

第6学年 跳び箱運動（回転系の運動を中心に扱う。切り返し系の運動は第5学年で扱っているものとする）

1 単元の目標と評価規準

	知識及び技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力、人間性等
目標	跳び箱運動の行い方を理解するとともに、自己の能力に適した回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったりすることができるようにする。	自己の能力に適した課題の解決の仕方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。	跳び箱運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動したり、仲間の考えや取組を認めたり、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。
評価規準	知識・技能 ①回転系の跳び箱運動の行い方について言ったり、書いたりしている。 ②自己の能力に適した回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったりすることができる。	思考・判断・表現 ①自己の能力に適した課題を見付け、その課題の解決の仕方を考えたり、課題に応じた練習の場や段階を選んでいる。 ②課題の解決のために自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	主体的に学習に取り組む態度 ①跳び箱運動に積極的に取り組もうとしている。 ②学習の仕方や約束を守り、仲間と友達と助け合おうとしている。 ③仲間の考えや取組を認めようとしている。 ④互いの服装や髪型、場や器械・器具の安全に気を配っている。

2 単元の指導と評価の計画

時間	1 (導入)	2 (習得)	3 (習得)	4 (習得)	5 (活用)	6 (まとめ)
0	集合・整列・挨拶・健康観察					
10	オリエンテーション ・学習内容 ・安全のきまり	場の準備、準備運動、補助運動				
15	場の準備 準備運動	本時のめあてと評価項目の確認				
40	活動 補助運動 (易しい回転系の運動も含む)	活動 回転系の技の行い方の確認しながら試す	活動 自分の課題や解決方法を見付けたり、選んだりしながら試す	活動 課題解決について考えを仲間に伝えたり、それを認めたりしながら試す	活動 発表会に向けてグループで話し合ったり、協力しながら試したりする	活動Ⅰ 発表会に向けて話し合ったり、試したりする 活動Ⅱ 跳び箱運動発表会
45	片付け・整理運動・振り返り・健康観察・挨拶					
知・技		① (カード)			② (観察)	
思・判・表			① (カード)	② (観察)		
態度	④ (観察)			③ (カード)	② (観察・カード)	① (観察)

