

第6学年 体育科学習指導案

指導者 野村 信嗣

場 所 体 育 館

1 単元名 「目指せ！マットマスター」（器械運動 マット運動）

2 学年・組 第6学年2組 27名

3 単元目標

【技能】

○基本的な回転技や倒立技を安定して行うとともに、その発展技を行ったり、それらを繰り返したり組み合わせたりすることができる。

【思考・判断】

○自分にあつためあてをもち、そのめあてを達成するための活動の仕方や、技の組み合わせ方を工夫できるようにする。

【態度】

○運動に進んで取り組み、約束を守り助け合って運動したり、場や器械・器具の安全に気を配ったりしようとする。

4 単元の評価規準

【運動や健康・安全への関心・意欲・態度】

○器械運動の楽しさや喜びに触れることができるよう、進んで取り組むとともに、約束を守り助け合って運動しようとしたり、運動する場や器械・器具の安全に気を配ろうとしたりしている。

【運動や健康・安全についての思考・判断】

○自分の力にあった課題の解決を目指して、練習の仕方や技の組み合わせ方を工夫している。

【運動の技能】

○繰り返したり組み合わせたりするための自分の力に合った安定した基本的な回転技や倒立技、及びその発展技ができる。

5 単元について

(1) 運動の特性（子どもたちに味わわせたい楽しさや喜び）

- ・技を身に付けたり、新たな技に挑戦したりする楽しさや喜び。
- ・日常生活の中であまり経験しない回転・支持・バランスといった運動を中心に行うことで身体をコントロールする能力やそれに必要な筋肉を身に付ける楽しさや喜び。
- ・身体をしっかりと支えて回転や倒立をしたり、膝やつま先を伸ばして回転したりするなど、より雄大で美しい動きができるようになる楽しさや喜び。
- ・自分の力にあった技を選んだり、練習の場や方法を工夫したりして活動の仕方を工夫できる楽しさや喜び。
- ・仲間と励ましあったり教えあったり補助あったりして協力して運動に取り組む楽しさや喜び。

(2) 児童の実態

体育が「楽しい」と感じるときは、「できなかった技や動きができるようになった時」が22名で最も多かった。次に「新しい技や動きを学習した時」と続いている。技の習得に喜びを感じることがわかる。また、もっと体育が楽しくなるためには、どのようにしたらよいかという質問には、「友達同士の教え合いを多くしながら学習する」という項目が多かった。友達とのかかわり合いが、意欲的に学習に参加することにつながると感じられた。

技能面から、回転系の技は半分以上の児童ができる項目がほとんどであった。だが、倒立系の技はできる児童が数名と少ない結果だった。倒立系の技を重点的に復習しながら、技を繰り返したり組み合わせたりして楽しめるようにしたい。

(3) 本単元の学び合いの姿とそれを支えるための手立て

本単元で子どもたちに身に付けさせたい姿は、「教師の言葉かけや資料をもとにして、友達と学び合い、高め合っている姿」である。それを支えるために次のような手立てを考えている。

- 同じ技でも技能の高い技の方がきれいに見えることや、一人の技より複数で組み合わせるほうが雄大に感じることを映像や手本を見せて、児童がイメージできるようにする。
- 自分の動きを正しくとらえるためにタブレット端末を活用する。友達に自分の技を撮影してもらい、その場で友達と一緒に見て、技を確認したりアドバイスをしあったりすることで、自己評価力、他者評価力を高めていきたい。

(4) 視聴覚機器の体験状況

- 静止画や動画を撮るために、デジタルカメラを使用した経験はある。
- 跳び箱の授業の中で、ノートパソコンとウェブカメラを使ったタイムシフト再生で自分の動きを確かめた経験は少しある。
- 学習の中で、タブレット端末を操作した経験はない。

(5) テーマにせまるための手立て

研究テーマ

主体的に情報をつかみ、意欲的に情報を生かして学習していく児童を目指して

45分間の授業の中で、一人一人を見取り、全ての子どもたちに支援をすることは、容易なことではない。子どもたちが自ら課題を見つけ、友達と課題を共有し、アドバイスしあうことで、技能を高めることができると考えられる。課題解決を支援するために、今回はタブレット端末を取り入れる。模範映像（情報）や、撮影した自分の動き（情報）を正確につかむことで、自らの課題がはっきりし、さらに意欲的に運動に取り組むことができる。運動量確保や児童の実態等も考え、必要に応じてタブレット端末を活用していきたい。

