

第6学年1組

体育科学習指導案

授業日 平成27年6月5日(金) 5校時

授業者 附属新潟小学校 教諭 山形 昭

会場 多目的ホール

1 単元名 「夏季フゾリンピック～鉄棒運動～」<B 器械運動 イ 鉄棒運動>

2 本単元の価値

本単元は、学習指導要領の第5学年及び第6学年の2内容のB器械運動に、次のように示されている。

<技能>

(1) 運動の楽しさや喜びに触れ、その技ができるようにする。

イ 鉄棒運動では、基本的な上がり技や支持回転技、下り技を安定して行うとともに、その発展技を行ったり、それらを繰り返したり組み合わせたりすること。

【上がり技の例示】

○安定した膝掛け上がり ○膝掛け上がり ○安定した補助逆上がり ○逆上がり

【支持回転技の例示】

○安定したかかえ込み回り ○前方支持回転 ○後方支持回転 ○安定した後方片膝掛け回転

○前方片膝掛け回転

【下り技の例示】

○安定した前回り下り ○安定した転向前下り ○片足踏み越し下り

○安定した高膝掛け倒立下り ○両膝掛け振動下り

【技の組み合わせ方】

○上に示した技の上がり技、支持回転技、下り技やすでにできている技を選んで組み合わせること。

<態度>

(2) 運動に進んで取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、場や器械・器具の安全に気を配ったりすることができるようにする。

<思考・判断>

(3) 自己の能力に適した課題の解決の仕方や技の組み合わせ方を工夫できるようにする。

本単元では、基本的な上がり技や支持回転技、下り技に組み込み、それぞれについて自己の能力に適した技ができるようにするとともに、上がり技－支持回転技－下り技を組み合わせることができるようにする。レディネステストの結果から、鉄棒運動を得意とする子どもは少なかった。そこで、比較的取り組みやすい技に絞ることで、技を身に付ける喜びを味わわせる。その技とは、上がり技は「膝掛け上がり」「逆上がり」、支持回転技は「後方支持回転」「後方片膝掛け回転」「前方片膝掛け回転」、下り技は「前回り下り」「片足踏み越し下り」である。前回り下り、片足踏み越し下りは比較的身に付いている子どもが多いので、上がる技、支持回転技に重点を置いて指導する。それぞれの技の中から自己の能力に適した技を選択し、その技ができるようにする。そして最終的には、身に付けた上がり技－支持回転技－下り技を組み合わせる演技できるようにする。

指導に際しては、以下の4点を取り入れる。

- ①基礎となる運動感覚を養う易しい運動を取り入れる。
 - ②マットを敷く、鉄棒に緩衝材を巻く、タオルやひも、ゴムで体を支える、踏み切り板等の補助具を用いるなど、練習の場を工夫する。
 - ③ペアやグループを組ませ、練習の補助をさせたり、タブレット端末、動画アプリを使ってお互いの動きを撮影させたりする。
 - ④自分の映像や手本の映像を基に、「鉄棒運動のこつ」を見付けることができるようにする。
- ※「こつ」とは、課題解決に必要な部位に着目した体の動かし方のこと。

以上のことから、技を身に付ける喜びを味わわせる。さらに、本単元では、できない自分とできた友達や示範者(以下、手本)との部位の動かし方を比較させて「鉄棒運動のこつ」を見付けさせる。「勢いを付ければできるようになる」という考え方を「勢いを付けるには、ここ(部位)をこう動かせばよい」と、**部位に着目した体の動かし方**を習得する。加えて、「部位に着目しながら、自分と手本の体の動かし方を比較すれば、『鉄棒運動のこつ』を見付け、動きを身に付けられる」と、「**鉄棒運動のこつ**」の**見だし方(課題の解決の仕方)**も習得する。それにより、子どもは他の運動場面でも、「自分と手本の体の動かし方を比較して、こつを見付けて運動すれば、動きや技を身に付けることができる」という考え方が養われる。これが、生涯にわたって運動に親しむことにつながっていくのである。

