

第 1 学年体育科学習指導案

日 時：令和元年 6 月 21 日（金）5 校時
場 所：新宿区立戸山小学校 体育館
対 象：第 1 学年

1 単元名 マットを使った運動遊び

2 単元の目標

『知識及び技能』

- ・前転がりのコツがわかり、スムーズに転がることができるようにする。

『思考力,判断力,表現力』

- ・マットを用いた簡単な遊び方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えられるようにする。

『学びに向かう力,人間性等』

- ・運動遊びに進んで取り組み、順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動したり、場や器具の安全に気をつけたりすることができる。
- ・グループの友達と協力しながら、学習に取り組むことができる。

3 運動の特性

○一般的特性

- ・タイミングの良さ、力強さ、体の柔らかさが向上すると考えられている。
- ・いろいろな動きに楽しく取り組んで、自分の力にふさわしい動きを身に付けたときに喜びを味わうことのできる運動である。
- ・床、平面での身体表現。
- ・技をつなぐ楽しさを味わうことができる。

○児童からみた特性

- ・非日常的な動きではあるが、他の器械・器具を使つての運動遊びほど恐怖感や痛みを伴わないことで児童は意欲的に取り組むことができる。さらに、マットの上で自由に体を動かすことで遊びを創造したり、グループ遊びを楽しめたりする運動である。

4 児童の実態

○一般的な児童の実態

本学級の児童は、明るく元気であり、休み時間には多くの児童がうれしそうに教室を飛び出し、外遊びをしている。その一方、実態調査からも分かるように教室で静かに読書をしたり、自由帳を書いたりしている児童もいる。

入学してから 2 か月、体育の学習では、集団行動について学んだあと、運動会の練習、スポーツテスト、そして本単元である。運動会練習の初めは「できない」といって取り組まない児童がいたが、「やってみよう」とみんなで声を掛けあうことを意識して、運動会の技は全員が出来るようになった。できないことでも頑張る姿が見られるようになった。

○本単元にかかわる児童の実態（令和元年5月29日実施 回答数35名）

項目	回答（数字は人数）
①体を動かすことは好きですか。	好き 30 嫌い 5 理由 疲れる
③休み時間は体を動かして遊ぶのが好きですか。	はい 25 いいえ 10 理由 習い事が大変で力を使いたくない。 疲れるから。 汗をかくのが嫌。

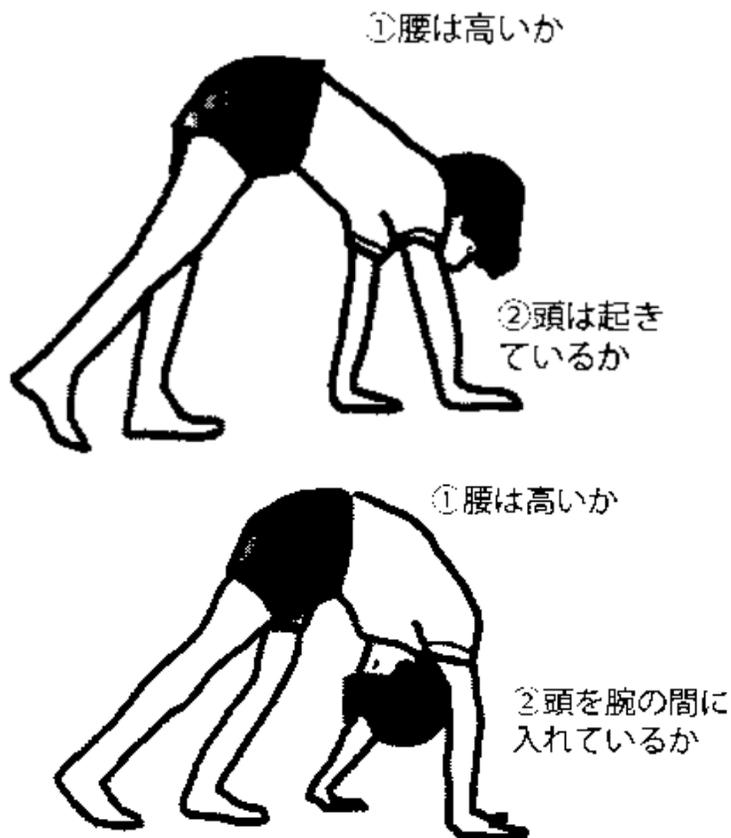
5 研究主題に迫るための手立てと工夫

(1) グループ活動の重視

低学年の児童は自己中心的で集団としての関わりがまだ希薄である。みんなと合わせる、みんなで作るなどの活動の中で人間関係を作り上げていけるよう毎時間、グループ活動の時間を取り入れた。