6 単元計画（7時間）

	学習活動と内容	指導（○）と評価（◇）
はじめ ① ②	<p>マットマスターになるための学習の進め方を知り、学習の計画を立てよう。</p> <p>1 本時のめあてを確かめる。</p> <p>①回転系の技について知り、今の自分の力を確かめよう。 ②倒立系の技について知り、今の自分の力を確かめよう。</p> <p>2 場や用具の準備をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 引きずらないように運び、マットの耳をしまう。 ・ マットを二つ折りにし、二人で運ぶ。 ・ 前の人が合図をしてから次の人が始める。 ・ マットの上を横切ったり乗ったりしない。など <p>3 準備運動と慣れの運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 手首・足首・首・股関節などのストレッチ ・ 動物歩き、あざらし、尺取虫、ゆりかご、背支持倒立、かえるの足うち、川跳び、かべ登り <p>4 基本的な技を確認する。</p> <p>① 前転、開脚前転、大きな前転、とび前転、後転、開脚後転、伸膝後転</p> <p>② かべ倒立、補助倒立、三点倒立、腕立て横跳びこし、側方倒立回転、倒立前転、倒立ブリッジ</p> <p>5 基本的な技を試し、自分の力を確認する。</p> <p>6 本時の振り返りをして、次回のめあてを決める。（学習カードの記入）</p> <p>7 整理運動をして片づけをする。</p>	<p>○技の繰り返しや組み合わせなどの動画を用意し、視聴する。</p> <p>○約束を守り、安全に気を付けながら準備ができるよう、声をかける。 ◇安全に気を配って準備している。（関）</p> <p>○手首や首を十分にほぐせているか、声をかけながら確認する。</p> <p>○手のつき方（もみじの手）や目線の位置（腕支持系と回転系で異なる）などポイントをおさえて指導する。</p> <p>○それぞれの技の一番よい状態を示し、児童がイメージできるようにする。</p> <p>○取り組む技が児童の実態に合っているかを確認する。</p> <p>○マット運動に関するの基本をおさえるようにする。 ◇マット運動についてのきまりを守り、安全に運動をしようとしている。（関）</p> <p>○首、手首など使った部位を中心にストレッチをし、けがの有無を確認する。 ◇友達と協力しながら片づけをしている。（関）</p>

