

体育科学習指導案

1. 日 時 平成27年12月4日(金) 第6校時

2. 学年・組 4学年2組(26名)

3. 場 所 講堂

4. 単 元 「マット運動」(器械運動)

5. 学習のねらい

- 基本的な倒立技・回転技に取り組み、それぞれの自己の能力に適した技ができるようとする。
(技能)
- 運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動をしたり、場や器械・器具の安全に気を付けたりすることができるようとする。
(態度)
- 自己の能力に適した課題をもち、技ができるようにするための活動を工夫できるようとする。
(思考・判断)

6. 指導にあたって

(1) 領域から見た運動の特性

本学級は、明るく元気な児童が多い。体を動かすことについては、好きな児童とそうでない児童の差が大きい。週に3回、外での学級遊びをしているが、それ以外に外で遊ばない児童もいる。外遊びをしている児童は、ドッジボールやサッカー、竹馬、一輪車、鉄棒などで遊んでいる。

児童の実態を見てみると、運動経験や運動能力の個人差が大きい。跳び箱運動では、「開脚跳び」ができない児童が多かった。感覚づくりやスマールステップを踏ませることで基礎感覚を養わせ、直接補助もすることで全員が跳べるようになった。しかし、運動経験の少なさからか、運動をイメージすることが苦手な児童も多く、1つの動きの習得に時間がかかってしまった。

マット運動の事前調査では、マット運動が「好き」「どちらかといえば好き」が合わせて14名、「どちらかといえば好きではない」「好きではない」が11名だった。

「好きではない」理由としては「以前に痛い経験をしたことがあるから」「できる技が少ないから」などである。また、できる技については「前転」は「できる」と答えた子どもが多かった。「後転」や「側方倒立回転」等については、ごく少数にとどまった。この結果から、マット運動の基礎感覚や基礎技能をしっかりと高めながら、マット運動の特性に触れ、楽しく学習を進めていくことが大切になってくると考えられる。

マット運動をはじめ、器械運動の楽しさは、学習活動の工夫により技を習得したり、より美しく技ができるようになったりすることにある。マット運動においては、自分の課題の技を習得することや、できるようになった技をより「大きく」「美しく」「安定して」行うといった体の動かし方を洗練することが学習の中心的な内容となる。そのためには、動きのコツを常に意識して確認しながら運動することが必要になる。また、自分の課題に向かって、動きのよい所と改善していく所をつかみ、互いに教え合いながら、自分も仲間も動きを高め合える学習と考える。

(2) 学習指導と評価の在り方

体力や運動経験に個人差のある児童一人一人が、進んで取り組み、マット運動の特性に触れ、楽しさや喜びを味わうことができるようにならう。そこで、スマールステップを踏み、たくさんの「できた」を積み重ねながら学習を進め、楽しみながら技能を向上させたいと考える。具体的には、倒立や腕立て横跳び越しにつながる基礎感覚づくりをしっかりと行う。「感覚づくりの運動」の動きのポイントを押さえながら行うことで、倒立に必要な腕支持感覚や逆さ感覚、体幹の締めがスムーズに習得できると考える。

学習指導過程の「はじめ」の段階では、マット運動の特性に触れられるような簡単な動きを経験させ、苦手意識やマットに対する怖さを和らげることからはじめる。また、オリエンテーションの時間を設け、学習の流れを知り、「感覚づくりの運動」の仕方やめあての持ち方・学習カードや資料の使い方・ルールやマナー・器具の準備や片付け・安全についての知識を学べるようにし、単元全体を見通すことができるようになる。毎時間の授業の始めに、マット運動に必要な感覚が身に付くように「感覚づくりの運動」を行う。倒立につながる運動はもちろんのこと他の器械運動に必要な振動・回転感覚なども身に付けられるようにしたい。児童の実態を考えると、単元を通して「感覚づくりの運動」にかける時間やその内容にこだわりたい。

「なか」の段階では、グループでそれぞれの場で学習する。技のコツを明確にし、子どもたちがコツを共通理解することで効果的な学び合い活動が展開されると考えられる。必要に応じて直接補助も行う。また、ＩＣＴ機器も活用し、自分の動きを知り、友達の動きのよさにも気付けるようにする。マット運動に対して苦手意識を感じている児童に対しては、動きのポイントを指導したり、直接補助をしたりすることで安心して運動に取り組めるようにする。

