

1 単元名 「 跳び箱を障害物から演技をするパートナーへ【中学 2 年跳び箱運動】 」

2 運動の捉えと子どもの実態

(1) 跳び箱運動の中心のおもしろさ

跳び箱運動には、着手までの第一空中直面と着手後からの第二空中局面がある。第一空中局面までの助走から踏切→着手、第二空中局面に当たる着手から空間動作→着地の 2 つの展開から技を表現することがおもしろさとして挙げられる運動である。跳ぶ段数(高さ)に焦点がいきがちであるが、局面による体の使い方によって技を表現するおもしろさがある。

こうした特性から、助走、踏切、着手、空間動作の 4 つの局面の動きを一つずつ理解することで、その局面に必要な動きを学習することが必要である。踏切と空間動作に焦点を当てながら各局面の動きを滑らかに一連の動きで行うことを目指していく。また、演技のはじめと終わりにも意識を向けることで、着地した後の姿勢までを一連の動きとする。

(2) 子どもの実態

【1】全体的に落ち着きがあり、男女ともに保健体育の授業が好きな生徒が多いが、男女の技能差は大きい。毎時間の運動量は確保できていることが多いが、仲間とのかかわりに課題がある。特に男女のかかわりが希薄である。特定の生徒としか会話ができず、グループ学習が進まなかったり、他のグループへ行ってしまう生徒がいる。保健体育という科目そのものが子どもたちにとって、「運動をする機会」になってしまっており、仲間との学習ではなく、自分のみの学習として考えている生徒が多い印象がある。仲間とかかわることでも喜びや学習が促進されていく経験を多く積んでほしいと願っている。

【2】アンケート結果

- ①小学校での跳び箱の授業は楽しかったか      ②跳び箱の授業で楽しかったこと(複数選択可)

	男子	女子	合計
楽しかった	9	3	12
なんともいえない	5	8	13
楽しくなかった	2	2	4
やったことがない	0	0	0

	男子	女子	合計
新しい技ができるようになった	7	3	10
高い段を跳ぶこと	10	6	16
ロイター板で跳ぶこと	10	6	16
跳び越している感覚	5	6	11
友達と教え合うこと	8	7	15
友達とできた技を喜び合うこと	6	6	12
跳び箱で発表し合うこと	2	1	3

③跳び箱の授業で面白くなかったこと、難しかったこと

男子	女子
空間動作とか足のやつが難しい 低い段を跳ぶこと 跳べなかったときに面白くない けがをしたとき	全然跳べないし、痛いこと 自分には高すぎて怖かった 技とかが難しい リズムよく跳ぶこと 頭から落ちて痛い思いをしたこと 跳び箱に足をぶつけた 跳びたかった段が占領されて跳べなかった 手を置く位置が難しかった

④どんなことに挑戦したいか

男子	女子
7 段跳ぶ 昔より高い段を跳びたい 友達と教え合って高めていきたい より高い段数を跳ぶようにして自分の記録を上げて いきたい。 新しい技や高いやつに挑戦したい 難しい技や高い段数に挑戦したい できるまで跳ぶ できない段を一段でも多く跳べるようにしたい 今までできなかった技をやりたい ロイター板を使わなくても跳ぶこと 高い段に挑戦したい 友達と高さを追究をする 段数を 8 段以上にしてほしい	課題の技をできるようにしたい 技をきれいにできるように頑張りたい できるだけ高い段を跳べるようにしたい 今までやったことのない技をやってみたい 跳び箱が楽しいと思えるように頑張りたい 自分ができる最大の段に挑戦したい けがをせずに頑張りたい

跳び箱運動では小学校からの経験で、高さを競う種目だと思っている生徒が多い。そのため、高さではなく、技の美しさを追究していくことに重点を置いて指導をしていく。また、そこに男女の違いの観点を入れ、力強さや体の柔らかさの理解を学ぶためにも男女共修であるということを説明する。

(3) 本単元の中心となる学習内容

本単元では、第一空中局面と第二空中局面に重点を置き、それぞれの局面での滑らかな動きのために細かな局面の動きの必要性を感じながら技を追究する面白さを味わえるように以下の点を学習させたい。

①第一局面において腰が肩の高さよりも高くなるような姿勢を目指すことで、第二空中局面へつなげるとともに、滑らかな動作へとつなげていく。

第一空中局面での腰の高さをあげるために、まずは踏切の重要性を理解することが必要である。助走で得た前への推進力を上へとつなげていくことで、腰を上げるための原動力を作る。また、着手で体を支えること、半逆位の状態での恐怖心軽減のために毎時間のドリルに力を入れていく。

②第二空中局面において着手から空間動作、空間動作から着地までの動きを理解し実践する。

着手後の体の動かし方を見本の動画をもとに知識として理解するところから始める。また、自分の動きについて ICT 機器を活用し、局面ごとの分析をして改善へとつなげていくきっかけとしたい。

3 場の設定



4 子どもの動きの予想とゴールイメージ、課題の決め出し

(1) 予想される生徒の様相

①単元序盤: 跳び箱に慣れたり、空中局面を意識した跳び方に挑戦したりする段階

オリエンテーションを通して、跳び箱を克服する障害ではなく、「演技するパートナー」という意識をもつことで、これまで跳び箱に対するマイナスのイメージをもっていた生徒も前向きに取り組もうとするだろう。しか

し、いざ実際に跳ぶとなると恐怖心があり、積極的になれない生徒もいるだろう。跳び箱が苦手な生徒用の場を設定したり、仲間に補助をしてもらったり、毎時間の補助運動で体の使い方を徐々に覚えたりすることで、少しずつ自信をもって跳べる生徒が増えてくるだろう。

