

# 第5学年体育科学習指導案

日時 平成15年12月19日(金)2校時  
場所 体育館  
児童 男子3名 女子8名 計11名  
指導者 教諭 高橋 るみ子

## 1.単元名 マット運動(B 器械運動)

## 2.単元について

### (1) 運動の特性

マット運動は、4年生から器械運動として学習する。マット運動は技のできばえを高める中で、個人の能力に応じて持っている力を十分に発揮し、できなかったことが「できる」、さらには「上手にできる」という達成の楽しさ・喜びを味わうことができる運動である。高学年では、主として回転する技や倒立する技の中から、易しい条件の下で自己の能力に適した技に新たに取り組んだり、それらの技がある程度正確にできるようにしたりするとともに、同じ技を繰り返したり、技を組み合わせたりする。

高学年になると体格・体力の個人差が大きくなり、技のできばえの差が広がることもある。しかし、動きを高めるときに友だちどうして教えあったり、助けあったりして楽しさを味わえるというよさもある。

### (2) 児童について

子供たちは体育の学習に意欲的に取り組む。スポ少や課外活動などにも学級のほとんどの子が積極的に参加している。

マット運動については好きと答える児童が多いが、うまく技ができないという理由でいくつかの技に対して苦手意識をもっている子供も少なくない。また、体格の向上とともに自分の身体を腕で支持できない子供も多い。

そこで、技のポイントを理解する活動、技の習得につながる基礎的・基本的技能を身につけさせる工夫をすれば、マット運動への興味・関心が高くなると思われる。

### (3) 指導にあたって

マット運動は個人競技であり、技能や表現力の向上を目指すには、ある段階までいくと自分ではどのようにしたらよいかわからなくなることが予想される。

マット運動の学習では、個人技能を高め、いろいろな技に挑戦させながら技のできばえの美しさにも関心を持たせたい。また、グループ毎に学習を進め、お互いに見合い、教え合う中で個人の特徴を知り、効果的な練習をしようとする力を身につけさせるとともに、協力して学習ができるようにさせたい。

したがって、どの子にも意欲的に学習させるために、次の点に留意して学習を進める。

#### <指導の工夫>

器械運動の基礎・基本の力を意識できるよう、アンケート調査をする。

マット運動の基礎・基本の習得につながる練習(セットメニュー)のイメージをつかませるためにデジタル教材などを活用する。

器械運動が得意な子もそうでない子も、マット運動を通してグループで積極的に関わりあい、協力して高め合おうとする態度を身につけさせたい。そこで、次のようにする。

ねらい1 個人技能や動きをみんなで見合い、教え合いができるような場づくり

ねらい2 自分の技術向上、みんなで進歩する喜びなどを味わう場づくり

一人ひとりの子どもが個人やグループのめあてに向かって進み、技能やできばえの向上の見通しが持てるように学習カードの工夫をしながらみんなで協力して練習できるようにする。

