

跳び箱運動は、繰り返し系や回転系の基本的な技をして、その技ができる楽しさや喜びに触れることができる運動です。本単元例は、単元前半は繰り返し系の技、単元後半は回転系の技に取り組むようにすることで児童が安全に運動ができるように配慮し、できる技に取り組んだり更にできるようになりたい技に挑戦したりすることで、自己の能力に適した技に進んで取り組むことができる授業を展開するようにしています。

単元の目標

- (1) 跳び箱運動の行い方を知るとともに、繰り返し系や回転系の基本的な技ができるようにする。
- (2) 自己の能力に適した課題を見付け、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) 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をしたり、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。

指導と評価の計画（8時間）

時間	1	2	3	4
ねらい	学習の見通しをもつ		繰り返し系の基本的な技の行い方を知り、課題の解決のための活動を工夫して、できそうな技に挑戦することを楽しむ	
学習活動	オリエンテーション 1 集合、挨拶、健康観察をする 2 単元の学習の見通しをもつ ○単元の目標と学習の進め方を知る。 ○学習のきまりを知る。 3 本時のねらいを知り、目標を立てる 4 場や器械・器具の準備をする ○場や器械・器具の準備と片付けの仕方を知る。 5 準備運動、主運動につながる運動をする ○準備運動、主運動につながる運動の行い方を知る。 6 跳び箱運動をする ○繰り返し系、回転系の基本的な技の行い方を確認する。		1 集合、挨拶、健康観察をする 2 本時のねらいを知り、 4 準備運動、主運動につながる運動をする 5 繰り返し系の自己のできる技に取り組む ○繰り返し系の基本的な技の行い方を知る。 ○自己の能力に適した技を選んで行う。 ○課題の解決のために考えたことを伝える。 6 繰り返し系の自己の能力に適した技に挑戦する ○自己の能力に適した課題を解決するための活動を選んで、もう少しでできそうな技に挑戦する。 ○課題の解決のために考えたことを伝える。	
	7 本時を振り返り、次時への見通しをもつ 8 整理運動、場や器械・器具の片付けをする			
評価の重点	知識・技能			
	思考・判断・表現		① 観察・学習カード	
	主体的に学習に取り組む態度	⑤ 観察・学習カード	③ 観察・学習カード	② 観察・学習カード

単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
① 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繰り返し系や回転系の基本的な技をすることができる。	① 自己の能力に適した課題を見付け、その課題の解決のための活動を選んでいる。 ② 課題の解決のために考えたことを友達に伝えている。	① 跳び箱運動に進んで取り組もうとしている。 ② きまりを守り、誰とでも仲よく励まし合おうとしている。 ③ 器械・器具の準備や片付けを、友達と一緒にしようとしている。 ④ 友達の考えを認めようとしている。 ⑤ 場の危険物を取り除いたり、器械・器具の安全を確かめたりするとともに、試技の開始前の安全を確かめている。

5	6	7	8
回転系の基本的な技の行い方を知り、課題の解決のための活動を工夫して、新しい技やできそうな技に挑戦することを楽しむ		学習のまとめをする	
目標を立てる 3 場や器械・器具の準備をする			
5 回転系の自己のできる技に取り組む ○回転系の基本的な技の行い方を知る。 ○自己の能力に適した技を選んで行う。 ○課題の解決のために考えたことを伝える。		学習のまとめ 5 跳び箱運動発表会をする ○発表する技の練習をする。 ○できるようになった技をグループ内で見せ合う。 6 単元を振り返り、学習のまとめをする 7 整理運動、場や器械・器具の片付けをする 8 集合、健康観察、挨拶をする	
6 回転系の新しい技に挑戦する ○技の行い方を知る。 ○自己の能力に適した場を選んで行う。 【首はね跳び】	6 回転系の自己の能力に適した技に挑戦する ○自己の能力に適した課題を解決するための活動を選んで、もう少しでできそうな技に挑戦する。 ○課題の解決のために考えたことを伝える。		
9 集合、健康観察、挨拶をする			
① 観察・学習カード		② 観察	
		② 観察・学習カード	
		④ 観察・学習カード	
		① 観察・学習カード	

本時の目標と展開①(1/8時間)