また、過去の経験から跳び箱には自信があっても、第一・第二空中局面を意識した跳び方に難しさを感じる生徒もいるだろう。補助運動で空中局面の感覚をつかむ活動を入れて毎時間行ったり、着手時の腰の位置に着目してペアで見合ったりするなどして、徐々に空中局面を意識したダイナミックな跳躍ができるようになってくるだろう。

また、全体的に一人で黙々と取り組む生徒が多いだろう。個々で活動する時間も大切にしつつ、必要に応じて動画を撮影する、アドバイスや賞賛をし合う、補助をし合う機会を設けたり、教師が生徒の姿を紹介したりすることによって、仲間とかかわる大切さ、楽しさも味わえるようになってくるだろう。

## ②単元中盤: 繰り返し系の技で学んだダイナミックな跳躍を回転系の技にも生かそうとする段階

開脚跳びを中心に、空中局面を意識したダイナミックな跳躍ができる生徒が増えてくるだろう。また、跳び箱を跳べなかった生徒も、跳び箱の長さや段数によっては自信をもって跳べるようになってくるだろう。開脚跳びをはじめとした繰り返し系の技で、新しい跳び箱の楽しさや観点到に気づき、積極的な取り組みが増え、補助の仕方など、かわりがペアやグループで増えてくるだろう。

新たに取り組む回転系の技では、跳び箱の上で頭が下になることへの恐怖心が芽生えてしまい、跳ぶことを躊躇する生徒も出てくるだろう。まずは、単元の前半で行った繰り返し系の技との共通点に気づくことで、自信をもって取り組める生徒が増えてくるだろう。また、生徒の恐怖心を取り除けるような場を設定したり、仲間と補助をし合ったりすることで自信をもってできるようになってくるだろう。

台上前転ができる生徒は、より大きな台上前転や、首はね跳びにも挑戦するが、首跳ね跳びの後半の体を反らすタイミングや体の使い方がうまくつかめない生徒もいるだろう。体の反りを体感する場を設定したり、ペアで見合ってアドバイスし合ったりすることで、徐々に体を反らせて第二空中局面のあるはね跳びの感覚をつかめるようになってくるだろう。

## ③単元終盤: 特に第二空中局面を意識した回転系の技に挑戦する段階

回転系の中で自分に合った技を選び、それぞれの活動場所で追究をするようになるだろう。自分の課題は分かっているが、何度跳んでも改善されない生徒がいるだろう。その生徒には、効果的な追究の場や、仲間に部分的に補助をしてもらう提案をするなど、個々の活動計画を立てさせることで、より充実した効果的な活動ができるようになるだろう。

## (2) ゴールイメージ

**第一空中局面・第二空中局面を意識した跳躍をしよう**

## (3) ゴールイメージに向けた課題のきめ出し

### ①予想される課題

- ・第一空中局面がつかめない
- ・低い段でも開脚跳びや台上前転ができない

- ・助走を生かした勢いのある踏切ができない
- ・着手で跳び箱をかくような形になり、突き放せない
- ・着手時の腰の位置が低い
- ・回転跳び系の技で、腰を伸展させる感覚、第二空中局面をつくる感覚がつかめない
- ・着地で前かがみになってしまう

②本質的な課題

- ・第一空中局面(踏み切り・体の投げ出し・肩に対する腰の位置)
- ・第二空中局面(切り返しの動作(突き放し(股を通さない))・切り返し後に上体を起こす)

③中位課題(複数時間かけて考えたい課題のまとまりのレベル)

- ・ロイター板を踏み切ってから着手までの跳びこむような第一空中局面をつくる
- ・腰が肩より高い姿勢で着手をする
- ・着手で突き放し、第二空中局面を作り、体を切り返して良い着地にもっていく
- ・台上前転で腰が高く膝が伸びている大きな前転
- ・回転跳び系の技で、股関節の伸展のさせ方とタイミング

5 単元の目標

(1)単元の目標

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方などを理解するとともに、切り返し系や回転系の基本的な技を空中局面に着目してダイナミックに滑らかに行うこと、条件を変えた技や発展技を行うことができるようにする。	技などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己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むとともに、良い演技を認めようとする、仲間の学習を援助しようとする、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする。

(2)評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<ul style="list-style-type: none"> <li>○跳び箱運動の特性や技の名称や行い方などを理解することができる。</li> <li>○自己の能力に適した切り返し系や回転系の基本的な技をダイナミックに行うことができる。</li> <li>○条件を変えた技や発展技を行うことができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の内容や取り組み方を工夫できる。</li> <li>○自己や仲間の考えたことを他者に伝えるたり、補助したりすることができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○技ができる楽しさや喜びを味わいながら、積極的に取り組もうとしている。</li> <li>○仲間の学習を援助しようとしている。</li> <li>○きまりを守り、誰とでも仲良く運動をしている。</li> <li>○場の安全に気を付けている。</li> </ul>

6 学習の構造(単元計画)

