

第4学年体育科学習指導案

日 時：平成24年 ○月 ○日 (○) ○校時
場 所：仙台市立○○小学校 体育館
授業者：○年○組担任 教諭 ○○ ○○

1 単元名 鉄棒運動 (B 器械運動)

2 単元の目標

- (1) 基本的な上がり技や支持回転技，下り技をすることができるようにする。 (技能)
- (2) 鉄棒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，場や器械・器具の安全に気をつけたりすることができるようにする。 (態度)
- (3) 鉄棒運動の基本的な技の練習の仕方を知り，自分の力に応じた練習方法や練習の場を選ぶことができるようにする。 (思考・判断)

3 指導内容の系統

(1) 内容のまとめりごとの評価規準

運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
鉄棒運動の楽しさや喜びに触れることができるよう，進んで取り組むとともに，きまりを守り，仲よく運動をしようとしたり，運動する場や器械・器具の安全を確かめようとしたりしている。	自分の力にあった課題をもち，技ができるようになるための運動の行い方を工夫している。	器械運動の基本的な技を身に付けている。

(2) 単元の評価規準

運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
<ul style="list-style-type: none"> ・技ができる楽しさや喜びに触れることができるよう，器械運動に進んで取り組もうとしている。 ・鉄棒の使い方や鉄棒運動の行い方のきまりを守り，友達と励まし合って運動しようとしている。 ・運動する場や鉄棒の使い方などの安全を確かめようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的な技の動き方や技のポイントを知るとともに，自分の力にあった課題を選んでいる。 ・基本的な技の練習の仕方を知るとともに，自分の力に合った練習方法や練習の場を選んでいる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の力に合った基本的な上がり技や支持回転技，下り技ができる。

(3) 学習活動に即した評価規準

運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
<ol style="list-style-type: none"> ①鉄棒運動に進んで取り組もうとしている。 ②鉄棒の使い方や鉄棒運動のきまりを守り，友達と励まし合って運動しようとしている。 ③運動する場や鉄棒の使い方などの安全を確かめようとしている。 	<ol style="list-style-type: none"> ①基本的な技の動き方や技のポイントを知るとともに，自分の力にあった課題を選んでいる ②基本的な技の練習の仕方を知るとともに，自分の力に合った練習方法や練習の場を選んでいる。 	<ol style="list-style-type: none"> ①膝掛け振り上がりや後方片膝かけ回転，転向前下りができる。

4 指導に当たって

(1) 児童観

本学級の児童（男〇〇名，女〇〇名）は，明るく，活動的な児童が多い。外遊びも大好きで，休み時間になると，男女入り混じって，鬼ごっこなどをして遊んでいる姿がよく見られる。しかし，鉄棒やジャングルジムなど，腕の力を使う遊びをしている児童は少ない。

そこで，意欲的に取り組めるよう，遊びの中で腕の力がつけることをねらいとし，4月から準備運動として鉄棒やうんてい，ジャングルジム，上り棒を使ったサーキット運動を取り入れ，鉄棒運動につながる動き作りをしてきた。

鉄棒運動に関しての実態調査から，「鉄棒が好き」と回答した児童は15名，「どちらでもない」が16名，「鉄棒が嫌い」が7名であった。ただ，「どちらでもない」と回答した児童の中で「運動は好きだが，鉄棒運動は嫌い」と答えた児童が6名いたので，鉄棒運動が嫌いな児童は学級の約1/3であることが分かった。その理由としては，「うまくできない」「運動が苦手」などが挙げられている。また，鉄棒運動を「好き」と答えた児童ほど，苦手でも一生懸命練習し，友達との教え合いを積極的に行う傾向が強いようである。

「技ができるようになる（できるようになった）のはどんなときか」の質問に対しては，「繰り返し練習する」，「先生に教えてもらう」，「友達と教え合いをする」と答えた児童が多かった。

技能面については，あくまで自己申告だが，「膝かけ振り上がり」（上がり技）は16名，「後方片膝かけ回転」（回転技）は14名，「転向前下り」（下り技）は17名の児童ができると答えた。