本時の目標

- (1) 跳び箱運動の行い方を知ることができるようにする。
- (2) 自己の能力に適した課題を見つけ、その課題の解決のための活動を選ぶことができるようにする。
- (3) 場の危険物を取り除いたり、器械・器具の安全を確かめたりするとともに、試技の開始前の安全を確かめられるようにする。

本時の展開

時間	学習内容・活動	指導上の留意点
5分	1 集合、挨拶、健康観察をする 2 単元の学習の見直しをもつ ○単元の目標と学習の進め方を知る。 ○グループを確認する。 ○学習のきまりを知る。	● 掲示物や学習資料などを活用して、分かりやすく説明する。 ● 学習をするグループを事前に決めておく。
	学習のきまりの例 ・器械・器具は正しく使いましょう。 ・周囲を見て場の安全を確かめましょう。 ・グループで協力して学習をしましょう。 ・グループの友達の考えを認めましょう。 ・できる技から無理なく取り組み、できた技はその発展技にも挑戦しましょう。	
15分	3 本時のねらいを知り、目標を立てる 跳び箱運動の学習の進め方を知り、学習の見直しをもつ ○本時のねらいを知り、自己の目標を立てる。	● 学習カードを配り、使い方を説明する。
	4 場や器械・器具の準備をする ○場や用具の準備と片付けの仕方を知る。 ○グループで協力して、準備をする。	● 安全な準備と片付けの仕方を説明する。 ● 安全を確かめている様子を取り上げて、称賛する。
	場や器械・器具の準備と片付けのきまりの例 ・運動をする場所に危険物がないか確かめ、見付いたら取り除きましょう。 ・器械・器具などは、友達と一緒に、決まった場所から安全を確かめて運びましょう。 ・安全に運動ができるように、服装などが整っているか、確かめましょう。	
	5 準備運動、主運動につながる運動をする ○準備運動、主運動につながる運動の行い方を知る。 ○学級全体やグループで準備運動、主運動につながる運動をする。	● けがの防止のために適切な準備運動の行い方について、実際に動いて示しながら説明する。
	準備運動の例 肩、首、腕、腰、手首、もも、膝、ふくらはぎ、足首などをほぐす運動を行う。 主運動につながる運動の例 ○馬跳び  ○かえるの足打ち  ○うさぎ跳び 	
		
	・馬になる児童は、足首を持ち、へそを見て頭を入れる。 ・跳び越す児童は、両手をしっかりと着く。	・着いた手の少し前を見るようにする。 ・腰の高い姿勢で2～3回、足を叩く。
		・両手を肩幅の広さで着く。 ・着地をするときは、手を前に出して体を起こす。

