

第6学年 組 体育科学習指導案

平成29年10月11日（水） 第5校時
場 所 体 育 館

1 単元名 南河原ノコリンピック ～金メダルを目指して～（マット運動）

2 運動の特性

(1) 一般的特性

- 技を身に付けたり、新しい技に挑戦したりするときに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。
- 技を繰り返したり、組み合わせて行ったりするときなどに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

(2) 児童から見た特性

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"> ・今までできなかった技ができるようになったり、より上手になったりしたとき。 ・上手にできる技を発表するとき。 ・自分の演技を認めてもらうとき。 	<ul style="list-style-type: none"> ・技を身に付けられなかったり、上手にできなかったりしたとき。 ・技を失敗し、怪我をしたり、痛い思いをしたりしたとき。 ・技に挑戦し続けても上達しないとき。

3 児童の実態

(1) 技能

〈平成29年度新体力テスト（前期）の結果と平成28年度埼玉県平均値との比較〉

○：県平均値を上回っているもの ▼：県平均値を下回っているもの —：県平均値と同じもの

	項目	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	H29(前期)学級平均値								
	H28 県平均値(6年)								
	県平均との比較								
女子	H29(前期)学級平均値								
	H28 県平均値(6年)								
	県平均との比較								

今年度の新体力テストの結果において、男子も女子も8項目中 項目が昨年度の県平均より優れている結果となった。男子においては、上体おこしが 回近く下回っており、筋力・筋持久力が劣っていることがわかる。女子においては、昨年度の県平均を下回っているものでも、記録に大きな差はなく、全体的に優れているといえる。けれども立ち幅跳びに関しては、男女共に県平均値を下回る結果となった。

このような結果から、ほとんどの児童が県平均並の体力はついてきていると考えられる。また朝マラソンでも、10分間走り続けることができる児童が多かったり、運動・スポーツの習い事をしている児童が多かったりと、運動に対して意欲的な態度が見られる。

(2) 態度 (アンケート実施 人)

外遊びは好きですか。	・好き ・どちらかと言えば好き ・どちらかと言えば嫌い ・嫌い	人 人 人 人
体育の授業は好きですか。	・好き ・どちらかと言えば好き ・どちらかと言えば嫌い ・嫌い	人 人 人 人
器械運動（マット運動、跳び箱運動、鉄棒運動）は好きですか。	・好き ・どちらかと言えば好き ・どちらかと言えば嫌い ・嫌い	人 人 人 人
マット運動は好きですか。	・好き ・どちらかと言えば好き ・どちらかと言えば嫌い ・嫌い	人 人 人 人

本学級の児童は、明るく元気で活発な子が多く、外遊びや体育の授業を好む児童が多い。「器械運動は好きですか。」「マット運動は好きですか。」という質問に対して、「どちらかと言えば嫌い」と答えた児童は、体育の授業は「どちらかと言えば好き」だが動くことが苦手、うまくできない、けががこわいなどの理由を述べている。しかし、外遊びや体育の授業、器械運動、マット運動が「好き」「どちらかと言えば好き」と答えた児童がどれも 人を超えていることから、体育に対して関心を持つ児童が多いことがわかる。

運動・体育に関しての関心・意欲は高いが、器械運動・マット運動に苦手意識を持っている児童が多いことがわかる。

(3) 思考・判断

これまでの学習の様子から、話し合い活動は活発に行うが、課題からそれてしまったり、グループで協力して意見を1つにしぼったりすることが苦手な児童が多い。また自分の力を過大評価してしまったり、逆に苦手なものは過小評価してしまったりして、自分に合っためあてを選べない児童もいる。

4 教師の指導観

(1) 技能

本校では、6カ年の技能系統表をもとに、マット運動の授業を展開している。6年生の回転系では、「倒立前転」、「跳び前転」、「伸膝後転」を設定している。しかし、基礎となる「大きなゆりかご」や「前転」、「後転」の習得がまだ十分ではないので、「慣れの運動」や「前転」、「後転」への取組は必須であると考え。多様な場の工夫を行い、マット運動に対する恐怖心・苦手意識をなくしていく。また、より美しい技に繋げていくために、慣れの運動の中で連続して前転・後転を行い、全ての技に繋がる感覚を養う。毎時間スモールステップで技能のポイントをおさえていくことで、児童に着実な技能の向上の実感を味わわせながら授業を進めていく。

