

4 学年 1 組 体育科学習指導案

令和 2 年 1 1 月 2 0 日（金） 6 校時

指導者 岩美町立岩美北小学校

坂本 啓一

1 単元名 マット運動

2 授業づくりの構想

(1) 運動の持つ特性

- マット運動は、様々な動きに取り組んだり、自己の能力に適した技や発展技に挑戦したりして技を身に付けたときに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。また、連続した技ができるようになったり、より美しい動きができるようになったりすることで達成感を味わうことができる運動である。
- 低学年でのマットを使った運動遊びで身につけてきた動きや運動感覚をもとに、回転系や巧技系の技に取り組み、自分の能力に適した技ができるようにする運動である。
- 学習者が、自己の能力に適した課題を見つけ、工夫しながら活動に取り組むことで、友だちと共に技を教えあったり、協力したりして、友だちとの関わりを広げることのできる運動である。

(2) 児童の実態

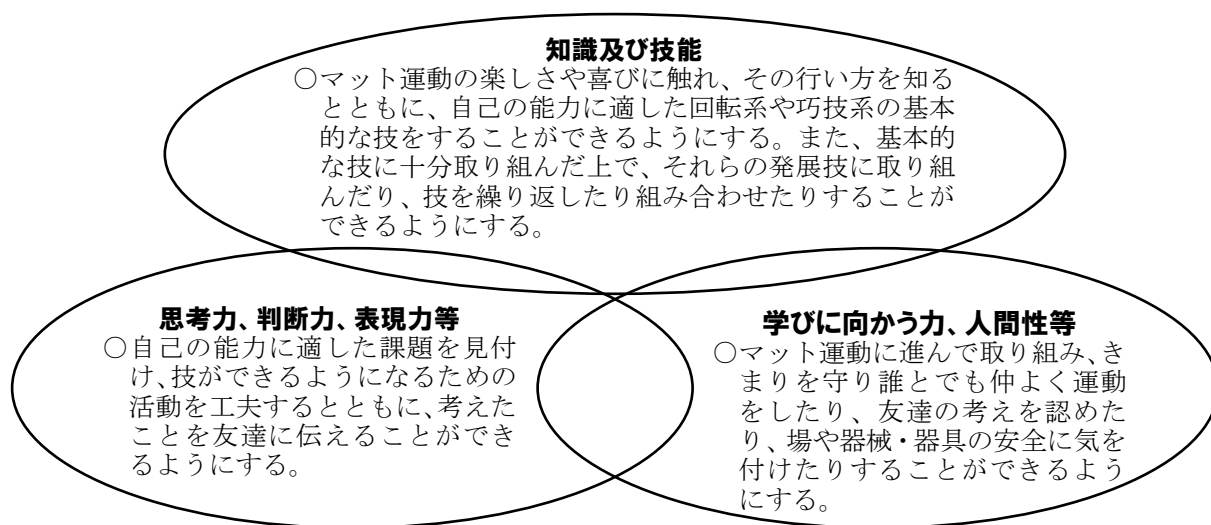
- 本学級（21名）は、運動に親しむ習慣がある児童が多く、事前アンケートでは、89%の児童が体育に対して肯定的に捉えている。
- マット運動に対して肯定的な回答は、67%にとどまっている。肯定的な意見には、新しい技を習得できたことが多く見られた。否定的な意見では、技が習得できないことに難しさを感じている意見が多かった。
- 技の習得についての意識では、繰り返し練習をすることを挙げる児童が多かったが、友達にコツを教えてもらったことを挙げる児童も複数名あった。
- 3年生の学習では、前転よりも後転を苦手とする児童が多かった。

(3) 運動（学習内容）の系統性

第1・2学年	第3・4学年	第5・6学年
B 器械・器具を使つての運動遊び 【イ マットを使った運動遊び】 ○いろいろな方向への転がり、手で支えての体の保持や回転をすること。 ・ゆりかご ・前転がり ・後ろ転がり ・だるま転がり ・丸太転がり ・背支持倒立 ・うさぎ跳び ・かえるの足うち ・かえるの逆立ち ・支持での川跳び ・壁のぼり逆立ち ・ブリッジ など	B 器械運動 【ア マット運動】 ○回転系や巧技系の基本的な技をすること。 【基本的な回転技】 ・前転（開脚前転） ・易しい場での開脚前転 ・後転 ・開脚後転（伸膝後転） ・補助倒立ブリッジ（倒立ブリッジ） ・側方倒立回転（ロンダート） ・首はね起き（頭はね起き） 【基本的な倒立技】 ・壁倒立（補助倒立） ・頭倒立	B 器械運動 【ア マット運動】 ○回転系や巧技系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったり、それらを繰り返したりすること。 【回転技】 ・開脚前転（易しい場での伸膝前転） ・補助倒立前転（倒立前転、跳び前転） ・伸膝後転（後転倒立） ・開脚前転 ・倒立ブリッジ（前方倒立回転、前方倒立回転跳び） ・ロンダート ・頭はね起き 【倒立技】 ・補助倒立（倒立）