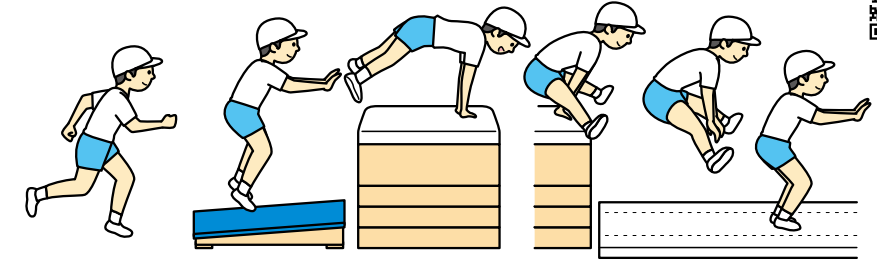
6 跳び箱運動をする

- 切り返し系の基本的な技の行い方を確認する。
- 自己の能力に適した技を、自己の能力に適した場を選んで行う。

- 切り返し系の基本的な技の行い方について、学習資料やICT機器を活用したり、実際に動いて示したりしながら説明する。

跳び箱運動の切り返し系の基本的な技の例

○ 開脚跳び

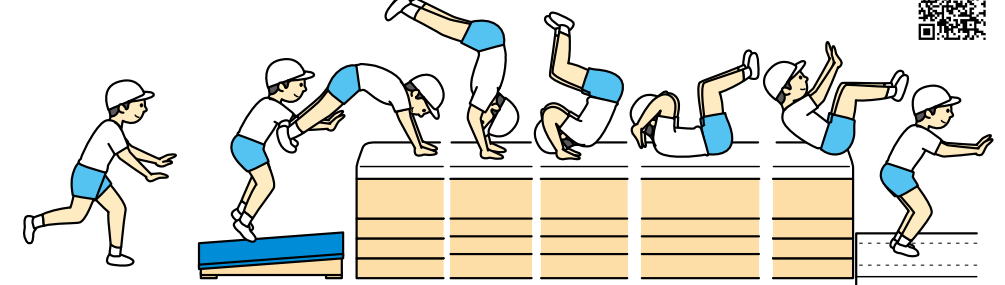


- 回転系の基本的な技の行い方を確認する。
- 自己の能力に適した技を、自己の能力に適した場を選んで行う。

- 回転系の基本的な技の行い方について、学習資料やICT機器を活用したり、実際に動いて示したりしながら説明する。
- 回転系の技は、切り返し系の技を終えてから始めるようにするとともに、跳び箱の段数を減らした場を準備する。

跳び箱運動の回転系の基本的な技の例

○ 台上前転



- 安全を確かめている様子を取り上げて、称賛する。

◆ 学習評価 ◆ 主体的に学習に取り組む態度
 ⑤ 場の危険物を取り除いたり、器械・器具の安全を確かめたりしているとともに、試技の開始前の安全を確かめている。
 → 試技の開始前などに、友達との間隔や場や器械・器具の安全を確かめている姿を評価する。(観察・学習カード)

◎安全を確かめることに意欲的でない児童への配慮の例

→ 試技の開始前には友達との間隔、器械・器具の位置などを確かめるなどの声をかけたり、グループの友達と一緒に安全を確かめて、安全であることを伝え合ったりするなどの配慮をする。

7 本時を振り返り、次時への見直しをもつ

本時の振り返り

- ・ 切り返し系や回転系の基本的な技で、できた技を書きましょう。
- ・ 安全を確かめることについて、気付いたことや考えたことを書きましょう。
- ・ 単元の学習で身に付けたいことやできるようになりたい技など、自己の目標を書きましょう。