<p style="writing-mode: vertical-rl;">なか ③ 本時 ④ ⑤ ⑥</p>	<p>自分に合った課題をもって、回転技や倒立技、技の繰り返しや組み合わせに取り組もう。</p> <p>1 本時のめあてを確かめる。</p> <p>③【本時】今できる技を高めたり、できそうな技を習得したりするポイントを理解し、友達と見合いながら取り組もう。</p> <p>④つま先や目線などを意識しながら、より美しく、正確に、ダイナミックな演技になるように取り組もう。</p> <p>⑤技のつなぎ方を理解し、技の繰り返しや組み合わせを意識して取り組もう</p> <p>⑥発表会に向けて、スムーズな技の組み合わせを意識して取り組もう。</p> <p>2 場や用具の準備をして、マット運動に適した準備運動と慣れの運動をする。</p> <p>3 チャレンジタイムを行い、技を高めたり、技を繰り返したり組み合わせたりする。</p> <p>4 本時の振り返りをし、高まった技のポイントを共有する。</p> <p>5 整理運動をして片づけをする。</p>	<p>○個のめあての達成に向け、視聴覚教材(タブレット)や補助用具をいつでも使えるように準備し、必要に応じて全体やグループに紹介していく。</p> <p>○慣れの運動の中で、腕支持の力や回転の感覚、足の引き付けなど基本的な感覚や動きが身に付けられるようにする。また、何に気をつければよいのかポイントを全体に指導し、共有できるようにする。</p> <p>○前時までの様子や学習カードなどから児童の実態とめあての確認をしておき、必要に応じて声をかける。</p> <p>○それぞれの取り組んでいる技に合わせ、つなぎ方のバリエーションを助言する。</p> <p>◇自分の力にあった課題の解決を目指して、練習の仕方や技の組み合わせ方を工夫している。(思)</p> <p>○児童の伸びを見取って称賛したり、必要に応じて全体に共有したりする。</p> <p>◇自分の力に合った安定した基本的な回転技や倒立技ができる。(技)</p> <p>○首、手首など使った部位を中心にストレッチをし、けがの有無を確認する。</p> <p>◇友達と協力しながら片づけをしている。(関)</p>
<p style="writing-mode: vertical-rl;">まとめ ⑦</p>	<p>マットマスター発表会しよう。</p> <p>1 本時のめあてを確かめる。</p> <p>⑦高まったり身についたりした技のポイントを意識して演技し、友達のよさや自分の成長を見つけよう。</p> <p>2 場や用具の準備をして、マット運動に適した準備運動と慣れの運動をする。</p> <p>3 演技の練習をする。</p> <p>4 発表会を行う。</p> <p>5 本時の振り返りをし、整理運動、片づけをする。</p>	<p>○一人ひとりの伸びを見取り、称賛し、充足感がもてるような声かけをする。</p> <p>◇自分の力にあった課題の解決を目指して、練習の仕方や技の組み合わせ方を工夫している。(思)</p> <p>◇繰り返したり組み合わせたりするための自分の力に合った安定した基本的な回転技や倒立技ができる。(技)</p>

