

検印

第6学年1組 体育科学習指導案

令和2年 10月2日(金) 第5校時 体育館
 在籍児童数 男子16名 女子16名 計32名
 三郷市立丹後小学校 教諭 尾形 慧

1 単元名 チーム6-1! 目指せ達成率100%補助倒立前転! (マット運動)

2 運動の特性

(1) 一般的特性

○回転したり、支持したり、逆位になったりするなどの技に挑戦し、その技ができる、また自己の能力に適した回転系や巧技系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技に取り組んだりすることに喜びを味わう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
<ul style="list-style-type: none"> ・新しい技ができるようになったとき ・今できる技の精度が高まったとき ・友達と教え合い、励まし合って練習ができたとき 	<ul style="list-style-type: none"> ・技が失敗したとき ・失敗やケガが予想され、恐怖感を抱いたとき ・「どんな感じ」で運動したらよいかわからないとき

3 児童の実態

(1) 知識及び技能 <調査年月日 令和2年 6月 25日 31名>

第1・2学年の「マットを使った運動遊び」で「前転がり」「後ろ転がり」を、第3・4・5学年の「器械運動」で「前転」「後転」「開脚前転」「側方倒立回転」を学習している。以下の事前調査から、「前転」は90%、「補助倒立」は68%、「補助倒立前転」は40%の習得状況がわかる。

なお、今回の技能調査により、本学級の児童は「補助倒立前転」に関する知識・経験がほとんどなく、どのような運動で、どのように運動するのかもわからない児童が多い実態があることがわかった。

	前転	補助倒立	補助倒立前転		前転	補助倒立	補助倒立前転		前転	補助倒立	補助倒立前転
1	○	×	×	12	○	○	×	24	×	×	×
2	○	○	×	13	○	○	○	25	○	○	×
3	○	○	×	14	○	○	○	26	×	×	×
4	○	×	×	15	×	×	×	27	○	○	×
5	○	×	○	16	○	○	×	28	○	○	×
6	○	○	○	17	○	○	○	29	○	×	×
7	○	○	×	18・19	/	/	/	30	○	×	×
8	○	○	○	20	○	○	○	31	○	○	○
9	○	×	×	21	○	○	○	32	○	○	○
10	○	○	○	22	○	○	○	33	×	×	×
11	○	○	×	23	○	○	×	% →○	87 %	68 %	40 %

令和2年度 新体力テストの結果と埼玉県体力標準値との比較（上回る○ 下回る▼）

		握力	上体起 こし	長座体 前屈	反復横 跳び	20m シャ トルラン	50m 走	立ち幅 跳び	ボール 投げ
男子	学級の平均	23.00	29.07	48.79	48.14	今年度 未実施	8.66	171.07	今年度 未実施
	県体力標準値	19.44	23.39	36.89	47.53		8.86	167.10	
	体力標準値との比較	○	○	○	○		○	○	
女子	学級の平均	22.31	25.75	56.38	45.69		9.16	162.19	
	県体力標準値	19.31	21.95	42.30	44.92		9.11	160.09	
	体力標準値との比較	○	○	○	○		▼	○	

(2) 思考力, 判断力, 表現力等

1学期の「陸上運動（リレー・走り高跳び）」の授業の様子から、その運動の「動く感じ」を理解していたり、意識して取り組んだりする児童は少ない。

しかし、一部の児童の中には「コツ」に焦点を当て、仲間と教え合う姿も見られた。

(3) 学びに向かう力, 人間性等

本学級の児童は運動への関心が高く、意欲的に取り組んでいる。1学期に行った「陸上運動（リレー・走り高跳び）」では、自己の技能向上・記録向上に向け意欲的に取り組む姿が見られた。

また、友達のよい動きには拍手を送ったり、称賛の声掛けをしたり、運動が苦手な友達には励ましの声掛けを行ったりしていた。学級で決めたルールや約束事を守ることでもできた。

(4) 体育に関する意識調査より

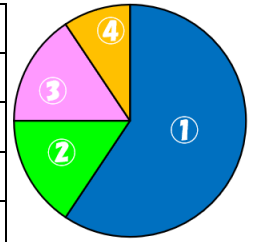
A 診断的授業評価 調査年月日 令和2年 6月 26日 30名

項目名	平均値	項目名	平均値
①楽しさ（情意目標）	13.60(max 15)	②技能（運動目標）	12.67(max 15)
心理的充足	2.60	授業前の気持ち	2.67
楽しく勉強	2.80	運動の有能感	1.90
明るい雰囲気	2.67	自発的運動	2.57
丈夫なからだ	2.73	いろいろな運動の上達	2.73
精一杯の運動	2.80	できる自信	2.80
③学び方（認識目標）	12.64(max 15)	④守る（社会的行動目標）	14.52(max 15)
工夫して勉強	2.57	先生の話聞く	2.93
めあてをもつ	2.63	自分勝手	2.83
他人を参考	2.80	勝負を認める	2.83
時間外練習	1.97	約束ごとを守る	2.93
友人・先生の励まし	2.67	ルールを守る	3.00
全 体			53.43(max 60)