- 振り返りを発表して、友達に伝える。

- 振り返りを学習カードに記入するように伝えるとともに、気付きや考えのよさを取り上げて、称賛する。

8 整理運動、場や器械・器具の片付けをする

- 整理運動の行い方について、実際に動いて示しながら説明するとともに、けががないかなどを確認する。

9 集合、健康観察、挨拶をする

5分

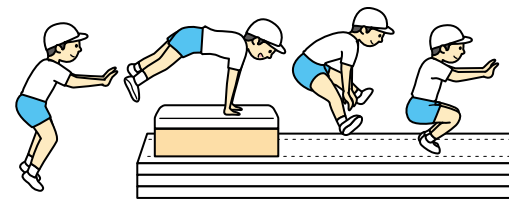

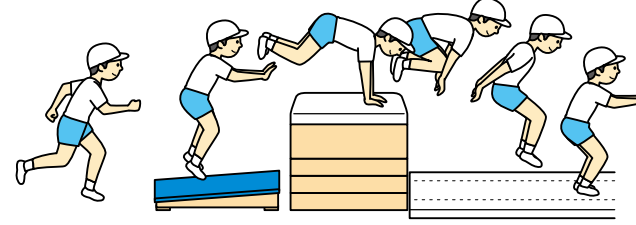


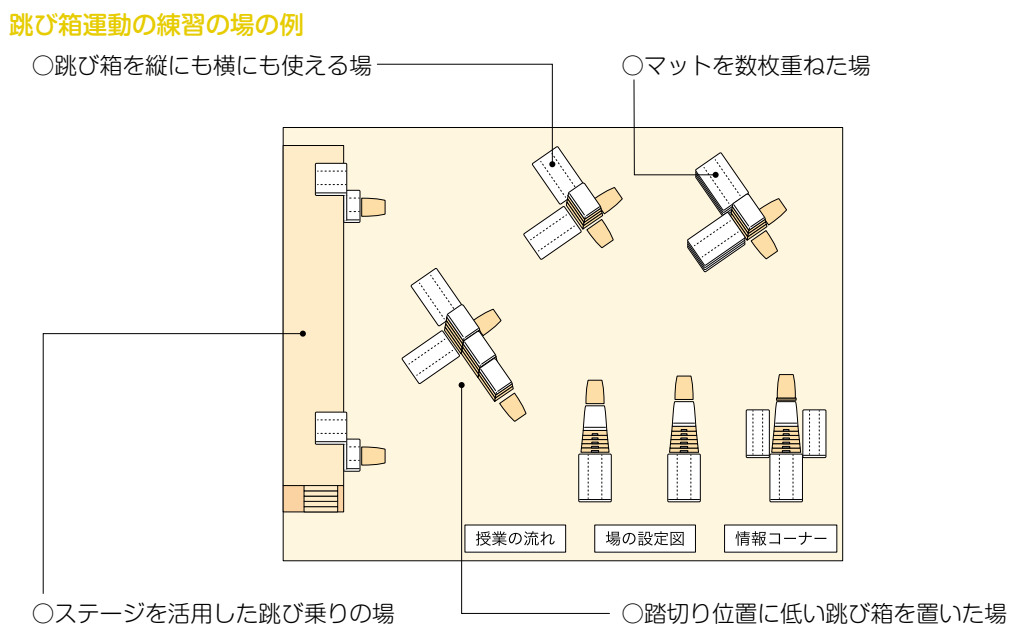
本時の目標と展開② (3/8時間)

本時の目標

- (1) 跳び箱運動の行い方を知ることができるようにする。
- (2) 自己の能力に適した課題を見付け、その課題の解決のための活動を選ぶことができるようにする。
- (3) きまりを守り、誰とでも仲よく励まし合うことができるようにする。

本時の展開

時間	学習内容・活動	指導上の留意点
10分	1 集合、挨拶、健康観察をする 2 本時のねらいを知り、目標を立てる	
	切り返し系の基本的な技の行い方を知り、課題の解決のための活動を工夫して、技に挑戦しよう ○本時のねらいを知り、自己の目標を立てる。 ○グループで協力して、準備をする。	
10分	3 場や器械・器具の準備をする ○グループで協力して、準備をする。	●学習カードを配り、立てた目標を記入するように伝える。
	4 準備運動、主運動につながる運動をする ○学級全体やグループで準備運動、主運動につながる運動をする。	●安全な準備と片付けの仕方を確認する。 ●けがの防止のために適切な準備運動を行うように伝える。
10分	5 切り返し系の自己のできる技に取り組む ○切り返し系の基本的な技の行い方を知る。 ○自己の能力に適した技を選んで行う。	●基本的な技の行い方について、学習資料やICT機器を活用したり、実際に動いて示したりしながら説明する。
	◎跳び箱運動の基本的な技が苦手な児童への配慮の例 ➔ 開脚跳びが苦手な児童には、踏み切り―着手―着地までの動きが身に付くようにするなどの配慮をする。  マットを数枚重ねた上に跳び箱1段を置いて、手を着きやすくしたり跳び越しやすくしたりする。 ○基本的な技に十分に組み込んだ上で、その発展技にも取り組む。	
10分	跳び箱運動の切り返し系の発展技の例 ○かかえ込み跳び（開脚跳びの発展技）  	
	◎友達と関わって学習することに意欲的でない児童への配慮の例 ➔ 手を着く位置や踏み切りや着地の位置に目印を置いて、友達の技のできばえを見る役割ができるようにするなどの配慮をする。 ○課題の解決のために考えたことを伝える。 ●考えたことを伝えていることを取り上げて、称賛する。	