さらに、ICT機器を活用して、視覚的に動きを確認したり、ペアの児童と助言し合ったりすることで、動きの理解を促進させ、技能の習得を促す活動を取り入れる。

(2) 態度

多様な場の工夫を行い、「倒立前転」、「跳び前転」、「伸膝後転」に対する恐怖心・苦手意識をなくし、ペアでポイントを助言し合うことで、満足感を感じさせたり、友達が認めてくれたりする場を作り児童自ら進んで活動できるよう配慮していく。

(3) 思考・判断

手の着き方やつま先、目線、開脚のタイミングなどの動きにポイントを絞り、児童間でのアドバイスをしやすくする。タブレットの見本動画を活用することで、自分・ペアの友だちの動きを確認し、成果や改善点等の話し合い・助言を活発に行わせ、児童自ら課題解決に向けての手立てを考えさせていきたい。

5 本校研究主題との関連

「心身共に健康でたくましい児童の育成」～6年間の系統性を重視した体育授業の育成～

(1) 6年間の系統性を踏まえた取組

重点とする技（動き）	○倒立前転、跳び前転、伸膝後転、倒立
重点とする技（動き）を身に付けさせるための手立て	○スモールステップでの学習過程 ①連続前転・後転により転がる感覚を養う。 ②多様な場による技の練習。 ③壁や跳び箱を利用した倒立系の練習。 ④ICTを活用した学び合い。

(2) 「主体的・対話的で深い学び合い」を実現させるための取組

主体的な学びの過程	①課題解決を目指し、目的意識をもって学習する。 ②結果や方法の見通しをもち、自らを振り返ることができるようにする。
対話的な学びの過程	①タブレットを使って見本の動画を見て、ペアの友だちと課題発見・解決に繋がる話し合いや言語活動の場を設定する。
深い学びの過程	①現段階の体力・技能を知るため、学習カード等を工夫する。 ②タブレットを活用し、児童自らの課題発見・解決に繋げ、技の習得を促す工夫をする。

6 単元の目標

- (1) 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。 【関心・意欲・態度】
- (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できるようにする。 【思考・判断】
- (3) 基本的な回転技や倒立技を安定して行うとともに、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できるようにする。 【技能】

7 単元の評価規準、学習に即した評価規準

	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	・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ろうとしている。	・自己の能力に適した課題をもち、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。	・基本的な回転技や倒立技を安定して行い、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。
学習活動に即した評価規準	①進んでマット運動に取り組もうとしている。 ②授業の約束を守り、友だちと協力しながら安全に気を付けて学習活動に取り組もうとしている。	①自分の力に合った課題・練習方法・練習の場を選んでいる。 ②タブレットや掲示物、助言等から、課題を見つけ、練習している。 ③ペアの友だちと課題解決に向けて、動きのポイントやコツを教え合っている。	①自分の力に合った回転技を安定して行うことができる。 ②基本的な回転技を繰り返したり組み合わせたりすることができる。

8 単元の計画

(1) 領域（機械運動系）の取り上げ方

学年	マット運動系	鉄棒運動系	跳び箱運動系
第1学年	マットを使った運動遊び 13時間	鉄棒を使った運動遊び 6時間	跳び箱を使った運動遊び 8時間
第2学年	マットを使った運動遊び 6時間	鉄棒を使った運動遊び 6時間	跳び箱を使った運動遊び 9時間
第3学年	マット運動 9時間	鉄棒運動 4時間	跳び箱運動 6時間
第4学年	マット運動 9時間	鉄棒運動 12時間	跳び箱運動 4時間
第5学年	マット運動 9時間	鉄棒運動 8時間	跳び箱運動 10時間
第6学年	マット運動 6時間	鉄棒運動 4時間	跳び箱運動 8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
第1学年	マットを使った運動遊び	【回転系】・丸太ころがり ・ゆりかご ・前転がり ・後ろ転がり
		【倒立系】・背支持倒立 ・かえるの足打ち ・支持での川跳び
第2学年	マットを使った運動遊び	【回転系】・横ころがり ・前転がり ・後ろ転がり
		【倒立系】・壁登り逆立ち
第3学年	マット運動	【回転系】・大きなゆりかご ・前転 ・後転
		【倒立系】・壁倒立 ・腕立て横跳び越し
第4学年	マット運動	【回転系】・大きな前転 ・開脚後転
		【倒立系】・補助倒立 ・頭倒立 ・ブリッジ
第5学年	マット運動	【回転系】・安定した前転 ・開脚前転 ・開脚後転
		【倒立系】・安定した壁倒立 ・側方倒立回転
第6学年	マット運動	【回転系】・倒立前転 ・跳び前転 ・伸膝後転
		【倒立系】・倒立 ・倒立ブリッジ ロンダート