B 本単元に関わる児童の意識調査 調査年月日 令和2年 6月 26日 30名

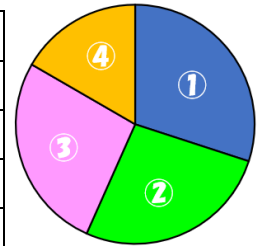
(1) 体育は、好きですか。

質問項目	人数	割合	理由 ※ () は人数
① 好き	17人	57%	・楽しい (9)・運動が好き (3)
② どちらかと言えば好き	5人	17%	・得意不得意がある (2)
③ どちらかと言えばきらい	5人	17%	・できない技がある (3)・苦手 (2)
④ きらい	3人	9%	・できない (2)・苦手 (1)



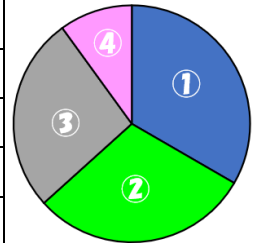
(2) マット運動は、好きですか。

質問項目	人数	割合	理由 ※ () は人数
① 好き	9人	30%	・得意 (3)・楽しい (2)
② どちらかと言えば好き	8人	26%	・楽しい (3)・苦手じゃない (2)
③ どちらかと言えばきらい	8人	27%	・苦手 (3)・できない (2)
④ きらい	5人	17%	・できない (3)・難しい (1)



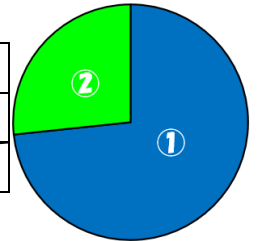
(3) 補助倒立前転は (感覚として) 「できそうな感じ」 がしますか。

質問項目	人数	割合	理由 ※ () は人数
①する	10人	33%	・補助倒立ができる (3)・できる (2)
②少しする	9人	30%	・補助倒立ができる (4)・こわい (1)
③あまりしない	8人	27%	・補助倒立ができない (2)・こわい (2)
④しない	3人	10%	・こわい (1)・したことがない (1)



(4) 今までのマット運動では、「動く感じ」を意識して学習していましたか。

質問項目	人数	割合	コツとして意識したこと
①はい	22人	73%	・お手本のようにすること・足を伸ばすこと
②いいえ	8人	27%	



(5) 授業では、どんなところが上手になりたいですか。 ※ () は人数

・技ができるように (8)・完璧に技ができるように (8)・その他 (14)
--

(6) どのような授業にしたいですか。 ※ () は人数

・楽しい (19)・教え合う (3)・真剣に (2)・安全に (2)・その他 (4)
--

4 教師の指導観

(1) 知識及び技能

「(4) 体育に関する意識調査より」の「A 診断的授業評価」より「運動の有能感」が低い(1.90)ことや、「B 本単元に関わる児童の意識調査」の「(3)」から「できる感じがしない。」「こわい。」「コツがわからない。」児童が多いことがわかった。

そこで単元を通して「動感(動く感じ)」を常に意識して取り組ませることで知識・技能の習得を図る。今までのコツやポイントと動感の違いは「腕を振り上げる」を「肩がグ〜ッと窮屈なまでに腕を振り上げる感じ」というように、より運動がイメージできる点である。本単元における「動感」の定義を【この後の自分の運動がイメージできる(先読み)、その運動の要になる身体の動かし方(コツ)】とし、最終的に目指す子ども達の姿を【「どんな感じで動けばできるのかがわかる」+「技ができる」】とする。なお、授業において児童には「動感」ではなく「動く感じ」という表現をつかう。

本単元では小学校学習指導要領 体育編・第5学年及び第6学年の内容・B 器械運動・ア マット運動に示されている「補助倒立前転」を中心技として達成100%を目指し取り組ませる。

小学校学習指導要領解説 体育編には補助倒立前転について「①片足を振り上げ補助倒立を行い、②前に倒れながら腕を曲げ、頭を入れて前転すること。」と示されている。そこで、上記の①②の運動感覚を養うために、目指す中心技の「動く感じ」に似た動き(アナログン)である以下の感覚作りの運動に「動く感じ」を知る「スタディータイム」として毎時間取り組ませ、技を習得できるようにする。

①の「動く感じ」を養うため、「グリコポーズ→片足くまさん」に取り組ませる。この運動は両手・片足を振り上げるグリコのポーズから、両手を振り下ろしてマットに着くと同時に片足を空中に振り上げる運動である。振り上げ感覚だけでなく、振り下ろし感覚、腕支持感覚、逆さ感覚を養うねらいもある。

