

第1学年 保健体育科学習指導案

日時 平成16年10月1日(金)
学級 山田町立山田中学校
1年4・5組女子35名
場所 体育館
指導者 松村 君子

1, 単元名 器械運動 (マット運動)

2, 単元について

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が大切である。また、種目の特性から各自の課題設定の段階で、自己の能力を適切に判断した上で種目選択をしていくことが大切な種目である。

自己観察と他者観察の情報をもとに自分の運動と他の運動との比較がなされ、相違点や共通点が明確になってくる。器械運動の直接の目的は、運動それ自体の良否にあるので、このような観察の結果、よい運動の表象が形成されていく。

3, 生徒について

多くの生徒は、「できる・できない」にかかわらず体を動かすことが好きであり、体育も好きだと答えた生徒が多く、いろいろなことに挑戦しようとする。

器械運動のように練習課程で痛みや恐怖感を覚えたりする種目は、嫌う傾向にありがちである。アンケート結果においても、35人中25人が嫌いだと答えた。マット運動については、苦手意識や能力等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。

4, 指導と評価の構想

(1) 一斉学習によりマット運動での基礎的・基本的技能を身につけるとともに、グループ学習の中でお互いに補助し合ったり助言し合ったりしながら、生徒一人一人の技能の向上を図り、グループ内で協力することの大切さを学ばせる。

(2) 一人一人の良い点や改善点、進歩の状況などを評価するため、個人内評価を工夫する。(自己評価・相互評価)

(3) 今できる技能をより上手にできるように意識させ、さらに個の能力に応じた新しい技に積極的に挑戦するように課題を設定させ、練習方法や場の設定を工夫する。

5, 単元の目標

- (1) 自己の能力に適した各種の技に挑戦し、仲間と協力して安全に練習できる。
(関心・意欲・態度)
- (2) マット運動の練習や発表会において自己の能力に適した技を選んだり、課題を持っている。(思考・判断)
- (3) 自分で選択した技がよりよくできる。(技能)

6, 指導と評価

時	おもな学習内容	学習における具体の評価規準		
		運動や健康・安全への関心・意欲・態度	運動や健康・安全についての思考・判断	運動の技能
第1時	・オリエンテーション ・前転、後転	・マット運動の特性に興味を持ち、進んで学習に取り組んでいる。		・各種の技が正しくできている。
第2時	今できる技を確認しよう。 ・前転 ・後転 ・側転 ・開脚前転 ・開脚後転 ・伸膝前転 ・伸膝後転 ・倒立 ・倒立前転 ・前方倒立回転 ・後転倒立 ・側方倒立回転 新しい技に挑戦する。	・器具の安全を確かめたり、適切な場づくりや補助など、周囲の安全に気を配り練習している。		・各種の技が正しくできている。
第3時			・技のポイントを押さえた練習を工夫することができる。	・各種の技が正しくできている。
第4時				・各種の技が正しくできている。
第5時本		・お互いに協力しながら学習している。		・いくつかの技をつなげることができる。
第6時		・仲間と協力して教え合ったり、練習の場を整えたり、補助し合って進んで練習に取り組んでいる。	・自分の能力に適した技を選び、課題を持つことができる。	
第7時		・仲間と協力し、より安全に練習に取り組むことができる。		・今できる技や新しく身につけた技を組み合わせてできる。
第8時		・より高度な技に取り組もうとしている。		
第9時		・演技発表会 ・まとめ	・技がよりよくできたときの楽しさや喜びを味わおうとし、互いの頑張りを評価している。	

7 本時について (第5時)

(1) 本時の目標

- ・いくつかの技をつなげることができる。(技能)
- ・お互いに協力しながら進んで練習したりすることができる。(関心・意欲・態度)

(2) 具体の評価規準

	A：十分満足できる	B：おおむね満足できる	C：努力を要する
技能	一つ一つの技が正確にでき、技のつながりがスムーズにできる。	一つ一つの技がある程度正確にでき、連続してできる。	一つ一つの技のできが不十分である。 = 技のポイントを確認させ、補助の仕方や用具を工夫し、練習させる。
関心・意欲・態度	教え合い、励まし合いながら進んで練習をしようとする。	お互いに協力しながら進んで練習をしようとする。	進んで取り組む姿勢が不足している。 = 積極的に声を掛け援助を行う。

(3) 展開

	学 習 内 容	指導と評価(配慮事項)
導 入 (10)	1、準備 集合整列、体操、補強運動、あいさつ、健康観察 2、前時の復習	・教科リーダーを中心に準備を行い、授業に対する心構えや意欲、健康、安全に対する意識を高める。 ・前時までの学習事項を確認させる。
展 開 (30)	3、連続技の組み合わせ方を説明する。 4、一つ一つの技の練習 5、演技の組み合わせ練習 ・練習内容を確認 6、発表会	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center; margin-bottom: 10px;"> <p>連続技に挑戦しよう。 ~いくつかの技をつなげてみよう~</p> </div> 学習課題を示し、技の組み合わせを説明し課題を把握させる。 能力の高い生徒の模範を見せ、スムーズな技の流れのイメージを持たせる。 各自つながりなしで一つ一つの技に取り組みさせる。 <技>(カード・観察) 本時の練習のポイントを確認する。 連続技に取り組みさせる。 グループごとに練習し互いに技の出来について指摘し合う。(技が正確か、技のつながりがよりよくできているか) <技>(観察・カード) <関>(観察・カード) グループに分かれ、発表会を行う。 ・各自の技のつながりがよりよくできているか <技>(観察)
終 末 (10)	7、学習の振り返り 8、整理運動 9、用具の片付け・あいさつ	・学習カードを使い本時の学習を観点ごとに振り返り、数名の生徒に感想を発表させ、次時の授業への意欲づけを図る。 ・練習で使った筋肉をほぐすような運動を行うにする。 ・協力してかたづけをさせる。