3 本時案①【導入場面】（1 時間目／6 時間中）

（1）本時のねらい

- ・互いの服装や髪型、場や器械、器具の安全に気を配ることができるようにする。

（2）本時の学習評価

- ・互いの服装や髪型、場や器械、器具の安全に気を配っている。（主体的に学習に取り組む態度）

（3）学習過程

時間	○学習活動 ・指導上の留意点	評価規準及び 評価方法
はじめ 15分	1 集合、整列、挨拶、健康観察 2 オリエンテーション ○跳び箱運動の学習内容や安全のきまりを知る。（※端末①） ・単元のめあてや 6 時間の流れ、安全面の留意点について端末内にある表を用いて説明する。 ・本時のめあてや評価項目についても説明する。 めあて 学習の見通しをもち、安全に気を配りながら跳び箱運動に取り組もう。 評価 互いの服装や髪型、場や器械、器具の安全に気を配っている。 （主体的に学習に取り組む態度） ・用具の位置や持ち方、役割分担等を説明しながら、場の準備に取り組ませる。また、指導者が実際に動きながら適切な準備運動の行い方を示し、準備運動に取り組ませる。	
なか 25分	3 活動 主運動につながる補助運動 ○補助運動の行い方を確かめ、それぞれの運動遊びに取り組む。 ・「腕支持（腕にグッと力を入れて体全体を支える）」「腰高姿勢（頭より腰の位置が高い状態）」等に気を付けて補助運動に取り組ませる。必要に応じて、指導者がやってみせて行い方を確かめる。 ・赤白帽子を基に 2 グループに分け、交代で取り組ませる。 ・うまくできない児童は、指導者が補助し、動きの感覚をつかませる。 【補助運動の内容と主な行い方】 ◆かえるの足うち…両手をつき、両足を上げ、空中で足を打つ運動。 ◆ウサギ跳び…しゃがんだ姿勢から両手を前方遠くに突き、ひざを胸に引き付けて両足で着地する。両手→両足の順番で繰り返し行う。慣れたら、両足が両手をついた位置を越えるようにさせる。 ◆馬跳び…立ったまま腰をかかめ両手を膝に置く（馬の姿勢）。もう 1 人が馬の姿勢をしている人の横から背中に両手をつき、両足を開いて跳び越す。慣れたら跳び越した後、向きを変えてまた跳び越して最初の位置に戻らせる。馬の姿勢は顎を胸に付け、頭を蹴られないようにさせる。（へそを見る） ◆腰上げ…両手をつき、踏切板をしっかりと踏み切り腰を高く上げる練習。 ◆ゆりかご…体育座りの姿勢から尻を少し浮かせ、背中を丸めて後ろに転がり、後頭部をマットにつけ、元の姿勢に戻る運動。 ◆ゆりかご下り…ステージ上で足を振りおろして、上体を起こし着地する。	おおむね満足（観察） 互いの服装や髪型、場や器械、器具の安全に気を配っている。 十分満足 気を配るとともに仲間にも声をかけて促している。 努力を要する児童への手立て 安全面の留意点に関する表等で再度説明し、意識させる。
まとめ 5分	4 本時の振り返り（※端末②） ○本時のめあてに沿って振り返り、次時への見通しをもつ。 ・安全に気を配ることができたか等を端末内の学習カードに入力させ、ペアで交流し共有させる。 ・友達の動きで良かったことや自分で頑張ったことも紹介し合う。 ・安全に気を配るように友達に声をかけ促している姿等を紹介し、望ましい姿を全体に広げる。 5 片付け、整理運動、健康観察、挨拶	

単元のめあてと6時間の流れの例

【単元のめあて】

自分に合った課題を見付け、解決方法を工夫したり、考えを伝え合ったりしながら跳び箱運動に取り組もう

【1時間目】 学習の見通しをもち、安全に気を配りながら跳び箱運動に取り組もう。

【2時間目】 伸膝台上前転の行い方を理解し、取り組もう。

【3時間目】 伸膝台上前転の自分の課題を見付け、解決方法を選んだり、考えたりして取り組もう。

【4時間目】 解決のために考えたことを仲間に伝えたり、考えや取組を認めたりして取り組もう。

【5時間目】 発表会に向けて仲間と助け合いながら取り組もう。

【6時間目】 これまで学習したことを生かしながら跳び箱運動発表会に積極的に取り組もう。

安全のためのルール

- 順番を守る。
- マットの持ち手は折って隠す。
- 重いもの4人で運ぶ。
- 運動前にしっかりストレッチと準備運動をする。
- 跳び箱を跳んだら、次の人のために踏み切り板やマットをきちんと整える。
- 補助の時に友達を無理に押さない。
- 補助のポイントを確認めながら友達を支える。

主となる運動の行い方を図や言葉等で示し、その行い方（ポイント）場面ごとに振り返り自分の課題を見付けやすくしたもの。

本時のめあてに沿って振り返りを行い、評価の補助資料となるようにしたもの。

指導の工夫

- 恐怖心を与えないように、補助運動でマットや跳び箱遊びを行いながら、運動の感覚を身につける。
- 着手の位置がわかりやすいように、跳び箱に手形の印や色の印をつける。
- 前向きな声かけと出来た時の声かけを大事にする。

学習カードの例①

学習カード		
めあて	ポイントを意識しながらとぼう！	
まとめ	練習動画	自分の振り返り (必ず1つ以上書くこと)
		グループで良かったところ (友達の良いところを褒めよう！)
		自分自身の反省 (山登りに似て、課題も書こう！)

学習カードの例② (1時間目)

○安全に気を配ることができましたか (よくできた できた できなかった)

○安全に気を配ることについて気付いたこと、考えたこと、仲間にアドバイスしたことを書きましょう。

○自分が頑張ったことを書きましょう。

○友達の動きでいいなと思ったことを書きましょう。

・() さん・・・()

・() さん・・・()