段階	○学習問題・学習内容	*教師の指導・支援 ◆評価	時間
はじめ	<p>○オリエンテーションで単元の見通しをもとう</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・授業の進め方や準備・片付けのやり方</li> <li>・お手本動画を見る。</li> <li>・ゴールイメージの設定</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>ゴールイメージ: 第一・第二空中局面を意識した跳躍をしよう!</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・補助運動の説明</li> <li>・開脚跳び</li> </ul>	<p>*学習のマナー、授業の進め方を丁寧に説明していく。</p> <p>*お手本動画を見せながら、ダイナミックな跳躍のポイントについて意見を出し合う。跳び箱に対する良いイメージをもたせたい。</p> <p>*補助運動の一つ一つが、跳び箱のどの部分にあたるのかを説明しながら行う。</p>	1
切り返し系の技	<p>○着手までに焦点をあてて、第一空中局面を感じながら開脚跳びに挑戦しよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・開脚跳びのポイントを確認</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>○中位課題</p> <p>ロイター板を踏み切ってから着手までの跳びこむような第一空中局面をつくり、着手時の腰が肩より高い姿勢をつくろう。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・補助運動</li> <li>・開脚跳び</li> </ul> <p>○着手後に焦点を当てて、第二空中局面を感じながら開脚跳びの着地を決めよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・第二空中局面のポイントを確認</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>○中位課題</p> <p>着手で突き放し、第二空中局面において体を切り返して良い着地にもっていく。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・補助運動</li> <li>・開脚跳び(動画撮影)</li> </ul>	<p>*補助運動では、前回と同様にポイントを確認しながら行う。</p> <p>*開脚跳びができない生徒には、補助用の帯を付いたりロールマットで跳ぶこともできることを伝える。</p> <p>*ペアとのかかわりや積極的に取り組む姿を紹介する。</p> <p>*前回の着手までのダイナミックな跳び方ができた生徒を紹介し、今日は着手後も意識して行うことを伝える。</p> <p>*着手で手をかくようになってしまうと、前に突っ込む姿勢になり、着地がうまくいかない点に気づかせたい。着手で「切り返す」ために、手の突き放しが大切であることを確認する。</p> <p>*ペア同士で動画を撮影し、アドバイスし合う時間を設ける。</p>	4

	<p>○着手前、着手後のどちらかに着目して、開脚跳びや抱え込み跳びに挑戦しよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・どの局面が各自の課題なのかを確認</li> <li>・補助運動</li> <li>・開脚跳びや抱え込み跳びに挑戦</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*前回撮影した動画を見て、各自で開脚跳びの課題を確認し、練習計画を立てる。</li> <li>*抱え込み跳びについては着手までは開脚跳びと同じであることを確認する。</li> <li>*補助運動の後に、ウォーミングアップがてら開脚跳びをやる。</li> <li>*一度は動画を撮影するように伝え、自分の跳躍を自己評価できるようにする。</li> </ul>	
	<p>○空中局面を意識したダイナミックな切り返し系の技を発表しよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・各自の課題を確認</li> <li>・補助運動</li> <li>・開脚跳びや抱え込み跳びを先生の前で発表。</li> <li>・まとめ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*これまでの活動の成果として、切り返し系の発表のやり方を説明する。</li> <li>*今回は教師が回って、1人1人評価するので、評価のポイントを改めて説明する。</li> <li>*技能の評価をつけるだけではなく、成長した点や意欲等も伝えたい。</li> <li>*切り返し系の技の追究で、仲間とのかかわりや意欲的に取り組めた点を評価し、後半につなげる。</li> </ul>	
<p>回 転 系 の 技</p>	<p>○切り返し系の技のポイントを意識しながら回転系の技に挑戦しよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・回転系と切り返し系の技との共通点を探し、さらに台上前転の技能ポイントを確認する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*これまでやってきた切り返し系の技で学んだことを生かせそうなことは何かを問う。</li> <li>*台上前転も、ただの前転ではなく、腰が高く膝が伸びた大きな前転を目指せるように動画で確認する。</li> </ul>	<p>4</p>
	<p>○中位課題</p> <p>台上前転で、腰の位置が高く、膝が伸びた大きな前転をしよう。</p>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・補助運動、開脚跳び</li> <li>・台上前転</li> <li>・まとめ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*台上前転ができない生徒には、ロールマットや重ねたマットで前転するところから始める。また、補助のやり方についても説明する。</li> </ul>	
	<p>○台上前転の完成度を高めたり、首はね跳びの股関節の伸展を体験したりしよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・より良い台上前転にするために、また首はね跳びの後半部分のはね跳びについて確認</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*台上前転の成果を確認しつつ、今日はさらに台上前転を追究するのか、首はね跳びに挑戦するのかを聞く。</li> </ul>	
	<p>○中位課題</p> <p>回転跳びの技で、股関節の伸展のさせ方とタイミングを覚えよう。</p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>・補助運動、開脚跳び</li> <li>・台上前転、首はね跳び追究</li> <li>・まとめ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*首はね跳びのポイントである、後半部分のはね方について3人一組の補助つきでマットの上でやってみる。</li> <li>*はね跳びの感覚が分からずに苦勞している生徒には、はね跳びの部分の追究できる場を選ぶように促す。</li> </ul>		
<p>○自分に合った回転系の技を選び、特に第二空中局面に着目し、動画で確認しながら、完成度を高めよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・追究する技とその課題を確認する。</li> <li>・補助運動、開脚跳び</li> <li>・台上前転、首はね跳び、頭はね跳び、前方倒立回転跳びの追究</li> <li>・途中で動画を撮影</li> <li>・まとめ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*首はね跳びができるようになった生徒は、頭はね跳びや前方倒立回転跳びに挑戦しても良いことを伝える。</li> <li>*はね跳びの技については跳び箱の段を4～5段に固定する。</li> <li>*必要によって動画を撮影し、お互いにアドバイスをする時間を設ける。</li> </ul>		

