

第5学年 体育科学習指導案

1 単元名 「マット運動」 (9時間計画)

2 運動の特性

(1) 一般的特性

マット運動は、マット上でいろいろな技に挑戦することが楽しい運動である。また、単独の技や技の連続、複数の技の組み合わせをしたり、友達と調子を合わせたりして楽しむことができる。

(2) 子どもから見た特性

A. 運動の特性にふれる楽しさ体験の状況

事前アンケートでは、マット運動が「とても好き」「好き」と答えた子どもは29人、「あまり好きではない」「嫌い」は7人、という結果になった。

マット運動が楽しいときは、「新しい技に挑戦しているとき」「友達と教え合ったり励まし合ったりしているとき」などを挙げ、技の習得・友達と教え合いを経験し、マット運動の楽しさを味わっている。また、もっと技ができるようになりたいと願う姿もうかがえる。マット運動が楽しくないときは、「上手くできなかったとき」「友達に笑われたりいやなことを言われたとき」などを挙げ、失敗に対しての不安感をもっている子どももいる。

B. 技術の習得状況

事前アンケートでは、前転・後転はほとんどの子どもが、「できる・ときどきできる」と答えている。事前に行った実態調査では、背中を丸め、起き上がるという動きはほぼできている。しかし、体を大きく揺らして起きがる・両手で自分の体を支えることができる子どもは少ない。また、技の連続・組み合わせや、友達との調子合わせは、ほとんど経験がない。

C. 学び方に関する学習経験の状況

○ 学習の進め方

全員で協力して、準備・片付けすることはできている。学習後に自分を振り返るなど、1時間の学習の進め方もだいたい理解できている。その時間のめあてをもち、学習に取り組むことはできているが、個々で単元全体の計画を立てて学習するのは初めてである。

○ めあて

4年生までの器械運動の学習で、めあて1、めあて2のスパイラル型の学習を経験している。自分のめあてに合った課題を見つけ、課題解決に向けて活動を行うことができるようになってきている。しかし、自分の技能と合っていないめあてを設定したり、自分に合った課題解決の方法が見つけられなかったりする子どももいる。

4月にバスケットボールの学習で、めあて3を経験した。学級内でバスケットボール大会を企画し、リーダーを中心に大会を運営して、バスケットボールを楽しむことができた。

○ ポイントカードの活用

4年生の鉄棒や跳び箱で、ポイントカードを使って学習した経験はある。だが、自分で適切なポイントカードを選ぶことができない子どももいる。

○ 友達とのかかわり

これまでの学習で、上達するために、チームの課題や練習方法などを話し合おうとする姿が見られた。また、友達への励ましや応援で、友達と一緒に運動を楽しむ姿も多く見られた。

事前アンケートでは、マット運動を練習するとき大切なこととして、「教え合い」や「友達や先生のアドバイス」を挙げ、友達とかかわり合いながら学習に取り組む意識が高い。

3 学習を進めるにあたって

本単元の学習では、技を増やす楽しさや友達と調子を合わせてマット運動する楽しさを味わわせたい。また、グループで調子を合わせて演技をつくることで、新しい楽しみ方にふれてほしい。

学習課程は、第1時のオリエンテーションで、技調べを行い、自分の力を確認する。その後、技を増やしたいという思いや願いを達成するために、学習計画を立てさせる。その際、教師から積極的に助言し、挑戦する技を具体的に考えさせたい。

単元の前半でめあて1・めあて2に取り組む。めあて1「できる技で楽しむ」では、技で連続や組み合わせ、友達と調子を合わせて楽しませる。特に、友達と調子を合わせることは経験が少ないので、教師から例示したり、子どもに紹介させたりしながら合わせる動きを増やしていく。活動は、生活班で行う。めあて2「自分で計画を立て、できそうな技に挑戦して楽しむ」では、練習方法の工夫や友達との教え合いをすることで楽しませる。活動は、課題別グループで行う。ポイントカードや準教科書を使う、ペアとアドバイスをすることで、できる楽しさを味わわせたい。また、単元の後半でめあて3「グループで調子を合わせて楽しむ」活動を設定し、今までの学習を生かして、動きやタイミングなどを工夫して楽しませる。活動は、自分が見せたい技ごとのグループで行う。発表の場面も予想されるので、発表会に向けて練習に取り組ませる。

めあて達成のための支援として①学習ノート②ポイントカード③場の工夫④デジカメでの撮影を重点として取り組んでいく。学習ノートは、学習計画やめあてを一覧できるようにし、友達からのアドバイスも書けるようにする。また、教師もノートから学習の進み具合をつかみ、助言・賞賛していく。ポイントカードとして、技ごとにポイントや練習方法が書かれたカード・準教科書・マルチアングルCDを準備し、子どもが自由に使えるようにしておく。場の工夫として、めあて1からめあて2で回転系と倒立転回系で分け、より友達とかかわることができ、安全なマット運動ができるよう配慮する。めあて3では、グループの活動内容に合わせて効果的に場をつくらせていく。デジカメでの撮影で、技の経過や技の習得状況を自分で見るができるようにする。