3 本単元で目指す姿と「中核的な学習内容」「学びをつなぐ力」

(1) 目指す姿

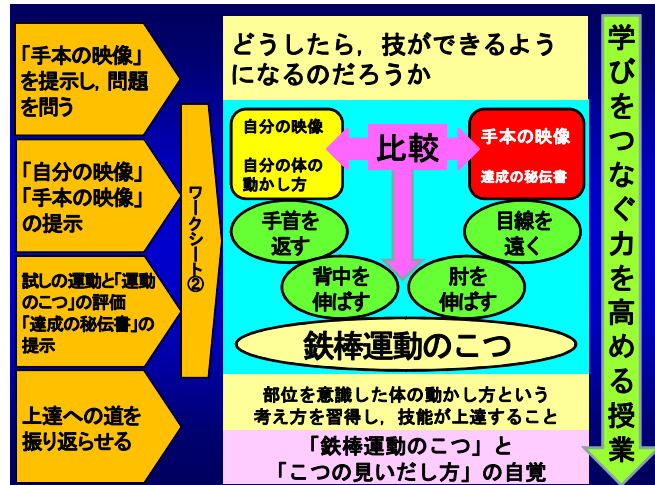
「鉄棒運動のこつ」とそのこつの見いだし方が分かり、鉄棒運動の技能が上達する子ども

(2) 「中核的な学習内容」

鉄棒運動における、部位に着目した体の動かし方という考え方を習得し、技能が上達すること

(3) 「学びをつなぐ力」

- ① 比較するすべを用いて、自分と手本の体の動かし方の相違点から、できない技ができるようになるための体の動かし方を収集する力
- ② 関係付けるすべを用いて、収集した体の動かし方を実際に試してみることで、技能が上達するための「鉄棒運動のこつ」を見いだす力



4 指導計画 全6時間 (180)

単元カード参照

5 指導の構想

まずは、基礎となる運動感覚を養うために、鉄棒学習カードを配付し、以下のような易しい運動に取り組ませる。

- ・ 肋木渡り ・ 登り綱 (逆さ, 回転, スイング) ・ こうもりジャンケン (逆さ, 後方へ倒れる)
- ・ 後ろ跳び降り (支持, スイング) ・ 布団干し起き (支持, 手首の返し) ・ ツバメ横移動 (支持)
- ・ 足抜き回り (回転) ・ ゆっくり前回り下り (支持, 回転, 手首の返し) など

子どもは、学習カードにかかれた技を、自分ができそうな技から取り組む。ここでの子どもは、何度も繰り返し練習すれば技ができるようになると思え、部位に着目して「鉄棒運動のこつ」を見いだして練習すればできるようになるとは考えていない (C0)。

働き掛け1

「鉄棒運動の手本の映像」を提示し、体のどこに問題があるのかと問う。

問いをもたせるための働き掛けである。「膝掛け上がり」「逆上がり」の上がる技、「後方支持回転」「後方片膝掛け回転」「前方片膝掛け回転」の支持回転技、「前回り下り」「片足踏み越し下り」の下りる技の運動局面ごとの絵を提示し、それぞれの技の中から自己の能力に適した技を一つずつ選択させる。選択した技を実際に試す中で、できるようになった技はそこまでにさせて、新たな技に取り組ませる。難易度を高めて新たな技を設定させるために、やがてできない技が出る。自分ができない技が出た子どもにめあてを問う。子どもは、できない技ができるようになりたいというめあてを立てる。

めあてを立てた子どもに「鉄棒運動の手本の映像 (『対象』①)」を提示し、「どうしてその技ができないのか。その技ができないのは、体のどこに問題があるのか」と問う。自分の体の動かし方を意識している子どもは、「ここがよくないのかな」と予想したり、意識していない子どもは「自分とどこが違うのか、よく分からない」と考えたりする。予想した子どもには、本当にできるようになるか試させる。しかし、まだ明確な見通しをもってはいないために、達成できない。このように、できない鉄棒運動の技ができるようになりたいというめあてをもちながらも、できるようになるための明確な見通しをもていない姿を問いをもった姿とする。

また、この時点で上がる技、支持回転技、下りる技のどれかの技ができた子どもに、「なぜ、その技ができるのか。気を付けていることはあるか」と問い、技ができるようになるための「鉄棒運動のこつ」を付箋に記入させておく (達成の秘伝書)。さらに、「逆上がりができるようになりたい」などと、同じめあてをもった子ども同士でペアやグループを組んでおく。

