

附属テクニカルレンジャー “跳べよ～跳べ跳べ！”

～基本的な動きを組み合わせる運動（体を移動する運動・用具を操作する運動）～

3年体育 2月上旬 12Q（4時間）

附属新潟小学校 教諭 山形 昭

1 目指す姿

比較するすべと関係付けるすべを用いて、二人なわ跳びができるようになるための動きのこの見だし方が分かる子ども

2 単元の計画

	【学習活動】	【働き掛け】	時															
次	<p>○ 一人なわ跳びで、いろいろな跳び方に挑戦する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・前跳び、後ろ跳び ・前交差跳び、後ろ交差跳び ・前あや跳び、後ろあや跳び ・前二重跳び、後ろ二重跳び ・移動しながら跳ぶ <p>○ 二人で、いろいろな跳び方に挑戦する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・二人1本横並び前跳び ・二人1本後ろ並びあや跳び ・二人1本交互前跳び ・二人1本前後入れ替わり前跳び <p>○ 工夫の観点を見て、自分たちに合った二人なわ跳びに挑戦し、達成に向けて運動する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・僕たちは、回し方と向きを変えて「二人1本横並び二重跳びに挑戦したい。 ・私たちが、回し方と速さを変えて、速くなわを回しながら二人1本交互後ろ跳びができるようになりたい。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; background-color: #ffffcc;"> <p>工夫の観点を基に変えた「二人なわ跳びの技」でも、できるようになりたい。でも、できるようになるには、どうしたらよいか。</p> </div>	<p>◆ 「いろいろな短なわ跳びの技に挑戦し、附属テクニカルレンジャーを目指そう」という学習課題を設定し、一人なわ跳びに挑戦させる。</p> <p>◆ 二人なわ跳びのいろいろな技を紹介し、運動させる。</p> <p>◆ 工夫の観点を示し、難易度を変えて二人なわ跳びをさせる。 【働き掛け1】</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><工夫の観点></p> <ul style="list-style-type: none"> ・前跳び、後ろ跳び、あや跳び、二重跳び【回し方】 ・向かい合い、背中合わせ、後ろ並び、横並び【向き】 ・1回跳び、2回跳び、組み合わせて【回数】 ・ゆっくり回す、速く回す【速さ】 ・1本、2本【なわの数】 </div>	6 Q	2 時間														
	<p>○ なぜできないのか、自分の動きを「動きのカルテ」を視点を調べる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・動画を見ると、私たちは、回転速度が遅い。手首をもっと速く動かさないとだめだと思う。 ・二人のタイミングが合わない。跳ぶ高さを揃えるとよいのかな。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; background-color: #ffffcc;"> <p>私は、体の○○を△△のように動かしたり、ボールを□□のように動かしたりしているのか。ほかの人はどうか。</p> </div> <p>○ 「自分の動きのカルテ」と「みんなのカルテ」との共通点や相違点を探す。</p>	<p>◆ どこがよくないのかと問い、「動きのカルテ」を提示する。 【働き掛け2】</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">動きのカルテ</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;">【目線】</td> <td style="width: 20%;">足元</td> <td style="width: 20%;">なわ</td> <td style="width: 20%;">そのた（</td> <td style="width: 10%;">）</td> </tr> <tr> <td>【ひじ】</td> <td>曲げる</td> <td>のぼす</td> <td>そのた（</td> <td>）</td> </tr> <tr> <td>【ひざ】</td> <td>曲げる</td> <td>のぼす</td> <td>そのた（</td> <td>）</td> </tr> </table> <p>そのほかのこつ</p> <div style="border: 1px solid black; height: 20px; width: 100%;"></div> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・グループに1台ずつタブレット端末を与え、互いの動きを動画で撮影させる。 ・できるようになりそうな部位の動かし方を見つけたら、付箋に記入させ、「みんなのカルテ」に貼らせる。 <p>◆ 「みんなのカルテ」や「手本の映像」を提示し、挑戦の技ができるようになりそうな部位の動かし方を問う。 【働き掛け3】</p>	【目線】	足元	なわ	そのた（	）	【ひじ】	曲げる	のぼす	そのた（	）	【ひざ】	曲げる	のぼす	そのた（	）	
【目線】	足元	なわ	そのた（	）														
【ひじ】	曲げる	のぼす	そのた（	）														
【ひざ】	曲げる	のぼす	そのた（	）														

二 次	<ul style="list-style-type: none"> ・僕は、〇〇さんと違って、肘よりも肩で回すようにした。 ・声を掛けてタイミングを合わせるのと同じだけど、私たちはタイミングが合わない。膝の曲げ方を同じにしてジャンプの高さを合わせるようにするといいのかな。 <p style="text-align: center;">【比較するすべ】</p> <p>友達の部位の動かし方を自分に取り入れれば、「二人なわ跳びの技」ができるようになるのではないかな。まねしてみよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 自分が試している友達の部位の動かし方をタブレット端末で撮影しながら、試した結果や撮影している友達の評価により、動きのこつとなり得るかを判断する。 ・この動かし方は自分に合ってるぞ。◎だ。 ・これは合っていない。×だ。 <p style="text-align: center;">【関係付けるすべ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 自分たちの目指した「二人なわ跳びの技」ができるようになる。 ○ 二人なわ跳びの技が上達するまでの過程を、視点を基に振り返る。 <p>僕は、始めは「二人1本横並び二重跳び」ができませんでした。それは、二人のジャンプのタイミングが合わなかったからです。だから、「みんなのカルテ」や「手本の映像」を見て、膝をあまり曲げすぎないようにして、一緒にタイミングで跳んでみました。すると、技ができるようになりました。うれしかったです。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・共通点や相違点を発表した子どもに、部位の動かし方の程度を問い返す。 ・グループに1台ずつタブレット端末を与え、互いの動きを動画で撮影させる。 <p>◆ 手本の部位や用具の動かし方を試させ、評価させる。【働き掛け4】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分や友達の跳んでいる姿をタブレット端末で撮影させる。 ・できない場合には別の部位の動かし方を「みんなのカルテ」から選んだり、友達から教わったりしながら試させて、再度評価させる。 <p>◆ どのように運動したり考えたりしたら上達したのかを問い、「二人なわ跳び上達への道」を振り返らせる。【働き掛け5】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「見付けたこつ」「こつの見付け方」という視点を与える。 	6 Q 2 時間
--------	---	---	-----------------------

3 内容の関連

