

保健体育科学習指導案

日 時 平成 18 年 11 月 16 日 (木) 5 校時
学 級 3 年 (男子 15 名 女子 14 名)
場 所 体育館
授業者 菅 原 宰 喜

1 単元名 「器械運動 マット運動」

2 単元について

(1) 題材について

器械運動は鉄棒、跳び箱、平均台、マット等を用いて行う個人的運動である。これらの器械を用いて行う回転、跳躍、支持、懸垂、バランスなどのいろいろな技に挑戦するスポーツである。技をより美しく、雄大にできるようになったり、できそうな新しい技に挑戦したり、いくつかの技を組み合わせて表現したりするところ楽しさがある。また、集団で演技を構成し、表現することにも楽しさがある。マット運動は回転系と巧技系の技に分けら、回転系の技は背中をマットにつけた状態での回転や手足だけで回転する技であり、巧技系の技にはバランスをとりながら制止する技や腕立て支持のポーズで回旋する技などがある。

(2) 生徒について

運動会では集団でのダンス表現活動や組体操を取り入れ発表している。今回、授業で取り扱うマット運動は表現の仕方や技の種類は異なるが、集団で表現するという意味では共通点もある。克服的な運動や個人競技でも生徒は日頃からよく動き、課題を解決しようと努力している。集団的な運動では自分だけが楽しもうとするのではなく、まわりに気を配り、チームプレーを心がけ和やかな雰囲気の中で授業に臨んでいる。3年生のスポーツテストの結果はA評価7名(男子1名 女子6名)、B評価10名(男子6名 女子4名)、C評価6名(男子4名 女子2名)、D評価6名(男子4名 女子2名)となっている。得点だけ見ると男子より女子の方が高い値を示している。

マット運動に対する事前の意識調査の結果は次の通りである。

	質問内容	男子回答(15名)	女子回答(14名)
1	運動が好きか嫌いか	好き13 嫌い2	好き14 嫌い0
2	好きに思う理由	楽しい、好き、チームワークを生かすこと	
	嫌いに思う理由	疲れる、ケガをする	
3	好きな運動は	球技	球技
4	マット運動のイメージは	難しい、危ない、回転、やりがいがある、面倒	難しい、大変、痛い、柔軟性が 必要、楽しい
5	マット運動の楽しみは何か	できるようになりたい、連続技をしたい、挑戦したい技がある、練習をがんばりたい	
	不安は何か	できない、ケガが心配、体がかたい、逆立ちができない	

アンケートの結果から新しい技に挑戦し、それをできるように願っている生徒がいる反面、ケガの心配やできそうにもないと思っている生徒も多く、指導にあたっては安全に配慮しながら不安を取り除くとともに、できた喜びをグループで共感できるよう心がけたい。

(3) 指導にあたって

「確かな学力」を育むため、体育科では、「目標設定」「課題発見」「活動の選択と練習」「評価」の学習の流れを繰り返すことで課題を自らの力で解決していく力や意欲を高めていく必要があると考えている。

また、個に応じた指導としては次のような工夫を試みている。

各自の能力に応じた目標設定

自己評価カードを用いた課題の発見

レベルに応じた活動の選択

最終的には、個の技を生かし、集団で表現する美しさやマット運動の楽しさを感じさせたい。

3 単元の目標

【運動への関心・意欲・態度】

- ・技の習得を目指して練習しようとする。
- ・グループの発表を行うことで互いに認め・励まし合うとともに、学習活動を振り返り、今後の学習に生かそうとする。
- ・安全に留意して練習しようとする。

【運動についての思考・判断】

- ・学習カードや資料等を活用して、学習計画を立てることができる。
- ・課題を把握し、解決方法について考えをまとめることができる。
- ・技の組み合わせを工夫してグループで練習することができる。