さらに①の「動く感じ」を養うため、「手押し車→前転」に取り組ませる。手押し車をする際、肩より前で着手を繰り返すのではなく、肩より下の位置まで手がきたら前を出すことを繰り返すようにする。このことで、指先に力が入り補助倒立の際にブレーキをかけ腕支持をする感覚を養う。また、この「手押し車→前転」は②の前に倒れながら腕を曲げ、頭を入れて前転する感覚を養うねらいもある。

②の「動く感じ」を養うため、2つの感覚作りの運動に取り組ませる。1つ目は「大きなゆりかご」である。補助倒立のあとにスムーズに前転に入り、手を着かずに立ち上がるために必要な順次接触や着地時に必要なアゴを引き、さらに踵を尻に引き付けて着地する運動感覚を身に付けさせる。手を使わずに着地する感覚を身に付けさせるために、足がマットに着く瞬間に1回手をたたかせる。これによりアゴを引く運動感覚と着地時に前方向に重心が移る運動感覚を身に付けさせ、手を使わずに着地ができるようにする。

2つめは「背支持倒立→起立」である。基本的なねらいは「大きなゆりかご」と同じであるが、回転加速度がほとんどない補助倒立前転の前転に入る動きにより類似していると捉えている。大きなゆりかごより回転加速度を得にくいこの運動に取り組ませることで最終的に目指す技である補助倒立前転により近い運動感覚を養っ

ていく。

上記の「動く感じ」を「スタディータイム (知る)」「トライタイム (試す・習得)」「マスタータイム (組み合わせ技の中で自在に使いこなす)」という毎時間同様の学習の流れの中、スモールステップで身に付けさせる。「トライタイム (試す・習得)」では、基本2人組で運動量を十分に確保した友達との学び合いや、課題解決のための様々な場や教具によって「スタディータイム」で身に付けた「動く感じ」をもとに実際に補助倒立前転に取り組む。このように、本単元では技能を高めるために、児童に目指す中心技の「動く感じ」を理解させることを大切にしていける。そのために、中心技の指導の際には「スタディータイムの運動のこの感覚」というように常にスタディータイムの運動に立ち戻ることを意識させていく。

(2) 思考力, 判断力, 表現力等

技能だけでなく、思考力・判断力もバランスよく身につけさせたい。そこで、基本2人組の異質グループで取り組ませる。少人数・異質にすることで一人一人が考え・伝える機会を保障でき、さらに学び合いも活性化すると考える。「自分の運動感覚 (膝の伸びや振り上げ角度等)」を紙に書いたものとタブレットで撮影した「実際の動き」を比べ差異を見出させる。そして、差異を埋めるための「動く感じ」を考え運動に取り組むことを繰り返すことで課題解決する力を養っていく。

また、学び合いの中で明らかとなった課題を解決するための手段として、「3色ゴム板」「指先無しゴム手袋」「垂直チェック棒」「追っかけ再生が可能なタブレット」等の教具を準備し、思考力・判断力・表現力等を高める手立てとなるようにする。

(3) 学びに向かう力, 人間性等

「(4) 体育に関する意識調査より・A 診断的授業評価・②技能 (運動目標)」から、「運動の有能感」「できる自信」の数値がとても低いことから自己の運動技能に対して肯定的な意識をもつ児童が少ないことがわかる。技能の向上には意欲的に取り組む態度が不可欠である。そこで、教師が児童に肯定的な声掛けを意識して行う。また、一つ一つの感覚作りの運動や技を「なぜ行うのか、どこにつながっているのか」を確実に伝えることで必要感を持ち、意欲的に運動に取り組むことができるようにする。

取り組む姿勢や互いの小さな技能の高まりに対しても称賛の声のかけ合いができるようにすることで「運動の有能感」「できる自信」を持たせ意欲的に取り組む態度を養うことができるようにする。

新型コロナウイルス感染症対策

- ①授業前に全児童の手の消毒
- ②手で顔を触らないことの徹底
- ③学び合いは基本、自己によるタブレットを活用した動きの確認と修正
- ④タブレット使用時に、児童同士が近づきすぎないように立ち位置を決める

※補助者に「滑り止め付きの軍手」を着用させることを検討したが、着脱の際に軍手の表面を素手で繰り返し触り、感染のリスクが高まると考え、本研究授業では使用しないこととした。

5 研究主題との関わり

(1) 目指す児童像

「運動の特性や魅力を味わわせ、資質・能力をバランスよく育む授業の工夫」
～動感を育み『動く感じ』『わかる』『かかわる』『できる』が実感できるマットの授業実践～

(2) 仮説と手立て

仮説1 「動感」育成に重点を置き学習過程を工夫すれば、児童は「動く感じ」がわかり、仲間と豊かに関わりながら運動の特性や魅力を味わい3つの指導内容をバランスよく育むことができるだろう。

