放して開脚跳びやかかえ込み跳びで跳び越えることができる。
学習活動における評価規準	① 運動する場や機械・器具の安全に気を付けて運動しようとしている。 (活動の観察・学習カード)	① 練習の仕方を知り、自分の力に応じた練習方法や練習の場を選んでいる。 (活動の観察・学習カード)	① 助走から両足で強く踏み切り両手を着手して、かかえ込み跳びで跳び越えることができる。 (活動の観察・学習カード)
	② 順番やきまりを守り、友達と仲よく助け合って運動しようとしている。 (活動の観察・学習カード)	② 大きく跳び越すための課題とその解決の練習の仕方を知ることができる。 (活動の観察・学習カード)	② 着手して強く突き放し、両足を胸に引きつけ、かかえ込み跳びで跳び越えることができる。 (活動の観察・学習カード)
	③ 跳び箱運動を楽しむために、切り返し系の技を安定してできたり、大きな動きにしたりするように、進んで取り組もうとしている。 (活動の観察・学習カード)		③ 踏み切りから着手までを大きくし、強く突き放して上体を起こすことで、大きく跳び越すことができる。 (活動の観察・学習カード)

	1	2	3	4	5	6
分	学習準備（場づくり・準備運動）					
10	○オリエンテーション	予備的運動（サーキットタイム） ①かえるの足うち ②連続開脚跳び ③ステージへの跳び乗り ④うさぎ跳び				
20	○跳び箱運動の仕方を確かめ、今後の学習の見通しをもつ。 ○予備的運動の行い方を知る。 ○今できる技を確かめる。	めあての確認				
		○安定して跳び越す動きづくり		○大きく跳び越す動きづくり		
		○かかえ込み跳び			○選択した技	
		チャレンジタイム1 ○ 踏み切りから着手までの動きづくり。 ○ 着手から着地までの動きづくり。		チャレンジタイム1 ○ 大きな動きづくり。 ・第1空間をより大きくするための課題に気付く。		チャレンジタイム1 ・課題に応じた練習
30	ウォッチングタイム ・よい動きや課題となる動きの見合い（動きの共有化）					
40	チャレンジタイム2 ○ スムーズに跳び越えることができるようにする。 ・着地地点にマットを重ねて置く。 ・1段ずつ増やした跳び箱の場を設定する。		チャレンジタイム2 ○ 課題解決に取り組む。 ・踏み切り位置を下げる。 ・縦の跳び箱を跳ぶ。		チャレンジタイム2 大きく跳び越すための課題の中から自分に応じた課題に取り組む。	チャレンジタイム2 ・花尾オリンピック（発表会）
45	学習のまとめ（技能の伸びや望ましい学び合いの姿の紹介）・整理運動・片付け					
関	①		②			③
思	①	①		②		
技		①	②	②	③	③

5 具体的な展開

(1) C研（1組：授業者 今村 よう子）

① 主眼

モデルとなる児童の動きを見ることや動きに合うリズム言葉を考えることを通して、かかえこみ跳びでは両足で強く踏み切って腰を高く引き上げ、両手をそろえて着くとよいことに気付かせ、踏み切りから着手までの動きができるようにする。

