

保健体育科学習指導案（2年2組）

1 単元【B 器械運動】 ア マット運動

2 単元の目標及び評価規準

目標	(1) 技ができる楽しさや喜びを味わい、器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを組み合わせて演技することができるようにする。 (2) 技などの自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。 (3) マット運動に積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとする、仲間の学習を援助しようとする、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや、健康安全に気を配ることができるようにする。			
	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度	
評価規準	○知識 ①器械運動には多くの「技」があり、これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことができることについて、言ったり書いたり出したりしている。 ②技の課題を解決するための合理的な動き方のポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。	○技能 ①回転系や巧技系の基本的な技の一連の動きを滑らかに行ったり、条件を変えた技や発展技を行ったりすることができる。 ②マット運動の回転系や巧技系の基本的な技や発展技を繰り返したり組み合わせたりすることができる。	①提示された動きのポイントやつまづきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。 ②体力や技能の程度も踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や発表を行う方法を見つけ、仲間に伝えている。	①練習の補助をしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。 ②健康・安全に留意している。

3 単元設定の理由

(1) 教材観

本単元は、マット運動に集団で取り組ませ、集団としての課題を仲間と協力しながら解決していく活動を通して、技がよりよくできることや集団として演技を合わせたり、そろえたりする技能を高めるとともに、自己の役割を果たしながら運動に親しんでいこうとする意欲を高めていくものである。

具体的には、個人種目として活動することの多いマット運動の学習において、集団演技であるシンクロマットを取り入れ、演技を構成し、構成された演技を発表する。グループの仲間と話し合ったり、補助し合ったりしながらシンクロマットの演技を作り上げていく活動を通して、技の出来映えを高める楽しさに加え、取り扱う技能レベルを緩和し、そろえられたことや音楽に合わせられたことといった運動能力に関係なく運動する意欲や喜びの高まり、積極的に練習することで技能の向上にもつなげることができる。それらの活動に取り組む中で、自己の適性等に応じた「できた」という実感や仲間とともに演技を作り上げ、仲間に認められる経験をすることで運動有能感を高めることや生涯にわたって運動に親しむ態度を養うことができる。

(2) 生徒観（男子 16 名、女子 18 名 計 34 名）

- ・知識・技能については、第1学年において基本的な技の学習経験があるため、ほとんどの生徒が技のコツなどの具体的な知識はもっている。しかし、事前調査から、技ができる楽しさや喜びを味わうことができることについての記述が少ない。これは、技の課題を解決するためのポイントは理解しているが、その知識を技能の向上につなげることができていないことが原因である。
- ・思考・判断・表現については、多くの生徒が自他の技能に対する課題を見つけ、その課題を解決するための具体的な方法や、他者の活動に対するフィードバックをする力は多くの生徒が身に付けている。これは、映像を基に課題を見いだす学習や理想とする動きのイメージをもって課題別練習を行うといった学習経験の蓄積ができていたためである。
- ・主体的に学習に取り組む態度については、教師の観察から、自身の技能の向上に対して目標や課題をもち、達成や解決に向けて自主的に取り組める生徒が多い。しかし、器械運動においては、自主的に取り組める生徒が少ないと感じる。これは、これまでのマット運動の学習においては、個人やペアで活動を行っていることが多く、仲間と協力したり、認められたりすることで技能が向上できたといった成功体験が少ないことが原因である。

4 指導と評価の計画 (全8時間計画)