【手立て①】

- ・毎時間の授業の流れを①「動く感じ」スタディータイム【知る（**わかる**）】、②「動く感じ」トライタイム【試す・習得（**かかわる**）】、③「動く感じ」マスタータイム【自在（**できる**）】の3段階とし、段階的に動感を育成することができるようにする。さらに「全体」から最後には「個人」で動感を習得できる学習過程とする。

【手立て②】

- ・スタディータイムの運動が、トライタイムやマスタータイムで習得を目指す本單元における中心技の「どの部分の」「どんな動く感じ」に似ているから行っているのかを児童に考えさせ、掲示物にまとめ理解させ、必要感をもって取り組ませる。

【手立て③】

- ・動きを「例え」「音」で表現し、感覚として「動く感じ」を理解できるようにする。

仮説2 「動感」育成のための教材・教具を工夫すれば、児童は「動く感じ」がわかり、仲間と豊かに関わりながら運動の特性や魅力を味わい3つの指導内容をバランスよく育むことができるだろう。

【手立て①】

- ・全ての場に ICT（タブレット）を設置し、自分の運動感覚と実際の動きの差異を確認したり、仲間との学び合いに活かしたりし、より正確な動く感じを理解し技能を高められるようにする。

【手立て②】

- ・体重を支える指先の力を入れる感じを理解できるように、指先のない手袋を使用したり、動きの連続写真で必要に応じて図を用いて学び合うことのできる教具、グループ専用の壁倒立の場を設定したりし、より正確な動く感じを理解し、技能を高められるようにする。

【手立て③】

- ・基本を2人組の異質グループとし、学び合いを活性化させる。また、ペアの技能や動く感じ習得の高まりが一目でわかる技能習得5段階表（運動マスターへの5段階）を作成する。さらに、習得した動く感じを次に活かすため、児童一人一人が自己の技能向上に役立った「動く感じ」を記録する「This is my 動感」を活用する。

6 単元の目標

- (1) マット運動の行い方を知り、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ができるようにする。
＜知識及び技能＞
- (2) 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ができるようにする。
＜思考力、判断力、表現力等＞
- (3) 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ができるようにする。
＜学びに向かう力、人間性等＞

7 単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
①マット運動の行い方について言ったり、書いたりしている。 ②補助倒立前転ができる。 ③基本的な技や、発展的な技を行ったり、それらを繰り返したりすることができる。	①自己の能力に適した課題を見付け、練習の仕方を選び、運動に取り組んでいる。 ②学び合いやタブレットの活用により、仲間の課題を見つけ、伝えている。	①マット運動に積極的に取り組もうとしている。 ②約束を守り助け合って運動をしようとしている。 ③仲間の考えや取組を認めようとしている。 ④場や器械・器具の安全に気を配っている。

8 単元の計画

(1) 領域（器械・器具を使った運動遊び・器械運動）の取り上げ方

	第1学年	第2学年	第3学年	第4学年	第5学年	第6学年
器械・器具を使った運動遊び	3時間	3時間				
マット運動（遊び）	7時間	7時間	8時間	8時間	8時間	8時間
鉄棒運動（遊び）	4時間	4時間	8時間	8時間	6時間	6時間
跳び箱運動（遊び）	8時間	8時間	8時間	8時間	8時間	8時間

(2) 領域の内容（マットを使った運動遊び・マット運動）と目指す動き

学年	内容	目指す動き
1年	マットを使った運動遊び	○マットを使っているいろいろな遊びをして楽しむこと。 ○もっと楽しみたい場や遊びを選んで楽しむこと。
2年	マットを使った運動遊び	○マットを使っているいろいろな遊びをして楽しむこと。 ○楽しく遊ぶことができる場を選んで楽しむこと。
3年	前転 後転	○しゃがんだ姿勢から手で支えながら腰を上げ、体を丸めながら後頭部—背中—尻—足裏の順にマットに接して前方に回転して立ち上がること。 ○しゃがんだ姿勢から体を丸めながら尻—背中—後頭部—足裏の順にマットに接して腰を上げながら後方に回転し、両手で押して立ち上がること。
4年	首はね起き 側方倒立回転（ロンダート）	○前転を行うように回転し、両肩—背中がマットについたら腕と腰を伸ばし、体をそらせながらはね起きること。 ○正面を向き、体を前方へ振り下ろしながら片足を振り上げ、前方に片手ずつ着き、腰を伸ばした姿勢で倒立位を経過し、側方回転しながら片足を振り下ろして起き上がること。
5年	開脚前転 伸膝後転	○両手と後頭部をつきながら腰を上げ前方へ回転し、膝を伸ばして足を左右に大きく開き、接地するとともに素早く両手を股の近くについて膝を伸ばしたまま開脚立ちすること。 ○直立の姿勢から前屈しながら後方へ倒れ、尻をつき、膝を伸ばして後方へ回転し、両手でマットを押して膝を伸ばしたまま立ち上がる。
6年	補助倒立前転	○片足を振り上げ補助倒立を行い、前に倒れながら腕を曲げ、頭を入れて前転すること。