② 準備

跳び箱 マット 踏み切り板 ロイター板 調節板 学習カード
CDプレイヤー 目指す動きの絵図

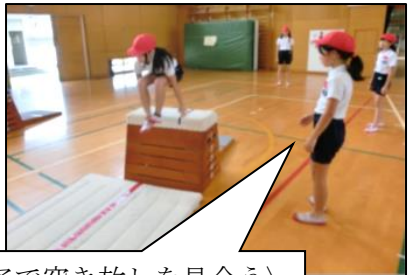
③ 展開

学習活動・内容	指導・支援上の留意点
<p>1 学習準備をする。</p> <p>(1)場づくり</p> <p>(2)準備運動</p> <p>(3)サーキットタイム</p> <div data-bbox="159 421 528 568" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>①かえるの足うち</p> <p>②連続開脚跳び</p> <p>③ステージへの跳び乗り</p> <p>④うさぎ跳び</p> </div>  <div data-bbox="935 405 1414 651" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>④うさぎ跳び</p> <p>○着き放しの感覚をつかむために</p> <ul style="list-style-type: none"> ・できるだけ遠くに手を着く。 ・パッと状態を起こす。 ・うさぎの耳を作る。 </div>	<p>○ 安全に留意し、友達と協力して行うように声をかけた。</p> <p>○ キッズダンスで心と体をほぐした。</p> <p>○ 主運動につながるように、動きのポイントを意識させながら行うように声をかけた。</p> <p>○ T1, T2が半分に分かれて担当し、正しい動きができていないかを確認し、できていない児童には個別に指導するようにした。</p> <p>○ 本時は、かかえ込み跳びの動きの中で、ふみ切りと着手の仕方のポイントを見つけていくことを確認した。</p>
<p>2 本時のめあてを確認する。</p>	<p>○ 本時は、かかえ込み跳びの動きの中で、ふみ切りと着手の仕方のポイントを見つけていくことを確認した。</p>
<p>めあて かかえ込み跳びで、上手くとびこすためのひみつを見つけよう。</p> <p>①ふみ切りから着手まで</p>	
<p>【かかえ込み跳び】</p>  <p>助走をする。</p> <p>両足で強く踏み切る</p> <p>両手をそろえて着く。</p> <p>突き放して、膝を引きつける。</p> <p>両足で着地する。</p>	
<p>3 チャレンジタイム</p> <p>(1) チャレンジタイム1</p> <p>○ かかえ込み跳びの練習をする。</p>  <p>(2) ウォッチングタイム</p> <p>○ 友達のよい動きから目指す動きをつかむ。</p>	<p>○ かかえ込み跳びができる易しい場を段階的に作り、自分の課題に応じた場で練習できるようにした。</p> <div data-bbox="687 1464 1402 1615" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>○ 心理的抵抗が大きい児童には、跳び箱の向こうにマットを重ね、跳び越えることができたならマットを1枚ずつ抜いていくようにした。</p> </div> <p>○ 手を着くときの姿勢や手の動き、その時の「音」を互いの動きを見る視点として児童に示し、動きの見合い・伝え合いを焦点化するようにした。</p> <p>○ 動きを見る視点を手を着くときの姿勢や手の動き、その時の「音」に焦点化した。</p> <p>○ 模範となった児童の姿から、踏み切りから着手までの動作のポイントに気づくようにさせた。</p> <p>○ 動きをリズム言葉で考えさせることで、動きのポイントを意識づけさせるようにさせた。</p>

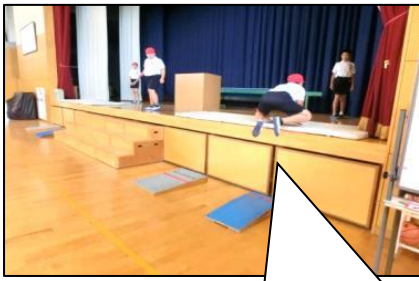


(3) チャレンジタイム2

- かかえこみ跳びの練習をする。



〈ペアで突き放しを見合う〉
「パン」という音がしたよ。
突き放しオーケーだよ。



ステージの跳び上がりで、強く踏み切る練習をしたら、跳び箱の上に乗れたよ。

4 本時の学習を振り返り、まとめる。



まとめ 両足で強く踏み切って両手で着手し、跳び箱を強く突き放すと、かかえ込み跳びで跳び越すことができる。

〈踏み切りと着手のポイントをつかむ。〉

- T : 踏み切りは、どうでしたか？
C : 両足で、軽い感じ。
T : どんな音がした？
C : 「トン！」
T : 手は、どうなっていましたか。
C : 前の方に着いていたよ。
C : 「パッ」と突き放していた。
C : 突き放した後、手のひらが上を向いていたよ。

- ウォッチングタイムで確認した動きのポイントをふまえて、再び自分の課題に合った場での練習を行った。
- 跳び箱を強く突き放すことができているか、ペアの友達に着手したときの「音」を聞いてもらうように声をかけた。
- 目指す動きができてない児童については、課題に応じた場で練習させた。



