

1. はじめに

マット運動は、いろいろな方向へ回ったり、転がったり、手で体を支えるなど、日常の動きとは異なる動きを体験できる楽しい運動遊びである。いろいろな動きに取り組む中で、できなかった動きができるようになったり、より上手にできるようになったりしたときの楽しさや喜びを感じることができる。様々な動きにチャレンジし、身につけようと意欲的に運動する中で、友達に補助してもらったり励ましてもらったりするなど、友だちとの関わりを深めることができるよう単元を設定した。

本学級の児童は、体育学習には積極的に取り組んでいる。マット運動に対して、いろいろな技にチャレンジできるので好きだと感じる児童が多いが、中には苦手意識や恐怖心をもつ児童もいた。学習中では、友だちと協力しながら意欲的に学習に取り組む児童が多い。しかし、友だちの課題に対しての言葉かけは教師からの支援が必要であり、児童相互の関わりは十分とはいえない。

本単元では、児童がもっとやりたいと思えるような場を工夫することを考えた。易しい場から難しい場を用意し、いろいろな動きにチャレンジできるようにした。また、技の一つ一つに妖怪の名前を付け、意欲的に取り組めるようにした。技のコツの視覚化を図ることで、児童が互いの技を見合ったり、教え合ったりすることができるように考えた。

2. 指導の実践（全8時間）

(1) 単元計画について

単元の前半では、基本的な技の習得を目標として、グループでいろいろな技をローテーションで体験したり、児童自身でやりたい場を選択したりして取り組んだ。様々な動きができるように7つの場を毎時間用意した。後半では、習得した技をグループで見合ったり、教え合ったりする活動をした。

「ようかいメダルチャレンジ」として、グループ全員でようかいメダルをゲットする活動を取り入れ、楽しんで活動できるようにした。

時間	1	2	3	4	5	6	7	8
学習内容	オリエンテーション ・学習の進め方 ・慣れの運動の仕方 「ねこちゃん体操」(かめ、ブリッジ、アンテナ) ・用具の準備の仕方 ・学習のまとめ	集合・整列・挨拶・用具の準備・慣れの運動						
		・前転がり (アカマル) ・後ろ転がり (すねこすり) ・川跳び (メラメライオン) ・側転につながる動き (オニガマ) ・うさぎの足打ち (USAぴょん) ・壁のぼりさかだち (ぬりかべ)	◎グループで教え合って練習する。 ・前転がり (逆さか、長マット、台上前転) ・後ろ転がり (坂、溝) ・壁のぼりさかだち ・側転につながる動き ◎ ようかいメダルを ゲットしよう。					ようかいマスター 発表会の準備・練習 ようかいマスター 発表会
	学習のまとめ・次時の予告・挨拶・後片付け							

(2) 指導の工夫

①ねこちゃん体操（「教育技術 Mook マット指導（小学館）」より引用）

毎時間、準備体操として「ねこちゃん体操」を行った。「ねこちゃん体操」では、しっかりと手で体重を支えることをねらいとした。「側転につながる動き」、「うさぎの足打ち」、「壁のぼりさかだち」につながる動きになるよう意識して行った。

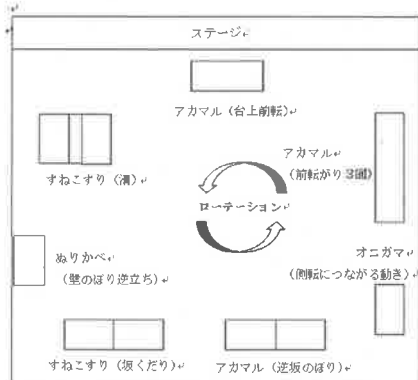


ねこちゃん体操

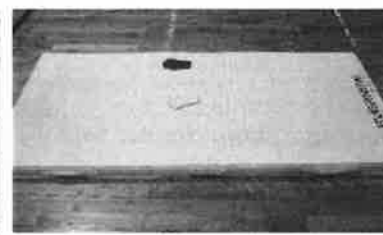
②場の設定

単元の前半の場では、前転がり、後ろ転がり、腕で体を支持する技で、7つの場を作った。グループでローテーションしながら、すべての場を回り、その後に自分で練習したい場を選び、技の習得を図った。場は、易しいものから難しいものを用意し、意欲的に活動できるようにした。後半では、「ようかいメダルチャレンジ」として、前半に練習した技にグループでチャレンジし、技ができるとそのようかいのメダルがゲットできるようにした。児童は、グループでようかいメダルをゲットするために、時間いっぱいいろいろな技にチャレンジしていた。

