第４学年１組　体育科学習指導案

平成３０年１０月３０日（火）第５校時　体育館
在籍児童数　男子２２名　女子１７名　計３９名
坂戸市立入西小学校　教諭　山下　揺介

１　単元名　マット運動（器械運動）

２　運動の特性

（１）一般的特性

○マット運動は非日常的で，回転系や巧技系などの新しい技に挑戦し，技を身に付けたり，できる技を組み合わせたりするときに，楽しさや喜びに触れることのできる運動である。

（２）児童からみた特性

マット運動の楽しさや喜びを感じる要因	マット運動を遠ざける要因
・新しい技ができたり，技がより上達したりしたとき	・失敗して転倒したり，痛みを感じたりしたとき

３　児童の実態（省略）

４　教師の指導観

（１）技能

児童の実態を踏まえ，段階的な技の系統性を明確にし，指導計画を工夫することで，技能向上を図ることとした。第４学年では，単元の課題の柱を「側方倒立回転」とし，腰を伸ばした姿勢で回転できる動きを目指す。そのために，より遠くから足を踏み出し床へ足を振り下ろして起き上がることや壁倒立で腰を高く上げるようにする。また，高学年につなげるために，できる技を組み合わせて楽しんだりしながら，技能を高めていく。

（２）態度

補助を中心とした関わり合いが充実するように単元を通して身長･体重を揃えた班での学習とする。個人の課題や色テープで踏み出す足の位置を視覚化することで，互いの動きを見合い，励まし合いながら運動させることで，できる楽しさや喜びに触れさせたい。

（３）思考・判断

運動の特性を理解し，互いに観る視点を明確にすることで班の友達と学び合いができるようにする。観察する運動局面は，「手の着き方」と「腰の高さ」と「着地」の３つに絞る。運動観察場面と評価規準を明確にすることで，自分に合った課題や自分の力に応じた練習方法を選んだり，課題解決のために考えたことを友達に伝えたりすることにつながると考える。

５　単元の目標

（１）マット運動に進んで取り組み，安全に気を付け，友達と関わり合いながら活動できるようにする。【関心・意欲・態度】

（２）自分に合った課題の解決方法の工夫や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・判断】

（３）自分に合った側方倒立回転系の技を高めたり，できる技を組み合わせたりすることができるようにする。【技能】

６　単元の評価規準

	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
単元の評価規準	○マット運動に進んで取り組み，安全に気を付け，友達と関わり合いながら活動している。	○自分に合った課題の解決方法の工夫や考えたことを友達に伝えている。	○自分に合った側方倒立回転系の技を高めたり，できる技を組み合わせたりすることができる。

学習活動に即した評価規準	①運動する場や器械・器具の使い方などの安全を確かめ，きまりを守り友達と一緒に準備や片付けをしている。 ②技ができる楽しさや喜びに触れ，マット運動に精一杯取り組んでいる。 ③互いの動きを見合ったり補助をし合ったりして，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。 ④誰とでも仲よく励まし合って運動をしようとしている。	①自分に合った課題を見付け，課題に合った場を選んで解決できるように活動している。 ②課題を解決するために考えたことを友達に伝えている。	①回転系（接転技群）の技の技能を高めることができる。 ②自分に合った側方倒立回転ができる。 （着地でおしりがつかないで立てればできる） ③できる技を組み合わせることができる。 （繰り返しやジャンプでつなぐなど２～３種目の簡単なものでできる）

7　単元の計画

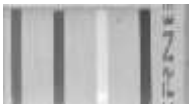
（１）領域（器械運動系）の取り上げ方

学年	固定施設運動系	マット運動系	鉄棒運動系	跳び箱運動系
第１学年	固定施設を使った運動遊び ５時間	マットを使った運動遊び １２時間	鉄棒を使った運動遊び ７時間	跳び箱を使った運動遊び ６時間
第２学年	固定施設を使った運動遊び ５時間	マットを使った運動遊び ６時間	鉄棒を使った運動遊び ９時間	跳び箱を使った運動遊び １２時間
第３学年		マット運動 ７時間	鉄棒運動 １４時間	跳び箱運動 ６時間
第４学年		**マット運動 ７時間**	鉄棒運動 １４時間	跳び箱運動 ６時間
第５学年		マット運動 ５時間	鉄棒運動 ４時間	跳び箱運動 ７時間
第６学年		マット運動 ５時間	鉄棒運動 ４時間	跳び箱運動 ７時間