平成24年7月に行った実態調査の結果は次頁の通りである。

質問事項	回答者（クラス児童38名）						
	回答項目	人	回答項目	人	回答項目	人	
1.鉄棒運動が好きか。	鉄棒が好き	15	どちらでもない	16	鉄棒が嫌い	7	
	2.鉄棒が好き嫌いの理由を教えてください。（内訳）	おもしろいから	5	好きでも嫌いでもない	10	うまくできない	5
		できるとうれしい	7	運動は好きだが，鉄棒が嫌い	6	運動が苦手	2
		無回答	3	鉄棒は好きだが運動が嫌い	0	けがが怖い	0
質問事項	回答項目	好きと答えた児童（15人）	どちらでもない と答えた児童（16人）	嫌いと答えた児童（7人）	クラス全体（38人）		
3.苦手でも一生懸命に練習をするか。	する	14	3	5	23		
	どちらでもない	0	13	2	15		
	しない	1	0	0	1		
4.友達と教え合いをするか。	する	11	2	1	14		
	どちらでもない	0	0	2	2		
	しない	4	14	4	22		
5.どんなときに技ができるようになるか。（複数回答可）	先生に教えてもらう	11	11	3	25		
	友達に教えてもらう	10	8	4	22		
	繰り返し練習する	15	13	6	34		
	活動カードで振り返る	3	3	1	7		
	先生にほめられる	0	2	0	2		
	友達にほめられる	0	0	0	0		

6.どんなときに技ができるようになったか。 (複数回答可)	先生に教えてもらう	8	4	3	15				
	友達に教えてもらう	8	4	2	14				
	繰り返し練習する	15	15	4	34				
	活動カードで振り返る	1	2	0	3				
	先生にほめられる	1	0	0	1				
	友達にほめられる	1	1	0	2				
7.あなたが知っている鉄棒の技とできる技(自己申告したもの)	技の名前	知っている	できない	知っている	できない	知っている	できない	知っている	できない
	膝かけ振り上がり	14	12	8	2	5	2	27	16
	補助逆上がり	15	15	13	9	4	4	32	28
	かかえ込み回り	8	2	2	0	0	0	10	2
	後方片膝かけ回転	13	9	6	4	6	1	25	14
	前回り下り	15	15	12	9	7	7	34	34
	転向前下り	9	9	8	5	3	3	20	17
	両膝かけ倒立下り	15	15	8	7	3	4	26	26

(2) 単元観

① 一般特性

- ・ 上がり技，支持回転技，下り技などに取り組むことで，回転運動による回転感覚や体を上手に振る感覚，逆さ感覚，バランス感覚などを味わえる運動である。
- ・ 体を支える力，持ち上げる力が養われる運動である。

② 児童から見た特性

- ・ 上がり技や回る技，下り技などに挑戦し，技ができる楽しさや喜びを味わうことができる運動である。
- ・ 技ができるようにお互いに補助し合ったり，励まし合ったり，アドバイスしたりしながら，協力して行う運動である。
- ・ 鉄棒から落ちる恐怖感を覚えたり，鉄棒で体を支えたり，体を振ったりする際に痛みを伴う場合がある。

(3) 指導観

① 指導者の願い

学級の実態として，男女分け隔てなく遊んだり，様々な活動に取り組んだりする姿が見られる。その中で，良いところは認め，良くない行いについては指摘し合える雰囲気がある。また，事前に行った実態調査で「鉄棒運動が好き」と回答した児童ほど，友達とのおしえ合いをしていると言うことがわかった。そこで，友達同士の関わりの中で，互いに認め合い，高め合えるようにしたいと考えている。

また，「運動は好きだが，鉄棒運動が嫌い」「鉄棒運動が嫌い」と回答した児童は13名と約3分の1が鉄棒運動にマイナスのイメージを持っている。しっかりとコツをつかませ，何とかできそうだという気持ちを持たせ，新しい技や難しい技にもあきらめずに挑戦させたい。

