

小学校第5学年 体育科 学習指導案

1 単元名

「体操教室の先生になろう」(B 器械運動 ア マット運動)

2 単元について

(1) 単元観

本単元は、小学校学習指導要領解説体育編より、第5学年及び第6学年内容B器械運動を受け、基本的な回転や倒立技に取り組み、それぞれについて自己の能力に適した技が安定してできるようにするとともに、その発展技までできるようにすることをねらいとする。また、できるようになった技の繰り返しや組み合わせができるようにすることもねらう。

マットを使っているいろいろな方向へ回ったり、転がったり、手で体を支えたり、バランスをとったりするなど、日常の動きと異なったいろいろな動きを体験できる運動である。また、そのような運動体験をする中で「腕支持感覚」「バランス感覚」「逆さ感覚」など様々な運動感覚を養うことができる運動である。児童は自分の能力に応じて課題を持ち、その解決に向けて工夫や努力を重ねながら練習を繰り返し、様々な感覚や動きを身につけていくことができる。しかし、児童が身に付けている様々な感覚や動きには個人差があり、「技ができる」「技ができない」ことが明確であるため、運動意欲が低下しやすい運動である。動きのこつを知り、そのこつと自分の動きを比較しながら課題をとらえ、仲間と協働的に学ぶ学習を仕組むことが大切である。児童は、このような解決のプロセスを経験しながら、「できないこと」が「できる」ようになる達成感や「より上手にできる」ようになるという運動への意欲の高まりを考える。

これらのことから、本単元において、自分の課題をつかみ、その解決に向けた学習を経験させることは、未来の創り手となる「豊かな学び」の創造につながるものであると捉える。

(2) 系統観

3・4年	5・6年	中学校(1～2年)
マット運動	マット運動	マット運動
(1) 基本的な回転技や倒立技をする。 (2) 進んで取り組み、決まりを守り仲良く安全に気を付ける。 (2) 能力に適した課題をもち活動を工夫できるようにする。	(1) 基本的な回転技や倒立技を安定して行い、発展技やそれらを繰り返したり組み合わせたりする。 (2) 運動に進んで取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、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。 (3) 能力に適した課題解決の仕方や技の組み合わせ方を工夫できるようにする。	(1) 回転、巧技系の基本的な技を滑らかにに行い、条件を変えた技、発展技、それらを組み合わせる (2) 積極的に取り組み、よい演技を認め、分担した役割を果たすことなどや、健康・安全に気を配る。 (3) 特性や成り立ち、技の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

(3) 児童観

ア 体育学習に関するアンケート調査(17人)

質問事項	好き	だいたい好き	少しきらい	きらい
体育の学習は好きですか。	13	3	1	0
マット運動は好きですか。	7	6	4	0
これまでのマット運動の学習で楽しかったこと ※自由記述	・新しい技ができた・いろいろな組み合わせ方が面白い ・みんなが応援してくれた・難しくてもみんなが教えてくれた			
これまでのマット運動の学習で楽しくなかったこと ※自由記述	・苦手な技がある ・首を痛めた ・進度が速い			
うまくできない時や分からない時はどうしますか。 ※複数回答	・友だちに聞く 10人・先生に聞く 6人・練習する 11人 ・自分で考える 1人			
マット運動でやってみたいことはどんなことですか。 ※複数回答	・新しい技に挑戦 14人・できる技を美しく 12人・一人で連続技づくり 4人・ペアで連続技づくり 6人・グループで連続技づくり 7人			

- 体育の学習に意欲的で、めあてに向かって、全力で取り組む児童が多い。しかし、苦手な運動やできない技があると学習に消極的になる児童がいる。
- よりよい動きのこつを探る学習では、課題に対する考えを持つことができるが、自分の言葉や体で表現できる児童は少ない。
- 自分の動きをよくするために、お互いの動きを見たり、教え合ったりする学習経験を重ね、励まし合う姿も増えてきた。また、仲間と学び合う良さも感じてきている。
- マット運動に対して苦手意識を感じている児童が4人いる。運動にじっくり取り組み、動きのこつが分かり、仲間とのかかわりを大切にしながら、できる達成感を味わわせたい。