(3) 学習と指導・評価

学習過程（6時間扱い） 本時は○数字 3/6時間

時間	1	2	③	4	5	6
ねらい	・安全に気をつけて、友だちと協力し、学習活動に取り組もう。	・グループの友だちと協力して、ポイントを教え合いながら運動しよう。	・動画やアドバイスから、自分の課題を見つけて練習しよう。	・自分の力に合った課題や練習方法、練習の場を選んで練習しよう。	・自分の力に合った技に挑戦し、連続技を完成させよう。	・自分の力に合った連続技に挑戦し、金メダルを目指そう。
指導の内容	・学習の進め方 ・運動の行い方 ・タブレットの使い方	・倒立・倒立前転のポイントの確認。 ・タブレットを使い、動画を撮影したり、見本動画を見たりしながら改善点を話し合わせる。	・跳び前転のポイントの確認 ・自分の課題に合った練習場所を選んで練習させる。 ・自分の技の動画を見て、課題の確認	・伸膝後転・側方倒立回転のポイントの確認 ・練習の場ごとに最後に試しの時間をとって、次時の課題を見つけさせる。	・既習の技のポイントの確認 ・連続技のつなぎ技の確認	・発表の方法や友だちの発表の見方
学習と指導 指導 ○・評価の規準 ◆	オリエンテーション。 ○マット運動の約束 ○タブレット端末の使用方の説明。 ○慣れの運動の練習 ◆授業の約束を守り、友だちと協力しながら安全に気をつけて学習活動に取り組もうとしている。(関②) 基本 試しの運動をしよう。 ・今できる技の確認 ☆現段階の体力・技能を知るため、学習カード等を工夫する。(深①) 発展 発展技のポイントを見つけよう。 ・タブレットを使い、見本動画を見て、ポイントを見つける。 ・自分の動画を撮影し、そこから自分の課題を確認する。	基礎 1 あいさつ 2 準備運動 3 用具の準備 4 慣れの運動 5 本時のねらいの確認 基本 できる技を確実に美しくできるようにしよう。 6 それぞれの技のポイントを 知る。 ◆ペアの友だちと課題解決に向けて、動きのポイントやこつを教え合っている。(関③) 発展 発展技に挑戦してみよう。 7 発展技（倒立・倒立前転）のポイントを 確認する。 タブレットを使い、映像を撮影し、現時点での課題を見つける。 ☆ICTを活用し、児童自らの課題発見・解決につなげ、技の習得を促す工夫をする。(深②)				
		6 自分の課題に沿った既習の技や練習方法を選んで練習をする。 ◆進んでマット運動に取り組もうとしている。(関①) 発展 連続技に挑戦しよう。 7 発表に向けて、自分のできる技から3つ選び、連続技・組み合わせ技の練習をする。 ◆自分の力に合った回転技を安定して行うことができる。(技①) ☆課題解決を目指し、目的意識をもって学習を進めることができるようにする。(主①)	6 自分の課題に沿った既習の技や練習方法を選んで練習をする。 ◆タブレットや掲示物、助言等から、課題を見つけ、練習している。(思②) ☆ICTの活用の中で、課題発見・解決につながる話し合いや、言語活動の場面を設定する。(対①)	6 自分の課題に沿った既習の技や練習方法を選んで練習をする。 ◆自分の力に合った課題や練習方法、練習の場を選んでいる。(思①) ☆ICTを活用し、児童自らの課題発見・解決につなげ、技の習得を促す工夫をする。(深②)	6 自分の課題に沿った既習の技や練習方法を選んで練習をする。 ☆課題解決を目指し、目的意識をもって学習を進めることができるようにする。(主①)	6自分で組み合わせた連続技の完成度をあげる。 発展 発表会をしよう。 7「南河原ノコリンピック」連続技の発表会をする。 ◆基本的な回転技を繰り返したり組み合わせたりすることができる。(技②) ☆結果や方法の見通しをもち、自らを振り返ることができるようにする。(主②)
評価計画	関 思 技	②	③	②	①	①
方法	観察、学習カード	観察、学習カード	観察、学習カード	観察、学習カード	観察、学習カード	観察、学習カード
場面		6 7 9	6 7 9	6 7 9	6 7 9	6 7 9
学習の主眼的視点	現段階の体力・技能を知るため、学習カード等を工夫する。(深①)	ICTを活用し、児童自らの課題発見・解決につなげ、技の習得を促す工夫をする。(深②)	ICTの活用の中で、課題発見・解決につながる話し合いや、言語活動の場面を設定する。(対①)	ICTを活用し、児童自らの課題発見・解決につなげ、技の習得を促す工夫をする。(深②)	課題解決を目指し、目的意識をもって学習を進めることができるようにする。(主①)	☆結果や方法の見通しをもち、自らを振り返ることができるようにする。(主②)