跳び箱の向こうにマットがあるから怖くなくなって、跳び箱を跳びこえられたよ。

- 強く突き放すことができない児童に対しては、壁での突き放しの場で練習するようにした。
- 助走から両足で強く踏み切って、跳び箱を強く突き放し、かかえ込み跳びで跳び越すことができた児童を紹介した。

〈かかえこみ跳びの踏み切りと着手のポイントをまとめる。〉

- T : 踏み切りと着手のひみつは何でしたか？
C : 「トン！」とはずむように両足で踏み切ること。
C : 跳び箱の奥の方に手を着くこと。
C : その時、「パン！」と強く突き放すこと。

- 模範演技から、跳び越すためには跳び箱から強く踏み切って、両手で着手し、跳び箱を強く突き放すことが必要であるに気付かせ、次時の課題につなげるようにした。

5 整理運動と片付けをする。

- 安全に気を付け、協力して片付けるように声をかけた。




(2) 第3時

① 主眼

モデルとなる児童の動きを見ることや動きに合うリズム言葉を考えることを通して、かかえ込み跳びでは手を強く突き放した後、足を胸に引きつけてかかえ込みと良いことに気付かせ、足のかかえ込みから着地までの動きができるようにする。

- ② 準備 跳び箱 マット 踏み切り板 ロイター板 調節板 学習カード
CDプレイヤー 目指す動きの絵図

③ 展開

学習活動・内容	指導・支援上の留意点
<p>1 学習準備をする。</p> <p>(1)場づくり (2)準備運動 (3)サーキットタイム</p> <div data-bbox="183 795 550 967" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>①かえるの足うち ②連続開脚跳び ③ステージへの跳び乗り ④うさぎ跳び</p> </div>	<p>指導・支援上の留意点</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 安全に留意し、友達と協力して行うように声をかけた。 ○ キッズダンスで心と体をほぐした。 ○ 主運動につながるように、動きのポイントを意識させながら行うようにさせた。 <div data-bbox="598 846 922 1153" style="border: 1px solid black; padding: 5px;">  <p style="text-align: center;"><うさぎ跳び></p> <ul style="list-style-type: none"> ○突き放しの感覚をつかむために ・着手した位置よりも前に足を出す。 ・上体を起こす。 ・うさぎの耳をつくる。 (両手を耳の横に構える) </div> <div data-bbox="598 1169 922 1473" style="border: 1px solid black; padding: 5px;">  <p style="text-align: center;"><ステージへの跳び乗り></p> <ul style="list-style-type: none"> ○強く踏み切り、足をかかえ込む感覚をつかむために ・両足で強く踏み切る ・膝を胸に引きつける </div>
<p>2 本時のめあてを確認する。</p> <div data-bbox="268 1556 1337 1691" style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>めあて かかえ込み跳びで、上手く跳びこすためのひみつを見つけよう。</p> <p>②着手から足のかかえ込み、着地まで</p> </div>	<div data-bbox="183 1713 1401 2069" style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p>【かかえ込み跳び】</p>  </div>



<かかえ込み跳びのポイントをつかむ>

T： 前回、かかえ込み跳びでは踏み切りから手を着くまでに何が大切だと分かりましたか。

C： 踏み切りは両足で強く踏み切り、両手で跳び箱に手をつく、強く突き放すことが大切。

T： 今日は、手を着いてから着地までに大切なことを見つけていくよ。

どうすれば上手にかかえ込み跳びができそうかな。(かかえ込み跳びの絵図を見て)

C： 足を胸に引きつける 視線をあげる

3 チャレンジタイム

(1) チャレンジタイム1

かかえ込み跳びの練習をする。

○ かかえ込み跳びができる易しい場を段階的に作り、自分の課題に応じた場で練習できるようにした。

○ その時の「音」を互いの動きを見る視点として児童に示し、動きの見合い・伝え合いを焦点化した。

【関】 順番やきまりを守り、友達と仲よく助け合って運動しようとしている。(活動の観察・学習カード)