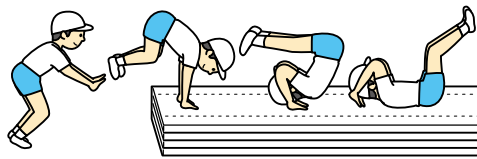
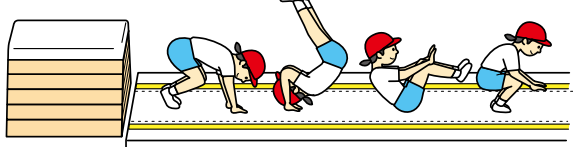
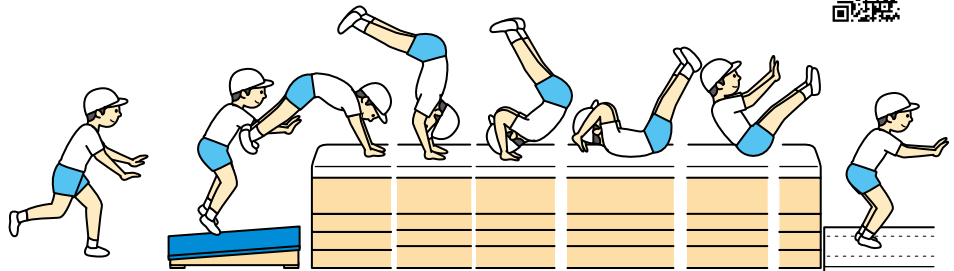
20分	6 切り返し系の自己の能力に適した技に挑戦する ○自己の能力に適した課題を解決するための活動を選んで、もう少しでできそうな技に挑戦する。	
	跳び箱運動の練習の場の例 ○跳び箱を縦にも横にも使える場 ○マットを数枚重ねた場  ○ステージを活用した跳び乗りの場 ○踏切り位置に低い跳び箱を置いた場 授業の流れ 場の設定図 情報コーナー	
5分	◎技に繰り返し取り組むことに意欲的でない児童への配慮の例 ➔ 着地位置に目印を置いて自己評価をできるようにしたり、ゲーム化した運動遊びにグループで取り組めるようにしたりするなどの配慮をする。 ◆学習評価◆ 思考・判断・表現 ①自己の能力に適した課題を見付け、その課題の解決のための活動を選んでいる。 ➔ 自己の課題を見付け、できるようになるための練習の場を選んでる姿を評価する。(観察・学習カード)	
	◎自己の課題に適した課題を見付けることが苦手な児童への配慮の例 ➔ 学習資料やICT機器を活用したり、友達と互いに見合ったりして、自己の技のできばえを確認することで課題を見付けられるようにするなどの配慮をする。 ○課題の解決のために考えたことを伝える。 ●考えたことを伝えていることを取り上げて、称賛する。	
5分	7 本時を振り返り、次時への見通しをもつ	
	本時の振り返り ・本時の学習でできた技と、そのできばえを書きましょう。 ・挑戦した技の課題と、その課題の解決のために選んだ活動を書きましょう。 ・技のポイントや友達の技のできばえについて、見付けたことや考えたことを書きましょう。 ○振り返りを発表して、友達に伝える。 ●振り返りを学習カードに記入するように伝えるとともに、気付きや考えのよさを取り上げて、称賛する。 ●適切な整理運動を行うように伝えるとともに、けががないかなどを確認する。	
5分	8 整理運動、場や器械・器具の片付けをする	
	9 集合、健康観察、挨拶をする	

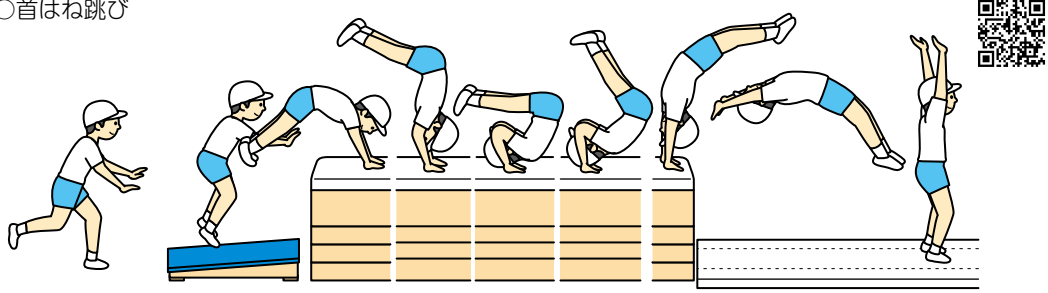
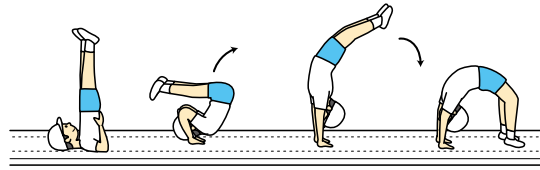
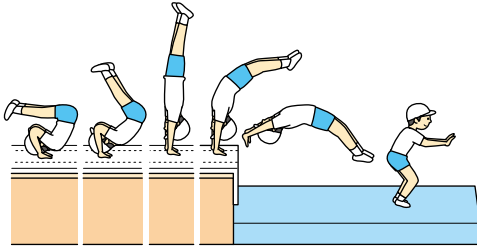
本時の目標と展開③ (5/8時間)