3 本時案②【習得場面】（3時間目／6時間中）

（1）本時のねらい

- ・自己の能力に適した課題を見付け、その課題の解決の仕方を考えたり、課題に応じた練習の場や段階を選んだりすることができるようにする。

（2）本時の学習評価

- ・自己の能力に適した課題を見付け、その課題の解決の仕方を考えたり、課題に応じた練習の場や段階を選んだりしている。（思考・判断・表現）

（3）学習過程

時間	○学習活動 ・指導上の留意点	評価規準及び 評価方法
はじめ 15分	1 集合、整列、挨拶、健康観察 2 場の準備、準備運動、補助運動 ・補助運動はカエルの足うち、うさぎ跳び等の中から選んで行う。 （※第1時参照） 3 本時のめあてと評価項目の確認	
	めあて 跳び箱運動に取り組み、自分に合った課題を見付け、その課題の解決方法を選んだり考えたりしよう。	
	評価 自己の能力に適した課題を見付け、その課題の解決の仕方考えたり、課題に応じた練習の場や段階を選んだりしている。（思考・判断・表現）	
	○本時のめあてや評価項目を知り、学習の見通しをもつ。 ・前時に扱った回転系の技の行い方やポイントを確認、友達と見合って課題を見付ける視点にさせる。 ・グループで見合ったり、助け合ったりすることを伝え、グループ活動での役割を掲示物等で説明する。 ・解決の場や段階を説明し、自分の課題に合わせてアレンジしてよいことにする。	
なか 25分	4 活動Ⅰ ペアで課題見付け（※端末①） ○回転系の行い方やポイントを視点として互いに見合ったり、伝え合ったりして自分の課題を見付ける。 ・安全のため、「 <u>台上前転</u> 」「 <u>伸膝台上前転</u> 」「 <u>首跳ね跳び</u> 」「 <u>頭はね跳び</u> 」の順にある程度、課題解決ができてから取り組ませる。 ・やわらかい場、落ちにくい場等を準備し、安全面への注意点を十分におさえた後で取り組ませる。 ・ペアで見合ったり、撮影し合ったりしてできていないところを伝えさせる。必要に応じて示範の動きを端末内にある映像で確認させる。 ・うまくできない児童には、指導者が補助して、動きの感覚等をつかませる。 5 活動Ⅱ グループで課題解決 ○自分の課題に応じて練習の場や段階を選んだり、工夫したりして回転系の技に取り組む。 ・巡回しながら「少しずつ高さを変えて」「真っ直ぐ回転できるようにマットの上に印をして」「落ちないように跳び箱の両端に補助者を立たせて」「観察者が試技者に跳ねるタイミングを伝えさせて」等の課題解決の視点を児童に伝える。 ・試技者は試技の前に自分の課題を観察者に伝えてから行わせる。 （例）「手を着く位置が跳び箱の手前になっているか見て下さい」 また、必要に応じて端末で撮影し、課題解決の状況を確認させる。 ・うまくできない児童には、指導者が補助して、動きの感覚等をつかませる。	おおむね満足（学習カード） 自己の能力に適した課題を見付け、その課題の解決の仕方考えたり、課題に応じた練習の場や段階を選んだりしている。 十分満足 場や段階を選ぶとともに、工夫している。 努力を要する児童への手立て 技の行い方やポイントを視点に見合わせ、課題に気付かせたり、できそうな場や段階を勧めたりする。

まとめ
5分

「試技者」のめあて

助走から回転して着地まで、一連の動きとしてスムーズに跳び越えることができるようになる。

- ①両足で強く踏みきる。
- ②腰を高くあげて、跳び箱の手前に手をつく。
- ③後ろ頭をつけて腰を丸めて回る。

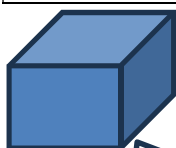
マットや跳び箱から落ちてケガをしないように横で補助をする。

○自分の課題を見付け、解決のための方法を選んだり、工夫したりすることができましたか
(よくできた できた できなかった)

・() さん・・・()

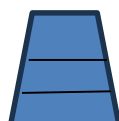
・() さん・・・()