技能面では，新しい技にどんどん挑戦していくというよりも，1つの技の完成度を高められるようにしていきたい。そうすることで，技のポイントを正しく理解し，友達同士で教え合う中でも生かされると考える。

② 研究との関連

本年度の仙台市小学校教育研究会体育部会の研究目標は「児童のわかること・できることを大切にしたい体育学習の在り方～指導と評価の工夫を通して～」である。

それを受けて，第5地区では器械運動(マット・跳び箱・鉄棒運動)の「わかる」

「できる」を以下のように定義付けた。

「わかる」…「技のポイントがわかる」

「できる」…「安定して技ができる」(連続して、スムーズに、少ない振動で)

「技のポイントがわかる」とは、技の完成に必要な体の動きや動かし方について、どのようにすればできるようになるのかを具体的な言葉や表現で理解することである。簡単に「ポイントがわかる」ということにしたい。

「安定して技ができる」とは、昨年度の5地区で目指した「再現できる」よりも高い技の完成度を指した言葉である。「再現できる」が「もう一度技ができる」のに対し、「安定して技ができる」は、「連続して、スムーズに、少ない震動で技ができる」という技の完成度のことである。6年間で「安定してできる」姿を目指す。

以上のことから、体育部会の研究目標を受けるとともに、5地区の目指す「わかる」「できる」児童の姿を達成するため以下の3つの手立てを設定した。

○評価をより意識した指導計画の作成

○人との関わりを通した評価の工夫

○学習カードや学習資料を通した評価の工夫

③ 具体的な手立て

教師の願いと研究との関連から、5地区の手立てをより具体的な手立てとして反映させ、指導を進めていく。

評価をより意識した指導計画の作成について

① 学習活動に即した評価規準を盛り込んだ指導計画の工夫

指導計画にある指導時間のすべてにおいて具体の評価規準を設定していきたい。そうすることで、評価をより意識した指導計画となり、単元全体の中に一貫性を保ちながら、「どの時間にどの部分をどれだけ評価するか」を指導者がより意識して指導に当たることができ、段階的に指導をすることができると考える。

また、具体の評価規準を設定することは、他の手立てである「人との関わりを通した評価の工夫」「学習カードや学習資料を通した評価の工夫」の方向性をより明確にすることにもつながる。一時間毎の評価をより意識することで、どこで何を使ってどう評価をするのかを決めることになり、「人との関わり」「学習資料や学習カード」を評価にしっかりと取りこんでいけることにつながると考える。

② 技の完成を意識した授業構成の工夫

技をより完成に近づけることは、技能の評価をより高めることにつながる。1単位時間の授業構成を、前時に学習した技を含めた自由復習(めあて1)、本時の技に挑戦(めあて2)という流れにすることで、児童全体に共通課題を意識させるようにする。

技の系統性と児童の実態を考慮し、上がり技は「膝掛け振り上がり」、支持回転技は「後方片膝掛け回転」、下り技は「転向前下り」とする。基礎技能で共通する内容が多いものを選んだ。また、組み合わせたときに技の流れがスムーズに進むように考えた。

また、取り組みやすい技から扱うことで「できる楽しさ」を味わわせることで、鉄棒運動への興味を引き出し、より意欲的に取り組ませることができると考え、「下り技」「上がり技」「支持回転技」の順に指導計画を作成する。

人との関わりを通した評価の工夫について

① 教え合いを活性化させるためのルールの工夫

鉄棒に児童が取り組んでいる際、後ろで待っている児童は補助や助言をさせる。また、技ができた児童は必要に応じて下位群の先生にして教え合えるようにする。

② 教え合いを活性化させるための学習カードの工夫

学習カードの中に、教え合いを振り返る欄を設ける。誰にどのようなアドバ

イスをもらったのか、したのかを記入させることで、お互いに教え合うことをより意識して取り組ませることができると考える。

学習カードや学習資料を通した評価の工夫について

① 技のポイントがわかり、伝え合える学習カードの工夫

技のポイントや補助の仕方を教師が明確に指導するとともに、技の一連の動きが確認できる学習カードを与える。

技のポイントを瞬時にわかりやすく伝え合えるよう、技の動き一つ一つに擬音語的要素を取り入れ、カードに反映させる。そうすることで、児童同士が教え合える際に共通のイメージをもって取り組めることがより可能になると考える。