本時の目標

- (1) 跳び箱運動の行い方を知ることができるようにする。
- (2) 課題の解決のため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) 友達の考えを認めることができるようにする。

本時の展開

時間	学習内容・活動	指導上の留意点
10分	1 集合, 挨拶, 健康観察をする 2 本時のねらいを知り, 目標を立てる 回転系の基本的な技の行い方を知り, 課題の解決のための活動を工夫して, 技に挑戦しよう ○本時のねらいを知り, 自己の目標を立てる。 ●学習カードを配り, 立てた目標を記入するように伝える。	
	3 場や器械・器具の準備をする ○グループで協力して, 準備をする。 ●安全な準備と片付けの仕方を確認する。 4 準備運動, 主運動につながる運動をする ○学級全体やグループで準備運動, 主運動につながる運動をする。 ●けがの防止のために適切な準備運動を行うように伝える。	
10分	5 回転系の自己のできる技に取り組む ○回転系の基本的な技の行い方を知る。 ○自己の能力に適した技を選んで行う。 ●基本的な技の行い方について, 学習資料やICT機器を活用したり, 実際に動いて示したりしながら説明する。 ◎跳び箱運動の基本的な技が苦手な児童への配慮の例 → 台上前転が苦手な児童には, 腰を上げて回転する動きが身に付くようにするなどの配慮をする。	
	  <p>マットを数枚重ねた場で前転をする。 マット上にテープなどで跳び箱と同じ幅にラインを引いた場で前転をする。</p> <p>○基本的な技に十分に取組んだ上で, それらの発展技にも取り組む。 ●発展技の行い方について, 学習資料やICT機器を活用したり, 実際に動いて示したりしながら説明する。</p>	
	跳び箱運動の回転系の発展技の例 ○伸膝台上前転 (台上前転の発展技)  <p>○課題の解決のために考えたことを伝える。 ●考えたことを伝えていくことを取り上げて, 称賛する。</p>	

20分	6 回転系の新しい技に挑戦する ○首はね跳びの行い方を知る。 ●首はね跳びの行い方について, 学習資料やICT機器を活用したり, 実際に動いて示したりしながら説明する。 回転系の技の例 ○首はね跳び  <p>○自己の能力に適した練習の場を選んで行う。 ●仲よく励まし合おうとしている様子を取り上げて, 称賛する。</p>	
	◎跳び箱運動の基本的な技が苦手な児童への配慮の例 → 首はね跳びが苦手な児童には, 体を反らしてはねたり, 手で押し下げる動きが身に付くようにするなどの配慮をする。   <p>体をまっすぐに伸ばした姿勢から脚を後方にたたみかけ, 体を反らしてブリッジの姿勢になる。 マットを数枚重ねた場やステージを利用した場などで, 段差や補助を利用して行う。</p> <p>○課題の解決のために考えたことを伝える。 ●考えたことを伝えていくことを取り上げて, 称賛する。</p>	
5分	◎考えたことを伝えることが苦手な児童への配慮の例 → 個別に関わり, 友達のよい動きを見付けたり考えたりしたことを聞き取って, 友達に伝えることを支援するなどの配慮をする。	
	7 本時を振り返り, 次時への見通しをもつ 本時の振り返り ・跳び箱運動の行い方について, 知ったことを書きましよう。 ・本時の学習でできた技と, 技のできばえを書きましよう。 ・挑戦した技の課題とその課題の解決のために選んだ練習の場を書きましよう。 ○振り返りを発表して, 友達に伝える。 ●振り返りを学習カードに記入するように伝えるとともに, 気付きや考えのよさを取り上げて, 称賛する。 ◆学習評価◆ 知識・技能 ①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。 → 跳び箱運動の基本的な技の行い方について, 発表したり学習カードに記入したりしていることを評価する。(観察・学習カード) ◎跳び箱運動の行い方を知ることが苦手な児童への配慮の例 → 個別に関わり, 跳び箱運動の基本的な技の行い方のポイントについて対話をしながら確認するなどの配慮をする。	
	8 整理運動, 場や器械・器具の片付けをする ●適切な整理運動を行うように伝えるとともに, けががないかなどを確認する。 9 集合, 健康観察, 挨拶をする	

