

実践事例

豊かなかかわりと学びを大切にした体育学習

第5学年「器械運動」の実践を通して

八頭町立八東小学校 鈴木 勇介

谷口 俊輔

1 単元名 マットの達人！修行の時間じゃ！

2 単元について

(1) 運動の持つ特性

- マット運動は回転技や倒立技などに挑戦したり、いくつかの技を繰り返したり、組み合わせたりして楽しむ運動である。
- できる技ができるようになったり、技のできばえがよくなったりするとき、大きな喜びを得ることができる運動である。
- 技ができるかできないかは個人の感覚によることが大きく、技ができない児童にとっては、体をどう動かせばよいかかわからないため、技に挑戦しようという意欲を失ってしまうこともあ

(2) 児童の実態と働きかけ

- 5、6年の児童は、男子10人、女子9人である。傾向として、晴れた日は外遊びするなど、元気に体を動かして遊ぶことを好む児童が多い。
- 事前のアンケートでは、体育が好きかという質問に対して18名が好きと答えた。しかしマット運動が好きと答えた児童は8名にとどまった。実態調査によると、基本的な回転技である前転や後転ができない児童が約半数いる。
- 技能ポイントを提示し、お互いの技能をよりよくするために、教え合いを取り入れ、グループの仲間同士の関わりを中心に学習を進めたい。
- 準教科書「わたしたちの体育」のイラストを動き作りの参考にさせたり、学習の振り返りを記

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、それらを組み合わせたり、友だちと合わせて行ったりすることができる。

【態度】マット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、場や器具の安全に気を配ったりすることができる。

【思考・判断】自分の力に適した練習の場や技の組み合わせ方を工夫できる。

4 運動の系統性

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 ・マットに背中や腹などをつけていろいろな方向へ転がって遊んだり、手や背中で支持して逆立ちなどをして遊んだりする。	→	B 器械運動 ア マット運動 ・基本的な回転技や倒立技に取り組み、それぞれについて自己の能力に適した技ができるようにする。 前転（発展技：大きな前転、開脚前転） 後転（発展技：開脚後転） 壁倒立（発展技：補助倒立、頭倒立、ブリッジ） 腕立て横跳び越し（発展技：側方倒立回転）	→	B 器械運動 ア マット運動 ・基本的な回転技や倒立技に取り組み、それぞれについて自己の能力に適した技が安定してできるようにするとともに、その発展技をできるようにする。また、できるようになった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。

5 単元計画（全10時間）

1	2	3	4	5	6	7	8本時	9	10	
ほぐしの運動（ねこちゃん体操、動物歩き、手押し車等）										
オリエンテーション	活動①「いろいろな技ができるようになる。」 <回転技> ・前転 ・大きな前転 ・開脚前転 ・後転 ・開脚後転 <倒立技> ・壁倒立 ・腕立て				活動②「新しい技にチャレンジしたり、グループマットに挑戦したりしよう。」 修行タイム <回転系> <倒立系> ・倒立前転 ・倒立 ・とび前転 ・倒立ブリッジ ・伸膝後転 ・ロンダート			<グループマット>		<< 発表会 >> ・グループマットを発表する。 ・互いの演技からよいところを見つけ発表し、認め合う。
・用具の安全な運び方を知る。 ・自分のあっためあてを持つ。 ・運動するグループを決める。	学習のまとめをする。									

6 本時の学習

(1) 本時の目標

○新しい技やグループマットができるよう、友だちと関わりながら学習に進んで取り組もうとしている。 **【関心・意欲・態度】**

○基本的な技の練習の仕方を知り、自分の力に応じた練習方法や練習の場を選んでいる。

【思考・判断】

(2) 準備 デジカメ

(3) 展開

学習活動	教師の指導・支援	評価
1 ほぐしの運動をする。 「ねこちゃん体操」 「回転リレー」	○体幹操作を含む運動やできる技を組み合わせた運動をさせることで、マット運動に取り組む準備をする。	
できる技を増やして、グループマットをグレードアップさせよう。		
2 「やってみよう」をする。 ・かえるとび ・手押し車 ・かえるの足うち ・川とび ・首倒立 など	○児童が取り組む技や意識させたい運動を選び、取り組むようにする。	
3 「修行タイム」に取り組む。 ・発展技や自分が挑戦したい技に取り組む。	○自分の選んだ技に挑戦させる。 ・事前に挑戦したい技やもっと完成度をあげたい技を選んでおくことで、目標を明確にし、学習に臨ませたり、どのような	・基本的な技の練習

<p>4 「グループマット」に挑戦する。</p> <p>5 学習を振り返り、次時の学習のめあてを持つ。</p>	<p>練習方法や場の工夫があるのかを確認したりできるようにする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・選んだ技の中で、ペアをつくり、お互いの技を見合い、アドバイスをするなど学び合いをする。  <p>○グループごとに練習する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・演技プランを見て、どこの部分を練習するのか、前時に課題となっていたところなどを確認する。 ・グループの中で、アドバイスをし合えるようにする。 ・デジカメなどを用いて自分たちの演技を見て確かめるようにする。  <p>○動きの高まりを紹介し、次時への意欲づけとする。</p> <p>○次時に取り組む技を選ぶ。</p>	<p>の仕方を知り、自分の力に応じた練習方法や練習の場を選んでいる。</p> <p>【思考・判断】</p> <p>・新しい技やグループマットができるよう、友だちと関わりながら学習に進んで取り組もうとしている。</p> <p>【関心・意欲・態度】</p>
---	---	--

7 期待される子どもの姿

- ・修行タイムで挑戦する技ごとのグループの中で互いに教え合う活動を通し、できる喜びを味わう児童の姿
- ・グループマットを完成に近づけるために、個々の技の練習に意欲的に取り組んだり、友だちと進んで関わろうとしたりする姿
- ・友だちと一緒にたくさん体を動かして楽しかったという声



わたしたちの体育を活用した振り返り

8 成果と課題

<成果>

- 単元構成を工夫し、児童が学習の流れやねらいを把握して運動することで、進んで動いたり教え合うことができた。
- グループマット（単元の最後に発表会）を取り入れたことで、グループでの児童同士の学び合いが積極的に行われた。
- わたしたちの体育を活用することで、技のイメージを持ったり、振り返りの変容を確認できた。

<課題>

- 腕支持、突き放し、回転力を高める時間の工夫が必要であった。
- 着手から着地までの一連の流れのイメージづくりをもっと明確に持たせておく必要があった。
- たくさんの場と技をしたが、技をしぼって質を高めることも大切であった。