

第4学年 体育科学習指導

日時：令和3年

場所：

指導者：

1 単元名 マット運動

2 単元設定の理由

本学級の児童は、休み時間に外に出て元気に体を動かす児童と、教室内で本を読んだり、絵を描いたり、友達と会話したりする方が好きな児童にはっきり分かれる。また、コロナ禍ということもあって、外遊びは学校内でも学年別で時間帯が決まっており、いつでも外で遊べるわけではない。そのため、外遊びの時間や運動をする時間が十分とは言えない。1学期に体育でポートボールや水泳等を行ってきた。授業では、友達と協力して作戦を考えたり、自分の泳力を伸ばそうと頑張ったりする姿が見られたが、ボールをうまく投げられない、遠くまで泳げない児童が3分の2ほどいて、体を器用に動かすことができる児童が少ないことが分かった。しかし、友達とコミュニケーションを取りながら活動し、児童同士で励まし合いながら課題に向かって努力していた。

マット運動は、技の特性から「できる」「できない」が明確に現れるため、基礎的な感覚が身に付いていない児童にとっては、はじめから苦手意識があったり、活動中に意欲が低下したりすることが多い。そこで本単元では、マット運動につながる回転感覚や逆さ感覚、支持感覚を養うための「ゆりかご」や「かえるの足打ち」などの感覚づくりの運動をペアやグループで十分に行いたい。そして、基本的な技に十分に取り組んだ上で、それら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したい。

また、児童が基本的な技を身に付けるために、一人一人が課題を明確にして活動に取り組むことができるようにするとともに、課題解決のために考えたことを友達に伝えることができるようにしたい。

そのため、タブレットを活用して、撮影した自分の演技の動画を見ながらの振り返りができるように工夫し、技のこつを自身でつかませたい。

活動内容として、単元の導入では、基本的な技を確認し、それぞれの発展技につなげられることを説明する。その後、それぞれ自分に合った場を選び、自分の力に合った活動を行っていく。また、毎時間ごとに自分の評価を「わたしたちの体育」に記録していくことで、小さな成長を自覚することができ、達成感を味わうことができるようにしたい。

本時では、できる技を中心に技のつながりを考えて繰り返したり組み合わせたりするようにする。その動きができるだけスムーズで美しくなるように、取り組ませる。振り返りでは、自分の演技の工夫やうまくいったことを考えさせたい。お互いの工夫を発表し共有することで、次の活動につながることを期待したい。

3 単元の目標

- (1) マット運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、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ようにする、さらに、それら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)
- (2) 自己の能力に適した課題を見付け、技ができるようになるための活動を工夫するとともに、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)
- (3) マット運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲良く運動をしたり、友達の考えを認めたり、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にする。(学びに向かう力、人間性等)

4 単元の評価規準（代案）

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<p>①マット運動の行い方について話したり、書いたりしている。</p> <p>②前転、易しい場での開脚前転、後転、開脚後転、補助倒立ブリッジ、側方倒立回転、首はね起き、壁倒立、頭倒立などの基本的な技をすることができる。</p> <p>③開脚前転、伸膝後転、倒立ブリッジ、ロンダート、頭はね起き、補助倒立など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。</p>	<p>①技のできばえを動画で振り返り、手の着き方や足の伸ばし方など、自己の能力に適した課題を見付け、その課題の解決のための活動を選んでいる。</p> <p>②技が上手にできた際にわかったことや友達の技のできばえについて、友達に言葉で伝えたり、「わたしたちの体育」に書いたりしている。</p>	<p>①回転したり、支持したり、逆位になったりするなどのマット運動に進んで取り組もうとしている。</p> <p>②マットの正しい使い方や試技をする前の待ち方などのきまりを守り、誰とでも仲良く運動しようとしている。</p> <p>③場の準備や片付けを、友達と一緒にしようとしている。</p> <p>④技がうまくできたときの動き方や気付いたことなどを伝え合う際に、友達の考えを認めようとしている。</p> <p>⑤場や器械、器具の安全に気を付けている。</p>

5 指導計画（代案）

時間	1	2	3	④本時	5	6			
めあて	自分の力に合った技に挑戦（ちょうせん）しよう。								
学習活動	学習の場の準備・ペアやグループで感覚づくりの運動								
	自分の力に合った課題を見付け、活動の場を選び、技に挑戦する								
	【基本的な技】 ・前転 ・後転 ・補助倒立ブリッジ ・首はね起き ・頭倒立			・易しい場での開脚前転 ・開脚後転 ・側方倒立回転 ・壁倒立			【発展技】 ・開脚前転 ・倒立ブリッジ ・頭はね起き ・伸膝後転 ・ロンダート ・補助倒立		
	本時のまとめ・片付け								

6 本時

(1) 目標 自分の力に合った技を選び、つながりを考え、繰り返したり組み合わせたりすることができる。

(2) 展開

時間	学習活動	評価方法	指導上の留意点
5	1 感覚づくりの運動 ・ゆりかご ・カエルの足打ち ・背支持倒立 ・手押し車		○状況に応じて感覚づくりの運動をペアやグループで、速くできるか、体じゃんけんを行い、負けたほうがするなどゲーム形式で行う。 ○必要に応じて、目線、あごの引き、手の付き方などのポイントを確認する。
10	2 前時の学習を振り返り、めあての確認をする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;">めあて つながりを考えて技を繰り返したり技を組み合わせたりしよう</div>	○観察、わたしたちの体育	○前時の学習のうまくいったこと、いかなかったことを整理することで本時の課題をもてるようにする。
20	3 自分の課題に応じた場を選んで練習する	○観察 ・自分ができる技を選び、つながり方や構成を考えながら、練習に取り組むことができる。	○できる技の発展やそれぞれの技のつなぎ方を工夫するように声をかける。 ○課題を見付けることができるように、これまでの学習を一緒に整理する。 ○それぞれの練習場所にタブレットを設置し、録画を行い、自分の様子を振り返ることができるようにする。
10	4 振り返り	○発表	○「わたしたちの体育」に振り返りを書かせ、発表し友達と共有することによって、次時への学習意欲につなげる。

(3) 評価及び指導の例

「十分に満足できる」と判断される状況	基本的な技に加えて発展技を選び、技のつながりを考えてスムーズに繰り返したり組み合わせたりすることができる。
「おおむね満足できる」状況を実現するための具体的な指導	友達の行い方を参考にしたり、つながりが易しい技の組み合わせを示したりすることで自分の力に合った組み合わせ技などができるようにする。