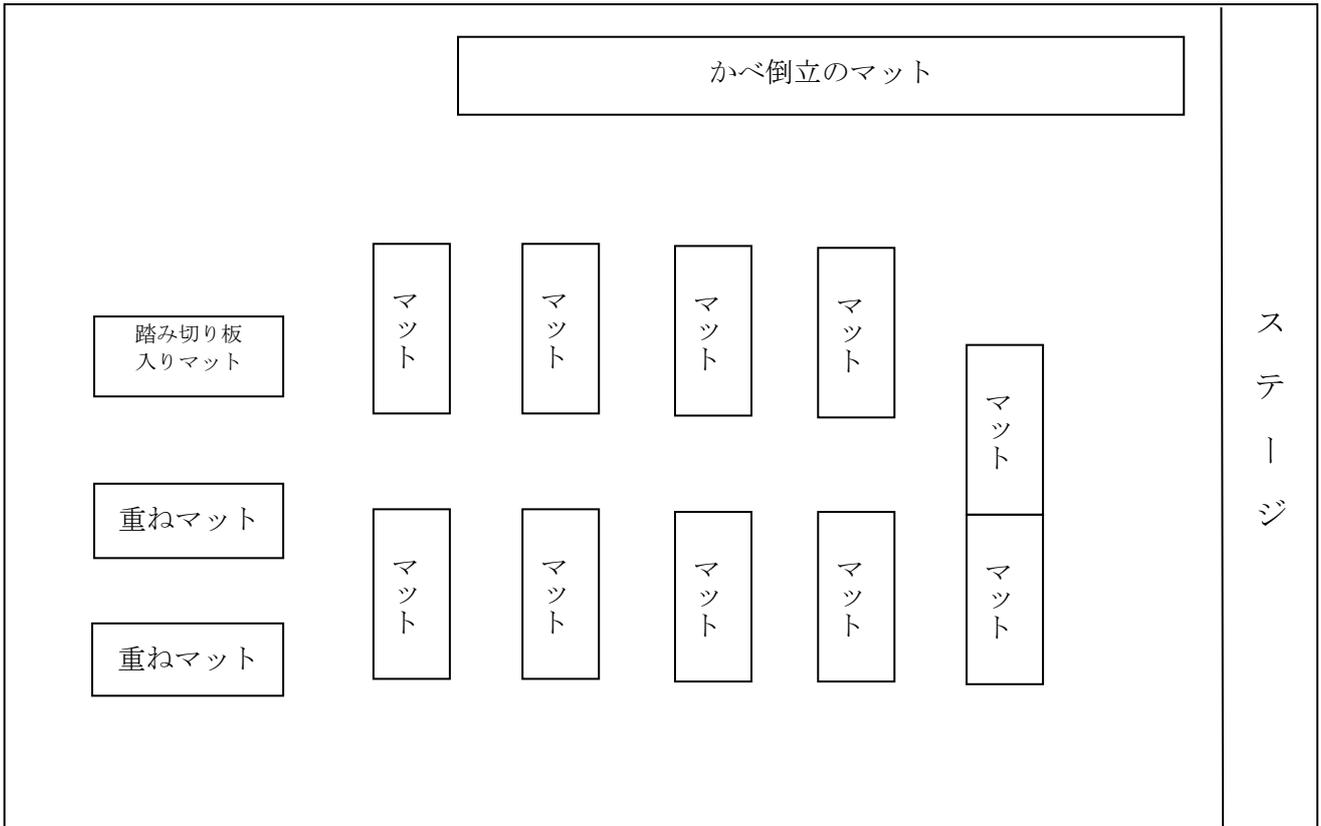
7 本時目標

- 今できる技を高めたり、できそうな技に取り組んだりして、自分の演技を高める。

8 本時展開 (3 / 7 時間)

学習活動と内容	指導 (○) と評価 (◇)
<p>1 本時のめあてを確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>今できる技を高めたり、できそうな技を習得したりするポイントを理解し、友達と見合いながら取り組もう。</p> </div> <p>2 場や用具の準備をする。</p> <p>3 準備運動・慣れの運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手首・足首・首・股関節などのストレッチ ・動物歩き、あざらし、尺取虫、ゆりかご、背支持倒立、かえるの足うち、川跳び、かべ登り <p>4 チャレンジタイムで、できる技を上達させたりできそうな技に挑戦したりする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・重ねマットやマットの角を使って開脚前転の練習 ・かべ倒立で倒立練習 ・踏み切り板を使った回転系の技練習 ・視聴覚機器を使って自分の技能の確認 ・できる技を繰り返したり組み合わせたりする。 <p>6 学習の振り返りをし、高まった技のポイントを全体で共有する。</p> <p>7 整理運動をしたあと、活動の場や用具を片付ける。</p>	<p>○安全な場を設定できているか確認する。</p> <p>◇器械・器具の安全に気を配っている。(関)</p> <p>○「回転技」と「倒立技」の両方に取り組むように声をかける。</p> <p>○めあてによって場を選択できるように助言する。</p> <p>○効果的な補助をしたり、模範を示したりする。</p> <p>◇自分のめあての技を安定して行うことができる。(技)</p> <p>○組み合わせにつながるように、技の終わりが次の技の始めになるように助言する。</p> <p>○技を高める児童には、よりスムーズに、正確に、美しく、大きく、アクセントやリズムをつけてできるように声をかける。</p> <p>◇取り組む技のポイントを理解している。(思)</p> <p>◇約束を守り、友達と助け合って練習している。(関)</p> <p>○学習カード記入の様子を見回り、振り返りができているか確認する。</p> <p>○けががないか声をかけながら行う。</p>

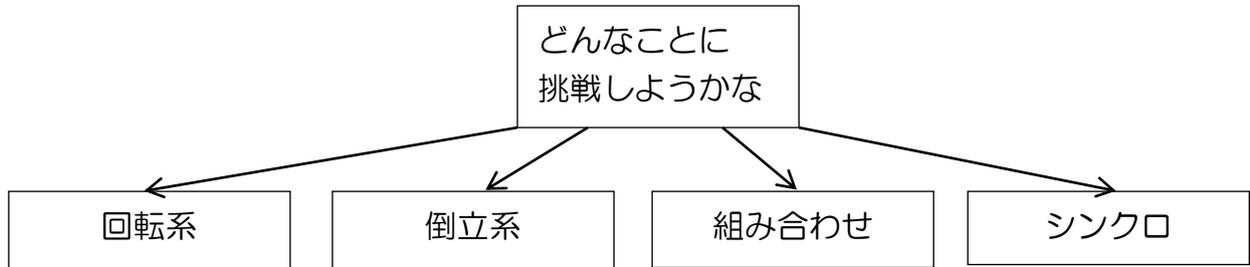
9 場の設定



目指せ！マットマスター学習カード

6年 2組 番()