	<p>○第二空中局面を意識したダイナミックな回転系の技を発表しよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・各自の課題を確認</li> <li>・補助運動、開脚跳び</li> <li>・回転系の技の発表</li> <li>・まとめ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*これまで自分が追究してきた回転系の技を、切り返しの技の発表と同じような形で行うことを伝える。</li> <li>*評価のポイントを改めて説明する。</li> <li>*技能の評価をつけるだけではなく、成長した点や意欲等も伝えたい。</li> <li>*全体を通しての技の追究で、技能だけではなく、仲間とのかかわりや意欲的な姿も伝えて単元を終える。</li> </ul>	
--	---	--	--

## 7 本時案

### (1) 主眼

切り返し系の技のポイントを理解した子どもたちが、自分の演技とお手本動画を比較したり仲間と補助やアドバイスし合ったりすることを通して、自分の課題に応じた活動を選んだり、追究したりすることができる。

### (2) 本時の位置 9時間中第4時

前時 第一局面と第二局面を意識したうえでダイナミックな開脚跳びに挑戦する。

次時 自分の選んだ切り返し技を発表する。

### (3) 指導上の留意点

- ・子どもが自分自身の動きや活動を見返すためにアドバイス活動や ICT 機器を使った振り返り活動を行う。
- ・子どもたちが自分の課題追究において停滞した場合に、課題解決に向かっていける活動場所を確保する。

### (4) 展開

段階	◇学習活動	・予想される子どもの反応	○指導・評価	時間
はじめ	◇場の準備・体操 ◇ドリル練習をサーキットトレーニングで行う	<ul style="list-style-type: none"> <li>・活動時間をたくさん確保するためにみんなで準備しなきゃいけない。</li> <li>・けがをしないために体操と補助運動を丁寧にやる必要がある。</li> <li>・突き放しができないからロールマットで練習する時間を大切にしよう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○準備の際には無理はせず重いものや大きいものは複数人で運ぶよう伝える。</li> <li>○シャツを入れるよう促す。</li> <li>○補助運動はやるだけでなく各局面において必要な動きであることを伝える。</li> </ul>	5'
	学習問題: 空中局面を意識して開脚跳びをさらにダイナミックにしたり、他の技に挑戦したりしよう。			
	◇本時の課題を全体で確認する。  ◇学習カードを記入する	<ul style="list-style-type: none"> <li>・前は開脚跳びをやったね。</li> <li>・開脚跳びの他にはどんな技があるのだろう。</li> <li>・開脚跳びの発展技には体を水平にするものがあつたね。</li> <li>・切り返し系の他の技にはかかえ込み跳びと屈伸跳びがあつたね。</li> <li>・同じ技でも第一空中局面は共通しているね。</li> <li>・僕は屈伸跳びに挑戦してみたいな。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○前回までの空中局面を意識した開脚跳びのポイントを発言するよう促す。</li> <li>○切り返し系の他の技について動画を用いながら技の違いについて考えるよう促す。</li> <li>○第二空中局面に違いがあることを説明する。</li> </ul>	10'
学習課題: 自分の演技とお手本の動画を比較したり、仲間と補助やアドバイスし合ったりしながら、自分にあった練習方法で切り返し系の技を追究しよう。				
なか	◇自分の決めた技を追究していく	<ul style="list-style-type: none"> <li>・技ができていないのか分からない。</li> <li>・動画を見たら、第二空中局面が上手にできていないことがわかったぞ。</li> <li>・仲間の動きから突き放しが大切だと分かったから自分もやってみよう。</li> <li>・踏み切ってからロールマットに乗る練習をしてみよう。</li> <li>・帯で開脚跳びの補助をしてもらおうかな。</li> <li>・手の突き放しができるようになったことで第二空中局面にダイナミックさが生まれるようになったぞ。</li> <li>・もう一度動画を撮って確認してみよう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○必要に応じて ICT 機器を使うことを伝える。</li> <li>○動画を見ることで気づいた課題に対してただ練習するだけでなく、各局面に必要な動きを練習するように促す。</li> <li>○練習の場と跳び箱の場を行き来しながら課題解決するように伝える。</li> <li>○課題解決へとつながったら、もう一度動画を見ることで新たな課題発見へとつなげていくよう促す。</li> </ul>	27'

		・第二空中局面の動きについてできていない仲間がいたから教えてあげよう。	○自分と同じ課題を持つ仲間に寄り添うよう促す。	
おわり	◇個人の振り返り ◇全体の振り返り	・開脚跳びができるようになったから開脚水平跳びに挑戦してみような。 ・どうしたらもっとダイナミックにできるかな。 ・第一局面で踏切を意識することで着手が丁寧になってそのあとの空中局面につながる事が分かったぞ。	○新たな課題が見つかりそうな子どもには意図的に声掛けをする。 ○本時の子どもたちの良さを認めながら全体に対してよい姿を共有する。	8'

## 8 話題にしていきたいこと

○特に第一・第二空中局面に焦点をあてて授業を進めたことは、生徒が跳び箱を演技するパートナーとして捉え、主体的に取り組む姿につながったか。

○場の工夫、動画を比較したこと、仲間と補助やアドバイスをし合ったことなどは、各自の課題追究をより活発にするために有効であったか。

## 9 授業者振り返り

### (1)教材化について

跳び箱運動を行うにあたり、高さや技の難易度ではなく、局面を意識した美しさを最後まで追究し続けたことはよかった。子どもが助走→踏切→第一空中局面→着手→第二空中局面→着地という局面を理解したうえで活動を行うことができた。特に第一空中局面については目標が分かりやすく、追究しやすかった。しかし第二空中局面については子どもたちの中でイメージがあまりわからず、明確な練習方法や補助教具が ICT 機器しかなかったため、追究が停滞してしまった。単元中盤で第二空中局面について全員で理解を深める時間があってもよかったと思う。また、高さにはこだわらず最大 5 段の跳び箱で行ったが、踏切動作の強化のために高い段数を用意してもよかったのではないかと感じた。