やわらかい場の例



ソフト跳び箱

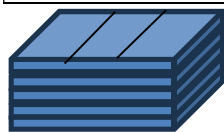
直方体
2～3種類のサイズあり
面の向きを変えても使用可能



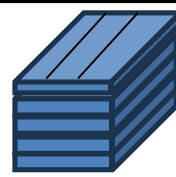
ソフト跳び箱

跳び箱と同形マジックテープの着脱で高さ変更可能

やわらかくて落ちない場の例



回転から着地まで

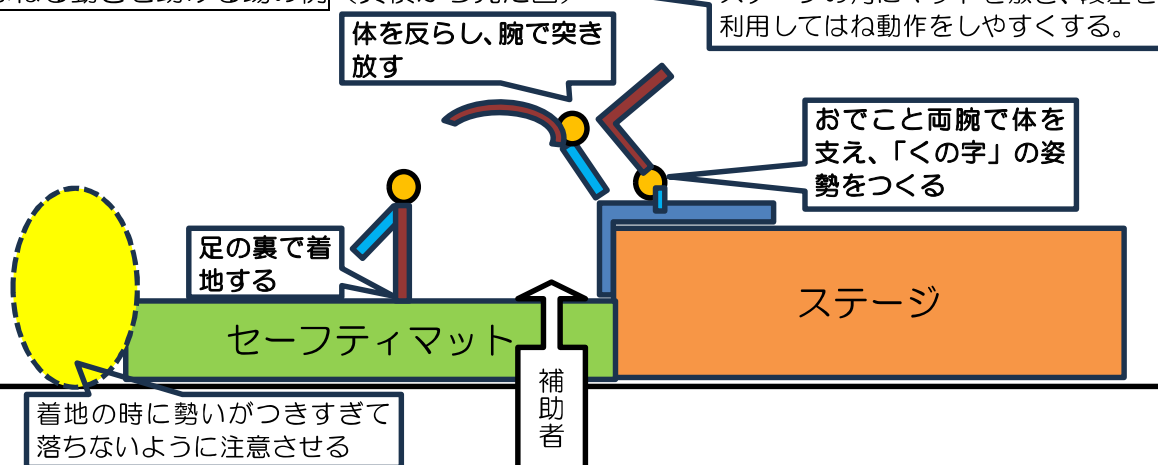


台上での回転まで

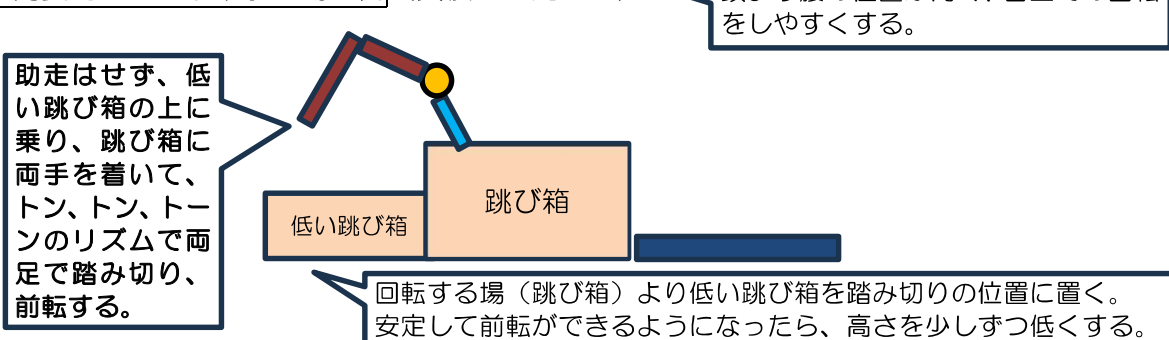
重ねマット

台上で回転し、着地姿勢まで取り組むときは横向き
台上で回転するときのみは縦向き
まっすぐ回転することを意識させるために、跳び箱の幅と同じだけテープを張る

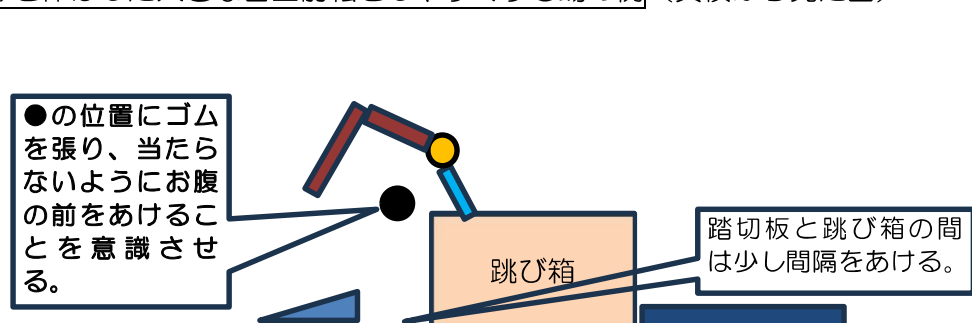
はねる動きを助ける場の例 (真横から見た図)



腰高姿勢をつくりやすい場の例 (真横から見た図)



膝を伸ばした大きな台上前転をしやすい場の例 (真横から見た図)



3 本時案③【活用場面】（5時間目／6時間中）

（1）本時のねらい

- ・自己の能力に適した回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったりすることができるようにする。
- ・学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合うことができるようにする。

（2）本時の学習評価

- ・自己の能力に適した回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったりすることができる。（知識・技能）
- ・学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合おうとしている。（主体的に学習に取り組む態度）

（3）学習過程

時間	○学習活動 ・指導上の留意点	評価規準及び 評価方法
はじめ 15分	1 集合、整列、挨拶、健康観察 2 場の準備、準備運動、補助運動 ・補助運動はカエルの足うち、うさぎ跳び等の中から選んで行う。 （※第1時参照） 3 本時のめあてと評価項目の確認	
	めあて 学習の仕方や約束を守り仲間と助け合いながら、発表会の技をマスターしよう	