9 本時の学習 (3/6時)

(1) ねらい

・タブレットや掲示物、助言等から、課題を見つけ、練習している。

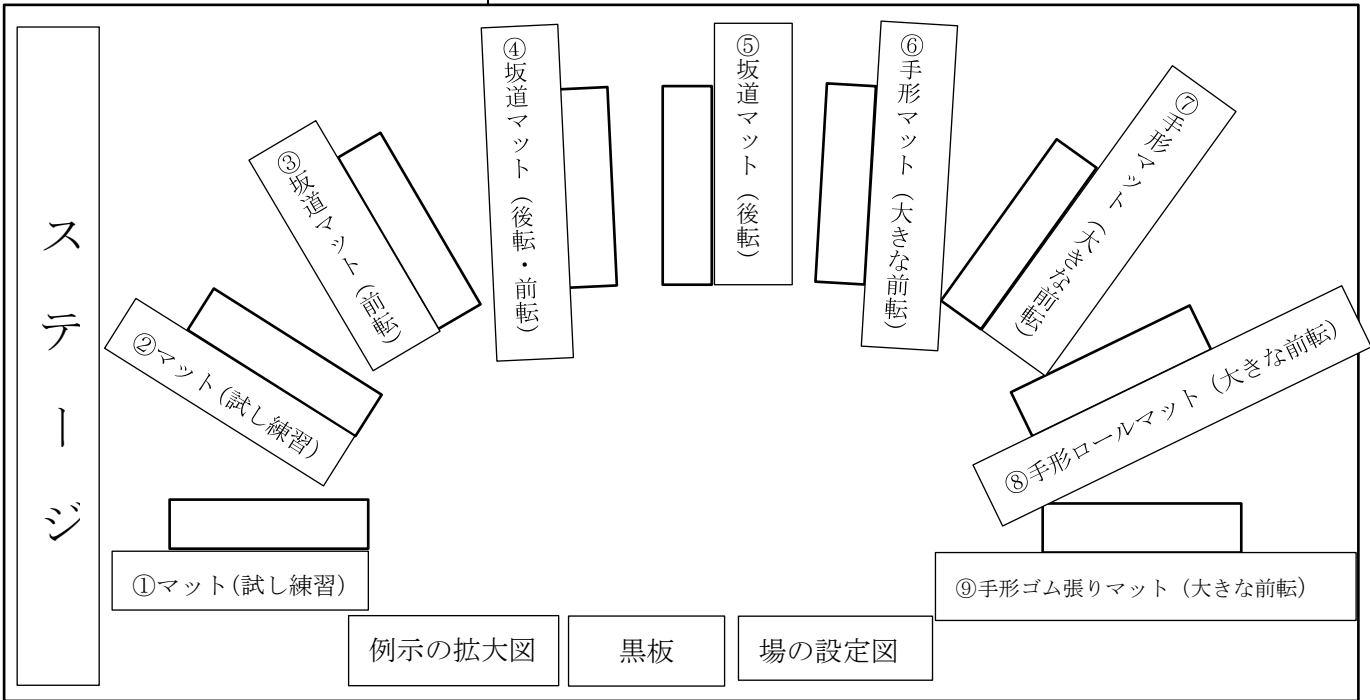
【思考・判断】

(2) 準備

マット、跳び箱、踏み切り板、タブレット端末、学習カード、例示の拡大図、ケンステップ

(3) 展開

段階	学習活動	指導上の留意点
導入 10分	<p>1 集合・整列・あいさつをする。</p> <p>2 準備運動をする。 ・各部位の運動を行う。 (膝の屈伸、伸脚、深い伸脚、アキレス腱、手首足首、首、かえる倒立)</p>	<p>指導上の留意点</p> <p>○指導、◆評価規準、△努力を要する児童への手立て、 ◎十分満足できると判断できる児童への発展的な内容 ☆主体的・対話的で深い学び合いの視点に立った活動(本校研究)</p> <p>○しっかりと整列させ、元気よくあいさつができるようにさせる。 ○よりたくさんの運動の時間を確保するため、あらかじめ用具等は準備させておく。 ○表情や顔色から健康状態を把握・確認するとともに、服装の確認もする。 ○一つ一つの動きを正確に行い、各部位の動きが高まるように声掛けをする。 ○首、手首、足首を入念にストレッチさせる。</p>
展開 25分	<p>3 基礎 慣れの運動をする。</p> <p>①<u>大きなゆりかご</u> アンテナの姿勢を中継し、大きくゆりかごをする。</p> <p>②<u>かえる倒立</u> 手の平をしっかりとつき、で体を支える。</p> <p>③<u>川とび</u> 足を振り上げ、マットを飛び越える。</p> <p>④<u>壁倒立</u> 手をマットの近くにつき、目線を手と手の間にして、勢いよく足をふりあげる</p> <p>⑤<u>前転 → 大きな前転</u> 足の近くに着手し、お尻を高くしひざが開かないように閉じる。</p> <p>⑥<u>後転 → 後転</u> 手を上に向けて構え、身体を丸めて回り、着地する。