

体育科学習指導案

平成30年6月9日(土) 学習指導Ⅲ (体育館) 5年1組 指導者

I 単 元 マット運動

II 考 察

1 教材観

(1) 育成を目指す資質・能力の三つの柱

③学びに向かう力・人間性等

互いに励まし合い、安全に気を付けながら、伸膝後転、跳び前転に積極的に取り組む態度

①知識・技能

伸膝後転、跳び前転の行い方についての知識や、伸膝後転、跳び前転の技能

②思考力・判断力・表現力等

伸膝後転、跳び前転に向けた運動課題を見付ける力や練習方法を選ぶ力、考えたことを伝える力

(2) 学習内容：学習指導要領上の位置付け

B 器械運動

- 次の運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方を理解するとともに、その技を身に付けること。
ア マット運動では、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。
- 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。
- 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。

(3) 本単元の学習とその価値

本単元は、「5の1 マット演技会」に向け、伸膝後転、跳び前転をする学習である。その価値は以下のとおりである。

マット運動は、体を前方や後方に回転させたり、大きく体を回転させたりする運動に取り組む中で、非日常的な運動ができるようになるところに面白さや楽しさがある。また、繰り返し取り組む中で、動きを安定して行えるようにしたり、連続技や発展技に挑戦したりすることに楽しさを感じることもできる。加えて、踏切りや着手、空中姿勢、着地と局面毎の動きが明確であるため、自分の動きを技の連続図や演示と比べることにより、踏切りの仕方や着手の位置などの動きのポイントを見付けることができ、そのポイントを踏まえ、自分の課題を明確にすることができる。そして、明確になった自分の課題に合った練習方法を選び、ポイントに照らして友達とアドバイスをし合いながら練習に取り組むことができる。

本単元で取り組む伸膝後転は、膝を伸ばし大きく後方へ回転し、腕の押し上げと回転の勢いを利用して、一気に起き上がることでダイナミックな回転感覚を味わうことができる。跳び前転は、

助走で勢いをつけ、腰の位置を高く保ち空中へ体を投げ出し、その勢いを利用して回転するため、スピードに乗った回転感覚を味わうことができる。さらに、「5の1マット演技会」というクライマックスのイベントを設定し、イベントを目指して追求することにより、技の出来映えを披露するという目標に向け意欲を高めることができる。

伸膝後転や跳び前転で身に付けたダイナミックな回転感覚やスピードに乗った回転感覚は、今後の発展技や技を安定して行っていくことにつながっていく。

(4) 今後の学習

ここでの学習は、6年「マット運動」で、これまでの技や側方倒立回転などの技を安定して行うことや発展技をグループで組み合わせていく学習へと発展していく。

2 児童の実態及び指導方針

子どもたちは、4年「マット運動」において、開脚前転、開脚後転、首倒立、頭倒立をする学習をしてきた。この学習の中で明らかになった子どもたちの実態及び本単元を進めるにあたっての指導方針は、次のとおりである。

- ① 開脚前転、開脚後転、首倒立、頭倒立の行い方を理解し、技ができるようになってきている。このような子どもたちが、伸膝後転、跳び前転の行い方を理解し、技ができるよう、動きの連続図を用いて、局面毎に動きを比較しながらアドバイスをし合う場を設定する。
- ② 開脚前転、開脚後転、首倒立、頭倒立の動きのポイントを踏まえ、自分の課題に合った練習方法を選ぶことができるようになってきている。このような子どもたちが、伸膝後転、跳び前転の動きのポイントを踏まえ、自分の課題に合った練習方法を選ぶことができるよう、調整可能な円シート、ボール、ラインテープといった動きを視覚化できる教具を用意する。
- ③ マット運動において、協力して活動に取り組み、友達のよい動きを認めることができるようになってきている。このような子どもたちが、グループ内で協力して活動に取り組み、友達のよい動きを認めることができるよう、グループ内で試行する人、観察する人といった役割分担を設定する。

Ⅲ 目標及び評価規準

Ⅳ 指導計画 ※Ⅲ・Ⅳについては、指導と評価の計画参照

Ⅴ 本時の学習

- 1 ねらい 自分の課題に合った練習方法を取り組む中で、跳び前転の目標とする動きと取り組んだ動きを比較したり、動きの基準で動きを評価したりすることを通して、跳び前転ができる。
- 2 準備 跳び前転の連続図 円シート ボール ラインテープ
- 3 展開

学習活動と子どもの意識	指導上の留意点
1 本時のめあてをつかむ。 ・前の時間は空中姿勢で腰角度があまり開かなかったから、腰角度が開くための練習を	○自分の課題を想起できるよう、前時に用いた学習プリントの記述を見返すよう促す。 ○自分の課題に合った練習方法を選び、跳び前転

したいな。

- ・練習方法を選んで、繰り返し練習して、跳び前転ができるようになりたいな。

2 自分の課題に合った練習方法で跳び前転に取り組む。

- ・空中姿勢で腰角度が開かないから、腰角度が開くようにするためには、両足で踏み切って前に手を着く練習がしたいな。
- ・円シートで両足で踏み切ったら、手が赤のテープに着けるようになったぞ。
- ・ボールを越えるようにして、赤のテープのところに手を着いて跳んだら、空中姿勢で腰角度が開くようになってきたぞ。
- ・見ている友達にも、ボールを越えて手が赤のラインテープの位置に着けていると言ってもらえたよ。
- ・ボールを越えられるようになって、腰角度が開いてきたよ。友達に動きの基準と比べてもらっても、腰角度の開きがレベル2からレベル3に近づいてきたぞ。
- ・繰り返し練習して、空中姿勢の腰角度がレベル3の跳び前転になったぞ。さらに跳び前転をきれいにできるように、着地を数字の5の形にしたいな。

