

単元名：「大きなジャンプでピタッと着地！」（跳び箱運動）第4学年

1 単元目標

(1)知識及び技能 跳び箱運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、切り返し系や回転系の基本的な技ができるようにする。
(2)思考力、判断力、表現力 自己の能力に応じた課題を見付け、技ができるようになるための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。
(3)学びに向かう力、人間性等 跳び箱運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動したり、友達の考えを認めたり、場や器械・器具の安全に気を付けたりすることができるようにする。

◎ 単元の評価規準に盛り込むべき事項（内容のまとまりごとの評価基準）

(1)知識・技能	(2)思考・判断・表現	(3)主体的に学習に取り組む態度
跳び箱運動の行い方について知っているとともに、切り返し系や回転系の基本的な技を身に付けている。	自己の能力に応じた課題を見付け、技ができるようになるための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えている。	跳び箱運動の楽しさや喜びに触れることができるよう、進んで取り組もうとしていたり、きまりを守り誰とでも仲よく運動しようとしていたり、友達の考えを認めようとしていたり、場や器械・器具の安全に気を付けている。

◎ 単元の評価規準（学習活動に即した評価規準）

(1)知識・技能	(2)思考・判断・表現	(3)主体的に学習に取り組む態度
①跳び箱運動の技やその行い方を知っている。 ②基本的な切り返し系の技を行うことができる。 ③基本的な回転系の技を行うことができる。	①自分の力に合った課題や技を選んでいる。 ②自分の力に合った技に応じた練習の場や練習方法を選んでいる。 ③見つけた技のポイントや友達の良いところを友達に伝えている。	①技のポイントについて声かけを合わせて、進んで跳び箱運動に取り組もうとしている。 ②友達と協力して、練習の場を作ろうとしたり、用具の準備や片付けをしようとしていたりしている。 ③場や用具の安全に気を付けている。

◎ 2 学年を見通した単元計画

3 年生跳び箱運動 単元計画（6 時間）

1 時間	2～3 時間	4～5 時間	6 時間
・ストレッチ 5分 ・オリエンテーション 10分 ・跳び箱サーキット 15分 ・できそうな技チャレンジ 10分 ・ふりかえり 5分	・跳び箱サーキットタイム 5分 ・めあて・活動の確認 3分 ・技ステップアップⅠ 20分 ・コツ共有タイム 3分 ・技ステップアップⅡ 10分 ・ふりかえり 4分	・跳び箱サーキットタイム 5分 ・めあて・活動の確認 3分 ・できばえアップタイム 10分 ・コツ共有タイム 5分 ・新技チャレンジタイム 17分 ・ふりかえり 5分	・跳び箱サーキットタイム 5分 ・めあて・活動の確認 3分 ・ミニミニ発表会 10分 ・できばえアップタイム 7分 ・跳び箱発表会 15分 ・ふりかえり 5分
めあて、跳び箱運動の学習の進め方を知ろう。	めあて、友達と協力して技のコツを見つけ、技のできばえをあげよう。	めあて、できる技のできばえをあげ、できそうな技に挑戦してみよう。	めあて、跳び箱発表会をし、発表の準備をしよう。

4 年生跳び箱運動 単元計画（8 時間）




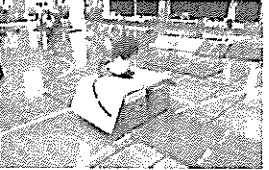


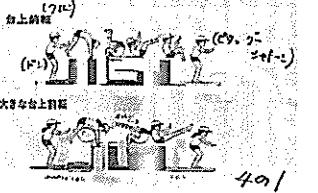

1 時間	2～4 時間	5～7 時間	8 時間
・ストレッチ 5分 ・オリエンテーション 10分 ・跳び箱サーキット 15分 ・できそうな技チャレンジ 10分 ・ふりかえり 5分	・跳び箱サーキットタイム 5分 ・めあて・活動の確認 3分 ・技ステップアップⅠ 20分 ・コツ共有タイム 3分 ・技ステップアップⅡ 10分 ・ふりかえり 4分	・跳び箱サーキットタイム 5分 ・めあて・活動の確認 3分 ・できばえアップタイム 10分 ・コツ共有タイム 5分 ・新技チャレンジタイム 17分 ・ふりかえり 5分	・跳び箱サーキットタイム 5分 ・めあて・活動の確認 3分 ・グループ発表会準備 10分 ・できばえアップタイム 7分 ・グループ跳び箱発表会 15分 ・ふりかえり 5分
めあて、跳び箱運動の学習の進め方を知ろう。	めあて、友達と協力して技のコツを見つけ、技のできばえをあげよう。	めあて、できる技のできばえをあげ、できそうな技に挑戦してみよう。	めあて、グループ跳び箱発表会の準備をしよう。

