

第2学年保健体育科学習指導案

日 時	平成30年10月11日(木)	5校時
学 級	2年1・2組 男子	
	1組15名 2組15名	計30名
場 所	格技場	
授業者	教諭 千葉 環	

1. 単元名 B 器械運動「マット運動」

2. 単元について

(1) 教材観

器械運動は各種目の「技がよりよくできる」ことをねらいとし、自己の体の動かし方や練習の工夫によって、ねらいの達成に取り組む運動である。したがって器械運動では、自己の能力に適した技に挑み、その課題を克服していくことで成就感を得られるようにすることが大切である。

マット運動では、マット上の回転系や巧技系などの技のグループから自己の能力に適した技を選択し、個々の技ができるようにするとともにそれらを組み合わせ、技がよりよくできるように技能を高めていくことが大切である。また技の達成感やできばえを通して楽しさや喜びを味わうことができると共に、補助や互いの動きを観察しあう活動から、協力し合って学習する楽しさを味わうことができる。

さらに、グループでの学習を進めることで、技能習得の際のグループ内での関わり合いの深まりが期待できると共に、より良い動きを追求したり、仲間と共通する持ち技を連続させたり、組み合わせを息をそろえて演技していくことで、協調性や集団としての力も伸びていくものと思われる。

(2) 生徒観

2年男子は明るい雰囲気物事に取り組むことができる学年であり、数名のリーダーシップを持った生徒を中心に自主的な活動を行うことができる。保健体育の授業では「球技」のように勝敗の結果が分かりやすいものを好んで取り組む傾向がある。

器械運動のように練習過程で痛みや恐怖感を覚えたりする種目は、嫌う傾向にある。事前の調査においても、半数以上が「苦手」「どちらかという苦手」と答えた。「苦手」という理由としては、「体が硬いから」が圧倒的に多く、次いで「難しいから」などとなっている。マット運動については、1年次に基本的な回転系(接点技群)とそれらを組み合わせた連続技に挑戦している。

(3) 指導観

マット運動については、苦手意識や能力など個人差が多く見られるが、自分の技能が上達したときや、上達を感じられたときは授業に対する積極的な取り組みが多く場面で見られるだろうと思う。このことから段階を踏んだ練習や補助の仕方、個に応じた課題の設定や評価の仕方を工夫することで意欲的な姿勢が期待されると考える。

本単元では、一般的に個人種目として捉えられている器械運動だが、グループ毎に行うシンクロマットを取り入れ、集団としての学習取組を中心に進めていく。

シンクロマットは、様々な技を組み合わせる表現するマット運動の演技であり、複数人で構成されたグループでタイミングをあわせたり、連続したりして演技するものである。

本学習においては、基本的な技を仲間と一緒に息を合わせて行ったり、連続させたりすることで楽しさを味わわせたいと考える。

しかし、本単元で扱うシンクロマットの学習は生徒にとって初めてとなる。そこで、第1時は、シンクロに関わる映像を見て、イメージを持たせながら学習の見通しを持たせたい。第2時から第4時までには既習技を組み合わせるシンクロマットを行い、たとえ難しい技でなくとも、集団でメリハリをつけて行うことで見栄えが良くなることや、得意な生徒も、不得意な生徒も生かされる演技構成にして意欲を引き出していきたい。

第5時から、グループ毎に演技構成を考えさせながら進めていく。特に、演技を作り上げていく過程でのグループ内における話し合いや、練習における教え合いや励まし合いなどの活動を重視しながら技能向上へつなげ、仲間と心をつなげて作り上げていく楽しさを感じさせながら、発表会へとつなげていきたい。

このように、

(ユニバーサルデザインの視点から)

- ・既習事項の学習を常に授業に入れ、習得の深まりを確保する。
- ・全生徒がわかりやすいような学習プリントの工夫をする。
- ・生徒の実態に合わせたグループ作りを行い、互いの教え合いを大切にする。
- ・学習の振り返りを工夫し、満足感や達成感を持たせる。

3. 単元の目標

- (1) 回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技、発展技を行うこと、それらを組み合わせることができるようにする。(技能)
- (2) 器械運動に積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとする、分担した役割を果たそうとすることなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする。(態度)
- (3) 器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。(知識・思考・判断)

4. 単元の指導と評価の計画（9時間） 本時6時間目

時間	学習内容	関・意	思・判	技 能	知・理
1	オリエンテーション (模範映像、授業の進め方・約束)				①学習カード
2	既習技の確認（1年次の復習）				①学習カード
3	前転系の技のシンクロマット (前転・開脚前転等)		②学習カード		
4	後転系の技のシンクロマット (後転・開脚後転、伸膝後転等)		②学習カード		
5	シンクロマット (演技に取り入れたい技の設定)	②観察	①学習カード		
⑥	シンクロマット (演技構成・タイミングの工夫)		②学習カード		
7	シンクロマット (隊形と技をする方向の工夫)	③観察		①観察	
8	シンクロマット (発表会に向けての練習)		③学習カード		②観察
9	発表会 学習のまとめ	①観察		②観察	