(3) 指導と評価の計画 (8時間扱い) 本時は○印 5/8時

時	1	2	3	4	⑤	6	7	8
ねらい	マット運動の基本的な行い方を知って楽しもう。	自分に合った補助倒立の仕方を見つけよう。	片足を振り上げ補助倒立をしよう。	自分に合った補助倒立から前転の仕方を見つけよう。	補助倒立から前転をしよう。	自分の課題を解決する練習の仕方を見つけよう。	自分の課題を解決しよう。	精一杯の演技で「組み合わせ技」の発表会をしよう。
指導内容	・学習の進め方・約束 ・準備・片付けの方法 ・学習カードの記入方法	・腕の振り上げ ・腕の振り下ろし・腕支持 ・補助の仕方		・倒れながら、腕を曲げ頭を入れる ・順次接触(膝が伸びた前転) ・着手せず起立(かかとのひきつけ)		・自分の課題について ・自分の学習計画(マイ学習計画)を確認する。	・発表の仕方・見方 ・スムーズな組み合わせ技	
	1 集合、整列、挨拶をする。 2 準備運動・補強運動(グリコポーズ)をする。 3 準備をする。							
	＜全体で「動く感じ」の知識習得＞		＜全体で「動く感じ」習得＞			＜個で「動く感じ」の深化・統合＞		
学習過程	<p>《オリエンテーション》</p> <p>4 単元の学習内容と本時のねらいを確認する。</p> <p>5 学習の進め方に見通しをもつ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習過程 ・一時間の流れ ・用具や準備の仕方 ・学習カードの記入方法 <p>6 スタディータイムの運動の種類・その「動く感じ」を知る。</p> <p>7 スタディータイムの運動が「中心技のどの動きの感じに似ているのか」を児童に考えさせ、まとめる。</p>	<p>4 本時のねらいを確認する。 ※対話を通して必要感を与える。</p> <p>5 スタディータイムに取り組む。 ※ねらいの「動く感じ」を含む運動を重点的に取り組む。</p> <p>①グリコ→片足くまさん ②手押し車→前転 ③大きなゆりかご ④背支持倒立→起立</p> <p>※グループごとに取り組ませる。 ※中心技のどの「動く感じ」につながるか意識させる。</p> <p>＜スタディータイム 重点指導項目＞</p> <p>①グリコ→片足くまさん(振り上げ・振り下ろし)</p> <p>②手押し車→前転(腕支持)</p> <p>＜スタディータイム 重点指導項目＞</p> <p>②手押し車→前転(膝が伸びた前転・順次接触)</p> <p>③大きなゆりかご(回転加速度大→かかと引き付け)</p> <p>④背支持倒立→起立(回転加速度小→かかと引き付け)</p> <p>重点指導項目の運動をタブレット動画で確認し、感覚と実際の差異を感じさせ課題へつなげさせる。</p> <p>6 トライタイム(補助倒立前転)に取り組む。</p> <p>「感覚による自分の運動」と「タブレット撮影した動画による実際の運動」を比べ、その差異を小さくすることで、正確な「動く感じ」を身に付けることができるようにする。</p> <p>※運動量の確保、学び合いの活性化を図るため、基本2人組の異質グループ学習を行う。</p> <p>※運動習得の段階を示した「運動マスターへの5段階」を活用させ、児童が自分の技能段階を確認し、技能の高まりを感じながら「動く感じ」を身に付けられるようにする。</p> <p>※グループ専用の壁倒立の練習場、タブレット(追っかけ再生)、3色ゴム板、指先無しゴム手袋、滑り止めつき手袋、垂直チェック棒、を用意し、様々な課題を自分たちで解決できるようにする。 ※安全確認のルールを決め、徹底させる。</p> <p>※合格した児童の帽子を赤帽子にさせ、一目で技能低位児童を判断できるようにする。</p> <p>【補助倒立前転 合格の基準】</p> <p>①補助は脚を腕一本 ②指先を伸ばし、3秒静止 ③手を着かずに起立し3秒静止</p> <p>【合格の判定方法】グループの友達に3回連続で合格をもらう。</p> <p>7 練習タイムに取り組む。</p> <p>マスタータイムで行う中心技以外の基本技の練習に取り組む。</p> <p>8 マスタータイムに取り組む。</p> <p>中心技(補助倒立前転)や、その他のできる技を B:補助倒立前転→ジャンプ→前転 繰り返ししたり、組み合わせたりして取り組む。 A:<B技>→(ジャンプ)→前転発展技</p> <p>※技と技の間に、つなぎ技を入れる。 ※意識して試技する所を伝えてから取り組ませる。</p> <p>※「スムーズ・スピードの変化・動きの大小」を意識させ行わせる。</p>	<p>4 本時のねらいを確認する。</p> <p>5 スタディータイムに取り組む。</p> <p>自分に足りない感覚を養うために必要な運動を選び取り組む。</p> <p>6 トライタイムに取り組む。</p> <p>各自作成した自分専用の学習計画である「マイ学習計画」に沿って学習する。(教師事前チェック済み)</p> <p>※補助倒立前転が合格した児童は倒立前転に取り組む。</p> <p>7 練習タイムに取り組む。</p> <p>基本技を習得した児童は行わず、マスタータイムに取り組む。</p> <p>8 マスタータイムに取り組む。</p>	<p>4 発表会に向け技の練習をする。</p> <p>5 発表会をする。</p> <p>※1人ずつ行う。 ※中心技である「補助倒立前転」を入れた連続技で発表を行う。 ※どんな結果でも、クラスみんなで拍手を送り、温かい雰囲気で行うことができるようにする。</p>				
	9 片付けをする 10 本時のまとめをする。(学習カードの記入・ねらいに沿った振り返り・次時の学習の予告) 11 整理運動。挨拶をする。							
評価計画	知・技 ①		②		①②		②	②③
	思・判・表	①			①		②	
	態度	①④		②		②	②	③
	方法				観察・学習カード			
	場面	5・6・7	6	6・7・8	6	6・7・8	6・7	6・7・8