○ 視線を前にして足をきれいにかかえ込むことができない



(2) ウォッチングタイム

友達のよい動きから目指す動きをつかむ。

○ 模範となった児童の姿から、着手から足のかかえ込みまでの動作のポイントに気付くことができるようにした。

・ 強く（パンッ）と突き放して、足を（キュッ）と胸に引きつける。顔をあげる。





着手してすぐに足を胸までかかえ込んでいる。



脚をかかえ込み、視線を前にして上体を起こしている。



膝を柔らかく使って、ピタッと着地できた。

<p>(3) チャレンジタイム2 かかえ込み跳びの練習をする。</p> <p>4 学習を振り返り、まとめる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 動きをリズム言葉で考えさせることで、目指す動きを意識づけさせるようにした。 ○ ウォッチングタイムで確認した動きのポイントを踏まえて、再び自分の課題に合った場での練習を行うようにした。 ○ 課題解決の場で、個別の支援が必要な児童には主体的に指導を行った。 ○ 足を胸に引きつけてかかえ込むことができているか、ペアの友達に足の様子を見てもらった。 ○ 足を胸に引きつけられない児童に対しては、ステージへの跳び上がりの場とスモールステップの場で練習するようにした。 <p>【技】 着手して強く突き放し、両足を胸に引きつけ、かかえ込み跳びで跳び越えることができる。(活動の観察・学習カード)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 跳び箱を強く突き放し、足を胸に引きつけてかかえ込みで跳び越えることができたI児、U児を紹介した。
<p>○ 膝を胸にまっすぐつけてかかえ込むことを意識して、ステージ跳び乗りの場で繰り返し練習し、きれいな足のかかえ込みができるようになった。また、I児は視線もあがるようになった。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="226 1032 574 1370"> <p>I 児</p>  <p>視線が前を見て足をきれいにかかえ込んでいる。</p> </div> <div data-bbox="812 1032 1185 1370"> <p>U 児</p>  <p>膝を胸に引きつけることができている。</p> </div> </div>	
<ul style="list-style-type: none"> ○ 模範演技から、跳び越すためには手を強く突き放した後、足を胸に引きつけてかかえ込むことが必要であることに気付かせ、次時の課題につなげた。 <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> <p>まとめ 跳び箱を強く突き放し、足を胸に引きつけてかかえ込むと、かかえ込み跳びで跳びこすことができる。</p> </div>	
<p>5 整理運動と片付けをする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 安全に気を付け、協力して片付けるように声をかけた。

(3) 第4時



① 主眼

課題別の場合（段階的な場）を選択して練習することを通して、第1空間（踏み切りから着手まで）を大きくすると第2空間（着手から着地まで）も大きくなるということに気付かせ、かかえこみ跳びで大きく跳び越すことができるようにする。

② 準備

跳び箱 マット 踏み切り板 ロイター板 調節板 箱型の跳び箱 学習カード
CDプレイヤー 目指す動きの絵図

③ 展開

学習活動・内容	指導・支援の実際
<p>学習準備をする。</p> <p>(1)場づくり</p> <p>(2)準備運動</p> <p>(3)サーキットタイム</p> <div data-bbox="199 824 539 969" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・かえるの足うち ・連続開脚跳び ・ステージへの跳び乗り ・うさぎ跳び </div> <div data-bbox="199 996 539 1220" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>写真1</p>  </div>	<p>○ 安全に留意し、友達と協力して行うよう に声をかけた。</p> <p>○ 正しい動きができていないかを確認し、できていない児童には個別に指導した。</p> <div data-bbox="598 790 1375 1189" style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p><ステージの跳び乗り></p> <p>○跳び乗れない児童に対して</p> <ul style="list-style-type: none"> ・強く両足で踏み切り、膝からでもよいのでステージ上に乗ることを意識させ、腰を上げる動作を身に付けることができるようにする。 <p><うさぎ跳び></p> <p>○突き放しができない児童に対して（写真1）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手の位置よりも前で足の裏で着地するように意識させ </div>
<p>2 めあてを確認する。</p> <div data-bbox="199 1310 539 1641" style="border: 1px solid black; padding: 5px;">  <p>写真2</p> </div>	<p>○ 前時の学習を振り返り、安定したかかえ込み跳びの目指す動きを絵図とリズム言葉で確認した。これまでの学習の中で、跳び箱の高さ・着地の距離・跳び箱の幅（縦・横）を「大きさ」と捉えることを確認し全員で共有した。（写真2）</p> <div data-bbox="574 1417 1412 1944" style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p><目指す動きを共有する></p> <p>T : 前は、きれいにかかえ込み跳びがとべるようになりましたね。どんどこに気をつけて跳びましたか。</p> <p>N児：強く手を突き放す。 S児：着地。目線ビームでした。</p> <p>K児：すばやく足をまげる。</p> <p>T : そうでしたね。ドン、パンツ、キュッ、ピタッでしたね。今日はより大きく跳び越しましょう。大きく跳び越すってどういうことでしたか？</p> <p>S児：着地が遠くなること。高く。</p> <p>T : 跳び箱の高さが高くてことですね。あと、跳び箱の向きも横から縦にして跳んでみよう・</p> </div> <div data-bbox="343 1966 1193 2049" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>めあて かかえ込み跳びで大きく跳び越すひみつをみつけよう。</p> </div>