② 自分に合っためあてを明確に持たせるための工夫

毎時間、技の習得に必要な練習方法をスモールステップで示し、自分に合っためあてを持たせてから練習に取り組ませる。めあては学習カードに忘れずに明記させ、めあてを達成できるように意識させる。

学習の最後には振り返りを行わせ、めあてが達成できたのかを記入させる。必要に応じて教師が助言を行う。

5 指導と評価の計画

段階	時数	主なねらいと学習活動	技能	態度	愚考・判断	評価方法
第一次	1	<p>学習の進め方を知り、いろいろな鉄棒遊びをする。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 学習の進め方を知り、学習の見通しをもつ。 2 学習カードの使い方を知る。 3 安全な補助の仕方を知る。 4 鉄棒遊びをする。 5 本時のまとめをする。 			◎ ① ②	観察
		<p>技のポイントを知り、転向前下りに挑戦する。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 準備運動をする 2 補強運動（つばめ・布団干し・布団干し振り・片膝かけ振り・片膝かけ・片膝かけ→腰かけ）をする。 3 前時に行った技を中心に鉄棒遊びをする。 4 転向前下りに挑戦する。 5 本時のまとめをする。 	○ ①		◎ ①	観察 学習カード
第二次	3	<p>転向前下りと膝掛け振り上がりができるように自分のめあてに取り組む。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 準備運動をする。 2 補強運動をする。 3 転向前下りの練習をする。 4 膝掛け振り上がりに挑戦する。 5 本時のまとめをする。 	○ ①		◎ ①	観察 学習カード
		<p>膝掛け振り上がりと後方片膝かけ回転ができるように、自分のめあてに取り組む</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 準備運動をする。 2 補強運動をする。 3 膝掛け振り上がりの練習をする。 	○ ①		◎ ①	観察 学習カード

		4 後方片膝かけ回転に挑戦する。 5 本時のまとめをする。				
	5 (本時)	後方片膝かけ回転ができるように、自分のめあてに取り組む 1 準備運動をする。 2 補強運動をする。 3 後方片膝かけ回転に挑戦する。 4 本時のまとめをする。	○ ①		◎ ②	観察 学習カード
	6	できる技の組み合わせに挑戦する。 1 準備運動をする。 2 補強運動をする。 3 後方片膝かけ回転の練習をする。 4 組み合わせ技に挑戦する。 5 本時のまとめをする。	○ ①		◎ ②	観察 学習カード
第三次	7	組み合わせ技の発表会を行う。 1 準備運動をする。 2 補強運動をする。 3 発表会を行う。 4 振り返りを行う。	◎ ①	○ ③		観察 学習カード
		学習活動に即した 評価規準	Aと判断する学びの姿		Cの児童への手立て	
技	片膝掛け振り上	片膝を鉄棒に掛け、他方の脚を前後に大きく振動させ、振動に合わせて手首を返し鉄棒に上がることができる。	少ない振動で片膝掛け振り上がりをするができる。		補助をつけて、鉄棒にかけていない脚を前後に大きく振動させる。また、振動に合わせて手首を返すように補助する。	
	後方片膝かけ回転	前後開脚の支持姿勢から後方に上体と脚を大きく振り出して回転し、前後開脚の支持姿勢に戻ることができる。	後方片膝回転を連続してすることができる。		補助をつけて頭を後ろに倒す運動や、起き上がりの運動に取り組みさせる。	
	転向前下り	前後開脚の支持姿勢から前方に出した脚と同じ側の手を逆手に持ちかえ、後方の脚を前に抜きながら順手側の手を離して鉄棒の側方に着地することができる。	前後開脚の支持姿勢から脚を抜いて側方に着地まで、一連の動きとしてスムーズに下りることができる。		体を横から補助した状態で、「逆手への持ちかえ」、「後方の足を抜きながら順手側の手を離す」動きをゆっくり確認しながら確実にこなせる。	
態 度		鉄棒運動に進んで取り組もうとしている。	鉄棒運動に進んで取り組み、鉄棒運動の楽しさや喜びを味わうことができる。		鉄棒運動に取り組む姿を大いに誉め、少しでもできた喜びを味わえるようにする。	
		鉄棒の使い方や鉄棒運動のきまりを守り、友達と励まし合って運動しようとしている。	きまりを守り、友達に積極的にかわり励まし合うことができる。		きまりについて確認させる。励まし合いの大切さを伝える。	