</p>	<p>○慣れの運動では一つ一つ丁寧に行わせ、展開につなげさせる。 ○全員一斉に行わせる。 ○膝が伸びないように、後ろに転がりアンテナの姿勢を中継し、大きくゆりかごをさせる。 ○前転や後転では、膝をつけて、着地することを意識させる。 ○苦手な児童に対しては、勢いよく回ること、転がる感覚を意識させる。 ○大きな前転では、頭を着く位置とひざを閉じることを意識させる。 ○後転は耳の後ろで手のひら全体を着くように意識させる。 ○膝をつけて、足の裏で着地することを意識させる。 ○真っ直ぐ回転できるように、頭・背中・お尻の順次接触を意識させる。 ○大きな前転では、できるだけマットの遠くに手を着くように意識させる。 ○倒立系は、目線を手と手の間にしてバランスをとるように意識させる。 ○勢いよく足を振り上げ、両足を揃えて倒立ができるように意識させる。</p>



4 本時の学習課題を確認する。

動きやアドバイスから、自分の課題を見つけて練習しよう！

レベルアップタイム
・できる技を確実に美しくできるようにしよう。

めあて表を使って「レベルアップタイム」で挑戦する技を確認し、自分の課題に合った練習の場を選ばせて、練習を行う。

※数字は上図の活動場所を示す

- ①②「マット(試し練習)」
- ・タオルを膝で挟んで、足が開かないように回転・着地する。
 - ・補助用具なしで、チャレンジし技の完成度を確認する。

- ③④⑤「坂道マット」
- ・回転不足を補うために、傾斜のあるところから勢いよく回る。

- 本時の学習内容を知らせ、学習の見通しをもたせる。
- ペアで見合いながら練習を行い、順番を守る、掛け声の徹底等、きまりを守らせる。
- 気をつけるポイントを確認してから練習させる。
- 待機しているペアは、タブレットで見本動画を見たり、ポイントを確認したりして、自分の課題に合った練習を選択する。