3 チャレンジタイム

(1) チャレンジタイム 1

安定したかかえ込み跳びの練習をする。

○ かかえ込み跳びができる易しい場を段階的に作り、自分の課題に応じた場で練習できるようにした。

○ 突き放しが不十分な児童には、うさぎ跳びやステージの跳び上がりの場へ行き練習できるようにした。

○ 高さのある跳び箱では恐怖心があり、踏み切りをためらうT児（写真3）まず、跳び箱に足の裏で着地するようにした。（写真4）続けて数回練習し、マットを徐々に減らした。（写真5）



写真3



写真4



写真5

○ 4段の横の跳び箱でかかえ込み跳びをするH児。手の突き放しが弱い。（写真6）



写真6

○ 4段の縦の跳び箱でかかえ込み跳びをするF児。勢いがあるが視線がさがり着地が安定しない。（写真7）



写真7

(2) ウォッチングタイム
友達のよい動きから
目指す動きをつかむ。



写真8

○ 動きを見る視点を踏み切りの距離と強く突き放したときの「音」に焦点化した。

○ 模範演技をした児童の姿から、大きな動作のポイントを理解できるようにした。（写真8）

- ・踏み切りから着手までを大きくする。
- ・強く突き放し（しっかりと手をかく）、上体を起こす。

M児：手が遠くについて、突き放しが強い。

N児：着地が遠い。

M児：勢いがあるがロケットみたい。ピュッって感じ。

T : ドン、ピュッ、ピタッ ですね。

○ 踏み切り位置に着目させる。（写真9）大きく跳び越すために踏み切りから着手までが大きくなっていることに気付く。（写真10）調節板を入れてもう一度試技をさせる。（写真11）



写真9



写真10



写真11

(3) チャレンジタイム2
踏み切りから着手までを大きくして、飛び越す練習をする。

- 飛び箱を縦に置き、より強い踏み切りと体の投げ出し、強い手のかきが必要となることを意識させた。
- 踏み切りから着手までを大きくすることを意識するように、踏み切り板の位置を調節板で変えることができたようにした。
- 大きな動作の場合も強く突き放し、上体を起こし、視線を前に向けることを声かけした。
- 飛び越すことができない児童に対しては、背中と足を支え前

○ 徐々にマットを減らしていき、4段のかかえ込み跳びができるようになったT児。



マットがなくてもこわくないよ。

○ 調節板をいれ、目線の位置を意識し、試技をするM児。

目線を意識したら、ピタッととまりました。



強くかいて、ピュッ。



4 本時の学習を振り返り、まとめる。

- 縦の飛び箱を大きな動作で飛び越して安定した着地ができた児童を紹介した。
- 模範演技から、踏み切りから着手までを大きくして飛び越すためには踏み切り前の1歩を大きくする必要があること、着手時の腰を高くあげることに気付かせ、次時の課題につなげた。

まとめ 踏み切りから着手までを大きくし、強く突き放して上体を起こすことで、大きく飛び越すことができる。

5 整理運動と片付け。

- 安全に気を付け、協力して片付けるように声をかけた。