ねらい: 道具の正しい使い方や、授業の進め方を知り、見通しをもって学習に取り組めるようにする。

	学習活動	具体的内容	留意点
はじめ 5分	準備運動	・ 跳び箱運動ストレッチ	☆ 跳び箱運動で使う部位を中心にストレッチを行う。
なか① 20分	<b>めあて 跳び箱運動の学習の進め方を知ろう。</b>		
	オリエンテーション  跳び箱サーキット	1. 学習の流れ等について説明 ・ 跳ぶ箱の準備の仕方と使い方について確認 ・ 単元目標と計画について確認 ・ ワークシートの記入の仕方 ・ 跳び箱サーキットの仕方や意味について知る ・ 技の名前や基本的な動きを写真や動画、教師の模範演技で確認する。 ・ 跳ぶときのマナーや安全面についての確認をする。 「もみじの手」「両足全体で着地」	☆ 運動が得意な子もそうでない子も教え合いながら互いに上達していくことやマナーに気を付けてゲームを盛り上げることに触れておく。 ☆ 1単位時間の流れの確認 各練習の場での練習方法の確認 ☆ 練習ごとに質問タイムをとる ☆ 安全面については着手・着地、道具の使い方について確認する。
なか② 15分	できそうな技にチャレンジ	・ 今自分ができる技を確認する。 ・ 技ができる子を模範演技として取り上げ、みんなで良い動きを見つける。 ・ お互いで見合いコツを見付けたり、補助しあったりする。	☆ 安全面に十分に配慮し、着手・着地、道具の使い方について何度も確認しながら行う。 ☆ 跳ぶときのマナーを理解していない児童やどう動いたらわからない児童に具体的な動きをアドバイスする。
おわり 5分	まとめ	・ 今自分ができる技の確認 ・ 児童のふりかえり ・ 次時の予告	☆ 疑問に思ったことに教師が答える。 ☆ 今日の感想やわかったこと、次時取り組みたいことなどを発表させる。 ☆ ワークシートや日記などで振り返りをする。



重点評価	【態①】技のポイントについて声をかけをし合って、進んで跳び箱運動に取り組もうとしている。 【態③】場や用具の安全に気をつけている。
------	--

ねらい: 台上前転の技のポイントを見つけて友達と共有し、その技ができるようにする。

	学習活動	具体的内容	留意点・準備
はじめ 5分	準備運動&跳び箱サーキットタイム	・跳び箱運動ストレッチ 【回転系を多く入れる】 ウサギ跳び、舞台跳び乗り、舞台上前転降り、一本橋前転、フープインストップ、トントン踏み切り	☆軽快な音楽を流すと心もほぐれやすい ☆毎時間すべてを行おうとすると時間がないので、児童の実態に応じてスキルアップが必要な取り組みを選択して行う
なか① 26分	めあての確認	めあて 台上前転のコツをみつけ、技のできばえをあげよう。	
	台上前転ステップアップチャレンジⅠ 台上前転サーキット	・グループで台上前転を見合い、技のコツを見つけて付箋紙に書き込んでいく。 ※うまくいったときの動き方とうまくいかなかったときとの違いに着目させてコツを見つけていく。	☆お互いに見合いアドバイスし合うことの大切さや、安全面における補助の大切さも伝えていく。 ☆できたときは一緒に喜びあうことも大切にさせる。
	台上前転サーキット	①から⑥まで順番に回りながらコツをみつけていく。	
	<div style="display: flex; flex-wrap: wrap;"> <div style="width: 33%; text-align: center;"> <p>① 平マット</p>  </div> <div style="width: 33%; text-align: center;"> <p>② 一本橋前転</p>  </div> <div style="width: 33%; text-align: center;"> <p>③ セーフティ</p>  </div> <div style="width: 33%; text-align: center;"> <p>④ ヘッコみとび箱</p>  </div> <div style="width: 33%; text-align: center;"> <p>⑤ だんだんとび箱</p>  </div> <div style="width: 33%; text-align: center;"> <p>⑥ かつうとび箱</p>  </div> </div>		
	コツ共有タイム	・台上前転と大きな台上前転の違いについて気づかせる。 ・みつけたコツを全体で共有する。	 
なか② 10分	台上前転ステップアップチャレンジⅡ	・自分に合った場所で練習に取り組む 上記の台上前転サーキットの中から選択	☆みんなで確認したコツを意識するように声かけをする。 ☆踏切・着手・着地のどこに課題があるか確認させる。
おわり 4分	まとめ	・児童のふりかえり ・次時の予告	☆友達のよかったことを見つけさせる。 ☆わかったことやできるようになったこと、次頑張りたいことなどを発表させる。

重点評価	<p>【知①】跳び箱運動の技やその行い方を知っている。</p> <p>【思②】自分の力に合った技に応じた練習の場や練習方法を選んでいる。</p>
------	--