また、安全に学習を進めるため、場がつくれているか確認していく。活動中も、マットから速やかに出る、マットの上は一方通行、などもルールとして確認する。

4 学習のねらいとみちすじ

(1) 学習のねらい

今できる技の連続や組み合わせをしたり、友達と調子を合わせたり、新しい技に挑戦したりして、マット運動を楽しませる。また、学習したことを生かし、グループで調子を合わせてマット運動を楽しませる。

(2) 学習のみちすじ

めあて1 今できる技の連続や組み合わせをしたり友達と調子を合わせたりして楽しもう。

めあて2 自分の計画に合わせて、できそうな技に挑戦して楽しもう。

めあて3 今までの学習を生かし、グループで調子を合わせてマット運動を楽しもう。

5 学習の計画

時間	1	2	3	4	5	6	7	⑧	9	
7	<p>1 学習の見直しをもつ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 学習の進め方を知る。 <p>○ 安全な活動の仕方について確認する。</p> <p>2 技調べに取り組む。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 技調べのポイントについて知る。 ○ 技ごとに取り組む。 	<p>1 学習の準備をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・場づくり ・めあての確認 ・準備運動 ・基礎感覚づくり <p>2 めあて1のマット運動に取り組む。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>めあて1 今できる技の連続や組み合わせをしたり、友達と調子を合わせたりしてマット運動を楽しもう。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ 自分ができる技で楽しむ。 <ul style="list-style-type: none"> ・技の連続。 ・技の組み合わせ。 ・友達と調子を合わせて。 ○ 新しく見つけた動き方を紹介する。 					<p>1 学習の準備をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・場づくり ・めあての確認 ・準備運動 ・基礎感覚づくり <p>2 めあて3のマット運動に取り組む。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>めあて3 グループで調子を合わせてマット運動を楽しもう。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ めあて1・2で取り組んだ課題から、発表したい技でグループを組んで練習に取り組む。 			
2 2	<p>3 学習の計画を立てる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ めあてを設定する。 <ul style="list-style-type: none"> ・技調べから、第5時までのめあてを設定する。 ○ めあて・場づくりの確認をする。 <ul style="list-style-type: none"> ・次のめあてを確認する。 ・次の場づくりを確認する。 	<p>3 めあて2のマット運動に取り組む</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ めあて2に合わせて場をつくりかえる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>めあて2 自分の計画に合わせて、できそうな技に挑戦し、マット運動を楽しもう。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ 自分の課題に合わせて、できそうな技に挑戦する。 <ul style="list-style-type: none"> ・ポイントカード・準教科書を活用する。 ・練習の場を工夫する。 ・友達や先生に助言してもらう。 ・デジカメに撮り、自分の技の出来を見る。 ・マルチアングルCDを活用する。 				<p>予想される活動</p> <p>〈中心となる技〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・前転・後転・開脚前転・開脚後転・側方倒立回転・前方倒立回転 <p>〈付け加える動き〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ジャンプ・ブリッジ・方向転換・バランス <p>〈合わせる動き方〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・並んで・交差して ・放射状に・円になって <p>〈練習の方法〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・かけ声をかける。 ・カウントする。 ・チェックしながら見合う。 				
3 9	<p>4 学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 学習を振り返る。 <ul style="list-style-type: none"> ・学習の見通しがもてたかどうか。 ○ 片付けをする。 	<p>4 学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 学習を振り返る。 <ul style="list-style-type: none"> ・できるようになったことのポイントを交流する。 ・次のめあてを確認する。 ○ 片付けをする。 				<p>3 学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 学習の振り返りをする。 <ul style="list-style-type: none"> ・できるようになったことのポイントを交流する。 ・次のめあての確認をする ○ 片付けをする。 		<p>3 発表会をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ グループごとに、自分の取り組んだマット運動を発表する。 <ul style="list-style-type: none"> ・できたことを喜び合う。 ・成長を認め合う。 		
									<p>4 学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 学習の振り返りをする。 <ul style="list-style-type: none"> ・マット運動を振り返って。 ・発表会を終えて。 ○ 片付けをする。 	

6 本時

平成18年6月 体育館

7 本時のねらい

発表会に向けて自分の課題を決め、今まで練習してきた技の中から、グループで調子を合わせてマット運動を楽しませる。

8 本時指導にあたって

本時は、めあて3にあたり、調子を合わせてマット運動を楽しみ、発表会にむけて練習する場面である。前時からめあて1・めあて2で学習してきた技の中から発表したい技ごとにグループを組み、「みんなで調子を合わせて楽しむ」活動を行っている。子どもは、めあて1での学習を生かして、自分たちで動きや構成を考え、練習に取り組んでいる。