働き掛け2

できない鉄棒運動の技ができるようになりそうな体の動かし方を問い、できない自分の鉄棒運動の様子を動画撮影させる。

自分の体の動かし方と手本の体の動かし方との比較により、課題解決に必要な体の動かし方を収集させ、できるようになるための見通しをもたせる働き掛けである。問いをもった子どもに、「できない技ができるようになるには、体のどこをどう動かしたらよいか」と問い、学習問題を提示する。

その後、もう一度「**鉄棒運動の手本の映像（『対象』①）**」を提示したり、できない自分の運動の様子を動画撮影させたりする。撮影後、手本や自分の体の動かし方をワークシート②に記述させる。子どもは、**比較するすべ**を用いて、「自分の映像」と「手本の映像」とを比べる。このとき、自分の映像と手本の映像とを比較しやすくするために、2台のタブレット端末や拡大モニターを使わせたり、映像を重ねて提示できるアプリを使わせたりする。

ここで、部位に着目して違いに気付いた子どもの考えを発表させて、部位に着目するという視点を共有する。子どもは、その視点を基にして、自分と手本の体の動かし方の共通点や相違点を考える。そして、できない原因を予想し、手本の体の動かし方をまねしてみるとできるようになるのではないかと見通しをもつ。ただ、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3
個々の能力に適した練習の場を設定し、試した「鉄棒運動のこつ」を評価させる。

「鉄棒運動のこつ」を見いださせ、できない技ができるようになるための働き掛けである。「手本の体の動かし方をまねしてみよう」と考えた子どもに、様々な練習の場を提示し、自分に合った練習の場を選択させ、試しの運動を行わせる。試しながら、自分が選んだ部位の動かし方が自分の課題を解決するのに適しているかどうかを◎○×の3段階で評価させる。その際、自分の鉄棒運動の様子を動画撮影させる。このときの子どもは、できない原因と手本の体の動かし方を試した結果とを**関係付けるすべ**を用いて判断する。

- <練習の場>
 (Lv 1) 壁の場
 (Lv 2) 体と鉄棒くっつき場
 ①ひもやタオルで
 ②ゴムで(徐々に本数を減らす)
 (Lv 3) 踏み切り板の場
 (Lv 4) ボール蹴り上げの場
 (Lv 5) 普通の場

試した体の動かし方で、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がいた場合には、できた友達の鉄棒のこつが書かれた「**達成の秘伝書（『対象』②）**」を提示する。できない子どもは、「対象」①や「対象」②を見たり、練習の場を変えたりする。子どもは、「『対象』から新たな情報を得る→練習の場を選択する→試す」という一連の流れを繰り返す(本時1時間目。2時間行)。そして、「鉄棒運動のこつ」を見いだし、できなかった技ができるようになった(練習の場Lv5でできた)り、上達した(練習の場のレベルが上がった)りする。

学びをつなぐ力を自覚させる働き掛け
「見付けたこつ」と「こつの見付け方」を問い、「鉄棒運動上達への道」を振り返らせる。

学びをつなぐ力を自覚させるための働き掛けである。できなかった技ができるようになった、もしくは、上達した(練習の場のレベルが上がった)子どもに、「見付けたこつ」と「こつの見付け方」を問い、「鉄棒運動上達への道」を振り返らせる。そして、「**鉄棒運動のこつ**」とその**こつの見いだし方が分かり、鉄棒運動の技能が上達する子ども**になる。

6 本時の構想 (本時4/6時間)

(1) ねらい

比較するすべや関係付けるすべを用いて、課題解決に必要なとなる部位に着目した体の動かし方を収集し、「鉄棒運動のこつ」を見いだすことができる。

(2) 主張(展開) 3Q (45分)

このような子どもに (C0)

- 基礎となる運動感覚を養う運動に取り組み、支持、逆さ、後方へ倒れる、回転、スイング、手首の返しなどの運動感覚が概ね身に付いている。
- 「勢いを付ければできる」などと考え、部位に着目して「鉄棒運動のこつ」を見いだして練習すればできるようになるとは考えていない。