「スモールステップ(つまづきに対しての手立て)」

前転系～前転、大きな前転、開脚前転、倒立前転～

【1】手をしっかりついて倒立前転をしたい。

→ 「手形マット」で練習する。

(児童の視点)手を着く位置、目線の位置

【2】立った状態から勢いよく回転したい。

→ 「手形ロールマット」で練習する。

(児童の視点)体の状態の高さ、手をつく位置

【3】より大きな前転をしたい。

→ 「手形ゴム張りマット」練習する。

⑥⑦「手形マット」
・大きな前転や倒立前転をするために、手を着く位置を手形で示す。

⑧「手形ロールマット」
・遠くに手を着き、マットを越えて大きく回る。

⑨「手形ゴム張りマット」
・より大きな前転をするために、遠くに手を着き、ゴムを越えて大きく回る

(児童の視点) 体の状態の高さ、手をつく位置

【4】勢いをつけて開脚前転をしたい。
→ 「坂道マット (高・低)」で練習する。

(児童の視点) 手と足のつく位置、膝の曲げ伸ばし

後転系～後転、開脚後転、伸膝後転～

【1】しっかりと回転したい。
→ 「坂道マット」で練習する。

(児童の視点) 手の着く位置、頭の着く位置

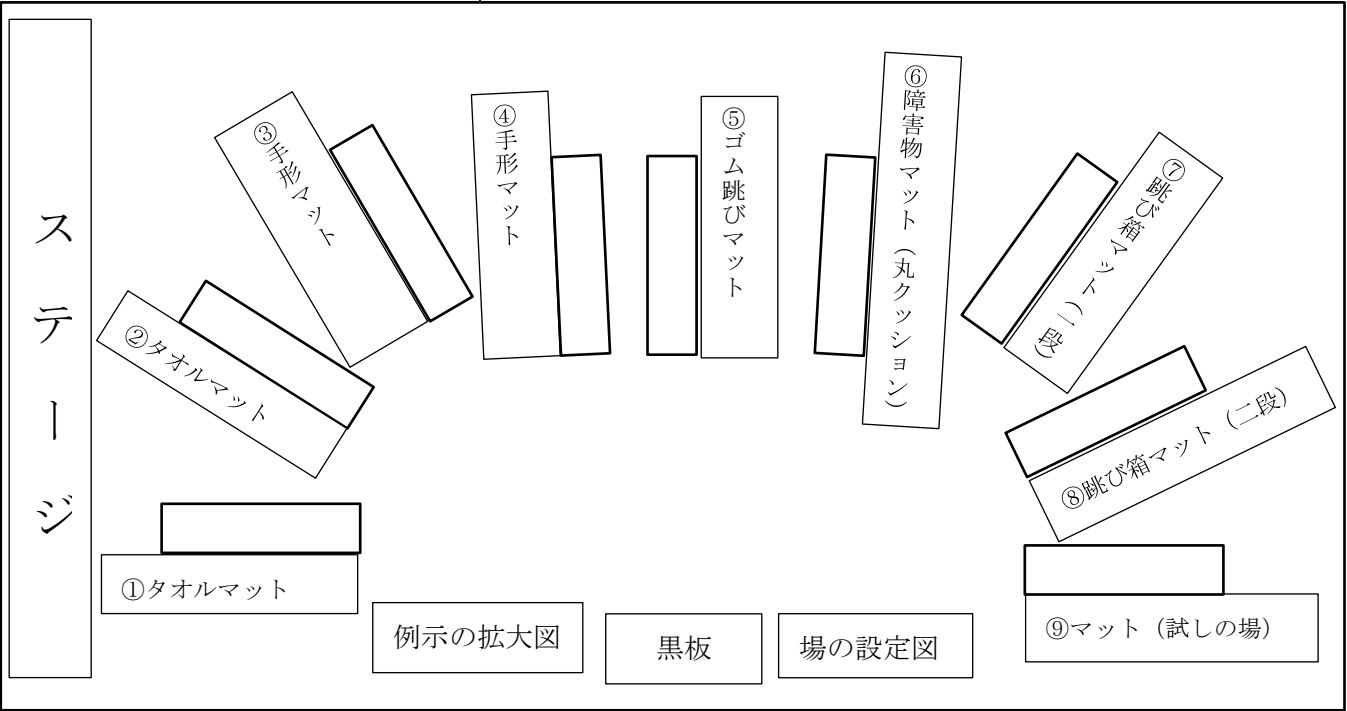
【2】勢いをつけて開脚後転をしたい。
→ 「坂道マット」で練習する。

(児童の視点) 手と足のつく位置、膝の曲げ伸ばし

【3】膝をしっかり伸ばして伸膝後転をしたい。
→ 「坂道マット」で練習する。

(児童の視点) 手の着く位置、膝の曲げ伸ばし

レッツチャレンジタイム (跳び前転)
・発展技に挑戦してみよう。



6 タブレットで見本動画を確認し、自分の力に合った場で練習をする。
・グループで、「レッツチャレンジタイム」で挑戦する技を確認し、自分の課題に合った練習の場を選ばせて、練習を行う。

「スモールステップ (つまずきに対しての手立て)」

前転系～跳び前転

【1】飛び込む動きに慣れたい。
→ 「タオルマット」で練習する。

(児童の視点) 手の着く位置、膝の閉脚

【2】遠くに着手したい。
→ 「手形マット」で練習する。

<p>展 開 25 分</p>	<p>※数字は活動場所を示す</p> <p>①②「タオルマット」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・タオルを広げて、タオルに触れないように遠くに手をつき、回転する。 ・脚の間にタオルを挟んで、膝が開かないように回転する。 <p>③④「手形マット」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・遠くに置かれた手形に向けて手をつき回転する。 <p>⑤「ゴム跳びマット」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・すずのついたゴムをはり、そのゴムに触れて音を鳴らさないように、遠くに手をつき回転する。 <p>⑥「障害物マット（丸クッション）」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マットの手前に障害物となる丸クッションを置き、触れずに飛び越えられるよう、手を遠くにつき回転する。 <p>⑦⑧「跳び箱マット」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マットの手前に1段目の跳び箱を置き、高さのあるところから、手を遠くにつき回転する。 <p>⑨「マット（試しの場）」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・何もないマットの上で、技の完成度を確認する。 	<p>(児童の視点) 手の着く位置</p> <p>【3】高さのある飛び込みをしたい。 →「ゴム跳びマット」で練習する。</p> <p>(児童の視点) 手の着く位置、体の高さ</p> <p>【4】より高くきれいな飛び込みをしたい。 →「障害物マット」「跳び箱マット」</p> <p>(児童の視点) 手のつく位置、体の高さ、膝の閉脚</p> <p>【5】自分の今の完成度を試したい。 →「マット（試しの場）」で確認する。</p> <p>(児童の視点) 手の着く位置、体の高さ、膝の閉脚</p> <p>○グループ内で課題が達成できた児童には、さらに手のつく位置や体の高さを変えて、練習するように助言する。</p> <p>○見本動画に近づけるよう、グループの友だちの動きを確認し、称賛・助言等を伝えさせる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>◆タブレットや掲示物、助言等から、課題を見つけ、練習することができる。</p> <p style="text-align: right;">【思考・判断】</p> </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>△努力を要する児童への手立て</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習カードや掲示物の段階表を見て、自分の課題に合った場で練習させる。 <p>◎十分満足できると判断できる児童の具体的な姿</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループの児童にポイントを示して助言している。 </div> <p>☆ICT の活用の中で、課題発見・解決につながる話し合いや、言語活動の場面を設定する。(対①)</p>
<p>整 理 10 分</p>	<p>7 本学習のまとめをする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin: 5px 0;"> <p>動きやアドバイスから、自分の課題を見つけて練習していたか。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・本時の課題に対してまとめをする ・学習カードの記入をする ・次時の予告をする <p>8 整理運動をする。</p> <p>9 あいさつをする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・撮影動画で見たり、アドバイスを受けたりした自分の動きはどうだったか。 ・掲示資料から見つけた技能ポイントはなんだったか。 ・見本動画で、技のイメージやタイミングをつかめたか。 <p>○本時の振り返りを学習カードに記入し発表させる。</p> <p>○疲れを残さないように、つかった部位をほぐさせる。</p> <p>○しっかりと整列させ、元気よくあいさつさせる。</p>

