

1 単元名 附属テクニカルレンジャー “跳べよ～跳べ跳べ”
＜A 体づくり運動 イ 多様な動きをつくる運動
～(オ)基本的な動きを組み合わせる運動～＞

2 本単元の価値

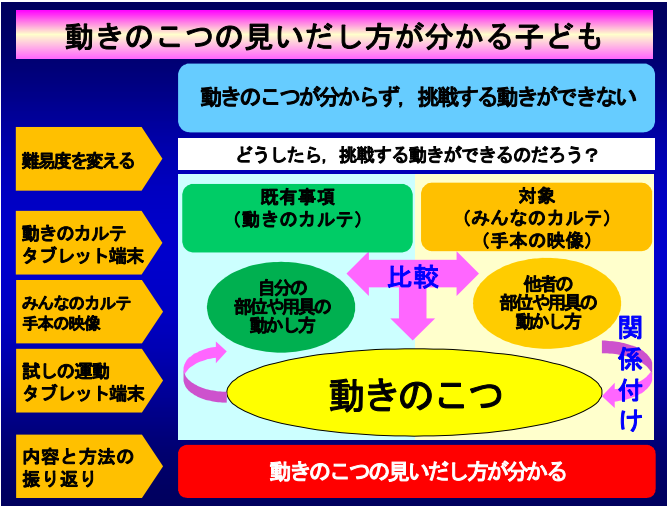
本単元は、学習指導要領の第3学年及び第4学年の2内容のA体づくり運動に、次のように示されている。

| | |
|----|--|
| 運動 | (1) 次の運動を行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、体の基本的な動きができるようにする。 イ 多様な動きをつくる運動では、体のバランスや移動、用具の操作などとともに、 それらを組み合わせる こと。 |
| 態度 | (2) 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、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。 |
| 思考 | (3) 体づくりのための運動の行い方を工夫できるようにする。 |
| 判断 | イ 多様な動きをつくる運動の行い方を知り、 友達のよい動きを見付け自分の運動に取り入れる こと。 |

本単元では、多様な動きをつくる運動(オ)基本的な動きを組み合わせる運動を取り上げる。本単元においては、(イ)体を移動する運動と(ウ)用具を操作する運動を組み合わせて、用具を操作しながら移動するなどの動きを行う。具体的には、二人なわ跳びで、いろいろな跳び方を行う運動である。基本的な動きを組み合わせる運動とは、「～しながら～する」「～してから～する」という2つの動きを同時に行うことを通して、巧みに動いたり、より滑らかに動いたりすることができるようにし、動きの質を高めることをねらいとしている。今回は、単に短なわを跳ぶ動きだけでなく、二人組で行うことで、自分が跳んだり相手を跳ばせたり、移動したりするなどの複合的な動きが養われる。以上のことから、本単元で扱う運動は、多様な動きをつくる運動として非常に価値のあるものである。

さらに、本単元では、動きを身に付けられない自分(以下、自分)と動きを身に付けた他者(以下、手本)との部位や用具の動かし方を比較させて動きを身に付けるための「動きのこつ」を見いだし、その見いだし方を自覚させる。それにより、子どもは、他の運動場面でも自分の課題とその運動における動きのこつとを関係付けて考えようとする力が養われる。これが、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てることにつながるのである。

3 本単元で学びをつなぐ力を高めた姿と学びをつなぐ力



本単元で目指す子どもの姿は、短なわで二人なわ跳びを行い、自分たちの達成したい技に挑戦する活動を通して、**二人なわ跳びができるようになるための、動きのこつの見いだし方が分かる子ども**である。「動きのこつの見いだし方」が中核的な知識であり、この姿が、本単元で学びをつなぐ力を高めた姿である。ここで言う「動きのこつ」とは、「自分の課題を解決するための部位や用具の動かし方」のことである。

「動きのカルテ」を基に、自分の部位や用具の動かし方に着目した子どもに、一人一人の子どもが二人なわ跳びができるために有効だと考えた部位や用具の動かし方を一覧にまとめた「**みんなのカルテ**」や「**手本の映像**」

を「対象」として提示する。すると子どもは、**比較するすべ**を用いて、自分と手本との部位や用具の動かし方を比べ、自分の課題に気付き、課題を解決できそうな部位や用具の動かし方を収集する。

そして、収集した手本の部位や用具の動かし方が自分の課題を解決できる情報か否かを運動して確かめさせる。このときの子どもは、「この動かし方は、うまくいく」「この動かし方は、うまくいかない」というように、「自分の課題」と「手本の部位や用具の動かし方」とを**関係付けるすべ**を用いて判断する。このように、**比較するすべ**や**関係付けるすべ**を用いて、自分の部位や用具の動かし方を基に、動きのこつという情報を収集・判断する力が学びをつなぐ力である。子どもは、学びをつなぐ力を発揮して、動きのこつを見だし、自分たちが挑戦する二人なわ跳びができるようになる。

最後に、「どのようにしたら自分たちが挑戦した二人なわ跳びが上達したのか」と問い、二人なわ跳びが上達した過程を振り返らせる。こうして、学びをつなぐ力を高めた子どもになるのである。