このように働き掛けると【働き掛け1】

- 説明「フズリンピックでは、上がる技ー支持回転技ー下りる技の3つの技を組み合わせて1つの演技を行います。それぞれの技は、次のとおりです」
 ※ 「膝掛け上がり」「逆上がり」の上がる技、「後方支持回転」「後方片膝掛け回転」「前方片膝掛け回転」の支持回転技、「前回り下り」「片足踏み越し下り」の下りる技の運動局面ごとの絵を提示する。
- 指示「どれができて、どれができないのか試してみましょう。結果をワークシート①に書きましょう」
- 発問「まずは、どの技に挑戦してみたいですか。めあてとそのめあてを選んだ理由をワークシート①に書きましょう」

- 指示「めあては決まりましたね。では、ここで鉄棒運動の手本の映像を見せます。よく見ましょう」
- ※ 「手本の映像」を見せる。
- 発問「簡単そうですね。ここで質問です。どうしてあなたは、その技ができないのですか。その技ができないのは、体のどこがよくないのでしょうか」
- 指示「質問の答えをワークシートの裏に書きましょう」
- 「なかなか書けませんよね。分かったら、その技はできそうだよね」
- 「分かった人がいた。だったら、本当にできるか試してみよう」
- ※ もしも、できた子どもがいたら賞賛し、どうしてできたのか理由を問う。そして、その答えを付箋に記述させ、次のめあてを考えさせる。
- 指示「集合。自分の考えたやり方でやってみたら、できるようになったという人は、手を挙げましょう」
- 指示「あと、既にこの中の技ができる人に聞きます。どうしてその技ができるのですか。できるようになるためのコツを付箋に書いて教えてください」

このようになり (C1)

- めあてとそのめあてを選んだ理由をワークシート①に書く。
 - ・僕は、上がる技を逆上がりになりたいんだけど、逆上がりができない。めあては、逆上がりだ。
 - ・私は、逆上がりはできるんだけど、支持回転技が一つもできない。後方支持回転ができるようになりたい。
- 体のどこがよくないのかを考える。
 - ・肘が伸びているのかなあ。よく分からないな。
 - ・勢いが足りないのかな。勢いを付けようと、何度もやってみたけど、やっぱりできない。
 - ・どうしてできないのかな。
- 「動きのコツ」を付箋に記入する。
 - ・逆上りのコツは、肘をしっかり曲げて、お腹を鉄棒から離さないようにすることだ。
 - ・逆上りのコツは、地面を強く蹴って、足を鉄棒の上に高く上げることだと思う。
 - ・膝掛け上がりは、伸ばしている足の膝をしっかり伸ばして、手首を回転させながら勢いを付けて足を振ることだ。
- ※ ①できない技を自分のめあてと記述する。
 - ②できるようになった人という問い掛けに対し、挙手していない子どもは、できるようになるための明確な見通しをもてていない姿と判断する。
 - ①と②の姿で問いをもったと判断する。

本時ここから

このように働き掛けると【働き掛け2】

- 指示「前回の授業で、自分が挑戦したい技が決まりました。まだできないかどうか、3回試したら、この場所に戻ってきましょう」
- 発問「やっぱりまだできなかったかな。では、そのできない技ができるようになるには、体のどこをどう動かしたらよいのでしょうか」
- ※ 学習問題「できない技ができるようになるには、体のどこをどう動かしたらよいか」を掲示する。
- 指示「この謎を解く鍵が2つあります。1つ目は、「手本の映像」です。この大きなテレビでも見れるようになってるし、自分のタブレットにほしい画像があったら送りますので、言ってください。できる人の動画を撮影させてもらって、自分たちでやり取りしてもよいです。もう1つは、何ですか。自分の映像です。これは、これから撮影してください。撮影チャンスは1人2回とします。撮影ポイントのフラフープから撮影しましょう。撮影後は、この場所に戻り、体のどこをどう動かせばよいのかをよく確認して、ワークシート②に気付いたことを書きましょう」
- ※ 自分の映像と手本の映像とを比較しやすくするために、2台のタブレット端末や拡大モニターを使わせたり、映像を重ねて提示できるアプリを使わせたりする。
- 発問「では、皆さん。手本の映像と自分の映像を見て、まだ、予想だとは思いますが、自分のできない原因やできるようになりそうなコツはこれじゃないかなと考えた何人かに教えてもらおうと思います。〇〇さん、今のところの考えを教えてください」
- ※補助発問「〇〇さんは△△(部位)の動かし方に注目しているんだね。素晴らしいですね」「どうして、そう思ったのですか」