	運動する場や鉄棒の使い方などの安全を確かめようとしている。	自分だけでなく周りの子の安全も確かめようとしている。	運動する場や鉄棒の使い方などの安全をもう一度確かめさせる。
思考・判断	基本的な技のポイントを知り、自分の力に合った課題を選んで活動する。	基本的な技のポイントを知り、自分の力に合った課題を選んで活動したり、友達にアドバイスしたりすることができる。	技のポイントをもう一度確認させ、自分の力と比較させた上で、課題を選ばせる。
	基本的な技の練習の仕方を知り、自分の力に応じた練習の方法や練習の場を選んで活動することができる。	基本的な技の練習の仕方を知り、自分の力に応じた練習の方法や練習の場を選んで活動したり、友達にアドバイスしたりすることができる。	自分の力をきちんと把握させ、練習の方法や練習の場が自分の力と合っているのかを客観的に考えさせる。

6 本時の学習（5／7時間）

(1) 本時の目標

- ◎自分の力に応じた練習の方法や練習の場を選んで活動することができるようにする。
(思考・判断)
- 鉄棒に膝をかけた状態から、後方片膝かけ回転ができるようにする。
(技能)

(2) 指導上の手立て

A. 人との関わりを通した学びと評価

- ①児童どうして補助やアドバイスができるよう、鉄棒が得意な子をそれぞれのグループに入れる。
- ②後方ひざかけ回転の練習方法や補助の仕方を指導し、自分に合った方法で学習させる。

B. 学習資料や学習カードを通した学びと評価

- ①技のポイントを示し、自分の運動を振り返らせたり、自分や友達の運動の評価をさせたりする。
- ②補助の仕方とアドバイスの仕方を示し、友達のする運動の補助をさせたり、アドバイスをさせたりする。
- ③ 自分の運動の評価を行わせ、課題や成果を記録させる。

(3) 本時の指導過程

段階	学習活動	指導上の注意点(・)手だて○(本時の重点する手立て●)評価☆
導入 (10分)	1 整列し、あいさつをする。	<ul style="list-style-type: none"> ・安全に学習ができる服装であるか確認させる。 ・けがの防止のため、しっかりと行わせる。 ・学習カードはファイルに挟んで、グループでまとめて置いておく。 ・鉄棒運動は5, 6人ずつ7グループで行う。
	2 ストレッチ, 補強運動をする。 つばめ 布団干し振り → つばめ 片膝かけ振り 片膝かけ → 腰かけ	<ul style="list-style-type: none"> ○補強運動から、グループの仲間と見合ったり、教え合ったりする。 (手立て A①) ・痛みを軽減させるため、回転用補助具を使ってもよいことを確認する。 ・鉄棒に膝をかけることができない児童には、ポートボール台や教師の補助によって運動をさせる。 ・技のポイントなどを確認しながら、児童への言葉かけを行う。 ・同じグループで、補助や教え合いなどをするよう、声かけをする。