（２）運動種目（マット運動系）の取り上げ方

学年	教材	目指す動き
1	マットを使った運動遊び	ゆりかご，丸太転がり，首倒立，かえるの足打ちができること
2	マットを使った運動遊び	前転がり，後ろ転がり，壁登り逆立ち，川わたりができること
3	マット運動	前転，後転，頭倒立，大の字回りができること
4	**マット運動**	**易しい場での開脚前転，開脚後転，壁倒立，側方倒立回転 簡単な組み合わせができること**
5	マット運動	開脚前転，補助倒立，側方倒立回転，ﾛﾝﾀﾞｰﾄ，頭倒立ﾌﾞﾘｯｼﾞができること
6	マット運動	できるようになった技を繰り返したり，組み合わせたりしていること

（３）指導と評価の計画（７時間扱い）　本時は○印　５／７時

時	1	2	3	4	⑤	6	7
ねらい	○学習の見通しをもち，安全に気を付けて友達と一緒に運動しよう。	○回転技の技能を高めよう。	○今できる技の組み合わせに進んで挑戦しよう。	○側方倒立回転に挑戦しよう。	○自分に合った側方倒立回転ができるようになろう。	○自分のできる技を組み合わせて楽しもう。	○ＺＩＰマットオリンピックをしよう。
指導の内容	・学習の進め方 ・用具の準備方法 ・班編制 ・運動の行い方 ・できる技調べ ・各自のめあて	・前転 ・後転 ・開脚後転 ・易しい場での開脚前転 ・４つの技の技能ポイント	・技能の習熟 ・組み合わせ方	・手の着き方 ・腰の高さ ・着地 ・自分に合った課題発見と解決方法	・技能の習熟 ・より遠くからの踏み出し ・連続 ・まっすぐ ・ゆっくり	・課題解決の仕方 ・側方倒立回転を入れた組み合わせ方	・２～３種目の簡単な組み合わせの発表会
学習過程	１　集合，整列，挨拶をする。 ２　準備運動をする。						
	《オリエンテーション》 ３　単元の学習内容と本時のねらいを確認する。 ４　学習の仕方や進め方に見通しをもつ。 ・学習過程 ・１時間の流れ ・器械・器具の確認 ・学習の場づくり ※掲示物を用いて，わかりやすく効率的に説明する。 ※毎回同じ集合場所や準備の仕方，学習の流れで進めていくことでマネジメント時間を短縮し練習時間を確保する。 ・班編制 （３人１班,４人９班） ５　試しの運動をする。 ・できる技を知る。（前転・易しい場での開脚前転・後転・開脚後転） ・自分のめあてを決める。 ※技の段階を３段階示しておく。	３　感覚つくりの運動をする。 ①万歳スキップ　②壁倒立（引っ張り逆立ち）　③ゆりかご→開脚立ち（後） ④首倒立→開脚立ち（前）　⑤大の字回り ４　本時のねらいを確認する。					
		５　基本的な回転系の技（接転技群）の技能を高める。 ・膝曲げ→膝伸ばし ①前転 ②後転 ③開脚後転 ④易しい場での開脚前転 ※各班に１台タブレット型端末を配布し，スロー再生等の機能を活用できるようにする。	５　基本的な回転系の技（接転技群）の技能を高める。 ６　簡単な組み合わせ方を知り，今できる技で組み合わせる。 ※一つ一つの技や技のつなぎ方を丁寧に行えるようにする。	５　今自分のできる技を高めたり，組み合わせたりする。 ①前転　②後転　③開脚後転　④易しい場での開脚前転　⑤組み合わせ技 ・一人２回ずつ丁寧に行う。 ６　側方倒立回転を知り，挑戦する。 ・体の入り方（万歳・つま先の向き）を知る。 ※観る視点を明確にする。（手の着き方・腰の高さ・着地）	６　自分に合った側方倒立回転系の技に挑戦する。 ・腰が伸びて，より遠くから踏み出す。 ※色テープで踏み出す位置を視覚化する。  赤 90ｃｍ 青 110ｃｍ 黄 130ｃｍ 緑 150ｃｍ	５　今自分のできる技を高める。 ①前転 ②後転 ③開脚後転 ④易しい場での開脚前転 ⑤側方倒立回転 ６　今自分のできる技の組み合わせに挑戦する。	５　発表会の練習をする。 ６　ＺＩＰマットオリンピックをする。 ・相互評価
	６　本時のまとめをする。 ・体育ノートへの記入 ・ねらいに沿った振り返り ・次時の学習の予告 ７　整理運動，挨拶をする。		７　本時のまとめをする。 ・体育ノートへの記入 ・ねらいに沿った振り返り ・次時の学習の予告（第７時は単元を通しての感想発表） ８　整理運動，挨拶をする。				

評価計画							
関	①		②			③	④
思				①		②	
技		①			②		③
方法	観察	観察	観察	観察 ノート	観察	観察 ノート	観察
場面	5	5	6	6	6	6	6