### (2)補助教具について

中学校用の跳び箱は長いため、跳びづらい子どもも出てくるだろうと考え、小学校用の短い跳び箱を用意したことで、恐怖心が薄れ、跳び箱が苦手な子どもも、局面について追究できる機会を作れていたと思う。跳ぶための支援として柔道紐を使った補助も用意していたが、小学校用の跳び箱から中学校用への移行のハードルが高く、使う機会がなかった。

第一空中局面の確認のためにゴム紐を使った。そうすることで第一空中局面において腰を上げるということや足を上げるということにつながり、美しさの追求につながった。また、第一空中局面の追究は ICT 機器で動画を撮ることがとても有効であった。動画を撮ることで足を開くタイミングや腰がどのくらい上がっている確認することができた。

ロールマットを跳び箱の上に置いて跳ぶ場を作った。イメージがつきにくい突き放しの動作の習得の場として最適であったと思う。また、柔らかいため子どもたちも挑戦しやすく教材としての価値を感じることができた。

### (3)跳び箱運動における「美しさの追求について」

本単元では、最後まで高さではなく美しさを追求し続けた。オリエンテーションの際には高さを求めていた子どもたちが、授業の最後まで 5 段より上を求めなかった。全員が同じ場所を目指すといった意味ではよかったと思う。追究の面では第一空中局面の意識が高かった。第一空中局面ができなければ第二空中局面まで追究が間に合わなかったということと第二空中局面を追究する手立てが少なかったことで着地が甘くなってしまう結果となってしまった。第二空中局面において分かりやすく違いを比較できる動画教材を用意すればもっと深い追究ができたと思う。

#### (4)全体を通して

繰り返し系、回転系で合わせて10時間ほどの単元であったが、2つのことが特に印象に残っている。一つ目はドリル練習を重要性である。毎時間のドリル練習が充実している子ほど跳ぶときに美しく意識できていたように思う。ドリルの運動が跳び箱運動のどこの局面に関係しているか知識として理解しておくことは技の追究のために必要なことであると感じた。二つ目は、仲間と学習することの重要性である。跳び箱は個人種目であるが、仲間と学習することで挑戦する姿を多く見ることができた。一緒にやろうと誘ってくれる仲間の姿、できない仲間が成功したときにほめたたえる姿は自分の意欲を上げ、学習の雰囲気をも高めることにつながる。跳び箱運動だからこそ仲間と学び合う必要があると感じた。

### 10 授業記録(子どもの様子から)

#### <矢澤さんの姿から>

##### 1 生徒の学びの姿

- ・前時の技能評価は「1」横の跳び箱(小学生用)は跳べるが、縦になると台の上に座ってしまう。
- ・今日がんばりたい技は「開脚跳び」、今日のめあては「お手本と比較」と学習カードに記録してある。

##### (1) 準備運動～課題把握

- ・グループの友だちと一緒にドリルを一周する

##### (2) 追究場面

- ・主に小学生用跳び箱で練習
- ①跳んでみるが、台の上に座ってしまう。「横なら跳べるんですけど」
- ②横で跳ぶ(踏切版がなくても上手に跳べている、腰も高い)
- ③もう一度横で跳ぶ
- ④縦で跳ぶが台の上に座ってしまう。岩田先生からアドバイス「目線はどうなってる?手のところを見るから止まっちゃうんだよ」
- ⑤「目線ですか」と確認し、再度縦の跳び箱を跳ぶ。  
→勢いがつきすぎて跳び箱は越えるが前につんのめる。
- ⑥このあと3回試技。うまく着地ができたか、前につんのめってしまったりするが、跳び箱は跳び越えられるようになった。



##### (3) ふりかえり(学習カードの記述)

- ・「今日ははじめて跳べました!前回は怖くて跳び箱を乗り越えることができませんでした。このまま跳べないのはグサいと思って、横で跳んで高さの確認や感覚をつかんで縦に挑戦しました。跳んでみたら勢いがつきすぎて落ちた?けど、跳べたときはめっちゃうれしかった」

##### 2 生徒の様子からの考察

##### (1) 教材化の効果

- ドリルと連動した追究(練習)の場を設定した。技を構造的に分解し、ピンポイントの練習をすることでめざす動きづくりに主体的に取り組む生徒の姿が生まれていた。
- △一方、その場の意味「どんな力をつける場なのか」を低位の生徒たちが十分に理解できていないと感じる姿もあった。

##### (2) ゴールイメージに迫るための単元展開および教授行為について

- 第1空中局面に着目したことで、ただ開脚跳びができるだけで終わらず、「ダイナミック」で「美しい」開脚跳びへの意欲を高め、追究を深める姿につなげることができていた。
- △Yさんの本時の課題は「お手本動画を比較」であったが、授業の中にその場面はなかった。個の課題「めあて」の持たせ方についてはさらに追究していきたい。

##### (3) 跳び箱運動における運動の楽しみ方を創り出している具体の姿

- 跳び箱の上で勢いを止めて座ってしまうYさんは、横の跳び箱を跳びながら感覚を確かめ、「目線」を意識することで、着手の先(第2空中局面)に進むことができるようになった。次の段階として、腰がとて高くなる