本時の目標と展開④ (8/8時間)

本時の目標

- (1) 自己の能力に適した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) 課題の解決のため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) 跳び箱運動に進んで取り組むことができるようにする。

本時の展開

時間	学習内容・活動	指導上の留意点
10分	<ol style="list-style-type: none"> 集合, 挨拶, 健康観察をする 本時のねらいを知り, 目標を立てる <p style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px;">跳び箱運動発表会でできるようになった技を見せ合って, 学習のまとめをしよう</p> <ul style="list-style-type: none"> ○本時のねらいを知り, 自己の目標を立てる。 	<ul style="list-style-type: none"> ●学習カードを配り, 立てた目標を記入するように伝える。
10分	<ol style="list-style-type: none"> 場や用具の準備をする 準備運動, 主運動につながる運動をする <ul style="list-style-type: none"> ○グループで協力して, 準備をする。 ○学級全体やグループで準備運動, 主運動につながる運動をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ●安全な準備の仕方を確認する。 ●けがの防止のために適切な準備運動を行うように伝える。
10分	<ol style="list-style-type: none"> 跳び箱運動発表会をする <ul style="list-style-type: none"> ○跳び箱運動発表会の行い方を知る。 <p>跳び箱運動発表会の行い方やきまりの例</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループで一人ずつ順番に, できるようになった技を発表しましょう。 ・技を終えて, 着地しておわりのポーズをしたら, 拍手をしましょう。 ・友達の技のできばえをよく見て, 発表会後に伝え合ひましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ●跳び箱運動に進んで取り組もうとしている様子を取り上げて, 称賛する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>◆学習評価◆ 主体的に学習に取り組む態度</p> <p>①跳び箱運動に進んで取り組もうとしている。</p> <p>➡ 跳び箱運動の技の練習や発表, 課題を解決するために活動を工夫することなどに進んで取り組もうとしている姿を評価する。(観察・学習カード)</p> </div>
15分	<ul style="list-style-type: none"> ○できるようになった技をグループ内で見せ合う。 ○課題の解決のために考えたことを伝える。 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>◆学習評価◆ 知識・技能</p> <p>②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することができる。</p> <p>➡ 練習や発表の際に, 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行っている姿を評価する。(観察)</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ●考えたことを伝えていることを取り上げて, 称賛する。
10分	<ol style="list-style-type: none"> 単元を振り返り, 学習のまとめをする <p>単元の学習の振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・単元の学習の目標で, 達成したことを書きましょう。 ・学習したこと, 今後の学習や日常生活の中で取り組んでいきたいことを書きましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ●振り返りを学習カードに記入するように伝えるとともに, 気付きや考えのよさを取り上げて, 称賛する。 ●適切な整理運動を行うように伝えるとともに, けががないかなどを確認する。
10分	<ol style="list-style-type: none"> 整理運動, 場や器械・器具の片付けをする 集合, 健康観察, 挨拶をする 	