展開 (30分)	<p>3 本時の技に挑戦する。 ＜めあて＞</p> <p style="border: 1px solid black; padding: 5px;">後方片膝かけ回転ができるよう、自分のめあてに取り組もう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習カードで技の練習の仕方や技のポイントやアドバイスの仕方を知る。 ・グループ毎に練習をし、教え合いをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・課題ごとの場を設定し、自分に合った練習方法で練習させる。 ・前時に行った後方片膝かけ回転を行った時の、自分の動きの振り返りや課題を前時の学習カードで確認する。 ・前時に後方片膝かけ回転ができた児童を紹介し、学習カードで技のポイントや友達へのアドバイスの仕方を確認する。 ・ひざかけをすることができない児童は、跳び箱やポートボール台を使ってひざをかけてから、運動に挑戦するようにさせる。 ・安全に留意し、お互いに教え合って、技の習得につながるよう助言する。 ・1人3回挑戦したら交代させる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>●後方片膝かけ回転の練習方法や補助の仕方を指導した後、グループごとにそれぞれに合った方法で学習させる。 (手立て A②)</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>●学習カードで後方片膝かけ回転の技のポイントを示し、自分の運動の課題点や本時のめあてを振り返らせたり、自分や友達の運動の評価をさせたりする。(手立て B①)</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・教師は、グループでの活動を見ながら、補助の指導や励ましの声掛けを行う。 ・学習カードを見て、自分や友達の動きの改善点を探し、練習方法を考える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>●補助の仕方とアドバイスの仕方を示し、友達のする運動の補助をさせたり、アドバイスをさせたりする。 (手立て B②)</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・一度できた児童はいつでもできるように、いつでもできるようになった児童は安定してできるように、声かけをする。また後方片膝かけ回転を連続で行うよう声かけをする。 ・自分のめあてを達成できた児童は、帽子を赤にさせる。 <p>☆自分にあった練習方法で、練習をしているか。 (思考・判断：観察・カード)</p>
	<p>5 本時のまとめをする。</p> <p style="text-align: center;">まとめ (5分)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・伸びの見られた児童や、協力して学習していた児童を全体で認め合うようにする。 ・学習の反省をカードに書く。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>●自分の運動の評価を行わせ、課題や成果を記録させる。 (手立て B③)</p> </div> <p>☆後方片膝かけ回転ができるようになったか。 (技能：観察・挙手・カード)</p>

(4) 本時の評価

◎自分の力に応じた練習の方法や練習の場を選んで活動することができたか。

(運動についての思考・判断)

○鉄棒に膝をかけた状態から、後方片膝かけ回転ができたか。

(運動の技能)

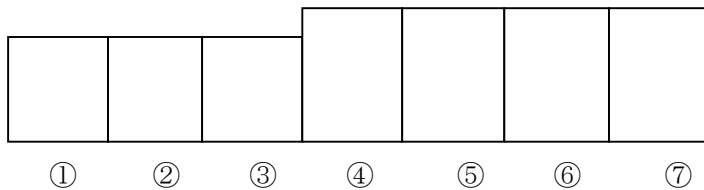
	B (具体的評価規準)	A	C (手立て)
運動についての思考・判断	基本的な技の練習の仕方を知り，自分の力に応じた練習の方法を選択して練習している。	基本的な技の練習の仕方を知り，自分の力に応じた練習の方法を選択して練習している。また，技のポイントを知り，自分の力に合った課題を選んで練習している。	できない原因を，学習カードを見せながら考えさせ，その課題を解決する練習方法で練習させる。
運動の技能	鉄棒に膝をかけた状態から，後方片膝かけ回転ができる。	鉄棒に膝をかけた状態から，後方片膝かけ回転が安定してできる。	補助をつけて頭を後ろに倒す運動や，起き上がりの運動に取り組ませる。

(5) 準備物

・跳び箱 ・ポートボール台 ・マット ・回転用補助具 ・学習カード ・掲示物

(6) 場の設定

・低鉄棒3，中鉄棒4 (跳び箱・ポートボール台は必要な時に使用する)



- ①②…後ろに体をたおす練習
- ③④…回転する練習
- ⑤⑥…起き上がる練習
- ⑦…連続技の練習