がっているため手の突き放しが弱くなり、前につんのめるという課題が生まれた。数回試技をする中で、腰の高さと着手の強さを調整しながら、最後の試技では足で着地することができた。1時間の中で1つずつ課題を達成していったYさんの姿から、「開脚跳びで縦の跳び箱を跳びたい」という強い願いと、「目線」というキーワードが、この時間のYさんの達成感を生み出しているのではないかと感じた。



△一部の女子や低位の生徒の試技回数の少なさが目立った。女子の意欲を高めること、学習に向かう姿勢づくり、グループ活動の活性化などを今後の箕輪中の課題としていきたい。

## <那須野さんの姿から>

### 1 子どもの様子

(1) 準備～課題把握 学習カードの記述 「今日のがんばりたい技」「今日のめあて」 下記参照

3時間目	10月28日	今日がんばりたい技: 開 きやく 跳びたい
今日のめあて	目線を意識して、体を平行にできるように心がける。腰を上げるから、足を上げるには、いっきに蹴る。	
お願いポイント		
今日の反省	ロールマットを中心に練習した。1回と1回が1回、腰の上から手のつく位置はとアドバイスが対策と言われた。先生の動画を見ると足の長さ、とび箱とジャンプ台とのまわりの高さが、あるから、足、肩を上げるには、いっきに蹴る。次回、ジャンプするとき両足をそろえて蹴る。足の長さ、いっきに蹴る。	

### (2) 追究

6つの場でのドリル練習後、全体で集まり、課題把握をして練習開始した。どこかの場で、ずっと取り組むことはなく、友人の鳥山さんと共に場を変えながら学習に取り組んだ。実際に、那須野さんが跳んだのは3回(跳び箱の上にロールマットを置いた場)であった。比較的に鳥山さんが多く練習に取り組み、コメントを残す側として時間を過ごした。「○○じゃない?」「あれが正しいの?」「なんで見本の動画は、写真がないんだろうね～」そんな会話が聞こえてきた。最後、自分の動きをタブレットで撮影することはなかった(課題提出に至らなかった)。鵜飼先生との会話はなかった。

### (3) 振り返り・学習カードや授業後のインタビューの様子から

振り返り(今日の反省)の記述は、上記画像の通りである。実際の自分の取り組みをよく書き表せている。インタビューでの様子は以下の通りである。

①めあては何だった?	わからない。
②楽しかったかどうか	いつもより早く感じた。りこ(鳥山さん)と話し合ってたから。
③上達したかどうか	腰が上がっている感じがした。

## 2 子どもの様子からの考察

### (1) 教材化(手立て)の効果

①開脚跳びのみに絞った数時間の授業構想。技を振り返るとき、授業者が大切にしたい第一局面・第二局面の視点を子どもたちが持つことができた。「できた」がどこまでいったら「できた」になるのかの判断基準の設定や、「できない」理由の発見と必要な練習方法の選択に難しさがある器械運動だからこそ、その視点を持たせるための技の絞り込みは、本時以降に練習する新たな技への取り組み方のヒントとなった。学習課題として一律に示した「ダイナミック」という言葉の具体がわかりにくかったことが、授業者が反省でロ

にした「正しいものがわかっていない」という生徒の様子に現れた部分なのかもしれない。

②ドリル練習の場は効果的な場が多かった。跳び箱の上にロールマットを置いた場合は、那須野さんをはじめ比較的どの子も良く取り組んでいた。「痛くない」「怖くない」「恥ずかしくない」場づくりは、取り組みやすさの要素であると感じた。

(2) ゴールイメージに迫るための単元展開および教授行為について

①男女共習・学び合いの視点から

本時を設計する上で、授業者が目指した「男女の違いゆえの共習」「自分のみの学習からの脱却の方法」については、生徒が学び合いの必要感をもつことを大切にしてみるのもよい。まず、それぞれが明確なめあてをもつことが「できる人」の動きを観察したい! 「できるようになった人」から独自の表現でのアドバイスが欲しい! へと繋がり、自然発生的に学び合いが生まれる。那須野さんのめあてがより具体的であれば鳥山さん以外と学習できたかもしれない。

②教授行為について

時として、上手な体育の先生の映像よりも、できるようになった子が試技し、仲間の学習を援助する場面を設定してあげることが、賞賛を浴びることにより「自信」が付き、生徒間の関係も向上するかもしれない。

(3) 跳び箱運動における運動の楽しみ方を創り出している具体の姿

那須野さんは、鳥山さんとかなりの量、互いの姿について言葉を交わしながら取り組んでいた。その点、熱心に取り組んでいた。しかし技能のポイントと必要な練習方法がお互いに分からない様子だったこと、自己の運動感覚を言語化する難しさを抱えていたこと、動きを撮影するなどの運動観察の方法を選択できなかったことにより技能の向上がわからなかった。自身ができるようになる楽しさより、仲間の学習を援助する喜びに向かっている印象であった。

## II 授業研究会

(1) 授業者振り返り

配付した指導案と単元の流れが変わり、開脚跳びの追究の時間にした。

たくさんのご意見をいただき、練習場所の準備は多くできたことはよかったが、練習場を選べない子が多かったように思う。また、最後まで「正しい姿勢」が分からない子も多かった。自分の身体感覚として理解できていない様子、また技のポイントとして理解できていない様子が見られた。どうなっていればいいのか、周りに聞く子が多かった。跳び箱に対する理解をオリエンテーション等で十分に深められなかったように思う。ただ、助走から着手までの第1空中局面について意識ができていた子が多かったことは成果と言える。

