

# 冬季フゾリンピック ー 跳び箱運動 ー

6年体育 1月～2月 18Q (6時間)  
 附属新潟小学校 教諭 山形 昭

## 1 目指す姿

### ○ 跳び箱運動の技能を高めるための体の動かし方を見いだす子ども

「手本の映像を見て、自分の映像と比べたら、手よりも前に肩を出すこと、腰を高く上げること、前を見ることが大切だと分かり、それに気を付けて運動しました。すると、かかえ込み跳びが練習の場でできるようになりました」などと、自分と手本の体の動かし方とを比較し、技能を高めるための体の動かし方を見いだして運動したことで、技能を高めたことを自覚している姿

(1) 中核的な知識や技能：技能を高めるための体の動かし方

(2) 学びをつなぐ力：① 比較するすべを用いて、自分と手本との体の動かし方の相違点から、跳び箱運動の技能を高めるために必要な体の動かし方を考える力  
 ② 関係付けるすべを用いて、考えた体の動かし方を試し、跳び箱運動の技能を高めるための体の動かし方を見いだす力

(3) 「学びをつなぐ力」の有用性の自覚：自分と手本との体の動かし方を比較し練習の場を工夫したことで、技能を高めたことの自覚

## 2 単元の計画

	【学習活動】☆つなぐ力	【働き掛け】	Q
一 次	<p>○ 運動感覚を養う運動に取り組む。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>・跳び箱からのジャンプ ・ステージへの跳び上がり、前転下り                      ・うさぎ跳び（平面、段差） ・3点倒立 ・頭をつけての倒立ブリッジ                      ・横跳び ・馬跳び ・開脚跳び（ゴムなし、ゴム有り）</p> </div> <p>○ 開脚跳び、かかえ込み跳び、台上前転、頭はね跳びを試す。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>【既存事項】自分の体の動かし方</p> </div> <p>○ めあてとそのめあてを選んだ理由を考える。                      ・かかえ込み跳びができるようになりたい。</p> <p>○ 体のどこがよくないのかを考える。                      ○ できない自分の体の動かし方をタブレット端末でペアの子どもに撮影してもらおう。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; background-color: #ffffcc;"> <p>○ この技ができるようになりたい。どうしたら、この技ができるようになるのだろうか。</p> </div> <p>○ 「跳び箱運動のこつ」を付箋に記入する。</p>	<p>◆ 基礎となる運動感覚を養う易しい運動に取り組ませる。</p> <p>※ 切り返し系の技（開脚跳び、かかえ込み跳び）、回転系の技（台上前転、頭はね跳び）の運動局面ごとの絵を提示し、4つの技を試させる。</p> <p>◆ めあてを問う。                      ◆ 跳び箱運動の手本の映像（「対象」①）を提示し、できない原因を問う。                      【働き掛け1】</p> <p>◆ 自分の切り返し系の技や回転系の技の運動の様子をスロー動画で撮影させる。</p> <p>※ 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「跳び箱運動のこつ」を付箋に記入させる（達成の秘伝書）。</p> <p>※ 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。</p>	6 Q 2 時間
二 次	<p>○ 「自分の映像」と「手本の映像」を見比べて、体の動かし方の相違点を探し、「動きチェックシート」に記入する。                      ・台上前転で、僕は頭の上を付けているけど、手本は後頭部を付けている。だから回れないのかな。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; background-color: #ffffcc;"> <p>○ 動かし方が違う。もしかして、□ □（部位）を△△のように動かすとできるようになるのではないかな。                      ☆つなぐ力①</p> </div> <p>○ 個々の能力に適した練習の場を選択し、手本の体の動かし方を試しながら、その体の動かし方が自分に合っているかどうかを評価する。                      ・手でしっかり支えて、後頭部を付けるようにすると回れるぞ。○だ。</p>	<p>◆ 台上前転や頭はね跳びの手本の映像（「対象」①）を提示する。                      【働き掛け2-①】</p> <p>※ 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。</p> <p>◆ 自分の課題に応じた練習の場を工夫させながら、台上前転や頭はね跳びの技能を高めそうな体の動かし方を試させる。                      【働き掛け3-①】</p>	3 Q 1 時間

	<p>○ □□（部位）を△△のように動かすことができそうだ。この動かし方は自分に合っているぞ。 ☆つなぐ力②</p> <p>○ 「手本の映像」や「達成の秘伝書」から、手本の体の動かし方に着目して課題解決に必要な体の動かし方を見いだしたことにより技能を高めたことが分かる。</p> <p>○ 手本の映像を見て、自分の映像と比べたら、跳び箱の手前に手を付き、体を支えて後頭部を付けるとが大切だと分かり、それに気を付けて運動しました。すると、台上前転ができるようになりました。うれしかったです。</p>	<p>◆ 台上前転や頭はね跳びの「達成の秘伝書」（「対象」②）を提示する。 【働き掛け2-②】</p> <p>◆ 自分の課題に応じた練習の場を選択し、「達成の秘伝書」に書かれたできる友達への体の動かし方や手本の体の動かし方を試させる。 【働き掛け3-②】</p> <p>◆ 「見付けたこつ」と「こつの見付け方」を問い、「跳び箱運動上達への道」を振り返らせる。</p>	
<p>三 次</p>	<p>○ 「自分の映像」と「手本の映像」を見比べて、体の動かし方の相違点を探し、「動きチェックシート」に記入する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・かかえ込み跳びで、僕は目線が跳び箱だけど、手本は前を見ている。だから足が抜けないのかな。</li> </ul> <p>○ 動かし方が違う。もしかして、□□（部位）を△△のように動かすことができるようになるのではないか。 ☆つなぐ力①</p> <p>○ 個々の能力に適した練習の場を選択し、手本の体の動かし方を試しながら、その体の動かし方が自分に合っているかどうかを評価する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・目線が前だと跳べそうだ。以前よりも足を跳び箱の前の方に着けたぞ。○だ。</li> </ul> <p>○ □□（部位）を△△のように動かすことができそうだ。この動かし方は自分に合っているぞ。 ☆つなぐ力②</p> <p>○ 「手本の映像」や「達成の秘伝書」から、手本の体の動かし方に着目して課題解決に必要な体の動かし方を見いだしたことにより技能を高めたことが分かる。</p> <p>○ 手本の映像を見て、自分の映像と比べたら、手よりも前に肩を出すこと、腰を高く上げることが大切だと分かり、それに気を付けて運動しました。すると、かかえ込み跳びが練習の場でできるようになりました。</p>	<p>◆ かかえ込み跳びや開脚跳びの手本の映像（「対象」①）と「達成の秘伝書」（「対象」②）を提示する。 【働き掛け2】</p> <p>※ 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。</p> <p>◆ 自分の課題に応じた練習の場を工夫させながら、かかえ込み跳びや開脚跳びの技能を高めそうな体の動かし方を試させる。 【働き掛け3】</p> <p>◆ 「見付けたこつ」と「こつの見付け方」を問い、「跳び箱運動上達への道」を振り返らせる。</p>	<p>3 Q 1 時間</p>
<p>四 次</p>	<p>○ ペアやグループでどんな跳び方になるかを考える。</p> <p>○ タイミングが合うように練習する。</p> <p>○ 演技をする。</p>	<p>◆ ペアやグループで動きをそろえて跳ばせる。</p> <p>◆ 練習時間を設定する。</p> <p>◆ 発表会（冬季フズリンピックー跳び箱運動ー）を開き、演技させる。</p>	<p>6 Q 2 時間</p>

### 3 内容の関連

