

## 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。	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だりしている。 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。	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、仲間と助け合おうとしている。 ③器械・器具の準備や片付けなどで、分担された役割を果たそうとしている。 ④仲間の考えや取組を認めようとしている。 ⑤互いの服装や髪形、場や器械・器具の安全に気を配っている。

跳び箱運動は、繰り返し系や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して、その技ができる楽しさや喜びを味わう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積極的に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

- 跳び箱運動の行い方を理解するとともに、繰り返し系や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をしたり、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。

## 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		繰り返し系の発展技の行い方を理解し、課題の解決の仕方を工夫して、技に挑戦することを楽しむ	
学習活動	<b>オリエンテーション</b> 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理解する。 ○学習の約束を理解する。 3 本時のねらいを理解して、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役割分担を理解する。 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理解する。 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 本時のねらいを理解し 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 ○繰り返し系の発展技や更なる発展技の行い方を理解する。 ○自己の能力に適した繰り返し系の技を、自己の能力に適した段数の跳び箱を設置した場を選んで行う。	
	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		6 繰り返し系の自己の能力に適した技に挑戦する ○課題に応じた練習の場や段階を選んで、もう少しでできそうな技に挑戦する。 ○課題解決のために自己や仲間が考えたことを伝える。	
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

5	6	7	8
回転系の発展技の行い方を理解し、課題の解決の仕方を工夫して、技に挑戦することを楽しむ		学習のまとめをする	
5 回転系の自己のできる技に取り組む ○回転系の発展技や更なる発展技の行い方を理解する。 ○自己の能力に適した回転系の技を、自己の能力に適した段数の跳び箱を設置した場を選んで行う。		<b>学習のまとめ</b> 5 跳び箱運動発表会をする ○発表する繰り返し系の技を選び、練習をする。 ○繰り返し系の技を見せ合う。 ○発表する回転系の技を選び、練習をする。 ○回転系の技を見せ合う。 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 回転系の自己の能力に適した技に挑戦する ○課題に応じた練習の場や段階を選んで、もう少しでできそうな技に挑戦する。 ○課題解決のために自己や仲間が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理解す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。
- (3) 互いの服装や髪形や場、器械・器具の安全に気を配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
5分	<b>1 集合, 挨拶, 健康観察をする</b> <b>2 単元の学習の見通しをもつ</b> ○単元の目標と学習の進め方を理解する。 ○学習をするグループを確認する。 ○学習の約束を理解する。 ● 掲示物を活用するなどしながら、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。	● 場の安全に気を配りましょう。 ● 仲間の考えや取組を認めましょう。
	<b>学習の約束の例</b> ・器械・器具は正しく使いましょう。 ・仲間と助け合い、分担した役割を果たしましょう。 ・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	<b>3 本時のねらいを理解して、目標を立てる</b> 跳び箱運動の学習の進め方を理解して、学習の見通しをもとう ○本時のねらいを理解して、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。	● 学習カードを配り、使い方を説明する。
	<b>4 場や器械・器具の準備をする</b> ○場や器械・器具の準備と片付けの役割分担を理解する。 ○グループで協力して、準備をする。 ● 役割分担や安全な準備と片付けの仕方を説明する。 ● 安全に気を配っている様子を取り上げて、称賛する。	
15分	<b>5 準備運動, 主運動につながる運動をする</b> ○準備運動, 主運動につながる運動の行い方を理解する。 ○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の行い方について、実際に動いて示しながら説明する。	● 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。
	<b>準備運動の例</b> 肩, 首, 腕, 腰, 手首, 腿, 膝, ふくらはぎ, 足首などをほぐす運動を行う。 <b>主運動につながる運動の例</b> ○うさぎ跳び ○壁上り逆立ち ・着地のときは手を前に出して体を起こす。 ・両手で体をしっかり支える。	

20分	<b>6 跳び箱運動をする</b> ○開脚跳びの行い方を確認する。 ○自己の能力に適した段数の跳び箱を設置した場を選んで、開脚跳びをする。 ● 開脚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。	<b>切り返し系の基本的な技の例</b> ○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回転系の技を、自己の能力に適した段数の跳び箱を設置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り、跳び箱の横にマットを設置したりした易しい場を準備する。	
5分	<b>7 本時を振り返り, 次時への見通しをもつ</b> <b>本時の振り返り</b> ・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。 ・安全に気を配ることについて、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。	● 安全に気を配っ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 互いの服装や髪形や場、器械・器具の安全に気を配っている。 ➡ 試技の前後などに、互いの服装や髪形に気を付けたり、場の危険物を取り除いたりするとともに、器械・器具の安全に気を配っている姿を評価する。(観察・学習カード) ◎ 安全に気を配ることに意欲的でない児童への配慮の例 ➡ 仲間との間隔や器械・器具の位置など、試技の開始前に安全に気を配ることを明確にしたり、グループの仲間と安全について声をかけ合って確認したりするなどの配慮をする。
	<b>8 整理運動, 場や器械・器具の片付けをする</b> <b>9 集合, 健康観察, 挨拶をする</b>	