9 本時の学習と指導 (5/8時)

(1) ねらい

○マット運動の行い方について言ったり、書いたりすることができるようにする。

○補助倒立前転ができるようにする。

【知識・技能】

○約束を守り助け合って運動をすることができるようにする。

【主体的に学習に取り組む態度】

(2) 準備

・マット ・3色ゴム板 ・指先無しゴム手袋 ・タブレット

・垂直チェック棒 ・学習カード ・筆記用具 ・掲示資料 ・手作りタブレット台

(3) 展開

段階	学習内容・活動	指導上の留意点 (○指導 ◆評価規準)
導入 15分	1 集合, 整列, 挨拶をする。	○身なりを整え, 元気に明るく, 気持ちよく学習を始めるようにする。健康観察を行う。
	2 前時の振り返りをする。	○全8時間の単元全体における本時の位置づけについて, 教師・児童間で共通理解を図り課題意識をもたせる。
	3 準備運動・ 補強運動 をする。 →カエル倒立 →ブリッジ	○一つ一つの動きのポイントを意識させ, ポイントを押さえている児童を称賛し, 全体に広めるようにする。
	4 準備をする。	○マットを「1,2,3」で持ち上げ, 「1,2」で動き出すことをクラスのルールとし, 安全のために徹底させる。
	5 本時のねらいを確認する。	
	補助倒立から前転をしよう。	
		○課題達成のために必要な動く感じを養うために, スタディータイムのどの運動に重点を置き取り組めばよいかを児童の言葉から導き出し, 必要感を与え取り組ませる。
	6 スタディータイムに取り組む。	○以下の運動の②③④を課題達成のための重点項目として意識させ, タブレット (追っかけ再生) により自分の感覚と実際の動きの差異を感じさせトライタイムにつなげる。
①グリコ→片足くまさん ②手押し車→前転 ③大きなゆりかご ④背支持倒立→起立		

補助倒立前転と共通の「動く感じ」			
①グリコ→片足くまさん	②手押し車→前転	③大きなゆりかご	④背支持倒立→起立
<ul style="list-style-type: none"> 腕の振り上げ, 振り下ろし 腕支持・逆さ感覚 	<ul style="list-style-type: none"> 腕支持・逆さ感覚 倒立状態から腕を曲げ, 頭を入れた前転に入る感覚 	<ul style="list-style-type: none"> 「頭→背中→お尻」の順次接触 回転加速度が大きい状態で, 手を着かずに起き上がる感覚 	<ul style="list-style-type: none"> 「大きなゆりかご」よりも回転加速度を得にくく, 補助倒立前転により近い状況における「③」の感覚

7 トライタイムに取り組む。
(補助倒立前転)
2人組で見合い・学び合いながら課題解決に取り組む。
(異質グループ)