1 技について確かめよう

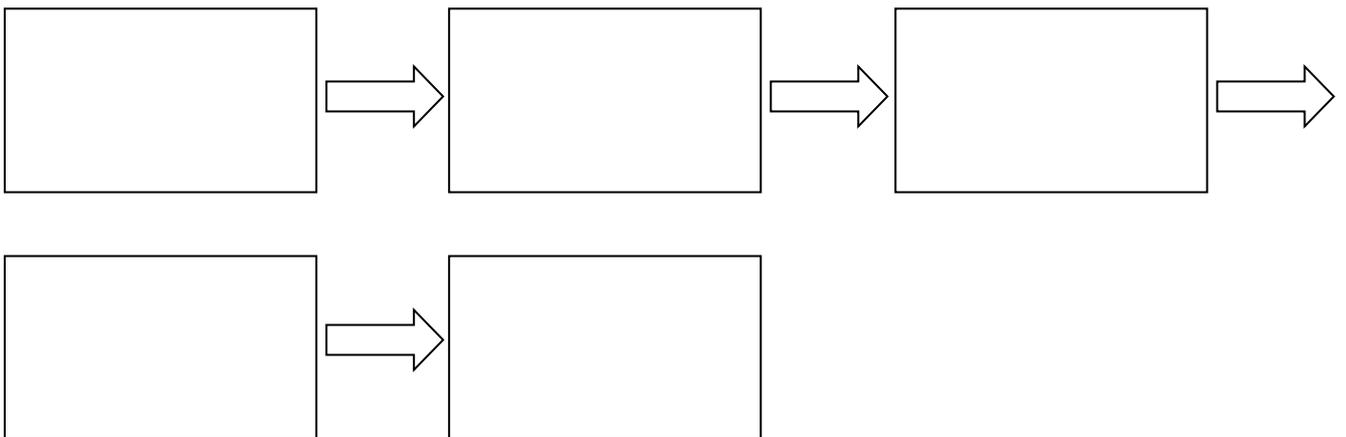


回転系・・・前転、大きな前転、後転、開脚前転、開脚後転、伸膝経過前転、伸膝後転、跳び前転 など

倒立系・・・かべ倒立、三点倒立、補助倒立、側方倒立回転、ロンダード、倒立前転 など

つなぎ・・・足クロス、回転ジャンプ、T字バランス、Y字バランス、V字バランス など

2 マットマスターになるための組み合わせ



3 学習を終えての感想

	例	1	2	3
	月 日()	月 日()	月 日()	月 日()
めあて ～したい。 そのために ～に気をつける。 ～をする。	開脚前転ができるようになり たい。 そのために、 重ねマットで脚を開くタイミ ングを身に付ける。	【回転系チェック】	【倒立系チェック】	【技を高める】
今日の学習を 振り返って ・がんばったこと ・楽しかったこと ・困ったこと	脚を開くタイミングが分かっ た。次回はひざがぴんと伸び るように意識してがんばりた い。			
友達のよかったところ まねしたいところ	〇〇さんの技が、つま先まで 意識してできていて美しい。			
安全に気を付けながら マット運動をし、準備 片付けもできた。	◎			
楽しみながらマット運 動に進んで取り組んだ	○			
友達とはげまし合って 取り組んだ。	◎			
マット運動の技能が伸 びたと思う。	○			

	4	5	6	7
	月 日 ()	月 日 ()	月 日 ()	月 日 ()
めあて ～したい。 そのために ～に気をつける。 ～をする。	【技を極める】	【技のつなぎ】	【スムーズな組み合わせ】	【発表会】
今日の学習を 振り返って ・がんばったこと ・楽しかったこと ・困ったこと				
友達のよかったところ まねしたいところ				
安全に気を付けながら マット運動をし、準備 片付けもできた。				
楽しみながらマット運 動に進んで取り組んだ				
友達とはげまし合って 取り組んだ。				
マット運動の技能が伸 びたと思う。				