4 指導の構想

まずは、一人なわ跳びでいろいろな跳び方に挑戦させたり、跳びながら移動したりする動きを行わせる。その後、二人組をつくらせて、「二人1本向かい合い跳び」や「二人1本交互連続跳び」などの比較的跳びやすい二人なわ跳びに挑戦させる。すると、二人なわ跳びができる子どもやできない子どもが現れる。できたできないの判定は、6回（もしくは一人3回ずつ）連続して跳べたら「できた」とする。運動を繰り返すうちに、自分に合った技に取り組みたいと考える。

働き掛け1

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。

問いをもたせるための働き掛けである。自分に合った技に挑戦したいと考えている子どもに、工夫の観点を示す。子どもは、工夫の観点を基に様々な跳び方や回し方を設定しながら、運動に取り組む。難易度を変えて挑戦する技を設定させるために、やがて自分たちだけでは解決できない挑戦の技に到達する。そして、「工夫の観点を基に変えた新たな挑戦の技でもできるようにしたい。どうしたら、できるようになるのだろうか」と考える。このように、自分に合った挑戦の技を設定し、その挑戦の技ができるようになりたいと意欲を高めている姿を問いをもった姿とする。問いをもった子どもに、次のように働き掛ける。

<工夫の観点>

- ・ 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【回数】
- ・ ゆっくり回す、速く回す【速さ】
- ・ 1本、2本【なわの数】

働き掛け2（1日目）

どこがよくないのかと問い、「動きのカルテ」を提示する。

動きのこつを見いだすための視点を与え、自分の部位や用具の動かし方に着目させるための働き掛けである。問いをもった子どもに、「どこがよくないのか」と問う。子どもは、「分からない」「ここがよくないのかな」と自分の部位や用具の動かし方に目を向け始めるが、よく分からない。そこで、「動きのカルテ」を提示する。「動きのカルテ」には、動きのこつに成り得る部位や用具の動かし方を示しておく。そして、その視点を基に運動しながら確かめさせる。その際、自分の部位や用具の動かし方を可視化するためにタブレット端末を与え、跳んでいる姿を動画で撮影させる。子どもは、自分の部位や用具の動かし方に着目する。

| 動きのカルテ | | | |
|---|-----|-----|---------|
| 【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 () |
| そのほかのこつ | | | |
| <input style="width: 100%; height: 20px;" type="text"/> | | | |

自分の部位や用具の動かし方に着目した子どもに、「みんなのカルテ」をつくらせる。二人なわ跳びができるために有効だと考えた部位や用具の動かし方を付箋に書かせ、拡大した「動きのカルテ」に付箋を貼らせる。

働き掛け3（1，2日目）

「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や用具の動かし方を問う。

自分と手本の部位や用具の動かし方との比較により、自分の課題に気付かせ、運動の見通しを

もたせるための働き掛けである。自分の部位や用具の動かし方が分かった子どもに、「**みんなのカルテ**」や「**手本の映像**」を提示し、できるようになりそうな部位や用具の動かし方を問う。子どもは、**比較する**すべを用いて、自分の部位や用具の動かし方と手本の部位や用具の動かし方とを比べる。そして、自分と手本の部位や用具の動かし方の相違点に自分の課題があるのではないかと気づき、手本の部位や用具の動かし方をまねしてみようとする。

ここでは、仮説をもった状態なので、次の働き掛けで実際に運動させて、仮説を検証させる。

働き掛け4 (2日目)

手本の部位や用具の動かし方を試させ、評価させる。

二人なわ跳びのこつを見いださせ、挑戦の技ができるようになるための働き掛けである。「手本の部位や用具の動かし方をまねしてみよう」と考えた子どもに、試しの運動を行わせ、自分の課題を解決するのに適しているかどうかを評価させる。その際、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。試した手本の部位や用具の動かし方で、自分の課題を解決する子どももいれば、そうでない子どももいる。解決できない子どもには、「**みんなのカルテ**」から別の部位や用具の動かし方を選んだり、「**手本の映像**」を見たりするように促す。子どもは、『対象』から新たな情報を得る一試す」という一連の流れを繰り返す。このときの子どもは、自分の課題と手本の部位や用具の動かし方とを**関係付ける**すべを用いて考える。そして、動きのこつを見だし、挑戦の技ができるようになる。

働き掛け5 (2日目)

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。

挑戦の技が上達するまでの考え方を自覚させるための働き掛けである。二人なわ跳びのこつを見だして挑戦の技ができるようになった（上達した）子どもに、「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。その際、①見付けたこつ②こつの見付け方という視点を提示する。そして、**二人なわ跳びができるようになるための、動きのこつの見だし方が分かる子どもになる。**

5 指導計画 全4時間 (12Q)

別紙「単元カード」参照

6 本時の構想<第2日目> 4 / 4時間 (45分授業)

