

保健体育科学習指導案

日 時 平成20年7月4日(金) 1校時

学 級 2年1・2組男子 39名

授業者 多田 恵 慈

1 題材名 器械運動 「マット運動」

2 単元について

(1) 生徒観

2年1・2組の生徒は、「体育が好きだ」とする生徒の割合が高く、授業に意欲的に取り組もうとする生徒が多い。また、準備運動なども教科リーダーを中心にしっかりと行うことができる。「球技」のように勝敗や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。アンケート結果においても、39人中25人が「嫌い」「どちらかというと嫌い」と答えた。「嫌い」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」「苦手」などとなっている。このように、マット運動については、苦手意識や能力など個人差が大きく見られるが、自分の技術が上達したときや、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られる。

(2) 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、マット上で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も大切である。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も味わうことができる。

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、班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り組み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合わせたり、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、連続させたりするところ楽しさを味わわせたいと考える。

また、小集団での取り組みで学習を進めることで、技術習得の際の班内の関わり合いの深まりが期待できると共に、今できる技を磨き、新しい技に挑戦していく関心・意欲も高まっていくものと考えられる。さらに、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、組み合わせる息をそろえて演技していくことで、出来たときの楽しさだけでなく、完成させるまでの過程の中で養われる協調性や集団としての力も伸びていくものと思われる。

(3) 指導観

マット運動については、1年次に基本的な接転技群とそれらを組み合わせた連続技に挑戦している。しかし、本単元で扱うシンクロマットの学習は初めてとなる。そこで、第1時は、シンクロに関わる映像を見せて、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4時までは教師主導で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ても、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生きたい。

第5時から、班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班内における話し合いや、練習における教え合いや励ましあ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 自分の思いや考えをみつめさせ、自分を変えさせていく学び方の構想

(1) 「自分をみつめる」場の構想

体育において自分の姿をとらえるためには、自分の運動について、自己観察による自分の感覚と他者観察との比較を繰り返していくことで、客観的にとらえられるようになるだろうと考える。そこで今回は、他者との関わりを重視し、他人の視点から自分を見てもらい、そこから自分を見つめていくことにつなげていきたい。よって、「自分を見つめる」ためには、仲間とのかかわりが必要となる。そこで、ペア練習やグループ練習の中で、「試す→きく→見る→言う」というサイクルを学び方として定着させ、仲間同士の的確な相互評価から「自分を見つめる」ことができると考える。そのためには、仲間に対して温かい声かけをしたり、親切なアドバイスをするだけでなく、仲間の目標に合わせて厳しく要求したり、指摘することも必要であると考ええる。

(2) 「自分をみつめる」評価のあり方

自己評価するためには、自分の目指す姿を明確に持ち、実際の自分の姿を客観的且つ正確につかむことが必要である。そこで、自分の目指す姿を明確に持つために、本時に自分がどうしても達成させたい姿を「個人目標B」、目標Bが達成され、さらに高いところを目指すときの姿を「個人目標A」として設定させる。本時の中でどこまでできればいいのか自分で評価するために自分自身の評価規準を設定し、その自分自身の評価規準をもとに練習できているのかを、ペアやグループ内での評価をもとに、自分で評価を行うようにする。

4 単元の評価規準と指導の重点

	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
	<ul style="list-style-type: none"> 技がよりよくできたり、自分に適した新しい技を習得したりするマット運動の楽しさや喜びを味わおうとする。 施設や器具の安全を確かめたり、適切な場づくりや補助など、練習をするうえで周囲の安全に気を配ったりしようとする。 	<ul style="list-style-type: none"> 班に適した演技構成を考え、技を習得するための課題を設定している。 練習の進め方や場づくりの方法を選んだり、技のできばえを確かめたり、仲間との教えあいの方法を工夫しようとしている。 結果を元に自分の姿を振り返り、さらに技能向上に向けて練習の仕方を選ぼうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 班で考えた演技の技能を高めることができる。 班で考えたシンクロマットを息をそろえて行うことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> マット運動の楽しみ方や進め方、技の系、技群の構造などの技の系統性や発展性を理解している。 練習の仕方や場づくりの方法、練習計画の立て方、技のできばえの確かめ方を理解している。

5 指導計画（9時間）

- 1 オリエンテーション・ためしのシンクロマット・・・1時間
- 2 既習技の確認・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1時間
- 3 前転系の技のシンクロマット・・・・・・・・・・・・1時間
- 4 後転系の技のシンクロマット・・・・・・・・・・・・1時間
- 5 シンクロマット・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・4時間（本時2／4）
- 6 発表会・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1時間

6 本時について（第6時）

（1）目標

- ・班で考えたシンクロマットの演技を協力し合って練習することができる。（関心・意欲・態度）
- ・班で考えたシンクロマットの演技構成を考えながら、仲間と教え合いながら練習を工夫しながら取り組むことができる。（思考・判断）
- ・試しの発表に向け、班で考えた演技を息を合わせて行うことができる。（技能）

（2）指導の構想

本時は、班毎に演技構成を考えてシンクロマットを行う2時間目である。

前時には、技の順番、タイミング、方向などの視点を与え、演技構成を考えさせて練習に取り組んでいる。

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

展開部分では、まずは班毎にミーティングを行い、班の演技構成の確認をし、自分の役割を確認する。そして、シンクロマットの構成種目の練習を班内で行う。この時点では、個人での種目練習を中心に行わせる。一つ一つの技が正確にできているのか、班の中で見てもらい、自分を見つめることとしたい。

その後、班毎に演技構成を意識しながら、シンクロマットの練習を進めていく。その際に、班の中での教え合い学習を中心に進めさせる。その後、班毎にまたミーティングを行い、息を合わせて演技を行うために必要なポイントを確認させる。その後、班毎にミニ発表会を行わせる。発表会で見ている班は、見終わった後にアドバイスできるように、見る視点をしっかりと持たせる。練習や他の班からのアドバイスをもとに自分たちの演技が高まっていくことを感じさせたい。

最後に、自己の評価規準と照らしあわせ、授業前の自分の姿をもとに、課題を通して自分が変容した部分を客観的に振り返らせる。

（3）具体的評価規準

観 点	おおむね満足できると判断できる状況（B）	十分満足できると判断されるキーワード（A）	努力を要する生徒への支援の手立ての例	評価の方法
運動や健康・安全への関心・意欲・態度	・シンクロマットで班内のメンバーとお互いに協力し合って練習しようとしている。	・仲間への声かけ ・練習内容	・サポートと声かけ	・練習の観察
運動や健康・安全についての思考・判断	・班に適した演技構成を考えたり、課題解決に向けて補助具や練習の場を工夫しながら取り組むことができる。	・班内での積極的な意見交換 ・仲間への効果的なアドバイス	・班の課題を確認させる。 ・必要な練習方法の提示	・練習の観察 ・学習プリントへの記述内容 ・発言
運動の技能	・班で考えた演技を息をそろえて行うことが出来る。	・演技のタイミング ・演技のメリハリ	・演技構成を確認させる。	・練習の観察