「他に、似ている意見や付け足しの意見はありますか」

○指示「では最後に聞きます。できない技ができるようになるには、体のどこをどう動かしたらよいのでしょうか。ワークシート②の下の方の枠に、できない原因とそれを改善する体の動かし方を書きましょう」

このようになり (G2)

- 「手本の映像」や「自分の映像」を見比べて、体の動かし方の相違点を探す。
 - ・逆上がりするとき、手本は顎を引いて締めてるけど、私は顎が開いている。これがよくないのかな。
 - ・後方支持回転するとき、手本はおしりの位置が高く、鉄棒からお腹が離れているのに、僕は離れていない。足を大きく振って勢いを付けないとだめだ。
 - ・回転するとき、手本は膝を曲げてるけど、私は伸びてる。
 - ・手本は脇を開けてない。僕は、開いてる。もっと脇を締めた方がいいな。
 - ・手首の動かし方が違うぞ。手首を回転させてみよう。
- 自分のできない原因に気づき、手本の体の動かし方を試したくなる。
 - ・僕とは腕の動かし方が違う。もしかして、脇を締めるとできるようになるのではないかな。
 - ・私の背中の中の動かし方は正しくないのかな。手本のように動かすとできるようになるかも。試してみたいな。
 - ・もしかして、僕が気付かなかった手首の動かし方がうまくできるためのコツなんじゃないかな。手首を返してみよう。
- ※ 「まねしたい」「試したい」という言葉は出にくい。ここでは、自分の体の動かし方と手本の体の動かし方の違いからできない原因を予想し、できるようになるためのコツとして自分の体の動かし方とは別の動かし方をワークシートに記述した子どもを通過者とする。

このように働き掛けると【働き掛け3】

- 説明「自分のできない原因とできるようになるためのコツを見付けられたでしょうか。ただ、それが本当に自分に合っているかどうかは、まだ分かりませんよね。それでは、見つけたコツを実際に運動して、自分の挑戦する技ができるかどうか確かめてみましょう。まだ書き途中の人もあるかもしれませんが、やりながら書き加えましょう」
- 指示「様々な練習の場を用意したので練習する場所も自分に合っていると思う場を選びましょう。練習の場は途中で好きなところに動いてもよいです」
 - ＜練習の場＞
 - (Lv1) 壁の場
 - (Lv2) 体と鉄棒くっつきの場
 - ①ひもやタオルで
 - ②ゴムで (徐々に本数を減らす)
 - (Lv3) 踏み切り板の場
 - (Lv4) ボール蹴り上げの場
 - (Lv5) 普通の場
- ※ 練習の場のやり方を説明する。
- 指示「やってみるときには、もう一人の人に何を試そうとしているのかを宣言してから挑戦しましょう。撮影者はそのコツができていっているかが分かるようにしっかりと撮影してアドバイスしましょう。また、試したコツが自分に合っているかどうかを◎○×の3段階で評価して、ワークシート②に書きましょう。何度か試して◎か○か×かを決めるとよいですね。技ができたなら◎、自分に合っていそう、上達しそうなら○、自分にあってない、上達しなさそうなら×と書きましょう」
- 指示「試しの運動をやりながら、新たに気づいた自分のできない原因やできるようになるためのコツを書き加えながら、自分にぴったりのコツを探しましょう。では始めましょう」
 - ※ 教師は、ペアやグループの様子を見て回り、次のような補助発問をしたり、指示を出したりする。
 - ※補助発問「今は、どんなコツを試しているの」
 - 「どうして、そのコツを試そうと思ったの」「試した結果はどうだった」
 - 「どこをどのように動かすとできそうかな」
 - 「もう一度、手本の映像や自分の映像を見てみたらどうかな」
 - ※ 手本の映像、練習の場だけでは、挑戦している技ができない子どもがいたときに、次の指示を出す (本時では出さずに、次時に指示を出す)。
- 指示「どうすればよいか分からなくて困っている人のために、その技ができるようになるための『達成の秘伝書』を用意しました。ここには、その技ができる人が考えたコツが載っています。ここに掲示しておくので、必要ならば見てみましょう」
- ※ 働き掛け3は、2時間行う (本時1時間目)。