(1) ねらい

収集した部位や用具の動かし方の中から、自分に合った二人なわ跳びのこつを見だし、そのこつの見だし方を自覚することができる。

(2) 展開

| 学習活動と子どもの姿 ☆考えるすべ | 教師の働き掛け |
|--|---|
| <p>1 二人なわ跳びができるようになるための部位の動かし方をグループで考え、「みんなのカルテ」をつくる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・目線は、まっすぐの方がよさそうだった。 ・タイミングを合わせないとだめだ。 ・手首を回さないように、細かく速く動かす。 ・なわをたるませないように回すとよい。 | <p>○発問「昨日やってみて、ここをこう動かせばうまくいきそうだという動きのこつが分かった人は、教えてください」</p> <p>○指示「グループで話し合っ、付箋に見付けたこつを書いて、『みんなのカルテ』に貼りましょう」</p> |
| <p>2 自分たちの「動きのカルテ」「自分たちの映像」と「みんなのカルテ」「手本の映像」とを比較し、できるようになるための部位の動かし方を考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・僕は、足元を見ていたけど、前を見て跳んでいる人が多いぞ。目線を変えるとできるようになるかも。 ・肘の曲げ方が私とは違っている。肘の曲げ方を変えてみるとよいのかな。試してみたいな。 ・膝は曲げるってみんなは言うけど、そうす | <p>○発問「みんなが見付けたこつをまとめた『みんなのカルテ』やタブレット端末に入っている『手本の映像』を見て、自分たちの「動きのカルテ」と違うところはどこですか」</p> <p>○発問「では、これをやってみれば、自分たちが挑戦する技ができるかもしれないという動きのこつは、何だと思えますか。ワークシートに書きましよう」 【働き掛け3】</p> |

ると次のジャンプがしにくいから、僕はあんまり曲げない方がよさそうだよ。

- ・タイミングを合わせるために、膝の曲げ方を意識して、跳ぶ高さを揃えるようにするとよいかも。
- ・手首を素早く回すようにしてみよう。
- ・肩を中心にして大きく回すようにするとできるかも。

☆比較するすべ

3 「みんなのカルテ」「手本の映像」を基に選択した部位や用具の動かし方を試し、自分に合った動きのこつに成り得るどうかを判断

- ・目線は、なわを見た方がよい。そうするとタイミングが合わせやすい。○だ。
- ・肘は、たくさん曲げるとやりにくい。×だ。
- ・膝は曲げすぎると次のジャンプができないから×だ。
- ・大きくなわを回すためには、肘を中心に回すのではなく、肩を中心に回すのがよいぞ。昨日は1回も跳べなかったのに、今日は3回跳べるようになったぞ。◎だ。
- ・僕たちは二重跳びをしたいから、肩や肘ではなく、手首を中心にして、手首を素早く動かすのがよさそうだ。回数も昨日より増えたぞ。◎だ。
- ・声を掛けながら、膝の曲げ方を揃えるようにやってみたら、6回跳べて、達成したぞ。◎だな。

☆関係付けるすべ

4 今日の授業の振り返りをする。

- ・私は、タブレット端末の自分の映像を見て、肘を中心にして回していたことに気付きました。だから、「みんなのカルテ」や「手本の映像」と自分の動きを比べてみました。すると、肩を中心にして大きく回すことが分かったので、試してみました。そして、6回跳べるようになりました。うれしかったです。
- ・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、一緒のタイミングで跳んでみました。すると、回数が増えました。うれしかったです。

部位や用具の動かし方に着目して、自分の課題を解決するための動きのこつを見いだし、その見いだし方を自覚する。

○学習課題を提示する

自分に合った「二人なわとびのこつ」は、体のどこをどう動かすことでしょうか。

○指示「それでは、選んだこつが自分にあっていのかどうか、実際に運動して試してみましょう」

【働き掛け4-①】

○指示「試してみて、とてもうまくいった、自分にぴったり合っているなら◎、まあまあなら○、うまくいかない合っていないなら×で書きましょう。」

【働き掛け4-②】

○指示「あと、そのこつをするとどんなよいことがあるのか、そのこつをどうやって見つけたのかもワークシートにメモしておきましょう」

○指示「集合。どうでしたか。自分たちの目指した二人なわ跳びの技は、できるようになりましたか。6回まではできなかったけど、前よりも回数が増えて、上達したと言う人もいます」

○発問「どうして二人なわ跳びの技が上達したのでしょうか。どのように運動したり考えたりして上達したのかを考えて、「二人なわ跳び上達への道」をワークシートに書きましょう」

【働き掛け5】

○指示「最初の自分たちはどうだったのか。その後、どんなこつをどのように見付けてやってみたのか。そして、今の自分たちはどうなったのか。『見付けたこつ』や『こつの見付け方』が分かるように書きましょう」

(3) 評価

- ① 自分の課題を解決するための動きのこつを見いだすことができたかをワークシートの記述から判断する。
- ② 自分たちの目指した二人なわ跳びができるようになったかどうかを、実際の運動の様子やワークシートの記述から判断する。
- ③ 動きのこつを見いだし方を自覚することができたかを、ワークシートの記述から判断する。
 _____のように自分の課題が分かり、_____のように自分と手本との部位や用具の動かし方を比較した結果、_____のような動きのこつを見いだして上達したことが分かった子どもが、学びをつなぐ力を高めた子どもである。