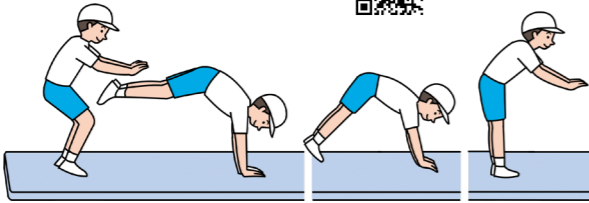

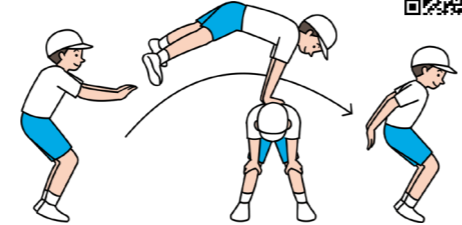

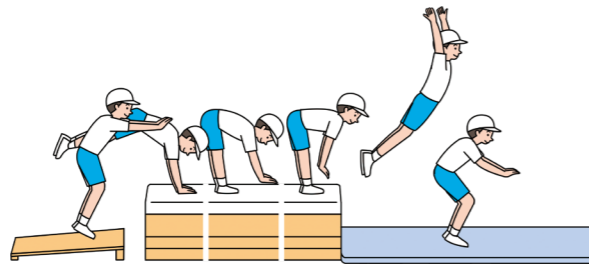



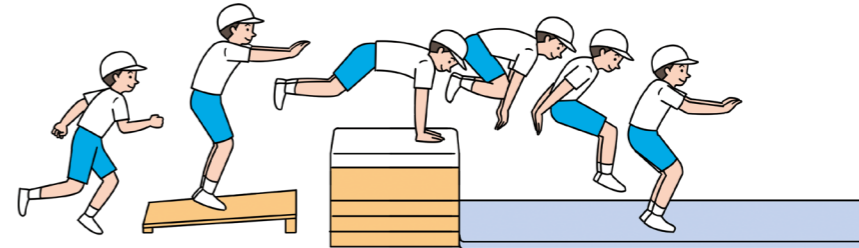

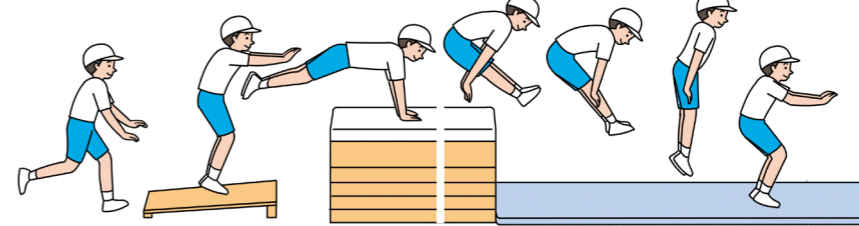
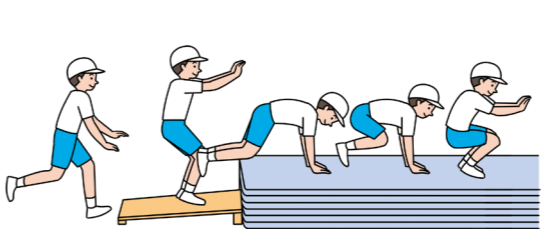
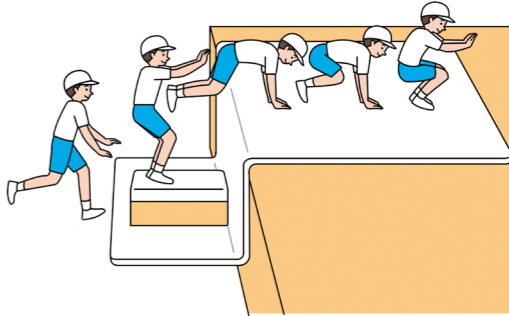
# 本時の目標と展開② (2/8時間)