※技の右にある（ ）内は発展技

(4) 単元の目標



(5) 学びへの働きかけ（指導の意図）

○単元構成の工夫

- ・技の系統性を意識しながら学習に取り組めるように、1年生から6年生までに学習する技を系統表（接転技群、翻転技群、平均立ち技群）にまとめ、体育館壁面に掲示する。
- ・技の習得を3系統に分けて学習することで、基本的な技への取り組みに偏りが起こらないようにする。
- ・3系統に分けて学習をすることで、基本的な技と発展技とのつながりを意識した学習にしていく。

○ICTの活用

①タブレット（iPad）の活用

- ・模範演技の動画によるイメージづくり。
- ・自分の試技を撮影し、ポイントの確認をする。

②プロジェクターを使った全体での情報共有

- ・よい動きをしている児童の動画をプロジェクターで投影し、学び合いを行う。
- ・児童同士の学び合いの中での気づきについて、児童の動画を投影させることで、コツを共有していく。

○用具・場の設定

- ・児童の運動量を確保できる場の確保。
- ・目的・課題別に練習に取り組める場を設定する。

○言語活動の充実

- ・必要に応じて、全体で技の動きを確認する中で、児童が見つけたポイントを共有するようにしていく。
- ・技の動画を友達同士、タブレットで撮り合い、ポイントやコツの確認を随時できるようにする。
- ・「する」「みる」「支える」「知る」の4視点を児童に示し、学び合いや振り返りの中から見られたよい反応を掲示することで、良い関わりを広げていく。

(6) 単元の流れ及び評価の計画

		1	2	3	4	5（本時）	6	7	
主 ねらい		学習の仕方を理解しよう。	○いろいろなわざができるようになろう。 き本のわざ、発てんわざ ○わざを組み合わせよう。					わざの組み合わせを発表しよう。	
核となる 学習内容		・進め方、ねらい ・できる技の確認	・技の習得 （基本技 発展技） 【接転技群】	・技の習得 （基本技 発展技） 【翻転技群】		・技の習得 （基本技 発展技） 【平均立ち技群】		技の組み合わせの発表	
			・対話的な学習	・対話的な学習		・対話的な学習			
学習活動		オリエンテーション ・準備と片付け ・安全に学習するための確認 ・既習事項の確認と個人の達成度の把握	準備運動・やってみようの運動						
			活動① ・前転 ・やさしい場での開きやく前転 ・後転 ・開きやく後転		活動① ・そく方とう立回転 ・首はね起き ・補助とう立ブリッジ		活動① ・かべとう立 ・頭とう立	組み合わせた技の発表	
			活動② ・開きやく前転 ・しんしつ後転		活動② ・ロンダート ・頭はね起き ・とう立ブリッジ		活動② ・ほじょうとう立		
			技の組み合わせの練習						
			ふ り 返 り						
評価の計画	知	①	②		②		②	③	
	思			①、②		①、②	①、②		
	主	④	①	②	②	③		③	

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
具体的な評価基準	①マット運動の行い方を理解している。 ②自己の能力に適した回転系や巧技系の基本的な技をすることができる。 ③回転系や巧技系の発展技に取り組んだり、技を繰り返したり、組み合わせたりすることができる。	①自己の能力に適した課題を見つけ、技ができるようになるための活動を工夫している。 ②考えたことを友達に伝えている。	①マット運動に進んで取り組もうとしている。 ②きまりを守りだれとでも仲よく運動をしようとしている。 ③友達の考えを認めようとしている。 ④場や器械・器具の安全に気を付けている。