	評価 ・自己の能力に適した回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったりすることができる。（知識・技能） ・学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合おうとしている。 （主体的に学習に取り組む態度）	
	○本時のめあてや評価項目を知り、学習の見通しをもつ。 ・互いの課題や課題解決の方法を伝え合い、共有させる。 ・これまでのグループで学習を進めるための約束を確認する。	
なか 25分	4 活動Ⅰ グループで課題解決（技をパワーアップ）（※端末①） ○互いの課題を確かめ、グループで見合ったり、補助し合ったりして発表会に向けた技を練習する。 ・安全のため、「 <u>台上前転</u> 」「 <u>伸膝台上前転</u> 」「 <u>首跳ね跳び</u> 」「 <u>頭はね跳び</u> 」の順にある程度、課題解決ができてから取り組ませる。 ・やわらかい場、落ちにくい場等を準備し、安全面への注意点を十分におさえた後で取り組ませる。 ・ペアやグループで見合ったり、撮影し合ったりしてできていないところを伝えさせる。必要に応じて示範の動きを端末内にある映像で確認させる。 ・うまくできない児童には、指導者が補助して、動きの感覚等をつかませる。 ・巡回しながら「少しずつ高さを変えて」「真っ直ぐ回転できるようにマットの上に印をして」「落ちないように跳び箱の両端に補助者を立たせて」「観察者が試技者に跳ねるタイミングを伝えさせて」等の課題解決の視点を児童に伝える。 ・試技者は試技の前に自分の課題を観察者に伝えてから行わせる。 （例）「手を着く位置が跳び箱の手前になっているか見て下さい」 また、必要に応じて端末で撮影し、課題解決の状況を確認させる。 5 活動Ⅱ チェックタイム ○発表会で試技する回転系の技を指導者に見せ、認められたりアドバイスをもらったりする。 ・希望者から一人ひとりチェックし、認めたりアドバイスをしたりする。次回のチェックタイムを希望してもよいことを伝える。 ・ほかの児童はグループで課題解決の取組を続ける。	おおむね満足（観察・ワークシート） 学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合おうとしている。 十分満足 助け合うとともに仲間にも声をかけて促している。 努力を要する児童への手立て 学習の仕方や約束について再度説明し、意識させる。 おおむね満足（観察・学習カード） 自己の能力に適した回転系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったりすることができる。 十分満足 回転技と共に発展技も安定して行うことができる。

