

## 第4学年 体育科学習指導案

日 時 平成22年6月10日(木) 5校時  
場 所 北厨川小学校体育館  
児 童 4年2組(男16名女16名計32名)  
指導者 本 田 菊 子

### 1. 単元名 レッツ チャレンジ! マット (B 器械運動 ア マット運動)

### 2. 目標

[関心・意欲・態度]

・きまりを守り友達と仲よく運動したり、進んで運動に取り組んだりしようとする。

[思考・判断]

・技のポイントについて考え、自分のめあてがもっている。

[技能]

・基本的な回転技と基本的な倒立技である壁倒立ができる。

### 3. 単元について

#### (1) 教材について

「器械運動」は、器械・器具を使った「技」に取り組んだり、それを達成したりしたときに楽しさや喜びを味わうことができる運動領域である。また、より困難な条件の下でできるようになったり、より雄大で美しい動きができるようになったりする楽しさや喜びがある。

マット運動は、基本的な回転技や倒立技の中から自己の能力に適した技に、易しい場や条件のもとで段階的に取り組んだり、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、技を組み合わせたったりして楽しむことができる運動である。

#### (2) 児童の実態について

昨年度、マット運動において前転や後転、腕立て横跳びこしを学習した。5月末のアンケートの結果、技ができると答えた児童は、前転23人、後転14人、腕立て横跳びこし24人であった。これは、教師ができると判断していた人数よりも多く、児童はちゃんとできていなくても、できたと思っているようである。壁のぼり倒立を学習してきて、壁倒立を紹介したところ、4年生の5月に不安定ながらも壁倒立ができた児童は、12人であった。2,3年生と続けて動物体操に取り組み、マット運動の基礎感覚も身につけてきている児童が多い。

しかし、運動に苦手意識があり、逆さの状態を怖がったり、自分の体重を支えられなかったりする児童も数名いる。体の柔軟性が低く、股関節が硬い児童も少なくない。

子どもたちは、技ができるようになりたいと考えている。しかし、技のポイントを考えたり、技の出来栄を高めるために練習したり、友だちと教え合ったりという力は十分とはいえない。

#### (3) 指導について

本単元で扱う基本的な回転技と壁倒立ができるようにするために、運動技能の段階的な指導を行う。指導の際は、技のポイントを考えさせ理解を深めさせたり、グループ練習で見合ったりさせながら、思考力や技能を身につけさせていきたい。

そこで基礎的な感覚や動きづくりをするために、単元を通して準備運動で「マットセットメニュー」を取り入れていく。「マットセットメニュー」では、①手足走り、②じゃんけん手押し車、③うさぎの足打ち、④動物体操の4つの基礎的な能力や感覚を養う易しい運動を行わせる。

単元の前半には、基本的な技を段階的に指導し、技がある程度できるようにする。単元の後半には、発展技である開脚前転、開脚後転、頭倒立、側方倒立回転の中から選択させて挑戦させたり、できる技を組み合わせたったりさせることで、意欲を高めていきたい。

グループは生活班を基本に技能や意欲を考慮した男女混合5~6名ずつの6グループを作る。単元を通して同じメンバーで運動することで、お互いの技能の向上やよさに気づいたり、教えあったりする力も育てていきたい。

【研究との関わり】

研究内容

① 教材および単元計画の工夫・改善

- ・単元を通してマットセットメニューに取り組ませることで、腕支持感覚や逆さ感覚、あご出し感覚などを身につけさせ、動きづくりをしていきたい。
- ・単元の前半には、基本的な回転技と壁倒立を段階的に指導することで、できた喜びを味わえるようにしたい。また、単元の後半には、発展的な技を選択させて挑戦させたり、できる技を組み合わせてさせたりさせることで、マット運動の楽しさを味わえるようにしたい。

② 運動技能ポイントの活かし方

- ・技のポイントを示し、そのポイントをもとに、全体でよい動きを見合ったり、グループ練習でお互いの動きを見合ったりと、みんなで学び合うのに使えるようにしたい。

③ 運動の特性に即した活動の取り入れ方

- ・基本の動きづくりをしていくことで、児童の技能を高めていきたい。
- ・出来栄えが段階的にわかるカードを準備したり、出来栄えを見合う場を設定したりして、「どこまでできているのか」を意識させていきたい。

4. 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
内容のまとめ との評価規準	<ul style="list-style-type: none"> <li>・器械運動に進んで楽しく取り組もうとする。また、互いに励まし合って運動をしたり、器械・器具の安全に気を付けて運動をしたりしようとする。</li> </ul> <p>(出典：国研)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の力に合った課題をもち、練習の仕方を工夫している。</li> </ul> <p>(出典：国研)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・マット運動、鉄棒運動、跳び箱運動の特性に応じた簡単な技能を身に付けている。</li> </ul> <p>(出典：国研)</p>
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> <li>・器械運動の楽しさを味わうために、自分の力に合った課題をもって進んで取り組もうとする。</li> <li>・友達と励まし合って運動したり、協力して器械・器具の準備・後片付けをしたりしようとする。</li> <li>・約束を守って安全に気をつけようとする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の力に合った技を選んでいる。</li> <li>・技のポイントについて考え、自分のめあてがもてている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の力に合った新しい技に取り組んだり、今できる技を繰り返したり組み合わせたりすることができる。</li> </ul>
学習活動における評価規準	<p>《1～4時間目》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・回転技や壁倒立ができることを目指し進んで取り組もうとする。</li> <li>・友達と励まし合って運動しようとする。</li> <li>・場やマット・補助具等の安全に気を付けようとする。</li> </ul>	<p>《1～4時間目》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・回転技や壁倒立のポイントを考えている。</li> </ul>	<p>《1～4時間目》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・回転技や壁倒立ができる。</li> </ul>