○指示「集合。どうでしたか。『できない技ができるようになるには、体のどこをどう動かしたらよいか』の答えが見つかりましたか。また技ができるようになった、もしくは前よりも上達しましたか。今日の授業の始めの自分の映像と最後の自分の映像を見てみましょう。できた、もしくは上達したと思う人は手を挙げてください。まだ、少ないですね。次の体育の時間に続きもう1時間だけ行います。最後に、今日見つけたこつとそのこつの見つけ方を体育ノートに書きましょう」

このようになり (C3)

- 関係付けるすべを用いて、自分と手本の体の動かし方とを考えて、挑戦の技ができるようになるためのこつを見だし、挑戦の技ができるようになる。
- ・私は、顎を締めずに回っていたけど、手本は顎を締めて回っていたから、それに挑戦しよう。(挑戦後)顎を締めて膝くらいを見るようにして回ると、うまくいきそうだ。◎だ。
 - ・手本は脇を締めてやっていたから、これをまねしてみよう。(挑戦後)肘を曲げて、脇を締めてやると、できそうだ。◎だ。
 - ・手本は踏み切り足は鉄棒の前だった。僕は鉄棒よりも後ろだったからそれが悪いのかな。(挑戦後)鉄棒よりも前過ぎるとうまくできないぞ。○だ。ちょっと前くらいがちょうどよいみたいだ。
- ※① 子どもが自分のできない原因を基にして、それを克服できそうな体の動かし方を「手本の映像」や「達成の秘伝書」を見たり、友達から教えてもらったりしながら挑戦し、ワークシートに◎か○の評価をしているかを見取る。
- ※② できなかった技ができるようになった(練習の場Lv5でできた)り、上達した(練習の場のレベルが上がった)りしたかどうかを、実際の子どもの様子で判断する。
- ※①②の両方の姿が見られた子どもを通過者とする。

本時ここまで

このように働き掛けると【学びをつなぐ力を自覚させるための働き掛け】

- 発問「どうでしたか。自分の挑戦した技は上手になりましたか。最後に、これまでの学習を振り返り、『鉄棒運動上達への道』を書きます。どうしてできるようになった、もしくは、上達したのでしょうか。『見つけたこつ』と『こつの見つけ方』『感想』などを考えながら、上手になるまでの道が分かるように体育ノートに書きましょう」
- ※ 書き方で分からないことがあったら、質問を聞いて答える。

このようになる (Cn)

- 「手本の映像」や「達成の秘伝書」から、手本の体の動かし方を基に「鉄棒運動のこつ」を見だして、挑戦の技を身に付けることができたかが分かる。
- ・僕は、始めは逆上がりができませんでした。できない原因はお腹が鉄棒から離れることだと思っていました。それを気を付けるようにやってみましたが、それでもうまくできませんでした。だから、「手本の映像」を見て、自分の映像と比べたら、お腹を鉄棒から離さないためには、脇を締めることが大切だと思い、それに気を付けて運動しました。すると、逆上がりができるようになりました。うれしかったです。
- ※ _____のように、自分と手本の体の動かし方とを比較した記述(手本の映像や達成の秘伝書を見たなどの記述も含む)があり、かつ、_____のように、新たな「鉄棒運動のこつ」を見だしていること、さらにできなかった自分の挑戦した技が上達すればCnとする。

7 検証

(1) 検証すること

- ① 構想した働き掛けにより、「中核的な学習内容」を創り出すことができたか。
- ② 構想した働き掛けにより、「学びをつなぐ力」を発揮することができたか。
- ③ 構想した働き掛けにより、「学びをつなぐ力」を自覚することができたか。

(2) 検証の方法

- ① 働き掛け3を受けて、_____のように、部位に着目した体の動かし方という考え方を習得し、技が上達することができたかどうかを、ワークシートの記述や実際の様子から検証する。
- ② 働き掛け2および3を受けて、比較するすべや関係付けるすべを用いて、自分の挑戦する技ができるようになるためのこつを収集・判断することができたかを、ワークシートおよび実際の様子から検証する。
- ③ 働き掛け4を受けて、想定した「学びをつなぐ力」①②を自覚しているかどうかを、体育ノートの記述から検証する。