## 本時の目標

- (1) 跳び箱運動の行い方を理解す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。
- (3) 器械・器具の準備や片付けなどで、分担された役割を果たす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 本時のねらいを理解して、目標を立てる 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。	指導上の留意点 ●学習カードを配り、立てた目標を記入するように伝える。 ●役割分担や安全な準備の仕方を確認する。 ●分担された役割を果たそうとし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 ③器械・器具の準備や片付けなどで、分担された役割を果たそうとしている。 ➔ グループで分担した器械・器具の準備や片付けの役割を果たそうとしている姿を評価する。(観察・学習カード) ◎分担された役割を果たすことに意欲的でない児童への配慮の例 ➔ 個別に関わり、自己の役割を確認してその行い方を説明したり、グループの仲間や教師と一緒にいたりして役割を果たすようにするなどの配慮をする。
	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。
	<b>主運動につながる運動の例</b> ○うさぎ跳び   ・できるだけ膝を伸ばして行うようにする。 ○馬跳び   ・両手をしっかり着いて跳び越す。 ○支持での跳び乗り・跳び下り   ・跳び乗りはできるだけ膝を伸ばして行うようにする。	



15分	5 切り返し系の自己のできる技に取り組む ○切り返し系の発展技や更なる発展技の行い方を理解する。 ○自己の能力に適した切り返し系の技を、自己の能力に適した段数の跳び箱を設置した場を選んで行う。	●切り返し系の発展技や更なる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。 ●発展技や更なる発展技には、基本的な技に十分に組み込んだ上で取り組むように伝える。
	<b>切り返し系の発展技、更なる発展技の例</b> ○かかえ込み跳び (開脚跳びからの発展技)   ○屈身跳び (かかえ込み跳びからの更なる発展技)  	
15分	6 切り返し系の自己の能力に適した技に挑戦する ○課題に応じた練習の場や段階を選んで、もう少しでできそうな技に挑戦する。	◎かかえ込み跳びが苦手な児童への配慮の例 ➔ 跳び越しやすい場で踏切りー着手ー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場で行う。 ・ステージに向かって跳び乗る。	○課題解決のために自己や仲間が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 <b>本時の振り返り</b> ・本時の学習で、できるようになった技と、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練習の場を書きましょう。 ・分担された役割を果たすことについて、気付いたことや考えたことを書きましょう。	○振り返りを発表して、仲間に伝える。 ●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、気付いたこと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。
	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	



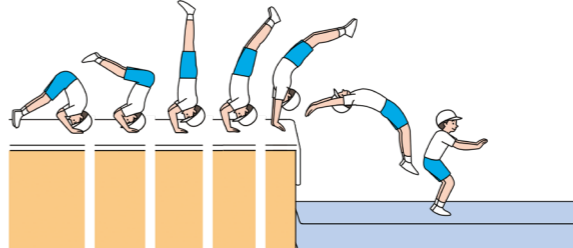
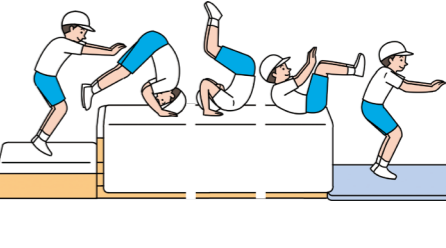
# 本時の目標と展開③ (5/8時間)

## 本時の目標

- (1) 跳び箱運動の行い方を理解す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。
- (3) 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。

## 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 本時のねらいを理解して、目標を立てる 3 場や器械・器具の準備をする 4 準備運動、主運動につながる運動をする	学習カードを配り、立てた目標を記入するように伝える。 役割分担や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。	
	5 回転系の自己のできる技に取り組む 回転系の発展技や更なる発展技の行い方を理解する。 自己の能力に適した回転系の技を、自己の能力に適した段数の跳び箱を設置した場を選んで行う。	回転系の発展技や更なる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。	
15分	回転系の発展技、更なる発展技の例 ○伸膝台上前転(台上前転からの発展技)		
	○頭はね跳び(首はね跳びからの発展技)		
	○前方屈腕倒立回転跳び(頭はね跳びからの更なる発展技)		

15分	6 回転系の自己の能力に適した技に挑戦する ○課題に応じた練習の場や段階を選んで、もう少しでできそうな技に挑戦する。	○課題解決のために自己や仲間が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。
	◎回転系の発展技が苦手な児童への配慮の例 ➔ 行いやすい場で、膝を伸ばし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。		
5分	➔ 頭はね跳びが苦手な児童には、行いやすい場で、体を反らしてはねたり、手で押したりする動きが身に付くように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 ・本時の学習のできるようになった技を書きましょう。 ・挑戦した技の課題とその課題の解決のために選んだ練習の場を書きましょう。 ・跳び箱運動の繰り返し系や回転系の技の行い方について、理解したことを書きましょう。	○振り返りを発表して、仲間に伝える。	●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、気づきや考えのよさを取り上げて、称賛する。
5分	◆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。	➔ 跳び箱運動の繰り返し系や回転系の技を安定して行ったり、その発展技を行ったりする行い方について、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理解することが苦手な児童への配慮の例 ➔ 個別に関わり、跳び箱運動の行い方のポイントについて対話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 9 集合、健康観察、挨拶をする	●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。	