3 本時のまとめをする。

- ・ボールとラインテープを使って練習したから、空中姿勢が腰角度を開いた、レベル3の跳び前転になったよ。
- ・次は伸膝後転と跳び前転が安定してできるように、友達に動きを見てもらいながら練習をしていこう。

ができることを目指すという本時の見通しをもつことができるよう、課題解決の方法を問いかける。

- 前時に共有した跳び前転のポイントを基に、自分の課題を明確にできるよう、跳び前転の連続図でポイントを確認するよう促す。
- 自分の課題に合った練習方法を選ぶことができるよう、円シート、ボール、ラインテープを用意し、使い方を例示する。
- 跳び前転の動きを比較することができるよう、動きを視覚化できる円シート、ボール、ラインテープを使って、繰り返し試すよう促す。
- 跳び前転の動きの出来映えを伝えることができるよう、観察する人の役割を設定し、局面毎の動きを比較するよう促す。
- 動きを判断することができるよう、動きの基準を提示し、評価を友達に伝えるよう促す。
- 意欲的に練習に取り組めるよう、自分の課題に合った練習方法を選び、繰り返し練習に取り組んでいる子を賞賛する。

評価項目

跳び前転のポイントを基に、自分の課題に合った練習方法を選んでいる。 <行動②>

- 動きの出来映えと練習方法の妥当性を実感することができるよう、「できるようになった動き」「よかった練習方法やアドバイス」という振り返りの視点を提示する。
- 次時への見通しをもつことができるよう、自分の課題に合った練習に取り組み、技を安定して行えるようにしていくことを伝える。

指導と評価の計画（全7時間）

目標	安全に気を付けながら、互いに励まし合い、動きのポイントを踏まえた自分の課題を見付け、課題に合った練習方法を選び、繰り返し練習して、伸膝後転、跳び前転ができる。			
評価 規準	<p>(①知識・技能)伸膝後転、跳び前転の行い方を理解し、伸膝後転、跳び前転ができる。</p> <p>(②思考力・判断力・表現力等)伸膝後転、跳び前転の動きの中で踏切りや着手、空中姿勢や着地のポイントを踏まえ、目標とする動きと取り組んだ動きを比べて自分の課題を見付け、課題に合った練習方法を選び、考えを伝えている。</p> <p>(③主体的に学習に取り組む態度)積極的にグループでアドバイスし合い、安全に気を付けながら、伸膝後転、跳び前転に取り組もうとしている。</p>			
過程	時間	学習活動	指導上の留意点	評価項目<評価方法(観点)>
つかむ	1	○試しのマット運動(技調べ)を行い、共通のめあてと自分のめあてを立てる。 ・共通のめあて 「5の1マット演技会に向けて、ポイントを見付けて練習し、伸膝後転、跳び前転がきれいにできるようになるう」	○5の1マット演技会に向けて伸膝後転や跳び前転の行い方や動きに問題意識がもてるよう、技調べをして「難しかったところ」や「もっと上手にしたいところ」を伝え合う活動を設定する。	◇伸膝後転、跳び前転に取り組んで得た感想や自分の課題を基に具体的なめあてを記述している。 <学習プリント③>
追求する	1	○伸膝後転の動きのポイントを押まえ、自分の課題を見付ける。	○伸膝後転の課題をつかむことができるよう、伸膝後転の動きの連続図を用意し、動きのポイントを整理する。	◇伸膝後転の動きのポイントを押まえ、自分の課題を記述している。 <学習プリント②>
	1	○自分の課題に合った練習方法で、伸膝後転に取り組む。	○伸膝後転の動きを評価することができるよう、伸膝後転の動きを段階的に示した動きの基準を提示する。	◇伸膝後転の動きのポイントを基に、自分の課題に合った練習方法を選んでいる。 <行動②>
	1	○跳び前転の動きのポイントを押まえ、自分の課題を見付ける。	○跳び前転の課題をつかむことができるよう、跳び前転の動きの連続図を用意し、動きのポイントを整理する。	◇跳び前転の動きのポイントを押まえ、自分の課題を記述している。 <学習プリント②>
	1	○自分の課題に合った練習方法で、跳び前転に取り組む。(本時)	○跳び前転の動きを評価することができるよう、跳び前転の動きを段階的に示した動きの基準を提示する。	◇跳び前転の動きのポイントを基に、自分の課題に合った練習方法を選んでいる。 <行動②>
	1	○今までの動きのポイントを押まえ、伸膝後転、跳び前転に取り組む。	○伸膝後転、跳び前転ができるよう、手本となる子どもの動きを基に、コツを伝え合う場を設定する。	◇安定した伸膝後転、跳び前転ができる。 <行動①>
まとめる	1	○「5の1マット演技会」を行い、学習のまとめをする。	○これまでの学習の成果を感じられるよう、「できるようになった動き」「よかった練習方法やアドバイス」「自分や友達のがんばっていたこと」という振り返りの視点を提示する。	◇伸膝後転、跳び前転に挑戦している自分や友達の動きのよさを発言したり、記述したりしている。 <発言・学習プリント③>