3 本時案④【まとめ場面】（6時間目／6時間中）

（１）本時のねらい

- ・跳び箱運動に積極的に取り組むことができるようにする。

（２）本時の学習評価

- ・跳び箱運動に積極的に取り組もうとしている。（主体的に学習に取り組む態度）

（３）学習過程

時間	○学習活動 ・指導上の留意点	評価規準及び 評価方法
はじめ 10分	1 集合、整列、挨拶、健康観察 2 場の準備、準備運動、補助運動 ・補助運動はカエルの足うち、うさぎ跳び等の中から選んで行う。 （※第1時参照） 3 本時のめあてと評価項目の確認	
	めあて これまでの学習を生かして、跳び箱発表会に積極的に取り組もう	
	評価 跳び箱運動に積極的に取り組もうとしている。（主体的に学習に取り組む態度） ○本時のめあてや評価項目を知り、学習の見通しをもつ。 ・これまで学習したことを思い出させ、それらを生かして自分に合った回転系の技を発表し合うことを伝える。	
なか 30分	4 活動Ⅰ グループで課題解決（技をパワーアップ）（※端末①） ○互いの課題を確かめ、グループで見合ったり、補助し合ったりして発表会に向けた技を練習する。 ・やわらかい場、落ちにくい場等を準備し、安全面への注意点を十分におさえた後で取り組ませる。 ・ペアやグループで見合ったり、撮影し合ったりしてできていないところを伝えさせる。必要に応じて示範の動きを端末内にある映像で確認させる。 ・試技者は試技の前に自分の課題を観察者に伝えてから行わせる。 （例）「手を着く位置が跳び箱の手前になっているか見て下さい」 また、必要に応じて端末で撮影し、課題解決の状況を確認させる。 ・前回チェックタイムを行っていない児童は取り組ませる。また前回「おおむね満足」する姿に到達していない児童も取り組ませ再評価する。不安に感じている児童等は易しい場で取り組ませたり、指導者が補助したりする。 5 活動Ⅱ 跳び箱運動発表会 ○これまでの学習を生かし、自分に合った回転系の技を発表したり、見たりする。 ・発表の流れやルールを説明する。活動Ⅰ同様、不安に感じている児童等は易しい場で取り組んだり、指導者に補助してもらいながら取り組んだりしてよいことを伝える。	おおむね満足（観察） 跳び箱運動に積極的に取り組もうとしている。 十分満足 みんなが満足する跳び箱運動発表会になるようにより積極的に取り組んでいる。 努力を要する児童への手立て これまでの取組を想起させたり、頑張りを伝えたりして意欲をもたせる。
まとめ 5分	6 本時の振り返り（※端末②） ○単元全体や本時のめあて等を振り返り、今後の意欲を高める。 ・積極的に取り組むことができたか、単元全体で学んだこと等を端末内の学習カードに入力させ、ペアで交流し共有させる。 ・友達の動きで良かったことや自分で頑張ったことも紹介し合う。 ・仲間と助け合いながら、課題解決に積極的に取り組む姿等、単元を通してよかった姿を紹介し、次の単元への意欲を高める。 7 片付け、整理運動、健康観察、挨拶	

跳び箱運動発表会の流れやルールの例

- ・ 台上前転→伸膝台上前転→首はね跳び→頭はね跳びの順で行う。
- ・ 一つ以上選んで発表する。
- ・ 不安がある児童等は易しい場で行ったり、指導者の補助を受けて行ったりしてよい。
- ・ 可能な児童は、「頑張ったこと」「気を付けたこと」等を全員に告げてから試技をする。
- ・ 見ている児童は拍手をする。コメントできる児童はコメントしてもよい。

学習カードの例（6時間目）

○積極的に取り組むことができましたか

(よくできた できた できなかった)

○今日の授業で積極的に取り組んだと思うことを詳しく書きましょう。

()

○この単元で感じたこと、学んだこと、考えたこと等を詳しく書きましょう。

$$\left(\begin{array}{c} \vdots \\ \vdots \\ \vdots \end{array} \right)$$

○友達の動きでいいなと思ったことを書きましょう。

・() さん・・・()

・() さん・・・()