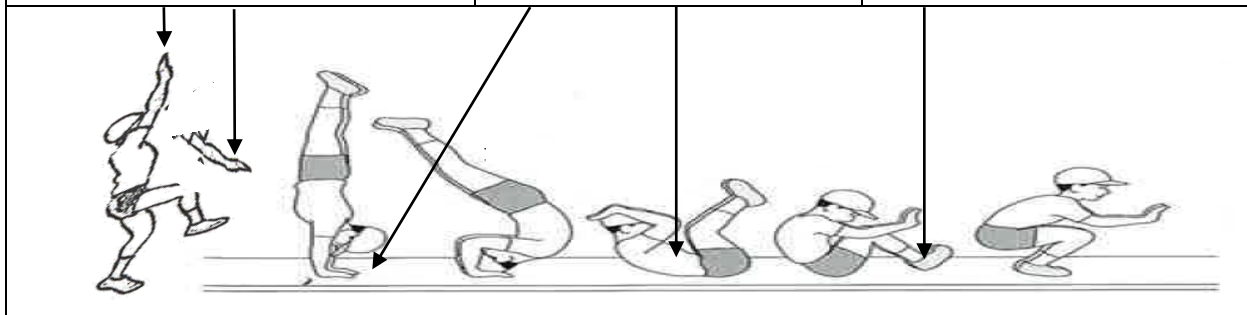
○比較対象として「**担任の動く感じ**」を児童に示し、自分の「動く感じ」を見付けるための手立てとなるようにする。

<担任の「動く感じ」>

・肩が「グ〜ッ」ときゆうくつなまでに腕を振り上げる感じ
・「ブンッ」と腕の音が聞こえるくらい勢いよく腕を振り下ろす感じ

・手の指先だけに「グッ」と力が入り、体を支える感じ
・頭を入れ、「スッ」と前転する感じ

・かかとを前からお尻に「グサッ」と刺し、勢いをつけ、手を使わずに立つ感じ



<タブレットの活用方法>

- ①紙に描いた「**感覚による自分の運動**」とタブレット撮影した動画による「**実際の運動**」を比べ、その差異を理解する。
- ②差異を小さくするための「動く感じ」を意識して運動し、「感覚の運動」と「実際の運動」を比べ、運動することを繰り返す。
- ③差異が小さくなった有効な「動く感じ」は「This is my 動感」に記録し、次に活かす。

- 児童が「どこでつまづいているのか」、「どのような動く感じを意識したからうまくできたのか」を対話を通して確認し、児童一人一人が「動く感じ」を理解できるようにする。
- 『運動マスターへの5段階』を全グループに配付し、動く感じの習得段階を児童へ示し、意欲向上につなげる。
- 必ずエアータッチをしてから2人組による評価をさせることで、明るい雰囲気の中、授業を進める。
- 合格した児童は帽子を赤帽子にさせることで、一目で技能低位児童を判断できるようにする。
- 以下の教具を準備し、様々な課題を自分たちで解決できるようにする。

展開① 15分

【合格の基準】

<補助倒立前転>

- ①補助は脚を腕一本
- ②指先を伸ばし、3秒静止
- ③手を着かずに起立し、3秒静止

【合格の判定方法】

グループの友達に3回連続で合格をもらう。



「グループ専用壁倒立センター」

腕支持感覚
逆さ感覚



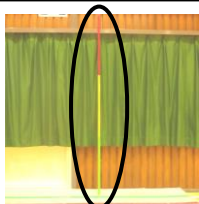
「This is my 動感」

自分の「動く感じ」を記録



「3色ゴム板」

視線を前にアゴを出す感覚



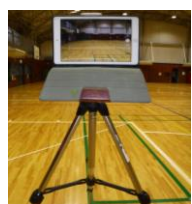
「垂直チェック棒」

倒立姿勢の確認



「指先無しゴム手袋」

指先感覚(腕支持)



