

# 第6学年 体育科学習指導案

場所：体育館

## 1 単元名

「マット運動」

## 2 単元の目標

- (1) 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組み合わせたりすることができる。(知識・技能)
- (2) 自己の能力に適した課題の解決の仕方や技の組み合わせ方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。(思考・判断・表現)
- (3) 運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や器械・器具の安全に気を配ったりすることができるようにする。(主体的に取り組む態度)

## 3 単元構成の意図

マット運動は、回転系や巧技系などのいろいろな技に挑戦し、できなかったことができるようになったり、上手になったりして、自己の課題を達成する楽しさや喜びを味わうことができる運動である。本学級の児童は、体育の学習が楽しいと答える児童が34名中31名、あまり楽しくないと答えている児童が3名である。領域で見ると、「ボール運動」については、3分の2の児童が楽しいと答えているが、「器械運動」に関しては、3分の1である。理由として、高学年になり、体が大きくなるにつれ、マット運動などに苦手意識をもち始めている児童も少なくないこと、体格の個人差が大きく、体幹が弱かったり、自分の体を支えることが難しかったりすることがあげられる。第5学年時では、回転系の前転・後転などの技を、安定して行うことができない児童が多く見られ、発展技に挑戦できたのは、数名の児童に限られた。

そこで、本単元を通して、マット運動の技の動きを分解して考え、どのポイントをおさえれば技ができるようになるのか、運動の仕組みを見付けられる目を養うことで、いろいろな技ができるようになってほしい。器械運動は自分の動きが見えないため、他の児童の「外からの目」が大切である。児童同士で、自然とお互いの動きを見合い教え合う関係が築けるようになってほしい。そのために、タブレットなどのICT機器を効果的に活用し、2人1組やグループになって互いに見合ったり、教え合ったりする場面を設けるようにしていきたい。

## 4 単元の計画 (総時数 6 時間)

時	場面	学習活動 (夢中に学んでいる姿)	資質・能力
1	見通す	運動の特性を知り、自己の能力に応じた技の組み合わせ方を考えることができる。 (前転・後転・倒立回転・倒立グループ分け)	自己の能力に応じた課題の解決の仕方や技の組み合わせ方を考えようとしている。 (主)(思)
2	考える 習得する 対話する	それぞれのグループに応じた基本技のポイントを確認し、お互いの動きをチェックすることができる。	回転系や巧技系の基本的な技を安定して行うことができる。(知・技)
3 ～4 本時		基本技を安定して行うことができる。基本技を生かして発展技に取り組むことができる。  前時までの学習を生かし、アドバイスして互いに技を高め合うことができる。	基本的な技を安定して行いその発展技を行うことができる。 (知・技)
5	考える 習得する 対話する	選んだ技を組み合わせることで連続技に挑戦することができる。	習得した技を繰り返したり組み合わせたりすることができる (知・技)
6	振り返る	学んだことを生かして発表会を開き、お互いの成果をたたえ合うことができる。	運動に積極的に取り組み、仲間の取り組みを認め合うことができる。(主)(技)

単元を通して育成したい子どもの姿

タブレットなどのICT機器を活用し、マット運動の動きのポイントをおさえ、お互いの動きを見合い、教え合いながら技を習得しようとする姿

## 5 本時のねらい

自分が気をつける動きのポイントを、ペアやグループで見合い、アドバイスし合いながら高め合うことができる。

## 6 学習過程

	学習活動・内容 (T主な発問・C児童の反応)	時間	○指導上の留意点 ◎研究主題に迫る手立て ◇評価
課題設定	<p>1 本時の学習課題を捉える</p> <p>(1) 集合, 整列, 挨拶, 健康観察を行う。</p> <p>(2) 準備運動をする。(ラウンドラン方式) いろいろなスキップ→動的ストレッチ →リズム走→動的ストレッチ</p> <p>(3) 基礎感覚を高める運動 カエルの足打ち・あざらし歩き・四つ足歩き マットを使った準備運動をする。 ・ゆりかご・ブリッジ</p> <p>(4) 本時のめあてをつかむ。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>自分が気をつける動きのポイントをおさえて演技しよう!</p> </div> <p>(5) 各自気をつけるポイントの確認</p>	15 一 斉	<p>○安全に,素早く集まり健康のチェックを行う。</p> <p>○はじめはゆったりとした動きで少しずつ体温を上げ体をほぐしながら動きを高めていくようにする。</p> <p>○主運動につながる動きをゲーム化を図りながら短時間で楽しく行う。</p> <p>○動きをしっかりと行い,本時で挑戦する動きにつなげるようにする。</p> <p>○自分が気をつけたいポイントをパートナーに伝え,お互いの動きを見合うことを確認する。</p>
課題解決	<p>2 <b>基本技の確認をする。</b></p> <p>(1) パソコンで模範動画を見て,自分の動きを確認する</p> <p>3 ペア・グループ内での見合い</p> <p>(1) パートナーとの見合い。 <b>T: ○○さんの演技を見て,自分の演技と比べてみましょう。</b> <b>C: 着地の直前に足を開いている。勢いがあるのでスムーズに起き上がっている。</b> <b>C: 自分はゆっくり足を開いているけど, ○○さんは素早くパッと開いている。</b> <b>C: 手の位置も足の近くについているね。</b></p> <p>(2) グループ内でのミニ発表会 グループの中で見合いアドバイスを受ける。</p>	23  ペ ア グ ル ー プ	<p>◎ 技の手本となる動画を準備しパソコンで確認できるようにする。</p> <p>○ 練習の場を工夫して技習得に取り組ませる。</p> <p>◎ タブレットの映像と学習カードのポイントを見ながら,技を確認し,繰り返し行うことで,正しい動きに高められるよう繰り返し練習する。</p> <p>◎ 技量の高い友達の技を見せ,動きのポイントを考えさせる</p> <p>◇ 自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。(主)(思)</p>
振り返り	<p>4 本時の学習を振り返る</p> <p>(1) 学習を振り返る。(短冊に記入) ・めあてを達成できたか ・次時めざすポイント</p> <p>(2) グループでの取り組みを紹介し,全体で共有する。 <b>T: グループの取り組みを紹介してください</b> <b>C: ロンダートのコツは,手の位置とひねるタイミングが大切です。挑戦してみてください。</b></p>	7  個 人  一 斉	<p>○ 本時の目標の達成度(記号)及び次時の取り組むポイントを短冊に記入させる。</p> <p>○ 学習を通して気付いた言葉掛けやポイント,よかったこと,考えたこと,これからやってみたいこと,感じたことなどをまとめ,発表させることによって,共有化し,次時への意欲付けを行うようにする。</p>

## 7 板書計画

<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>めあて 自分が気をつける動きのポイントをおさえて演技しよう!</p> </div> <p>学習の流れ</p> <p>〈1〉パートナーとの見合い (練習の工夫)</p> <p>〈2〉グループ内のミニ発表会 ・器具の利用</p> <p>〈3〉振り返り</p>	<p>ポイント ※児童の短冊をはり 挑戦ポイントを明らかにする (基本技+α)</p> <p>開脚前転 開脚後転 側方倒立回転 (発展技)</p> <p>倒立→ブリッジ 倒立前転 ロンダート しんしつ後転 とびこみ前転 (超美技)</p> <p>ハンドスプリング</p>
--	---