過程	時間	◎目標・課題	○学習活動	重点	記録	備考
つかむ	1	◎オリエンテーションを通して、マット運動の特性や学習の進め方を理解し、学習の見通しをもつことができる。 マット運動の学習はどのように学習を進めていくのだろうか。また、既習の技を今の自分ではどれくらいできるのだろうか。	○オリエンテーションでマット運動の特性や学習の進め方を知る。 ○準備運動(感覚づくり)の行い方を知り、行う。 ○1年生で学習した技の復習をする。	知 態		知②：行動観察 記述分析 態②：行動観察
	単元の課題：仲間と協力しながら、演技の構成を工夫したり、仲間のよさを生かしたりして、シンクロマットの演技を楽しもう。					
追究	2	◎技能のポイントを理解し、課題別練習をすることで、自己の課題を克服し、技をよりよく行うことができる。 技のポイントを踏まえ、技をよりよくするためには、どうすればよいだろうか。	○自分の技と見本の映像を比べ、違いを見つける。 ○発見した違いをはなまるフォームで自分の動きを確認しながら修正する。	技 知	○	技①：行動観察 知①：記述分析
	2	◎「技を行うタイミング」や「隊形や技をする体の向き」を視点として例示された資料を参考にし、グループの実態に応じて選択をすることで、グループの課題に基づいたタイミングや隊形を工夫することができる。 演技を構成するにあたり、技を行うタイミングにどのような工夫をすればよい演技になるだろうか。	○技のタイミングや隊形や技をする体の向きについて知る。 ○仲間の課題や出来映えを伝え合いながらグループに合ったタイミングや隊形を考える。 ○グループで考えたタイミングや隊形で技を合わせる。	思 態	○	思①：行動観察 記述分析 態①：行動観察
	1	◎三つのまとまりを移動距離や技の大きさを考えながら、技を変更したり、つなぎ方を工夫したりする活動を通してグループでタイミングや動きをそろえることができる。 演技の見栄えをよくするためには、どのような工夫をすればよいだろうか。	○「はじめ→中→終わり」の三つのまとまりをつくり、各二～四つの技をつなぎ、仲間の課題や出来映えを基に構成を考える。 ○三つのまとまりを移動距離や技の大きさを考えながら、技を変更したり、つなぎ方を工夫したりする。	思 技	○	思②：行動観察 記述分析 技②：行動観察
まとめる	1(本時)	◎グループで考えた演技構成を映像を基に自身の動きのイメージと実際の演技との違いを修正していく活動を通して、グループで技をそろえ、音楽に合わせて演技を行うことができる。 工夫してきた演技の完成度を高めるために、演技の見直しや修正を行いながら、よりよい演技を作成しよう。	○三つのまとまりで演技構成を仕上げる。 ○演技構成を実際に演じ、動画でその様子を撮影する。 ○発表に向けて、演技の見直しと修正を繰り返す。	技	○	技②：行動観察 映像分析
	1	◎発表会を通して演技を仲間と協力しながら発表したり、仲間の演技を認めたりすることができる。また、発表映像を基に相互評価することで、よい演技の理解を深めることができる。 グループで協力して作り上げてきた演技を発表するとともに、仲間の演技を観賞し、そのよさを認めよう。	○発表会に向けて練習する。 ○兄弟グループ同士の演技発表を行う。 ○撮影された映像を基に他グループの演技を評価する。		○	総括的な評価 行動観察 記述分析

5 問題解決の過程における ICT 活用の位置付け

ICT の活用のポイント **個** **協**

つかむ

1 単元の課題をつかみ、目標を共有する。

- 単元目標を共有し、学習の見通しをもつ。
 - ・オリエンテーションでマット運動の特性や学習の進め方を知る。
 - ・準備運動(感覚づくり)の行い方を知り、行う。
 - ・1年生で学習した技の復習する。

