

第6学年1組 体育科学習指導案

1 単元名 器械運動 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ようにする。  
(知識及び技能)
- (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しているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。  
(思考力, 判断力, 表現力等)
- (3) 運動に積極的に取り組もうとし、約束を守り助け合って運動をしようとしていたり、仲間の考えや取組を認めようとしていたり、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。  
(学びに向かう力, 人間性等)

3 単元構成の意図

男子10名, 女子12名, 計22名の学級である。本学級の児童の多くは運動が好きで、休み時間になると友達を誘ってボール遊びや鬼遊びなどを行っている。しかし、一方で積極的に体を動かさない児童もいる。体育のグループ学習では、仲良く学習することができるが、勝負事になると児童同士でもめてしまうこともあった。マット運動について前転は全員ができる。後転はできない児童が4名、手の付き方が不安定な児童が4名ほどおり、ゆりかごの運動を多く取り入れている。

マット運動は、できる技を繰り返したり、組み合わせたりして楽しめる運動である。また、自分ができる技がさらにうまくできたときや挑戦した技ができるようになった時に、達成感を味わうこともできる運動である。しかし、手で自分を支えたり逆さになって回転したりする運動なので、こわいと感じたり、習得の時間や技能の高さに個人差が出る運動でもある。

マット運動は、技能の習得に個人差がある運動なので、できそうな技に挑戦したり、できる技をつなげて連続技をしたりするなど、自分に合っためあてを持たせて意欲を持続させるようにしたい。練習の場作りなどを工夫して取り組ませることで、技能の高まりとその喜びを味わわせたい。そのために、基礎的な力（逆さ感覚や腕支持感覚）を運動身体作りプログラムの中に取り入れて毎時間行うようにする。また、単元が進むにつれて技の組み合わせを考える活動に移行していく。

本時ではホワイトボードと技の名前が入ったカードを活用して、できる技の組み合わせを児童同士で考えたり、iPadで撮影して動きを見合ったりして試行錯誤していくことで、技の技能を高めたり、友達の考えのよさに気付いたりすることができるようにしたい。

4 単元の学習計画

時間	1	2	3	4	5 (本時)	6
0	オリエンテーション ・学習内容の確認 ・安全の約束の確認 ・場の準備や片付けの確認 運動身体作りプログラムマット運動バージョンの紹介	場の準備→準備運動 (運動身体作りプログラムマット運動バージョン)				
45		<ul style="list-style-type: none"> <li>今できる技を確かめる。</li> <li>技のポイントを知る。</li> <li>グループ編成をする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>前転系・後転系の技に挑戦する。</li> <li>自分の選んだ技に挑戦する。</li> <li>グループで取り組む。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>巧技系の技に挑戦する。</li> <li>補助の仕方を確認する。</li> <li>グループで取り組む。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自己の選んだ技に取り組む。</li> <li>グループで取り組む。</li> <li>技の組み合わせを考える。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>グループで取り組む。</li> <li>考えた技の組み合わせの練習をする。</li> <li>発表会をする。</li> </ul>
		振り返り→整理運動→片付け				
知	運動の課題や約束、場や用具の使い方、場の安全な確保など、マット運動の行い方を理解している。【観察】	技の行い方やポイント、練習の仕方を理解している。	技の行い方やポイント、練習の仕方を理解している。			開脚前転・後転・側転などの基本的な技や自己の能力に適した回転系や巧技系の発展技に取り組み、技を身につけたり、選んだ技を繰り返したり、組み合わせたりすることができる。【観察】
思		自分の能力に適した課題を見付けたり、学習資料を活用して課題の解決に向けた活動を選んだりしている。【観察・学習カード】		観察し合って、見付けた自己のこつや仲間の考えを他者に伝えている。【観察・学習カード】	技のできばえを振り返り、課題を修正したり、新たな課題を見付けたりしている。	
態	準備や後片付けなど分担された役割を果たそうとしている。【観察】		場や器械・器具の安全に気を配ろうとしている。【観察】	学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合おうとしている。【観察】	仲間の考えや取組を認めようとしている。【観察・学習カード】	マット運動に積極的に取り組もうとしている。【観察・学習カード】



単元を通して育成したい児童の姿

技のポイントを知り、仲間と協力して夢中になって技の完成度を高めたり組み合わせを考えたりする姿

5 本時における体育科の見方・考え方を働かせた学びの姿

- 今自分ができる技や挑戦したい技の組み合わせを見通しをもって行い、友達と協力して挑戦する姿

6 本時の研究の視点

【見方・考え方を働かせながら学びを自分事として捉える指導の工夫】

○ 技の組み合わせを見通しをもって行えるよう、教具の工夫をする。

○ タブレットを使用して自分の動きを確認したり、お手本を見たりすることで技の技能の向上を図ることができるようにする。

【学びの連続性につながる振り返り】

○ 活動の中でよくできた点などを学習カードに記入し、次時への意欲を高めるようにする。

7 本時のねらい

自分のできる技や挑戦したい技を組み合わせたり、技と技の間をスムーズにしたりすることができる。

\* 2～7は省略しています。(実際には掲載します。)

8 学習過程 (5/6)

段階	学習内容・活動	時間	○教師の支援 ※評価(方法) 改善策
課題設定	1 あいさつ、健康観察をする。	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 密にならないように間隔を空けて整列させる。健康状態を把握する。</li> <li>○ 間隔を広めにとつて行う。折り返しのところにマットを敷いて、プログラムと一緒に前転や後転、川跳びなどの基本的な動きを数多くこなすようにする。</li> </ul>
	2 準備運動・補強運動をする。 ・ 運動身体作りプログラムマット運動バージョンを行う。 ・ スキップ→前転 ・ サイドステップ→川跳び ・ くも歩き→後転 等	8	
	3 本時のねらいを確認する。  どうすれば、技がスムーズに組み合わせることができるかな？	3	
課題解決	4 グループごとに練習に取り組む。 (1) 技の組み合わせを考える。 ○ 前転→開脚前転→回転ジャンプ→後転 ○ 前転→前転→回転ジャンプ→後転→後転 等 (2) 組み合わせをする技の練習をする。 ○ 前転・後転・開脚前転 ○ 後転・開脚後転・側方倒立回転 等	20	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ グループごとに技の組み合わせを考える際に、技の名前が入ったカードをボードに貼ることで具体的にそれぞれの動きをイメージすることができるようにする。</li> <li>○ 自由な雰囲気の中で互いに意見を発表し合えるとともに、体を動かしながら取り組むように声を掛ける。</li> <li>○ タブレットを使用して自分の動きを確認したり、お手本を見たりすることで技の技能の向上を図ることができるようにする。</li> </ul> <p>※ 課題解決に向け安全に留意し、工夫した練習の場で協力して練習を進めているか(観察)</p>
	★ 練習の場の工夫「補強の場作り」 ・ 後転系の傾斜のあるマットの場 ・ ゆりかごの場 ・ 壁倒立の場 など		
振り返り	5 全体で技の組み合わせを共有する。 ・ グループ発表の後、他のグループの組み合わせをやってみる。	10	○ それぞれの発表の後、他のグループの組み合わせを行ってよいと声を掛ける。
	6 本時の振り返りをし、次時の課題の見通しをもつ。	2	○ 本時の活動の中でよくできた点などを学習カードに記入し、次時への意欲を高めるようにする。