「タブレット」

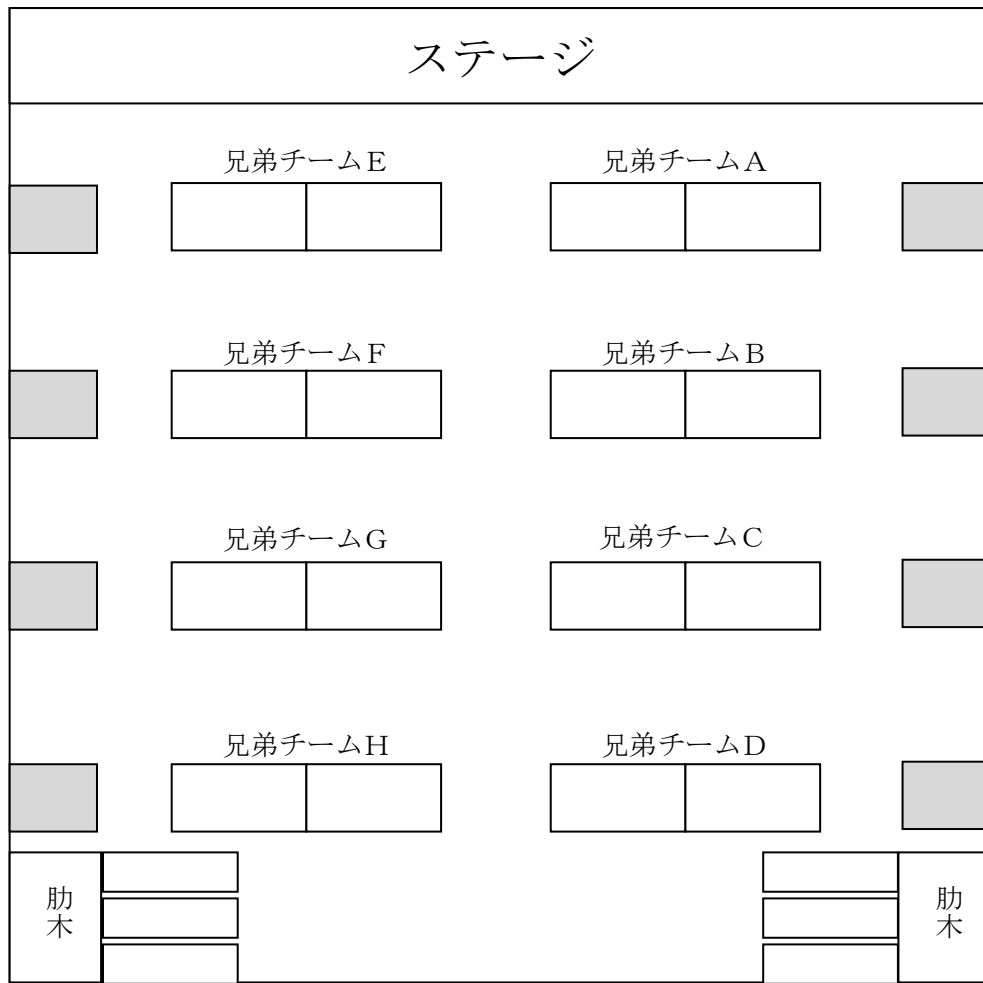
感覚と実際の動きを比較

- 「よい動き」「課題となる動き」について全体で話し合い、児童が自己の課題解決に活かすことができるようにする。

	<p>◆マット運動の行い方について言ったり、書いたりしている。</p> <p>◆補助倒立前転ができるようにする。 (観察・学習カード)【知識・技能】</p>	<p>◆約束を守り助け合って運動をしようとしている。 (観察・学習カード) 【主体的に学習に取り組む態度】</p>
	<p>△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</p> <ul style="list-style-type: none"> ・前時までの振り返りをさせ、再度指導する。 ・児童本人の課題を理解させ、課題解決のための練習の仕方を伝え、取り組ませる。 <p>◎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</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マット運動の行い方について友達に言ったり、学習カードに記録したりしている。 ・合格基準を十分に満たしている。 	<p>△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</p> <ul style="list-style-type: none"> ・約束の意味を確認し、その場で再度指導する。 <p>◎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</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習の仕方や約束を守り、友達と助け合って運動をしている。
<p>展開② 5分</p>	<p>8 練習タイム マスタータイムで行う中心技以外の基本技の練習に取り組む。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○既習の技の合格基準を明確にする。 ○技能高位児童はマスタータイムに取り組む。 ○踏切板や跳び箱の1段目、3色ゴム板等を準備し、課題を解決するための練習の仕方を選ぶことができるようにする。
<p>展開③ 5分</p>	<p>9 マスタータイム (組み合わせ技)に取り組む。 中心技(補助倒立前転)や、その他のできる技を繰り返したり、組み合わせたりして取り組む。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ※「スムーズ・スピードの変化・動きの大小」を意識させ行わせる。 ※「スムーズ」の視点から必要に応じて技と技の間に、つなぎ技を入れる。 ※中心技が難しい児童は、できる技に取り組む。 <p style="text-align: center;">＜本単元で扱う 基本の組み合わせ技＞</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> <p>B : 補助倒立前転 → ジャンプ → 前転 A : < B技 > → (ジャンプ) → 大きな前転・開脚前転</p> </div>
<p>整理 5分</p>	<p>10 後片付けをする。</p> <p>11 本時のまとめをする。</p> <p>12 整理運動、挨拶をする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○素早く、安全に、友達と協力して後片付けをさせる。 ○マットを「12³」で持ち上げ、「1²」で動き出すことをクラスのルールとし、安全のために徹底させる。 ○めあてに対する振り返りを学習カードに記入させる。 ○本時の振り返りを発表させ、次時への意欲を高める。 ○ゆっくりとした動作で、体全体をほぐすようにする。 ○健康観察を行う。 ○気持ちのよい挨拶で締めくくる。

(4)場

<スタディータイム><マスタータイム>の場 **※1兄弟チーム=4人**



<トライタイム>の場

※2人1組に対してマット1枚

各兄弟チーム専用
壁倒立センター