個 単元を通して学習する動き(理想とする動き)を生徒一人一人に配信することで、自分に合った課題と目標が設定できるようにする。

2 課題の解決に向け、単位時間ごとに追究する。

- 新たに学習する技のポイントを知り、技をよりよくするために練習する。
 - ・自分の技と見本の映像を比べ、違いを見つける。
 - ・発見した違いをはなまるフォームで自分の動きを確認しながら修正する。
- 基本となる演技構成の工夫に「技を行うタイミング」の視点を取り入れ、グループの実態や課題に応じて選択し、技を行うタイミングを工夫する。
 - ・技の「技のタイミング」について知る。
 - ・グループに合った技を行うタイミングを考える。
 - ・グループで考えたタイミングで技を合わせる。
- 基本となる演技構成の工夫に「隊形や技をする体の向き」の視点を取り入れ、グループの実態や課題に応じて選択し、隊形や技をする体の向きを工夫する。
 - ・隊形や技をする「方向」について知る。
 - ・グループで隊形と技を行う向きを考える。
 - ・グループで考えた隊形と技を行う向きで合わせる。
- 「はじめ→中→終わり」の三つのまとまりを「移動距離や技の大きさ」を考えながら、技を変更したり、つなぎ方を工夫したり、取り入れる技を見直す。
 - ・演技構成を考える。
 - ・「はじめ→なか→終わり」の三つのまとまりをつくり、各二つ~四つの技をつなげる。
 - ・三つのまとまりを移動距離や技の大きさを考えながら、技を変更したり、つなぎ方を工夫したりする。

個 1年生で学習した技のポイントを映像を通して確認することで、自身の技能の習熟度を理解できるようにする。

個 はなまるフォームや映像資料の参照、映像比較などを活用することで、技の出来映えに関する自他の課題を発見しやすくし、映像資料を基に動きのポイントやイメージをもち、練習できるようにする。

協 複数の「技を行うタイミング」が例示された動画をクラウド上の映像資料箱に保管し、グループの実態に応じた情報を必要に応じて自由に引き出し、活用できるようにすることで、運動従事時間を確保し、グループで演技をそろえられるようにする。

個 毎時間作成するデジタルポートフォリオを通して、技能の出来映えに対するフィードバックすることで、個々の生徒が「うまくできた」「そろえられた」という実感がもてるようにする。

協 共同編集機能を活用し、グループで演技を構成し、つなぎ方を工夫していく。その際、工夫した思考過程は消さずに残しておくことで、教師がつなぎ方に関するフィードバックができるようにする。

協 グループで作成した演技構成を行い、撮影することで、前時で決めた「こういう演技にしたい」(理想とする動き)との違いを映像を基に確認できるようにする。その際、「合わせる」ということに視点をおくことで、「合わせたつもりだったが映像を見ると合っていない」等の気付きを引き出し、修正できるようにする。

追究する

- 演技構成の映像を基に自身の動きのイメージと実際の動きとの違いを修正していく活動を通して、グループで技をそろえ、音楽に合わせて演技を行うことができる。
 - ・三つのまとまりで演技構成を仕上げる。
 - ・演技構成を実際に演じ、動画でその様子を撮影する。
 - ・発表に向けて、演技の見直しと修正を繰り返す。

まとめる

3 発表会を行い、単元を振り返る。

- 構成した演技を仲間と協力しながら発表したり、仲間の演技を認めようとしたりする。また、撮影された発表映像を基に相互評価し、よい演技の理解を深める。
 - ・発表会に向けて練習する。
 - ・兄弟グループ同士の演技発表を行う。
 - ・撮影された映像を基に他グループの演技を評価する。

個 発達段階を考慮し、全体を前にした演技発表ではなく、兄弟グループ同士の演技発表を行い、その発表映像を基に相互評価をすることで、よい演技の理解を深められるようにする。

6 本時の展開 (7/8)

(1) 目標

演技構成の映像を基に自身の動きのイメージと実際の動きとの違いを修正していく活動を通して、グループで技をそろえ、音楽に合わせて演技を行うことができる。

(2) 展開

<「個別最適な学び」と「協働的な学び」を一体的に充実させるためのICTの活用>
個 クラウド上の資料箱を活用し、シンクロマットに必要な動き方の工夫を取り入れる。
協 動きのイメージと実際の動きの違いを映像を基に確認し、グループで演技をそろえる。