評価については、毎時間、観点を絞って児童の様子を把握していく。また、学習カードを作成し、それぞれの技についての自己評価や気付いたこと、楽しかったことなどの感想を書けるようにする。学習カードに書かれた児童の言葉や毎時間の動きや表情をもとに一人一人の理解に努め、必要に応じて、指導計画の調整や個別指導を行ったうえで評価していきたい。

(3) 器械運動の観点別評価規準

技能	態度	思考・判断
<ul style="list-style-type: none"> 器械運動の楽しさや喜びに触れ、それぞれについての自己の能力に適した技ができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 器械運動に進んで取り組もうとしている。 きまりを守り、仲よく運動しようとしている。 場や器械・器具の安全に気を付けようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 自己の能力に適した課題をもっている。 技ができるようにするための活動を工夫している。

(4) マット運動の観点別評価規準

技能	態度	思考・判断
<ul style="list-style-type: none"> 感覚づくりの運動ができる。 マット運動の楽しさや喜びに触れ、基本的な回転技や倒立技ができる。 	<ul style="list-style-type: none"> マット運動に進んで取り組もうとしている。 きまりを守り、友達と励まし合って運動しようとしている。 器械・器具の準備や片付けを友達と一緒にしようとされている。 場の危険物を取り除いたり、器械・器具の安全を確かめたりするとともに、試技の開始前の安全を確かめようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 基本的な練習の仕方を知り、自分の力に応じた練習の方法や場を選んでいる。 基本的な技の動き方や技のポイントを知り、自分の能力に合った課題を選んでいる。

8. 本時の学習

(1) 目標

- マット運動の楽しさや喜びに触れ、基本的な回転技や倒立技ができる。 (技能)
- きまりを守り、友達と励まし合って運動しようとしている。 (態度)
- 基本的な技の動き方や技のポイントを知り、自分の能力に合った課題を選んでいる。 (思考・判断)

(2) 展開 (4 / 5)

学習活動	指導者の働きかけ	評価
1. 本時の学習内容を確認する。	○学習のめあてを確認し、見通しをもつことができるようとする。	・本時のめあてや進め方について理解している。(思)
2. 準備運動をする。	○安全かつ速やかに準備できるようとする。	
3. 器械・器具の準備をする。		・器械・器具の準備を友達と一緒にしようとしている。(態)
4. 感覚づくりの運動①をする。 床 (1) クマ歩き (腕支持感覚) (2) ウサギ (腕支持感覚・手のつき感覚) (3) 手押し車 (腕支持感覚・体幹を締める感覚)	○感覚づくりの運動を行うことで、マット運動に必要な感覚を身に付けることができるようとする。 ○動きのポイントを意識できるようとする。 ○腰を高い位置で保つことを意識させる。 ○手を着いた所より前に着地することを意識させる。 ○体幹の締めながら、地面を押して進むことを意識させる。	・感覚づくりの運動のポイントを理解している。(思)
5. 感覚づくりの運動②をする。 マット (4) フンコロガシ (腕支持感覚・逆さ感覚・体幹の締め感覚)	○リズムに合わせて壁を蹴って足を上げ、体幹を締めることを意識させる。	

<p>(5) カエルの足打ち (腕支持感覚・逆さ感覚)</p> <p>(6) シカ (腕支持感覚・逆さ感覚・足の振り上げ感覚)</p> <p>6. グループでマット運動に取り組む。</p>	<p>○手の着き方・目線を意識して両足を同時にあげて、足を打つ。腰を高く上げることを意識させる。</p> <p>○足を空中で交差させる。腰を高く保つことを意識させる。</p> <p>○場に適した動きを理解し運動できるようになる。</p>	
<p>腕立て横跳び越し</p> <p>腕立て横跳び越し</p> <p>倒立</p> <p>壁倒立・補助倒立</p>	<p>○両手をマットにしっかりとついて、腰を高く浮かせながらマットを越すことを意識させる。</p> <p>○手の着き方、目線、足の振り上げ、体幹の締めを意識させる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> マット運動の楽しさや喜びに触れ、基本的な倒立技や回転技ができる。(技) <p>きまりを守り、友達と励まし合って運動しようとしている。(態)</p>
<p>7. 本時の学習のまとめをする。</p>	<p>○互いのよい所を見付けることができるようになる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 基本的な技の動き方や技のポイントを知り、自分の能力に合った課題を選んでいる。(思)
<p>8. 整理運動をする。</p> <p>9. 片付けをする。</p>	<p>○協力して、安全に片付けることができるようになる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 互いに励まし称賛し合える。(態) 友達のよい所に気付くことができる。(思) <ul style="list-style-type: none"> 協力して安全に片付けようとしている。(態)