８　本時の学習と指導（５／７）

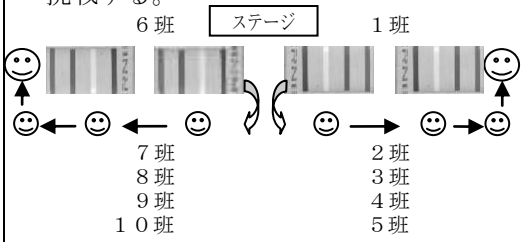
（１）ねらい

自分に合った側方倒立回転ができる。【技能】

（２）準　備

・マット，踏切板，掲示資料，移動黒板，タブレット型端末，体育ノート，筆記用具

（３）展　開

段階	学習活動	指導上の留意点（○指導◆評価規準）
導入 12 分	１　集合・整列・挨拶・健康観察をする。	○姿勢を整え，気持ちよく学習を始められるようにする。 ○本時の見通しをもたせるとともに，前時の活動や体育ノートへの記述から，課題への取組や班活動で高まった事例について全体へ紹介することで，意欲を高めるようにする。
	２　準備運動をする。 ①ジャンプ　②屈伸　③伸脚　④腕回し　⑤手首足首　⑥首　⑦開脚ｽﾄﾚｯﾁ	○一つ一つの動きを正しく行えるようにする。 ○よい動きをほめ，全体に広めるようにする。 ○脚の振り上げにつながる感覚を養うようにする。
	３　感覚つくりの運動をする。 ①万歳スキップ　②壁倒立（引っ張り逆立ち）　③ゆりかご→開脚立ち（後）　④首倒立→開脚立ち（前）　⑤大の字回り	○マットを班で安全に素早く用意できるように声かけをする。 ○マット運動の基礎となるリズム・腕支持・回転・バランス・柔軟性・逆さ感覚を味わえるようにする。 ○正しい体の使い方を伝え，動きを丁寧に行えるようにする。 ○壁倒立は５秒静止。壁倒立から両足開きをするよう声かけをし，発展できるようにする。 ○声を合わせながら動きをそろえている班をほめ，全体に広めるようにする。
展開 28 分	４　本時のねらいと学習内容を確認する。	○前時の活動から，児童とめあてを決めるようにする。
	自分に合った側方倒立回転ができるようになろう。	
	５　今自分のできる技を高めたり，組み合わせたりする。 ①前転　②後転　③開脚後転　④易しい場での開脚前転　⑤組み合わせ技 ※一人２回ずつ，組み合わせは３つまで	○技能を高めるために，回転系の技（接転技群）の段階を３段階示した資料を活用し，出来栄えを伝えられるようにする。 ○一つ一つの技や技と技のつなぎを丁寧に行えるようにする。 ○簡単な技の組み合わせをする際は，一つ一つの技を見て，全部できていたら合図を出すように声かけをする。
	６　自分に合った側方倒立回転系の技に挑戦する。  ＜段階的な技の系統性の明確化＞ 段　チャレンジすること 10段　側方倒立回転ができる（スペシャル） ９段　側方倒立回転ができる（緑１５０ｃｍ） ８段　側方倒立回転ができる（黄１３０ｃｍ） ７段　側方倒立回転ができる（青１１０ｃｍ） ６段　側方倒立回転ができる（赤９０ｃｍ） ５段　大の字回りができる ４段　こしの高い川わたりができる（肩の上にこし） ３段　片足ずつの川わたりができる ２段　両足そろえの川わたりができる 初段　かえるの足打ちができる	○床を着地のゴールにすることで，できた喜びに触れるようにする。 ○マットに貼った色テープを意識させ，より遠くから足を踏み出し，腰を伸ばして回転できるようにする。 ○児童がわからなかったり，できなかったりするポイントを全体で考え，わからなさを共有し，解決できるようにする。 ○学び合いがうまくいっている班をほめ，他の班への意欲づけをする。 ○めあてが達成した児童は，帽子を黄色に変え，次のめあてに移るようにする。 ◆自分に合った側方倒立回転ができる。（観察）【技】 △努力を要すると判断される状況(C)の児童への指導の手立て 腰を高く上げるために壁登り逆立ちや壁倒立を行ったり，友達に倒立を手伝ってもらったりするよう声かけをする。 ◎十分満足できると判断される状況(A)の児童の具体的な姿 より遠くの線から足を踏み出していたり，２回続けて回れていたりする姿である。
整理 5 分	７　本時のまとめをする。	○体育ノートの３項目（①気づき・疑問，②行動目標，③運動のコツ・技能ポイント）を意識して振り返ることで，授業での学びをアウトプットし，表現力向上につながるようにする。 ○めあてに沿って学習を振り返り，めあてを達成した個人や互いに高め合っていた班を紹介し，全体に広めるようにする。
	８　整理運動，挨拶をする。	○ゆったりとした動作で使った筋肉をほぐすようにする。 ○次時の予告をし，挑戦的意欲を高めるようにする。