主な学習活動		指導上の留意点及び支援・評価
予想される生徒の反応	ICT活用<分類>	
<p>1 前時の活動を振り返り、本時の課題をつかむ。 ○前時の学習を振り返りシートから本時の課題を知り、授業の見直しをもつ。 ○準備運動、補助運動を行う。</p>	<p>○Jamboard で作成した演技構成を見直し、未完成の部分を確認する。<データ活用></p>	<p>○前時で作成した演技内容の工夫を振り返ることで、前時と本時の課題のつながりを意識できるようにする。個 ○マット運動で使う体の部位の準備運動や補助運動をさせることで、怪我の防止や感覚づくりができるようにしていく。</p>
<p>課題：演技の完成度を高めるために、演技の見直しや修正を行い、よりよい演技を作成しよう。</p>		
<p>2 三つのまとまりで演技構成を完成させる。 ○前時までJamboardで作成した演技構成を確認し、例示された動きを取り入れながら演技構成を仕上げる。 ・すれ違う動きを取り入れて、イチ、ニ、サン、シのタイミングに合わせて行ってみよう。 ・発展技がうまくできる子を生かすために、広がる動きを取り入れよう。</p>	<p>○Jamboard で動き方を図示し、一人一人の動き方を確認する。 <思考の可視化> <共有></p> <p>○資料箱の映像資料を参考に、実態に応じて動き方を取り入れる。 <学習の個性化・主体的な学びの促進></p>	<p>○Jamboardで前時に工夫して作成した演技構成を確認し、グループ全体で動き方を共有してから活動させることで、動きを合わせる、そろえることへの意識が高まるようにする。協</p> <p>○三つのまとまりの中で、グループで作成できていないパートがある場合には、クラウド上の資料箱の中から自由に引き出し、参考にする事で、技のつながりを意識してグループの実態に合った演技を完成させられるようにする。個</p>
<p>3 演技の様子を撮影し、演技の見直しと修正を繰り返す。 ○作成した演技構成を実際に演じ、その様子を撮影する。 ・手を上げる高さをそろえようとやってみただけ、映像を見るとそろっていない。 ・音楽と合わせてみると技をつなぐ部分でそろわない。 ○自分の動きを映像を通して確認したり、互いに声をかけ合ったりして、動きの修正をする。 ・腕の高さを高くしてそろえよう。 ・移動距離が短いので、跳び前転に変えてみよう。 ・技のつながりは全員が右回りで行って見るときれいにそろおうと思う。</p>	<p>○自己の技能を可視化し、「動きが合う、そろう」を視点として動きを確認する。<可視化></p> <p>○はなまるフォームを活用し、修正する視点を明確にし、声をかけながら練習する。<可視化・主体的な学びの促進></p>	<p>○完成した演技構成を撮影し、確認することで、「〇〇したつもり」（主観的な動き）との実際の演技（客観的な動き）との違いを映像を基に認識できるようにする。協</p> <p>○撮影して確認できた違いをはなまるフォームを活用し、自分たちの動きを確認しながら繰り返し練習することで、全体の動きがびたりと合ったり、そろったりできるようにする。その際、仲間同士の声かけの例示をすることで、技能を矯正していくための仲間同士の対話を促せるようにする。協</p>
<p>【知識・技能】 音楽や仲間の声かけに合わせて技のタイミングを合わせたり、向きをそろえたりして技を行っている。 (行動観察・映像分析)</p>		
<p>4 学習のまとめを行う。 ○練習の成果を確かめ合う。 ・回るタイミングがそろってきたな。 ・全体の動きが合ってきたな。 ○本時の取組について振り返り、ポートフォリオとして記録する。</p>	<p>○集団的な技能の出来映えについて振り返り、「ロイロノート」で提出する。<指導の個別化・思考の整理></p>	<p>○集団的な技能の完成度（そろった、合わせられた）という視点で振り返りを行うことで、技能低位の生徒もできたという実感をもつことができるようにする。</p>

<まとめ・振り返り>
 ・技のつながり方をグループで統一したり、技を行う向きを変更したりすることでより演技がそろってきた。また、仲間とカウントを取り合うことで、音楽と演技のズレを修正することができた。次回は発表になるので、修正した点を生かして、よりよい演技ができるようにしていきたい。