(2) 質問

・伊那小学校 有賀先生

本時案が変わったが、どのような経緯で変わったのか。また、ドリルが変わった経緯は。

→3時間目が終了した時点での開脚跳びの完成度があまり高くなかった。基礎的な部分の完成度が不十分のまま技を増やしても、技の美しさの追求に至らないのではないかと思い、本時の内容を開脚跳びに変更した。ドリルについては、踏切の練習をする中で、着手のところで体を水平にすることを課題にしている子どもたちが多かったため、それが練習できる場所を追加した。

・伊那養護学校 伊藤先生

オリエンテーションでお手本動画を観る時間があっただと思うが、第1局面や第2局面について、子どもたちが

らはどんなつぶやきがあったか。また、ホワイトボードには技のポイントが展開されていて、それぞれの局面ごとに図があり、練習の場が用意され、自分が選んだ場所で練習ができるようになっているようだったが、局面ごとの図はオリエンテーションでも使ったのか。

→1時間目では使用した。子どもたちが観ているお手本動画や局面ごとの写真等は、サイトに掲載してある。そして、子どもたちにURLを送ってある。1時間目に写真等の確認は行っていない。

お手本動画を観た時の子どもたちの発言については、あまりいい言葉が出てこなかったが、「姿勢がいいね」とか「(2つの動画を比べてみたら)腰が高い」などの発言が聞こえてきたので、それらの気付きから、「水平になっているね」というところにもっていった。

### (3) 協議

① 特に第一・第二空中局面に焦点をあてて授業を進めたことは、生徒が跳び箱を演技するパートナーとして捉え、主体的に取り組む姿につながったか。

・美篤小 塩崎先生

すごくきれいには跳べないながらも、第1空中局面を意識して練習していた。武重さんについて見ていたが、突き放しに課題をもって練習していた。それを改善するために授業に参加していたし、その観点から練習についても振り返っていた。空中局面というものについては、子どもたちはイメージしづらいと思うが、導入などからもしっかりと伝わっていたように思う。ただ、ロールマットで終始練習していたため、実際に跳ぶ姿は見られなかった。開脚はできていたようだったので、実際の跳び箱で確認できると良かった。したがって、授業の仕組みとして実際に通常の跳び箱で跳んで確認する時間があると、それぞれの練習場で行った練習が自分の動きの改善にどうつながったか分かるのではないかと思った。大きい跳び箱で跳ぶ機会があると良い。

・赤穂東小 唐澤先生

中学生の体育を指導した経験があるが、中学生はなかなか自主的に動いていかないと思う。そんな中、いろいろな場所が選択できるのは、主体性を引き出すためには良い。また、中学生の意識は跳べたか跳べなかったかにいきがちだが、今回は出来栄を追求することに意識を上手にもっていった。出来映えを追求しているから、子どもたちも活動を終わりにしなかった。また、局面分けしたことも追究が続いたことに繋がったように思う。ある子が、手をつく位置を仲間に聞いていた。子どもたち同士でアドバイスし合うことは大事だが、もっと具体的なフィードバックを求めていたように思う。自分の跳ぶ姿の映像を観たのが、追究の時間の終盤だった。もっと早くに観られていたら良かった。より具体的で細かいアドバイスや、動きの改善のための手立てがもう少しあると良かった。

・西箕輪中 垣内先生

中学生は跳び箱に対して、「とにかく高いものを跳びたい」とか「立ちはだかる障害物」とかいう印象をもっていることが多いが、今回の授業では、「障害物」ではなく「パートナー」として技の完成度を追求するものだった。子どもたちの意識の中で重点としていることが違うと動きがここまで変わるのかと驚いた。授業構想の段階で鶴飼先生が願った子どもたちの姿が見られたのではないだろうか。小口くんを追っていた。一番高く跳躍するグループであった。技能は「ほぼ完成」と言っているほど高まっていた。そういう子たちからのアドバイスの時間がもう少し欲しかった。そういう男子の子たちには、先生としての役割を与えてもいいのではないだろうか。できる男子を女子の中に投入して、女子のできない子たちへの指導係に据えることで、「小口君のおか

げでできるようになった」みたいな言葉が出てくると、鵜飼先生の考える理想のクラスに近づくのではないかと思う。できる子どもたちをどう生かすことができるかを考えると、今後の授業も楽しみ。

「手が股にはいっちゃう」と言いながら、跳び箱を縦に2つ並べた練習場所で、腕支持で掻き込む動作をしている子がいたが、そこではなかなか動作が改善されなかったため、ロールマットを使った練習に移行していた。何を根拠に移動したかを探ると、前時の振り返りに対しての「直らなかったらロールマットを使ってみよう」という鵜飼先生からのアドバイスであった。子どもたちは学習カードのコメントを参考にしているということがよく分かった。

・宮原先生(司会)

跳び箱運動は、基本的には個人で取り組むものだけど、先生方がおっしゃるとおり、かかわりを増やした方ができるようになるし、子どもたちも楽しそうに動いている。鵜飼先生もこのような授業をめざした。

・辰野西小 村澤先生

原君を追った。ロールマットで着手の仕方の確認を何度も行っていた。仲の良さそうな友だちと追究していたが、ロールマットを子どもたちがどう使うかを観察した。すると突き放しだけでなく、突き放した後の感覚や姿勢などをお手本として見せてくれる子どもたちが現れた。こんな使い方ができたことが良かった。その後2度ほど練習し、その他の場所に行ってしまったが、お手本の仲間と同じような動きを追究するだけでも楽しそうであった。