2学年間にわたって取り扱う場合

【第3学年における指導と評価の計画(例)】

時間	1	2	3	4	5	6	7	8
ねらい	学習の見通しをもつ	切り返し系の基本的な技の行い方を知り, できる技に取り組んだり, 課題の解決のための活動を工夫して技に挑戦したりすることを楽しむ			回転系の基本的な技の行い方を知り, できる技に取り組んだり, 課題の解決のための活動を工夫して技に挑戦したりすることを楽しむ			学習のまとめをする
学習活動	オリエンテーション ○学習の見通しをもつ ・学習の進め方 ・学習のきまり ○跳び箱を使った運動遊び 低学年で学習した運動遊びに取り組む	○切り返し系の自己のできる技に取り組む ・自己のできる基本的な技をする ・基本的な技に十分に組み込んだ上で, それらの発展技に取り組む	○切り返し系の自己の能力に適した技に挑戦する もう少しでできそうな技と技ができるようになる場を選んで取り組む ・開脚跳び ・かかえ込み跳び	○回転系の自己のできる技に取り組む ・自己のできる基本的な技をする ・基本的な技に十分に組み込んだ上で, それらの発展技に取り組む	○回転系の自己の能力に適した技に挑戦する もう少しでできそうな技と技ができるようになる場を選んで取り組む ・台上前転 ・伸膝台上前転	学習のまとめ ○切り返し系の自己のできる技に取り組む ○回転系の自己のできる技に取り組む ○学習のまとめをする		
	○学習の見通しをもつ ・学習の進め方 ・学習のきまり ○跳び箱を使った運動遊び 低学年で学習した運動遊びに取り組む	○切り返し系の自己の能力に適した技に挑戦する もう少しでできそうな技と技ができるようになる場を選んで取り組む ・開脚跳び ・かかえ込み跳び	○回転系の自己の能力に適した技に挑戦する もう少しでできそうな技と技ができるようになる場を選んで取り組む ・台上前転 ・伸膝台上前転	○回転系の自己の能力に適した技に挑戦する もう少しでできそうな技と技ができるようになる場を選んで取り組む ・台上前転 ・伸膝台上前転				
評価の重点	知識・技能				①			②
	思考・判断・表現				①		②	
	主体的に学習に取り組む態度	⑤	③	②				①

【低学年「跳び箱を使った運動遊び」との円滑な接続を図るための工夫(例)】

- 「跳び乗りや跳び下り」, 「またぎ乗りやまたぎ下り」から「開脚跳び」, 「台上前転」にするために
低学年では, 跳び箱に両手を着いての跳び乗りやまたぎ乗り, その姿勢から跳び下りたり手を支点に体重を移動させて下りたりする跳び下りやまたぎ下りをして遊びました。中学年では, 開脚跳びや台上前転などの切り返し系や回転系の基本的な技に取り組むことができるようにします。
そのため中学年のはじめは, 基本的な技の行い方を知り, 低学年で取り組んだ運動遊びとの違いや技のポイントを押さえて, それぞれの技に取り組むようにしましょう。

(例) 基本的な技に挑戦する【切り返し系・回転系】

- ・開脚跳びは, またぎ乗りやまたぎ下りの動きを使って, 助走から両足で踏み切り, 足を左右に開いて着手し, 跳び越えて着地するようにする。その際, 技に取り組むことが苦手な場合は, マットを数枚重ねた上に跳び箱1段を置いた場などの易しい場を選ぶようにする。
- ・台上前転は, 跳び乗りやマット運動の前転の動きを使って, 助走から両足で踏み切り, 腰の位置を高く保って着手し, 前方に回転して着地するようにする。その際, 技に取り組むことが苦手な場合は, マットを重ねた場の上で前転をして下りたり, 下で踏み切った上で前転したりする, マット上にテープなどで跳び箱と同じ幅にラインを引いた場で, その中で真っ直ぐ前転するなど, 易しい場を選ぶようにする。

跳び箱運動では, 切り返し系と回転系の技を指導しますが, 回転系の技の回転感覚が残ったまま切り返し系の技を行うと事故につながる場合があります。学習のまとめの時間など, 1時間のうちに切り返し系の技との回転系の技を行うことがある場合は, 切り返し系の技から先に行うようにして, 回転系の技の後に切り返し系の技は行わないようにしましょう。

【第3学年において重点を置いて指導する内容(例)】

- 知識及び技能
切り返し系や回転系の基本的な技の行い方を知るとともに, いろいろな技に挑戦することができるようにしましょう。その際, できるようになった技は何度も繰り返して楽しむとともに, もう少しでできそうな技はマットを重ねた場や低く設置した跳び箱の場など易しい場で取り組み, 技に挑戦することを楽しみましょう。
- 思考力, 判断力, 表現力等
いろいろな技に挑戦する際, 技ができるようになるために, 自己に適した易しい場を選べるようにしましょう。また, 技が上手にできた際に分かったことや友達の技のできばえなどを, 友達に伝えることができるようにしましょう。
- 学びに向かう力, 人間性等
中学年では, 技ができるようになるためにグループで学習をするので, 誰とでも仲よく励まし合おうとすることができるようにしましょう。また, 場の危険物を取り除いたり器械・器具の安全を確かめたりすることができるようにしましょう。