また、視覚的支援として手を置く場所に手形やビニールテープを貼り、練習する際や技を見合う際に、できばえの目安となった。



前転がり（台上前転）



側転につながる動き

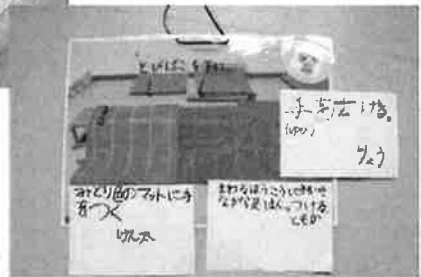
① 学習カード

毎時間の最後に学習カードの記入を行った。友だちに教えてもらって技ができたことを書いた児童に感想を発表させることで、教え合いのよさを全体に伝えることができた。また、技のコツを発表させ、どのようにしたら上手に技ができたかを共有することができた。

★どうでしたか 【◎、○、△】				
楽しかった	じゅんぴ・かたづけをがんばった	ともだちにおしえた	ともだちにおしえてもらった	じょうずになった
◎	◎	○	△	◎
今日わかった うまくなるコツ				
前回りめと後ろ回りめはあへて見ている				
かんそう				
おへそを見たらとてもじょうずになりました。				
うさぎはさかをよからたりおたりするのてこつを五つ				
い上見つけたいです。				

② コツカード

児童が見つけた技のコツ(学習カードに書いたもの)をもとに、技のコツカードを作った。児童自身の言葉でコツを書くことで、分かりやすい表現でまとめることができた。コツカードをそれぞれの場に置き、場に応じた技のコツがすぐに確認できるようにした。児童の中には、できなくて困っている友だちにコツカードを見ながら教えている姿も見られた。単元の前半では、「私たちの体育」も活用し、コツを確認してから取り組むようにした。



3. 成果と課題

【成果】

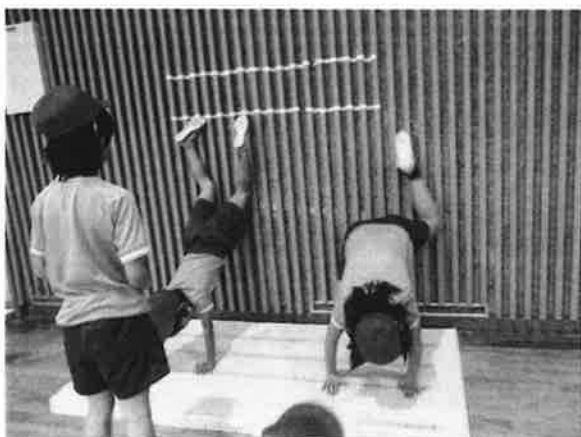
- ・「マットあそび」の振り返りの感想から、ほとんどの児童が、マットあそびが楽しかったと答えていた。
- ・準備や片付けでは、準備するものが分かるように写真で提示することで、スムーズに準備・片付けができていた。後半になると、自分のグループができると、他のグループを手伝う姿も見られた。
- ・いろいろな場を設定したことにより、児童は飽きることなく、楽しんで活動していた。難易度も様々あったので、意欲的に難しい場に挑戦する児童もいた。

【課題】

- ・グループによってわざをチェックする基準があいまいだった。場を設定する時から、明確なねらいが必要であり、児童同士で見合うポイントを明確にすることが大切であった。
- ・グループでの関わりができていないところもあった。どのような言葉かけをすればいいのかを児童自身が分かりやすいものに改善する必要性を感じた。

【児童の感想より】

- ・グループのみんなが教えてくれるから、ぼくもいろんな人に教えてあげようと思って頑張りました。
- ・側転はうまくなるコツを見つけたから、前よりもできるようになりました。
- ・できなかった時には、友だちが「おいしいね。」や「もう少しでできたよ。」と言ってくれて嬉しかったです。
- ・さいしょは、〇〇ができなかったけど、〇〇さんが教えてくれたので、上手になりました。
- ・いろんな種類の技ができたので楽しかったし、友だちのいいところをたくさん見つけることができました。
- ・むずかしくて、何度も失敗したけどグループの友だちが優しく教えてくれたり、手伝ったりしてくれて嬉しかったです。おかげですり（後ろ転がり）ができるようになりました。あと、ぬりかべ（壁逆立ち）で、倒れそうになった時に友だちが支えてくれて嬉しかったです。



前転がりは、しっかりとマットに手をつくことが大切なんだね。