# 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を安定して行ったり、その発展技をしたりすることができるようにする。
- (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ることができるようにする。
- (3) 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。

## 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 本時のねらいを理解して、目標を立てる 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 ○本時のねらいを理解して、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 場や用具の準備をする ○グループで協力して、準備をする。 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。	●役割分担や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	5 跳び箱運動発表会をする ○跳び箱運動発表会の行い方を知る。 跳び箱運動発表会の行い方や約束の例 ・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、着地しておわりのポーズをしたら、拍手をしましょう。 ・仲間の発表をよく見て、発表会の終わりに技のできばえを伝えましょう。	●跳び箱運動に積極的に取り組もうとし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 ①跳び箱運動に進んで取り組もうとしている。 ➔ 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、積極的に取り組もうとしている姿を評価する。(観察・学習カード)
	○発表する切り返し系の技を選び、練習をする。 ○切り返し系の技を見せ合う。 ○グループで協力して、回転系の技を行う場の準備をする。 ○発表する回転系の技を選び、練習をする。 ○回転系の技を見せ合う。	●役割分担や安全な準備の仕方を確認する。 ◆学習評価◆ 知識・技能 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安定して行ったり、その発展技をしたりすることができる。 ➔ 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安定して行ったり、その発展技や更なる発展技を行ったりしている姿を評価する。(観察)
15分	6 単元を振り返り、学習のまとめをする 単元の学習の振り返り ・単元の学習の目標で、達成したことを書きましょう。 ・学習したことで、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。	●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、気づきや考えのよさを取り上げて、それらを称賛する。 ●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	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	

# 2学年間にわたって取り扱う場合

## 【第5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	切り返し系の技の行い方を理解して、できる技に取り組んだり、課題の解決の工夫を工夫して技に挑戦したりすることを楽しむ			回転系の技の行い方を理解して、できる技に取り組んだり、課題の解決の工夫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 ・学習の約束 ○跳び箱運動 中学年で学習した基本的な技に取り組む	○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安定して行ったり、その発展技を行ったりする ○切り返し系の自己の能力に適した技に挑戦する ・かかえ込み跳び ・屈伸跳び			○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安定して行ったり、その発展技を行ったりする ○回転系の自己の能力に適した技に挑戦する ・伸膝台上前転 ・頭はね跳び ・前方屈腕倒立回転跳び			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
評価の重点	知識・技能				① 観察・学習カード			② 観察
	思考・判断・表現				① 観察・学習カード	② 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			① 観察・学習カード	

## 【中学年「跳び箱運動」との円滑な接続を図るための工夫(例)】

- 「切り返し系や回転系の発展技に取り組む」ために  
 中学年では、自己の能力に適した基本的な技に取り組むことを楽しみました。高学年では、それらを安定して行ったりその発展技に取り組んだりすることができるようにします。  
 そのため高学年のはじめは、切り返し系や回転系の発展技や更なる発展技の行い方を理解し、自己の能力に適した技に、マットを数枚重ねた場や低く設置した跳び箱、ステージを利用した場などの易しい場から、課題に応じた場や段階を選んで挑戦することを楽しみましょう。

(例) 切り返し系や回転系の発展技に、課題に応じた場や段階を選んで挑戦する

- ・かかえ込み跳びは、手を着きやすく跳び越しやすくするためにマットを数枚重ねた場を選んだり、跳び乗る動作で取り組めるように長いマットをステージに垂らした場を選んだりする。
- ・伸膝台上前転は、踏み切った後に腰を上げたり速さのある回転をしたりすることがしやすくするために、マットを数枚重ねた場や低く設置した跳び箱の場などを選ぶ。
- ・頭はね跳びは、体を反らせてはねたり手で押ししたりする動きがしやすくするために、マットを数枚重ねた場やステージの下にセーフティマットを置いた場などを選ぶ。

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5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発展技や更なる発展技の行い方を理解するとともに、自己の能力に適した技に易しい場で挑戦することができるようにしましょう。その際、取り組む発展技の基本的な技に、あらかじめ十分に組み込むようにしましょう。
- 思考力、判断力、表現力等  
 自己の能力に適した技を選んで取り組むことができるようにしましょう。その際、課題に応じた練習の場や段階を選べるようにしましょう。
- 学びに向かう力、人間性等  
 高学年の学習では、自己の能力に適した技や場を選んで練習をするので、それぞれの場の準備や片付けなどで分担した役割を果たそうとしたり、仲間と助け合って練習をしようとしていたりすることができるようにしましょう。また、けががないように、互いの服装や髪形に気を付けたり場の危険物を取り除いたりするとともに、試技の前後などに器械・器具の安全に気を配ることができるようにしましょう。