はじめに、準備運動・場づくり・基礎感覚づくりをグループごとに行い、活動の場や自分の課題とグループの課題を確認させる。全体では、今までに紹介された合わせる動き方を振り返りながら、本時の見通しをもたせる。グループの課題は、紙に書かせ掲示することで意識化を図る。また、個人の課題に対しては、必要に応じて、補助やポイントカードを使って支援をする。

次に、グループごとに発表会に向けて練習させる。自分たちで各課題に取り組めるように、準教科書、ポイントカード、マルチアングルCD、デジタルカメラ、はちまき、ゴムを準備しておき、必要なときに使えるようにしておく。

技が十分にできていない子どもは、ポイントカードなどで動きに対して声をかける。動きを合わせる練習をしているグループには、かけ声やカウントをとるなど、練習方法に注目した声をかける。演技の構成を相談しているグループには、学習ノートに書かれたヒントを参考にさせる・技と技の組み合わせを例示するなどして、動きを増やしていく。また、倒立転回系の技に取り組む子どもがいれば、必要に応じて補助をつけ安全に気をつけさせる。

発表会に向けて練習することで、友達と演技を見合う・アドバイスや補助をする・励まし合うなど、友達とのかかわりを通して、みんなで動きを合わせる楽しさに気づかせたい。そのために、どんな声かけが必要なのか考えさせ、互いに声をかけやすいよう、演技を見合う視点をつくる。

最後に、今日できるようになったことを振り返り、学習のまとめとする。とくに、調子を合わせるためにどんなことをしたのかを重点的に発表させていく。

9 準備

マット マルチアングルCD パソコン ゴム はちまき ポイントカード 掲示 準教科書
デジタルカメラ

10 展開 (8 / 9)

時間	学習活動と内容	支援
5	<p>1 学習の準備や場づくりをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 準備運動 (首や手首・足首を中心に) ○ めあての確認 (個人・グループ) ○ 場づくり ○ 基礎感覚づくり (かえる・ゆりかご・手押し車・ブリッジ) <p>2 めあてを確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>グループで調子を合わせてマット運動を楽しもう。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ 前時までの振り返りをする。 <ul style="list-style-type: none"> ・ 紹介された合わせる動き方や付け加える動きを振り返り、演技の参考にする。 ○ グループの課題を掲示し、確認する。 <p>3 グループごとに活動する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ グループでの技や課題を意識しながら、調子を合わせて楽しむ。 <p>〈予想される課題〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 一つの技をきれいにする。 ・ 合わせる動き方を考える。 ・ どんな技を取り入れるのか、組み合わせを考える。 <p>〈練習方法〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ かけ声・カウントを取る。 ・ デジタルカメラで自分たちの姿を撮影し、確認する。 ・ 友達同士で見合う。 ・ ポイントカードや準教科書から技のポイントを確認する。 ・ マルチアングルCDを見て、参考にする。 <ul style="list-style-type: none"> ○ 互いに視点を決めて見合う。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>評価の視点</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ リズムは合っているか。 ・ 技は正確か。 ・ 体の動きは大きいか。 </div>	<ul style="list-style-type: none"> ○ マットの運び方や、使い方など安全に配慮するとともに、友達と協力して行うよう声をかける。 ○ 準備運動では、首や手首・足首を中心にしっかりと伸ばしているかを見て、けがを防止する。 ○ 今までに紹介された動きを振り返らせ、参考にできるようにするとともに、学習の見通しをもたせる。 ○ 工夫した練習をしていた子どもやグループがあれば紹介する。 ○ グループ・個人への支援 <ul style="list-style-type: none"> ・ 技に関して…ポイントカードや準教科書を提示しながら、動きに対して声かけをする。 ・ 動きの合わせ方…かけ声、カウントなど、練習方法を提示する。 ・ 演技の構成…紹介された例や学習ノートの例などを参考にし、動きを増やす。 ○ 同じグループの子どもが、真横で見たり、アドバイスや補助をしたりするように声をかける。 ○ 子どもにアドバイスをするときには、課題を意識できるように、課題を聞いてから声かけをする。 ○ 協力している・練習の工夫があるグループがあれば、積極的に賞賛する。
38	<p>4 学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 学習を振り返る。 <ul style="list-style-type: none"> ・ 今日できるようになったこと、分かったこと ・ 工夫した練習方法 ・ 友達から言われてうれしかったこと ・ 次時にがんばりたいこと ○ 片付けをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 教師から賞賛しながら、チームでできるようになったことを振り返らせる。 ○ 練習方法やアドバイスも発表させることで、グループでの協力にも注目させる。 ○ 次時は発表会であることを確認し、意欲をもたせる。 ○ 協力して片付けができるように声をかける。進んで動いている子どもは賞賛する。

プ

めあて3 **グループで調子を合わせてマット運動を楽しもう。**

見せたい技	班のメンバー

グループで考えよう

○ 合わせ方は？

○ どんな場で？—マットのしき方

--

○ どんな技を入れる？

--

○ 実際の演技

①	②	③
---	---	---

④	⑤	⑥
---	---	---