イ マット運動に関する実技調査の結果（17人）

基本的な技	きれいにできる	できる	できない	考察
安定した前転	1 2	5	0	回転速度が遅く、着地時に手をつく。
大きな前転	7	1 0	0	回転時、膝が曲がっている。腰の開きが小さい。着地時に手をついたりする。
開脚前転	5	8	4	立ち上がれない。足を開いて回転している。
安定した後転	1 0	6	1	まっすぐに回れない。
開脚後転	6	1 0	1	ひざが曲がっている。
側方倒立回転	3	1 4	0	腰の位置が低い。膝が曲がっている。スタート時、進行方向におへそが向かない。

(4) 指導観

「体操教室の先生になろう」というテーマを設定し、学習したことを生かして、下学年に技を披露したり、教えたりできるようになる姿を目指す。そのためには基本的な回転技や倒立技のこつを理解し、安定してできるようになることが大切である。

そこで、本単元では、児童の実態を分析し、より正確に美しくさせたい技として「開脚前転」「側方倒立回転」を中心に組み合わせていく。単元全体を通して、マット運動に必要な基礎感覚・基礎技能の習熟を図るスキルタイムを設定する。また、単元前半を「やってみる」（回転技や倒立技にチャレンジしよう）とし、基本的な技の習得、習熟を図るようにする。「開脚前転」では、起き上がる動きのこつを中心に、「側方倒立回転」では、腰を高く、ひざの伸びた技の習熟を共通の中心課題とし、自分の課題に応じた練習の場で、仲間と協働的に学びながら、課題の解決を図らせる。単元後半を「ひろげる・ふかめる」（体操教室を楽しもう）とし、グループで集団マットによる連続技を行い、より技を美しくしたり、集団で動きを作りあげたりし、運動の楽しさを味わえるようにする。

研究の視点1

「見方・考え方」に着目した問いの工夫

- ①「体操教室の先生になろう」という単元を貫くテーマを設定する。この設定は、児童が4年生に「自分のマット運動での学びを教えたい」といった意欲を掻き立てるばかりではなく、積極的に技能のこつを仲間と協働的に学びながら習得していくための、切実性のある「問い」を生み出すことにつながる。
- ②腰を高く、膝を伸ばした安定した技の習熟を目指すために、児童のつまずきや気づきをもとに学習課題の提示を行い、動きのこつを共有化させていく。「技の入り（着手など）」「回転動作」「着地」の3つの場面から課題場面を焦点化し、動画等で視覚的に捉えさせていく。

研究の視点2

学びを実感する振り返りの工夫

- ③仲間とのかかわりやタブレット等を活用し、モデルの動きと自分の動きを比較させ、技の出来栄を振り返らせるようにする。また、児童同士のかかわりの中で、教師が児童の言葉を受け止め、その言葉を広げるなど、児童同士をつなぐ役割をしながら、主体的な学習展開が図れるようにする。
- ④技カルテカードや技ボードを活用し、自分の動きの課題を捉えたり技の習熟度を振り返ったりすることができるようにする。

3 単元の目標と評価規準

単元の目標	(1) 基本的な回転技や倒立技を安定してできるようにするとともに、その発展技ができる。 また、それらの技を繰り返したり、組み合わせたりすることができる。(技能) (2) 運動に進んで取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、場や器械・器具の安全に気を配ったりすることができる。(態度) (3) 自己の能力に適した課題を知り、その課題に応じた練習の場や段階を選ぶことができる。(思考)		
運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能	
①進んで運動に取り組もうとしている。 ②約束を守り、友達と助け合って運動しようとしている。 ③安全に気を付け、マットや補助具の準備や片付けをしようとしている。	①自分の動きとモデルの動きを比較したり、友達のアドバイスを聞いたりして、自分の課題を設定している。 ②自分が取り組む技のこつを知り、技ができるようになるための運動の行い方を工夫している。	①安定した開脚前転できる。 ②安定した側方倒立回転ができる。 ③自分の力に合った技を繰り返したり、組み合わせたりすることができる。	

