

## 第5・6学年 体育科学習指導案

日 時：平成23年10月6日（木）5校時

対 象：滝沢村立柳沢小学校

5年生(男子3名 女子1名 計4名)

6年生(男子3名 女子5名 計8名)

指導者：山口 伸弥（滝沢村立柳沢中学校教諭）

### 1. 単元名 器械運動

### 2. 学習材名 マット運動

### 3. 単元について

#### (1) 児童観

過学年の同単元学習において、基本的な回転技・倒立技ともに経験している。

回転技については、技を組み合わせることができる児童もいるが、自分の身体を腕で支持できない（支持しきれない）児童や、回転スピードをつけることができない児童がいる。特に、後転系の技では、回転感覚の不足や、逆さ感覚の不足、腕での支持不足等により苦手とする児童が多い。さらに、倒立技は補助付きならできるレベルから、自力でできるレベルまで、技能差が大きい。

鉄棒学習においても、回転感覚や逆さ感覚を体験しているが、5・6年生になり「逆さになること」への恐怖心がより大きくなっている児童への支援が必要である。

#### (2) 学習材観

器械運動は、マット、鉄棒、跳び箱などの器械・器具を使って技に挑戦し、その達成の楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

器械運動は非日常的な動きがほとんどで、他の単元での運動体験との直接的関連づけは難しい。しかし器械運動は、身体を思うように動かす「巧みさ」や「力強さ」「柔軟性」といった他の運動に必要な運動要素を多く含んでいる。さらに体幹部の強さが、器械運動の技の習得や出来栄に直接的に関係しており、このことから器械運動の技の習得が、あらゆる運動の基礎となる重要な学習であるととらえられる。

また、個々の類似運動経験の差が、技能習得の差に大きく関係する。さらに、簡単に技能を習得することは難しいことから、技能を習得できたときの喜びは大きく、強い達成感や満足感を得ることができるのも、器械運動の醍醐味であると考えられる。

#### (3) 指導観

##### ア. 指導のねらい・工夫

まず、前転の連続、および大きい前転をすべての児童に習得させたい。これらができることで、回転感覚や回転スピードが増すことが考えられる。これは結果として、発展した技へ土台となる運動であると考えられる。同様に、後転の連続もすべての児童に習得させたい。前に示したように、後転はできる・できない、の差が大きく、できない児童ができるようになることで、マット運動への意欲も高まると考える。また、壁倒立、補助倒立もすべての児童に習得させたい。倒立は、マット運動の中でも、身体を一本の軸として逆さの状態を保持する、特に日常と

は全く異なる運動であるが、倒立ができたときの満足感や達成感は、よりマット運動への自信と意欲を高めるに違いない。

これらの技の習得には、体幹部の力強さ、腕支持感覚、回転（逆さ）感覚が必要であると考え、今回は準備運動の中に、それらに関連するドリルを組み入れ、継続した運動感覚の獲得場面を保証したい。また、主な活動をペア、またはグループを基本に行わせることで、それぞれの役割を決め、支えたり支えられたりしながら、お互いにアドバイスや運動感覚の交流ができる場を意図的に設定し、運動感覚の共有化、運動技能の習得と高まりを狙う。

単元のまとめでは、できるようになった技を使って、仲間と動きを合わせて楽しんだり、演技をしたりして、仲間との交流をさせることで、できた達成感だけでなく、仲間と一緒に運動した喜びも味わわせたい。

#### イ. 研究との関わり

##### 「伝え合う力」を育成するための手立て

伝え合う力を高めるために、お互いの練習を見あう場面で、観察する視点をできるだけ明確にするようにする。また、学習カードを活用し、より客観的な視点で児童同士がアドバイスし合えるようにしたい。

また、伝え合う場面では、お互いが運動に積極的に取り組みたくなるよう、互いの良さを見つけたり、励ましたりする言葉を多くかけることができるようにしたい。

#### 4. 単元の評価規準

- ・マット運動に進んで取り組み、約束を守ったり助けあって運動をしたり、場や器械・器具の安全に気をつけたりしようとする。【関心・意欲・態度】
- ・自分やペアの課題に適した、練習方法や場を選んでいる。【思考・判断】
- ・マット運動の楽しさに触れ、前転や後転、壁倒立が安定してできるとともに、その発展技を行うことができる。【技能】