【運動の技能】

- ・回転系や巧技系の基本的な技ができる。
- ・技を組み合わせ、グループで表現することができる。
- ・タイミングを合わせ、且つダイナミックな動きができる。

【運動の知識・理解】

- ・マット運動の技の種類を理解する。

4 単元指導計画と評価規準

学習活動	時	評価項目			
		関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
単元の学習計画を立てる	1		資料等を活用して、学習計画を立てられる。		マット運動の技の種類を理解している。
回転系、巧技系の技の練習をする	2	技の習得を目指して練習している。	自分に合った練習方法を工夫できる。	回転系や巧技系の基本的な技ができる。	
集団演技の練習をする	2		技の組み合わせを工夫してグループで練習することができる。	技を組み合わせ、連続して表現できる。	

中間発表会を行う	2 本 時		技の組み合わせを工夫して演技を構成する。	タイミングを合わせ、且つダイナミックな動きができる。	
集団演技の練習を行う	2		自分たちに合った技を選び、組み合わせを工夫してグループで練習することができる。	技を組み合わせ、連続して表現できる。	
発表会を行う	1	グループの発表を行うことで、認め・励まし合うとともに、学習活動を振り返ることができる。		技を組み合わせ、連続して表現できる。	

5 本時の指導

(1) 目標

技の組み合わせを工夫して演技を構成する。

タイミングを合わせ、且つダイナミックな動きができる。

(2) 研究の視点との関わり

①「学ぶ意欲を高める指導」・・・目標

・ 集団演技のためのポイントを説明し、集団としての美しさを追求させる。

②「自ら学び自ら考える力を高める指導」・・・目標

・ 中間発表を通してグループの課題をつかみ、後半の練習方法を考えさせる。

③「基礎的な知識・技能を定着させる指導」・・・目標

・ 目標設定、課題把握、実践、評価を繰り返すことで知識や技能の定着を図る。

(3) 具体の評価規準

観点	A：充分満足できる	B：おおむね満足できる	支援を要する生徒への手だて
思考・判断	メンバーの特色を生かし、技の組み合わせを工夫して演技を構成する。	技の組み合わせを工夫して演技を構成する。	模範的な演技や技の構成について、想起させる。
技能	タイミングを合わせたり、動きをシンクロさせたりしてダイナミックな動きができる。	タイミングを合わせ、且つダイナミックな動きができる。	タイミングのとり方について助言する。

(4) 展開

段階	学習活動	指導上の留意点・支援	視点	評価観点・方法	教材・教具	
導入 10分	1 準備運動を行う ・ランニング ・ストレッチ ・縄跳び	・リーダーを中心に行動させる。 (上位) 2重跳び(下位) 長く継続	3		C D 縄跳び	
	2 挨拶	・元気に挨拶させる。				
	3 グループに分かれマット運動の基本的な技を練習する 前・後転,開脚前転・後転,伸膝前転・後転,倒立前転・後転倒立	・グループ毎に安全に配慮しながら練習させる。 (下位) 補助をつける。 (上位) 正確さを重視させる。				マット
	4 学習課題を確認をする	・学習課題を提示する。				グループカード
タイミングを合わせ、ダイナミックに表現しよう						
展開 35分	5 グループで課題について確認し合う	・グループでタイミングのとり方やどのような演技をすればダイナミックな表現ができるかを確認させる。	2	タイミングを合わせ、且つダイナミックな動きができたか。 技の組み合わせを工夫して構成されているか。	CD	
	6 グループごとに練習する	・集団としてのまとまりを意識させる。 ・タイミング、めりはりに注意させる。	1 3			
	7 グループの中間発表を行う	・後半のグループが発表する。 (下位) 見る視点を助言する。				
	8 評価する	・発表したグループは、自分たちの課題が解決されているかまとめさせる。 ・見学側も発表を見ての感想をまとめさせる。	2			
	9 グループごとに練習する	・評価結果を生かして演技を修正し、練習させる。				
終末 5分	10 学習のまとめと次時の課題を確認する	・自己評価させる。 (下位) 具体的な評価の視点を与える (上位) 次時の練習方法まで考えさせる	2		学習カード	
	11 挨拶をする	・元気に挨拶をさせる。				

上位：技が正確にできることや考えを発表できる生徒

下位：技ができない生徒や考えをまとめられない生徒