5. 単元及び学習活動に即した評価規準

	運動への 関心・意欲・態度	運動についての 思考・判断	運動の 技 能	運動についての 知識・理解
単元 の 評 価 基 準	器械運動の楽しさや喜びを味わうことが出来るよう、認めようとする態度を身に付けていく。	器械運動の楽しさを味わうことが出来るよう、認めようとする態度を身に付けていく。	器械運動の特性に応じて、身に付けていく。	器械運動の特性や成り立ち、技の名称や高さを理解している。
学習 内 容 に 即 した 評 価 基 準	<ul style="list-style-type: none"> 器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 ①よい演技を認めようとしている。 ②分担した役割を果たそうとしている。 ③仲間の学習を援助しようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ①グループに適した演技構成を考へ、課題を設定している。 ②練習の進め方や場づくりの方法や仲間づくりの仕方、技の確かめ方を工夫している。 ③結果を元に戻り、自ら振り返り、向上を促すように練習している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・マット運動では、回転系や巧技系の技を組み合わせるための、滑らかな基本技、条件を変えた技、発展技のいずれかができる。 ①個人技の技能を高めることができる。 ②グループで考えたシンクロマットをそろえて行うことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ①マット運動の楽しみ方や進め方、技の系統性や発展性を理解している。 ②練習の仕方や場づくりの方法、練習計画の立て方、技の確かめ方を理解している。

6. 本時の指導

(1) 本時の目標

- ・グループで考えたシンクロマットの演技構成を考えながら、仲間と教え合い、練習を工夫しながら取り組むことができる。(思考・判断)

(2) 指導の構想

導入部分においては、マット運動に必要な回転感覚、柔軟性、腕支持感覚などを高めるための準備運動を取り入れて行う。

既習技を組み合わせたシンクロマットを行い、たとえ難しい技でなくとも、集団でメリハリをつけて行うことで見栄えが良くなることや、得意な生徒も、不得意な生徒も生かされる演技構成にして意欲を引き出していきたい。

グループ毎に演技構成を考えさせながら進めていく。特に、演技を作り上げていく過程でのグループ内における話し合いや、練習における教え合いや励まし合いなどの活動を重視しながら技能向上へつなげ、仲間と心をつなげて作り上げていく楽しさを感じさせながら、発表会へとつなげていきたい。

(3) 本時におけるユニバーサルデザインの主なポイント

① 授業の構成

- ・学習の流れを提示し、学習プリントで生徒が見通しを持って学習に取り組めるようにする。
- ・場の工夫（マットや畳の使用）
- ・生徒の実態に合わせたグループ作りを行い、互いの教え合いを大切にする。

② 教材・教具

- ・体育実技書（副読本）の活用
- ・視覚化（タブレットの活用）

(4) 指導展開

段階	学習内容	学習活動	指導上の留意点	UDの視点
導入	1. 整列・挨拶 2. 準備運動 ・補強運動 ・基礎感覚作り 3. 課題把握	<ul style="list-style-type: none"> ・学習の準備をする。 ・整列し、元気よく挨拶をする。 ・準備運動を行う。 腕立て・腹筋・馬跳び ①前転・後転 ②開脚前転・開脚後転 ③手押し車から前転 <ul style="list-style-type: none"> ・本時の学習内容と課題を把握する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・出欠確認・体調・安全確認 ・正確な運動ができるように支援する。また、運動する心構えを持たせる。 ・前時の学習を振り返り、本時の学習の見通しを持たせる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習課題と見通しの指示
仲間と教え合い、練習を工夫しながら取り組もう				
10分				
展開	4. 自分を見つめる ・グループ毎のミーティング及び共通種目練習 5. 交流する 6. 考えを再構築する 7. 課題を追求する	<ul style="list-style-type: none"> ・グループの演技構成を確認し、自分の役割を把握する。 ・グループ内で、共通種目の練習を行う。 ・お互いに補助しながら、繰り返し練習を行う。 <ul style="list-style-type: none"> ・グループ毎にシンクロマットの練習を行う。 ・演技をあわせるためにグループ内で教え合いながら練習を行う。 <ul style="list-style-type: none"> ・練習のできばえをグループ毎に確認、構成を再確認する。 <ul style="list-style-type: none"> ・ミニ発表会 2つに分かれてミニ発表会を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習プリントを使って進めさせる。 ・共通種目を練習し、自分を見つめさせる。 ・グループの中での教え合い学習を中心に進めさせる。 <ul style="list-style-type: none"> ・演技をそろえるためのポイントを押さえながら練習させる。 <ul style="list-style-type: none"> ☆グループで考えたシンクロマットの演技構成を考えながら、仲間と教え合い、練習を工夫しながら取り組むことができたか。 <ul style="list-style-type: none"> ・演技にあわせて行うために大事なポイントを再確認する。 ・見ているグループが、アドバイスできるように見る視点を持たせる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習プリント ・巡視 ・副読本の活用 ・学習プリント ・視覚化（タブレットの活用） ・場の工夫 ・学習プリント
35分				
終末	8. まとめと振り返り 9. 次時の連絡 10. 挨拶・後始末	<ul style="list-style-type: none"> ・発表後、他のグループからのアドバイスカードをもらい、グループの反省と個人反省を行う。 ・次回の学習課題を確認する。 ・元気よく挨拶する。 ・協力して片付けをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・課題を解決できたのか自己評価させ、次時の学習の見通しを持たせる。 ・速やかに行わせる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・まとめの観点の指示 ・学習プリント
5分				