ねらい:今できる技のできばえをあげたり、もう少しでできそうな技に挑戦したりして、技ができるようにする。

	学習活動	具体的内容	留意点・準備
はじめ 5分	準備運動&跳び箱サーキットタイム	・跳び箱運動ストレッチ ウサギ跳び、舞台跳び乗り、舞台跳び降り、平均台川跳び、フープインストップ、馬跳び、トントン腰上げ	☆軽快な音楽を流すと心もほぐれやすい ☆毎時間すべてを行おうとする時間がないので、児童の実態に応じてスキルアップが必要な取り組みを選択して行う
なか① 18分	めあての確認		
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>めあて① できる技のできばえをあげよう。</b> </div> できばえアップタイム  コツ共有タイム	・前時でみんなで見つけた技のポイント等を確認して、できる技のできばえをあげる活動に入る。  ・上手にできるようになった子を見本として取り上げ、技のポイントの共有化を図る。	☆お互いに見合いアドバイスしたり、励ましたりするように声かけをし、みんなで活動する雰囲気をつくる。  ☆教師は、踏切、空中姿勢、着手、着地のどの部分を見れば良いか子ども達に視点を与える。
なか② 17分	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>めあて② もう少しでできそうな技に挑戦しよう。</b> </div> 新技チャレンジタイム	・自分がチャレンジする技に合わせたサーキットを行い、基礎感覚を養う。	☆回転感覚がのこったまま、切りかえし系の技にいかないよう留意する。
	新技発表タイム	・自分の課題をもとに様々な場を活用する。  ・上手にできるようになった子を見本として取り上げ、技のポイントの共有化を図る。	☆困り感のある子には、適宜アドバイスを与える。  ☆友達に積極的にアドバイスしている子を取り上げ全体の場で賞賛する。
おわり 5分	まとめ	・児童のふりかえり  ・次時の予告	☆友達のがよかったことを見つけさせる。 ☆わかったことやできるようになったこと、次頑張りたいことなどを発表させる。

重点 評価	【知②】基本的な切り返し系の技を行うことができる。 【知③】基本的な回転系の技を行うことができる。  【思①】自分の力に合った課題や技を選んでいる。 【思②】自分の力に合った技に応じた練習の場や練習方法を選んでいる。
----------	--

## 指導の工夫

### 跳び箱サーキットタイム「跳び箱運動につながる基礎感覚運動」 (BGM付き：曲USA)

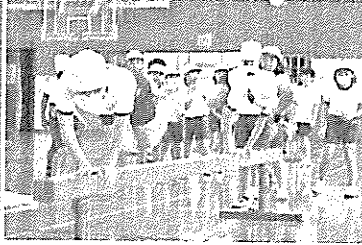
#### ストレッチタイム

曲に合わせて、跳び箱運動で使う体の部位を中心にストレッチし、けがを予防する。



#### 平均台川跳び(腕支持の力とリズム感)

腕で体を支える力の強化。リズムよく行うことで楽しさも味わえる。横跳び越しや側方倒立回転跳びの動きにもつながる。



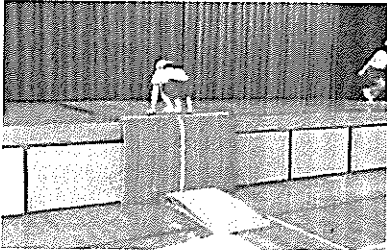
#### 一本橋前転

台上前転やその他の回転系の動きに重要な「まっすぐ回る」ことを意識させたり、前転の基本的な動きを確認したりする。



#### 舞台跳び乗り

強い踏切と腕支持・突き放しの感覚を鍛える。膝で着地→足で着地→できるだけ遠くに足で着地とステップアップを意識させる。



#### フープインストップ

リズムよく片足で助走して最後に強くフラフープの中で足音を立てる。踏切を強く踏むことにつながる



#### トントン腰上げ

両足で強くロイター板を蹴る感覚を養う。腰を高く上げさせることで強い踏切を意識させる。



### ピブスの活用例

挑戦している技でカラーを分ける。

「開脚跳び：赤」

「台上前転：緑」

「かかえこみとび：ピブスなし」

児童が何の技に挑戦しているか明確になるので、同じ技に挑戦してる子同士での学び合いがよりスムーズに行えるようになる。一目でわかるので、偏りによって場をつくりかえるなど、教師の指導にも役立つ。



## 学び合いから

跳ぶのを待つ子は、跳び箱の横で待つようにし、友達の跳びを見るようにする。

その際に、友達の動きから技のコツを見つけたり、友達へのアドバイスや賞賛、オノマトペの声かけ、また、安全面を確保する補助役など様々な役割を担うことができる。