その後は、上体を水平にするための練習場にて、「ゴムにひっかからないように」ということを意識して練習をしているようであった。水平の動作に課題があるように思って「何が課題？」と質問をしてみると、「本当だったら滑り始めのところでつきたいけど、力が弱いから滑っちゃう」と答えた。実際に着手が手前のところであった。これに対して、どういうアドバイスをして解決に導いてあげれば良かったのか。「体を投げ出して奥に着手する」というアドバイスで解決できたのか、長い跳び箱に対する投げ出しが足りないのか、投げ出しの場として、ロールマットの奥に手をつく練習をするような場があればよかったのか。「そういう練習をすると滑ることを解消できるのか!」という発見があると良かった。何人かで練習をする場で、滑ってしまっていることへのアプローチが必要。「なぜ滑る」ということに関する解決策をもう少し幅広く用意したい。場が多かったことはいい面もあるが、それぞれの場でどのような動きが出るかというのが明確になっているとさらに良い。

・伊那養護学校 伊藤先生

第1・第2空中局面にしばって追究する授業は面白かった。「切り返し」とは何のことなのかを知ることは、子どもたちにとってとても魅力的なことなのではないかと感じた。

ただし、工夫された場の使い方には課題があったように思う。身体の投げだしについて課題をもつ女の子たちのグループの様子を見ていたが、体を投げ出した後、体を起こさなくてはならないけどお尻が「どん」とついてしまう状態が続いていた。第1空中局面で体がどんな風になっていて第2空中局面でどう変わるかについて、スロー再生や図で確認する必要があると思った。自分たちの課題が何であったかについて、落ちていなかったのではないか。「何のために手をつくのか」ということについて、捉え直しが必要だった。実際は切り返しのためにつくのだが、「先生がそう言っているから着く」のではなく、「こうやってつくことで身体をこう動かせるからこう着く」のように、自分で理由を理解できるように机間巡視で指導したい。子どもたちの目的と課題練習がマッチしてこそ、追究が進むのではないだろうかと思った。

②場の工夫、動画を比較したこと、仲間と補助やアドバイスをし合ったことなどは、各自の課題追究をより  
活発にするために有効であったか。

・伊那小 有賀先生

板書追究の仕方、課題発見のための思考手順、練習方法の決め方、クリアできたかの確認のサイクルが明記されていて良かった。ただし、「これができなかつたらこれ」も明記されていると良かった。子どもたち自身が自分で課題を解決する「自立」を進める授業を目指していたのであれば、そういうことも大事だったのではないだろうか。

矢島さんを観察していたが、運動が苦手なタイプで、割と仲間の後からついていくような姿が見られた。開脚跳びに取り組んでいたが、なかなかできなかった。ただし、次第に動きが良くなり、最後は「ぎりぎりできなかった」と自分では言っていたが、こちらの視点からすると、ぎりぎりできていた。先生が「両手でしっかりついてごらん」とアドバイスをしたので、できたのだと思う。課題解決手段として、動画を撮るなどいろいろやっていたが、結局は先生が教えてくれたコツでできた。課題解決のサイクルの中に子どもたちから出てきた言葉がもっと入っていけば、7組の課題解決のサイクルが出てくるのではないかと思う。先生との掛け合いが良かった。今後が楽しみ。

・水明小 両角先生

伊藤さんを観察していた。「腰も足も高く上げたい」という願いをもって練習していた。終わった後に「腰は高くなってきたが足はまだまだ」と言っていたので、次はどうしたいか聞くと、「踏切を強くしたい」と述べた。課題が分かっているお子さんだと思った。次回はさらに「手をぐいん」などの感覚の世界を表現した言葉を共有できるとよいと思った。またゴールイメージの中に「ダイナミック」という言葉があったが、その実現のために足や手をどう使うかということに関して共有できる時間があればよかった。「足・手・足のリズムが大事だよ」のように、リズムを伝えるのが良い。加えて ICT 機器が自由に使えることによって、個別になりがちな学習に対して共同的に取り組むことができ、関わりが多かったのは良い。ただし、機器を操作する時間が長くなり、チャレンジの回数が減ってしまっていたように思う。練習にひたすら取り組む時間も大事だったのではないか。両方が保障されていれば、どんどんチャレンジしたくなっていく雰囲気になるのではないか。

・西箕輪小 赤澤先生

夏前に跳び箱の授業を行ったが、「踏切・着手・着地」の3つをポイントとして授業を行った。その中で、空中動作を大きくするためには、踏切前の動作を課題として取り組んだ。今回の授業でも、空中での動きがダイナミックになるように、そこにこだわる前の動きに子どもたちが注目できるとよかったのではないか。友だち同士でそういうところにも着目して追究できたらよかった。

・西箕輪中 垣内先生

「踏切・着手・着地」というリズムについて、上手な子は「どんぱーんどん」で、できていない子は「どんぱんどん」のようにになっていることに、気付いている子どもたちもいた。タブレットを使わなくても、その気付きを共有できれば動き変わったのではないかと思った。

・辰野西小 柴先生

小学校から中学校への開脚跳びのつながりがとても大事だということを再認識した授業であった。小学校では、「手をかいて跳び箱をこす」という指導が未だに多く見られ、その結果、高さばかりを求める「モンスターボックス的跳び箱」の授業になってしまっていることが多い。その点について反省せねばと思った。手を突き

放す感覚というところに焦点を当てた授業を小学校でもやってみたい。過去にどれくらい踏み切り板を離せるかや、着手する位置を数値化、定量化して子どもたちにフィードバックしたこともある。しかし、そのせいで感覚に着目できないこともあった。「突き放す」という感覚を小学校から培っていけるような授業をつくりたい。また、中学校に上がった段階で跳べない子たちは、とりあえず「小さい跳び箱をまたぎ越す」でも許されるくらいの場所があってもいいのではないかと思った。