	≪ 5～7時間目 ≫ ・自分の力に合った技に、進んで取り組もうとする。 ・試技の開始前や終了後において安全に運動するための約束を守ろうとする。	≪ 4～7時間目 ≫ ・自分の力に合った技を選んでいる。 ・自分のできる技で組み合わせを考えている。	≪ 4～7時間目 ≫ ・3つの技を組み合わせることができる。 ・基本的な回転技の練習を活かして、発展技に挑戦することができる。
--	---	--	---

#### 4. 指導計画（7時間扱い）

時	1	2	3	4（本時）	5	6	7	
15   30  45	オリエンテーション 学習のねらい 学習の進め方 基本の動きづくりの運動の仕方 場づくりの説明 グループづくり	基本の動きづくりの運動（マットセットメニュー） ①手足走り②じゃんけん手押し車③うさぎの足打ち④動物体操						
		○習得を目指したスモールステップの学習				○発展技の選択学習や組み合わせの学習		○発表練習
		・前転	・前転 ・壁のぼり倒立 ・後転	・前転 ・後転 ・壁倒立	・前転 ・後転 ・壁倒立 ・横跳び越し	・開脚前転 ・開脚後転 ・頭倒立 ・側方倒立回転		○発表会
		・壁の前でのかえる足打ち						
	学習のふりかえり							

#### 6. 評価の計画

時間	主な学習活動	学習活動における具体的評価規準		
		A：十分満足と判断できる状況 B：概ね満足できる状況		運動の技能
		関心・意欲・態度	思考・判断	
1	・オリエンテーション。 ・学習の見通しをもつ。 ・授業の流れ等を把握し、授業の約束事を確認する。		・学習のねらいや進め方を理解し（A：見通しをもとうとし）ている。[発言内容・学習感想]	
2 ～ 4	・回転技と壁倒立の基礎的技能を身に付けるためのポイントを考える。	・きまりを守り、友達と仲よく（A：自ら進んで）学習に取り組もうとする。[観察] ・技のポイントについて教え合いながら（A：積極的に）練習しようとする。[観察]	・回転技や壁倒立ができるようにするための技のポイントについて（A：自分の体験や動きを基にして）考えている。[発言内容・学習感想]	

5 6 7	<ul style="list-style-type: none"> <li>回転技と壁倒立の基本的技能を身に付け、発表会をする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>技の組み合わせの楽しさや挑戦の喜びを（A：積極的に）味わおうとする。 [観察]</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>友達の動きの良いところを（A：具体的に）賞賛している。[発言内容・学習感想]</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>回転技や壁倒立が（A：安定した動作で）できる。 [観察]</li> <li>友達の前で（A：大きな動作で）発表を行うことができる。 [観察]</li> </ul>
努力を要する状況に対する支援の手立て	<ul style="list-style-type: none"> <li>安全の約束を具体的に教える。</li> <li>励ましたり、賞賛したりしながら学習に取り組ませる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>技のポイントを助言する。</li> <li>指導資料をもとにしながら、助言する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>補助する。</li> <li>段階的な場を用意する。</li> </ul>	

## 7. 本時の指導

### (1) 本時の目標

壁倒立のポイントについて考え、練習の際、自分のめあてがもっている。 [思考・判断]

### (2) 展開

段階	学習活動	時間	指導上の留意点 (○) 研究に関わる手立て (◎) 評価規準 (☆) 評価方法 (*)	用具資料
導入	1 整列・挨拶	15	○すぐに場づくりをし、終わり次第挨拶をさせる。 *観察	ノート 筆記用具 マット CD BGM
	2 マットセットメニュー ①手足走り ②じゃんけん手押し車 ③うさぎの足打ち ④動物体操		◎グループの友だちと楽しく、腕支持感覚や逆さ感覚などの基礎的な感覚と動きを身につけさせる。 ○腰が上がっていたり、足が高くあがったりしている児童を短い言葉で褒める。	
	3 振り返りマット		○一斉指導で、前時までの技を連続させたり組み合わせたりする。	
	4 スモールステップ練習		○一斉指導で、足上げヒヒーンの動きをしながら、壁倒立に必要な動きづくりをする。	

展 開	5 学習課題の確認 壁倒立のポイントを見つけよう。	25	○本時の学習課題や進め方について確認し、学習への意欲を高める。	学習カード 目型シート 紅白帽子
	6 ポイント学習		○グループ毎に、課題についての技のポイントを実際に動きながら考える。 ◎できている児童に壁倒立をさせ、全体でポイントの確認をする。 ☆ポイントを見つけているか。 *発言	
	7 グループ練習		○安全に気をつけて運動することを確認する。 ◎互いに技を見合いながら学習する中で、肘のブロックや足ピン、目などのポイントについて教え合うようにする。 ☆壁倒立のポイントを考えながら、自分のめあてがもてている。(思考・判断) *観察	
	8 出来栄発表会		○ポイントがしっかりできるようになった児童や、今日初めて壁に足が当たった児童などに発表させる。また、どのポイントができているのか見させる。	
終 末	9 学習のまとめ	5	○本時の学習を振り返り、ノートにまとめさせる。 *記述 ○わかったことや感想を発表させる。 ○できるようになった児童や、仲よく練習していたグループを賞賛する。	ノート 筆記用具
	10 挨拶、後片付け		○安全面に注意させながら、協力して素早く後片付けをさせる。	

(3) 場の設定