4 指導・評価計画（7時間取扱い 本時 6/7）

単元を貫く問い：「体操教室の先生になろう」

次	時	学習活動	評価及び研究の視点
一	1	1 オリエンテーション (1) 単元のめあてと学習の流れを知る。 (2) 基礎感覚・基礎技能づくりのポイントを知り、活動する。 (3) 様々な場で前転や後転をやってみる。	【関心・意欲・態度】 ①③観察 【研究の視点1】 ①マットで様々な回り方を体験させ、マット運動の楽しさを感じさせる。
二	2 3 4	2 やってみる 「できる技を安定させたり、出来そうな技に挑戦したりしよう」 (1) モデル動画と自分の動きを比較し、課題をつかむ。 (2) よりよい動きのこつを考える。 ①考えを予想し、試しの動きをやってみる。 ②考えを出し合い、動きのこつを焦点化する。 ③グループで技の出来映えを教え合う。 (3) 課題に応じた練習の場を選び、班で協力（アドバイスや補助）して練習する。 (4) 活動の振り返りを行う。	【思考・判断】 ①ワークシート 【研究の視点1】 ②児童のつまずきや気付きをもとに学習課題の提示を行い、動きのこつを共有化させてく。 【技能】 ①観察 【研究の視点2】 ③④仲間とのかかわりやタブレット等を活用し、技の習熟度を振り返ることができるようにする。
三	5 6 7 (本時)	3 ひろげる・ふかめる 「体操教室を楽しもう」 (1) 学習した技やつなぎ技を活用し、連続技を構成する。 (2) 苦手な技や連続技の練習を行う。 (3) 下学年に対して、体操教室を行う。	【技能】 ①観察 【研究の視点2】 ③④技の出来栄えカードや動画を活用し、自分の技の習熟度を振り返ることができるようにする。

5 本時の活動

(1) 目標：自分の力に合った技を繰り返したり，組み合わせたりすることができる。【技能】

(2) 展開

過程	学 習 活 動	指導上の留意点及び評価	備考
導入 10分	1 準備運動をする。 2 基礎感覚・基礎技能づくりをする。 3 本時のめあてを確認する。 学習目標（めあて）	○マット運動に必要な基礎感覚・基礎技能の習熟を図るために，4つの場でローテーションしながら取り組ませる。 【研究の視点1】 ② 児童の連続技の様子を動画で示し，課題の共有化を図る。	デジタイ マー ラジカセ マット
展開 25分	4 【本時の問い】 を確認し，連続技をやってみる。 5 【本時の問い】 に対する分かったこと気付いたことを伝え合う。 6 自己の課題に応じて練習する。 【連続技試しの場】 ・フラットマット 【開脚前転・開脚後転の場】 ・フラットマットや坂道マット 【側方倒立回転の場】 ・フラットマットやゴムハードルのマット 【言語活動】 （設定の意図） 連続技の様子を見合うことを通して，自己の技の習熟だけでなく，仲間とのかかわり合いの視点を明確にしていく。	【研究の視点1】 ② 連続技を試したり，仲間の技を見合ったりして，課題をつかませる。 【研究の視点2】 ③④ ICT機器等を利用し，きれいに技をつなげるために，技の終わりで立ち上がることの大きさに気付かせる。 【研究の視点2】 ③④ 自己の課題に応じた適切な場で技の習熟が図れるよう，前時の様子等から助言を行う。 徹底指導 （ポイント） ・技カルテシートや技ボードを活用し，動きのこつを捉えながら演技するようにする。 能動型学習 （ポイント） ・仲間で見合い，前時まで考えてきた動きのこつを視点として交流していく。 ・児童の気づきをグループ内で共有化できるように支援を行う。	プロジェ クター タブレッ ト マット マット 踏切台 ハードル 段ボール 技ボード タブレッ ト 技カルテ シート
	7 連続技の試技を行い，自分や仲間の技を交流する。 8 学習したことを振り返る。	評価 技能（観察） B基準 技を繰り返したり，組み合わせたりしている。 A基準 B基準に加え，スムーズに大きな動作で技を行っている。 〈B基準に達しない児童への手立て〉 技ボードを振り返らせ，こつを確認していく。	学習シー ト