3 本時の学習（5／7）

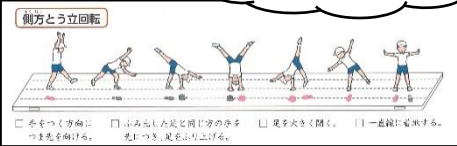
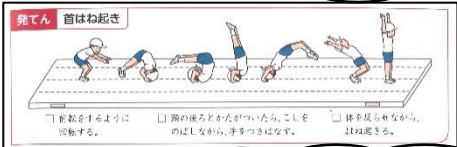
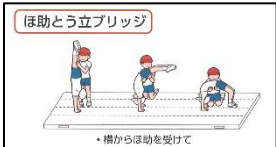
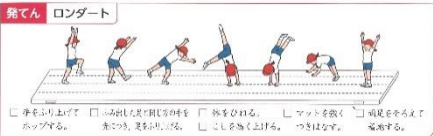
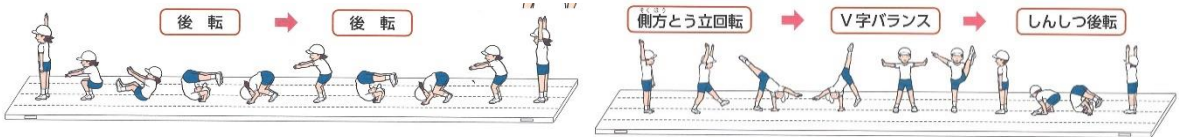
（1）目標 回転系や巧技系の発展技に取り組んだり、技を繰り返したり、組み合わせたりすることができるようにする。【知識及び技能】

ぐるっとコースの技について、自己の能力に適した課題を見つけ、活動を工夫し、考えたことを友達に伝えることができるようにする。【思考力、判断力、表現力等】

マット運動に進んで取り組み、友達の考えを認めることができるようにする。【学びに向かう力、人間性等】

（2）準備 マット、準教科書、筆箱、マット運動系統表(掲示)、各技の紹介(掲示)、タブレット、プロジェクターセット

（3）展開

学びの段階	学習活動と予想される児童の反応	○指導上の留意点・支援 ★評価（方法）
ひらく	1 準備体操を行い、やってみようの活動を行う。 ・ゆりかご ・ゆりかご後転 ・カエルの足うち ・川とび ・カエル逆立ち	○まわりをよく見て、安全に用具を準備するように声かけを行い、協力して準備している児童の様子を称賛する。 ○3の活動を意識して準備運動に取り組むように指示する。 ○「する・みる・支える・知る」の視点を持ちながら、取り組むよう指示する。
できる	2 前時の学習を振り返り、本時のめあてを確認する。 「ぐるっとコース」の技のポイントを意識して、工夫して練習をしよう。 3 いろいろな技に挑戦する。 ○基本技に挑戦する。 ・側方倒立回転 どんな技かな（知）  どこに手をつくのかな（みる） ・首はね起き 反らすタイミングを教えてください（支）  教えてもらったことは、できたかな。動画でたしかめよう。（みる） 補助倒立ブリッジ ほ助とう立ブリッジ  ○基本技や発展技に挑戦する。  ・ゴムひしを渡って ・重ねたマットで ・ロンダート 発てん  ・頭はね起き 発てん  体をはねるタイミングが分かったぞ（する） わたしはどこで体を反らせているかな（みる）	○翻転技群の基本技の練習を行い、定着を図る。 ○動画を見せることで、技のイメージを持たせる。 ○グループごとでマットを分けて、練習に取り組む。 ○グループ内でタブレットを用いて動画を撮り合うなどすることで、自分の技の出来栄を確認するとともに、友達同士で、ポイントの共有や教え合いの機会を取らせる。 ○技のポイントがつかめていない児童が目立つ場合は、よくできている児童の技を全体で見ること、ポイントを共有し、基本技の習得を促す。 ○マットの配置を変え、目的別のグループに変えることで、自分の課題に合わせた技の習得に取り組ませる。 ○必要に応じて、タブレットの活用を促す。 ○基本技が習得できている児童には、発展技を紹介し、挑戦させる。 ○マットの移動は自由とし、児童相互の教え合いを促す。 ○課題意識を持ってマットを選択するように指示し、試行錯誤して上達へとつながれるように声掛けをする。 ★翻転技群の技について、自己の能力に適した課題を見つけ、活動を工夫したり、考えたことを友達に伝えたりしようとしている。【思考・判断・表現】 ○本時までの学習で習得した技の中から、2つ選んで組み合わせるよう指示する。 ○技の接続がスムーズなるよう、接続の仕方も意識するよう指示する。 ○本時の学習での振り返りを、準教科書に書きこませる。 ○技の達成度だけでなく、多様な関わり方の4つの視点に基づいた振り返りとなるように指示する。
いかす	4 技の組み合わせに挑戦する。 	
ふりかえる	5 学習の振り返りを行う。	