#### 5. 学習指導計画（全10時間）

- ・オリエンテーション、連続した前転と後転・・・1
- ・大きい前転やその発展技に挑戦してみる・・・1
- ・後転やその発展技に挑戦してみる・・・1
- ・壁倒立や補助倒立とその発展技に挑戦してみる・・・2
- ・自分の課題に合わせて練習する・・・3
- ・友達と動きを合わせてやってみる・・・2（1／2本時）

#### 6. 本時の指導

##### （1）目標

- ・シンクロするための、ペアの課題を見つけ、練習する。【思考・判断】

(2) 展開

段階	主な学習活動	○留意事項◎評価【観点】《方法》
導入 12分	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 整列</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 あいさつをする。</li> <li>2 ウォーミングアップをする。               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 縄跳び</li> <li>・ 体操、ストレッチ</li> </ul> </li> <li>3 補助運動を行う。               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 前後転平均台</li> <li>・ ゴムキック</li> <li>・ うさぎ跳び</li> <li>・ ラダーでけんば</li> </ul> </li> <li>4 学習内容を把握する。               <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;">                 シンクロ演技の練習をしよう               </div> </li> </ol>	<p>○事前に健康観察、欠席者の確認をしておく。</p> <p>○主運動と関連した動きを取り入れ身体を動かせる。</p> <p>○使用頻度の高い部位を中心に行わせる。</p> <p>○4グループで、4つのメニューを交代で行わせる。</p> <p>○動きの重要な部分を観察しながら、必要であれば助言・支援する。</p>
展開 25分	<ol style="list-style-type: none"> <li>5 全体で、シンクロ演技のポイントを確認する。               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 始まりと終わりの合図をする。</li> <li>・ 2人で同じ技をシンクロさせて演技する。</li> <li>・ 演技する技（1往復半のうち、連続） 大きい前転、後転、側転</li> <li>・ 技の順序や回数は自由とする。</li> </ul> </li> <li>6 ペア演技をやってみる。               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 前時に計画したペア演技の構成を実際にやってみる。</li> </ul> </li> <li>7 グループごと（4人）に、ペア（2人）演技の練習を振り返り、課題を見つける。               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 見つけた課題のための練習を選んだり考えたりして練習する。</li> </ul> </li> </ol>	<p>○共通のルールを確認する。</p> <p>○どう演技すれば、シンクロ（同調）と認められるのか、ビデオを使って確認し、共通認識させる。</p> <p>○学習カード</p> <p>○順番にペア演技に取り組みながら、グループごとに課題を見つけさせる。</p> <p>○学習カード記入</p> <p>◎自分たちの演技の課題を見つけて練習している。【思考・判断】《学習シート・観察》</p>

<p>終末 7分</p>	<p>8 学習を振り返る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>はじめは、友達と演技を合わせるのが、難しかった。しかし、手拍子や声を出して、リズムをあわせて練習をしたら、シンクロさせて演技することができて楽しかった。</p> </div> <p>9 整列、まとめ、次時の見通しをもつ。</p> <p>10 あいさつをする。</p>	<p>○学習カード記入</p> <p>○課題を意識して練習したことによる、自身の変容と課題に触れるようにさせたい。</p>
------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------

**(3) 評価規準**

観点	A：十分満足できる（例）	B：おおむね満足できる	Cの児童への手立て
思考・判断	自分たちの演技課題に気付き、解決のための練習を工夫している。	自分たちの演技課題に気付き、解決のための練習を選んでいる。	お互いの技を見せ合わせ自分の動きのどこが異なるか気付かせる。また、ビデオ撮影し、教師と一緒に課題の発見をさせる。

## コメント

- ・ロングマット平行にならべてシンクロ（両サイドにはセーフティーマットを安全策として）
- ・ルールの規定  
（マット1往復半、連続する技を必ず入れる、など・・・）  
開脚前転の入れる必要はあるか検討する

- ・シンクロ（同時性）の例を簡単にみせ、なぜシンクロなのか質問させる（前転）
- ・時・距離はシンクロでも、美のないものも見せる（前転）

- ・練習法は教師が準備（カードや板書で、それぞれ①～②程度の提示）

- ・練習の環境
- ・視点（チェックの項目・共通説明はすること）  
時間・・・合わなかった原因は何か？  
距離・・・ 合わなかった原因は何か？  
美（）・・・合わなかった原因は何か？

原因を元に、練習をえらぶ！（カード、資料など準備）

それぞれに対する練習を選ばせる（既習の練習からがいい）

時間が

- ・囲み線のスタイルは、どうすべきか？