練習の場を工夫し、練習を自己、またはグループ選択できるようにする。

教え合うグループは生活班にする。

### 3.単元の目標

<ねらい>

回転する技や倒立する技の中から、自己の能力に適した技を選び、新しい技に挑戦したり、同じ技を繰り返したり組み合わせたりして楽しむことができる。

#### 【関心・意欲・態度】

マット運動の楽しさや喜びを求めてすすんで運動しようとする。

互いに協力して運動し、教え合い励まし合って運動しようとする。

器械・器具の安全な使い方に注意し、設置場所や準備、片づけなどに気をつけながら運動しようとする。

#### 【思考・判断】

自己の能力を知り、自己の能力に適した課題を設定する。

課題解決に向けて練習の仕方を工夫する。

#### 【技能】

自己の能力に適した技に新たに取り組み、ある程度正確にできる。

いまもっている力でできる技を繰り返したり、技を組み合わせたりすることができる

### 4.指導計画

段階	1(本時)	2	3	4	5	6	7
	つかむ	たしかめる		たかめる		まとめる	
つかむ	・アンケート調査  オリエンテーション	・用具の準備、整列、挨拶 ・準備体操 ・セットメニュー(班毎) ・めあての確認 ・場づくり					
たしかめる	学習の見通しを持つ 単元の目標を知り、学習の進め方やカードの使い方を知る  ・学習プリント ・ <u>デジタル教材</u>	めあて1 今できる技を、よりきれいにできるようになるう		めあて2 新しい技に みんなで 挑戦しよう		めあて3 発表会をしよう	
たかめる	動きを試してみる セットメニュー	いまできるさまざまな技に挑戦する  練習の進め方を知る  技のポイントをおさえて練習する		自分のめあてをもとに、グループで練習する  補助のしかたを知る  技のポイントに気をつけて練習する			
まとめる		できばえを評価しあう		グループで教えあい、高めあう		学習をまとめる	
		整理運動 学習のふりかえり 次時の予定・あいさつ・場の片付け					
評価規準	関心・意欲・態度	ア 提示された技をすすんで試してみようとしている。 イ 教え合い、励まし合って友達と仲よく運動しようとしている。 ウ 安全に気をつけながら、マットや補助具の準備や片づけをしようとしている。					
	思考・判断	ア 自己の能力を知り、学習カードなどを利用して自分の課題を設定している。 イ 教師の示範や学習カード、友達の動きなどを参考にしたり、補助具ややさしい場を選んだりして活動を工夫している。					
	技能	ア 場や補助具を工夫して自己の能力に適した新しい技に取り組み、その技がある程度正確にできる。 イ 新しい技を加えて、技を繰り返したり、組み合わせたりすることができる。					

5.本時の指導(1/7時間目)

(1)指導目標

単元の学習内容を知らせ、単元を通しての学習の見通しを持てるようにする。

また、単元の目標やセットメニューの練習のしかた、カードの使い方を理解させ、協力して練習ができるようにする。

(2)本時の学習目標(G)

マット運動のできばえを高めるためのセットメニューを知り、基礎・基本の力を身につける運動を考え、練習することができる。

(3)指導のステップ

G 学習目標と同じ

セットメニューを練習することができる。

自分やグループのめあてにあったセットメニューを試することができる。

自分やグループのめあてにあったセットメニューを考えることができる。

セットメニューの例を知る

R マット運動の技を高めるために必要な動きがわかる

R 器械運動に必要な力がわかる

(4)展 開

	学習内容・活動	教師の支援(・) 評価( )
つかむ5	1. 本時の学習の見通しを持つ 2. アンケート調査 [R、R]	・ 本時のねらいを確認する。 ・ マット運動でつきたい力やできるようになりたいことを意識させるような簡単なアンケートを準備する。
たしかめる15 5 たかめる17	3. 単元を通しての学習の見通しを持つ ・ 単元の目標を知り、学習の進め方やカードの使い方を知る 4. デジタル教材でセットメニューの動きをおぼえる ・ 他に自分達のつきたい基礎的な力を高める運動を考える  <<< 体育館に移動する >>> 5. 動きを試してみる ・ マットの準備 ・ 準備体操をする ・ セットメニューを試してみる  セットメニューの例 ・ 川跳び ・ ブリッジ ・ カエルの足打ち ・ ロンドン橋 他	・ 学習プリントを準備する ・ <u>セットメニューの動きをたしかめられるデジタル教材を準備しておく</u>  ・ デジタル教材の動き以外に、自分達が取り入れたい動きがセットメニューに適しているか助言を行う。  自己の能力を知り、学習カードなどを利用して自分の課題を設定している。<思>  ・ マットの準備が素早く行えるようにする。  ・ セットメニューの技のポイントを助言する。 ・ グループ毎に練習がなされているかグループをまわる。 ・ グループどうしても教え合いをさせる。 教え合い、励まし合って友達と仲よく運動しようとしている。<関>
まとめ3	6. グループ毎に整理体操をする。 7. 次時の予告をする。 8. あいさつをする。 9. 後片付けをする。	・ 次時からのセットメニューの場を確認させる。 ・ 協力して後片付けが素早くできるよう指示する。