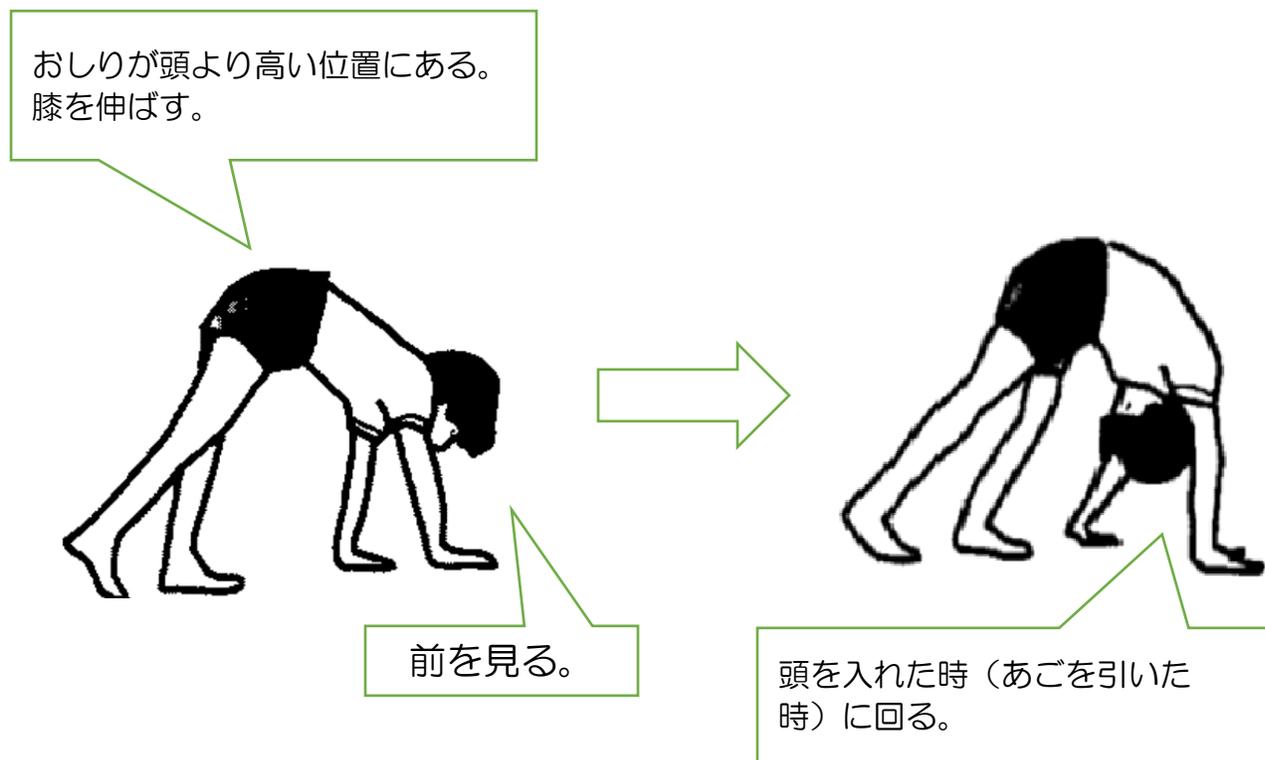
(2) 学習カードの工夫

見合う視点、グループで考える時間の視点等に活用できるよう学習カードを工夫した。



(3) 毎時間のはじめに準備運動・基礎感覚づくり・動きづくりの導入

毎時間同じ内容で準備運動・予備運動を行うことで感覚づくりが行えると考え。また、子ども達自身も覚え、動きに慣れ、さまざまな動きに活用できると考えた。



※動きを止めないでできるようにする。

(4) 場の設定

教師が全体をよく見ることができるようマットをずらして配置した。

技	手だて	発展する技(例)
前転がり	くまさん歩きからの前転がり 「くまさんがやってきて、こんにちはこんにちはさようなら。はいポーズ。」 ポイント1：おしりが頭より高い位置にある。膝を伸ばす。 ポイント2：手をあげて前を見る。 ポイント3：頭を入れた時(あごを引いた時)に回る。 おおくまあるき→同一方向の手足を動かして前進する。 より、腕支持の感覚やバランスを身に付けられる。	器械運動の基礎となる首の頸反射が学べる。 鉄棒：こうもりふりおりなど マット：大股歩き前転(ジャイアント前転)・開脚前転
大股歩き前転	くまさんこんにちは	マット：倒立前転・飛び込み前転
開脚前転	開脚立ち・アンテナからの開脚立ち	マット：伸膝前転
後ろ転がり	アンテナから両足を頭の後ろにつく動き(注) ポイント：おしり(腰が)頭より高い位置にあること。まずは、アンテナを身に付けよう。	マット：開脚後転・伸膝後転 鉄棒：膝掛け後転
川跳び側転	ポイント1：足でなくおしりを高く上げる。 ポイント2：目線(視線)は手と手の間を見る。(目印を置く) (顎出し感覚)	マット：側方倒立回転 跳び箱：横跳び越し
側転	かえるの足打ち⇒川跳び側転⇒ぞうさん(注)	マット：側方倒立回転・ロンダート・側方倒立回転 4分の1前ひねり・ハンドスプリング
首倒立(アンテナ)	ポイント1：長座の姿勢から両足を頭の後方に持っていき、床につま先をつける動きを身に付けさせる。※ 腰が上がらない児童が多いため ポイント2：ポイント1の姿勢から両足を上に持ち上げていく。(手で腰を支える)。	マット：開脚後転 跳び箱：ネックスプリング・ヘッドスプリング *アンテナからのブリッジ
ブリッジ	ポイント1：手と手の間(下方)を見る。(目印を置く) ポイント2：手と足を近づける。 四つん這いになった子の上でブリッジをし、下の子が抜ける。	マット：倒立ブリッジ・ハンドスプリング 跳び箱：ネックスプリング・ヘッドスプリング
かえるの足打ち	ポイント1：足でなくおしりを高く上げる。 ポイント2：目線(視線)は手と手の間を見る。(目印を置く)(顎出し感覚)	マット：側方倒立回転・倒立 跳び箱：横跳び越し・ネックスプリング ヘッドスプリング

時		1	2	3	4(本時)	5	6
学習活動に即した評価規準	知識及び技能	①マットに背中や腹などをつけていろいろな方向に転がったり、手や背中で支えて逆立ちをしたり、体を反らせたりするなどして遊べるようになる。 ②くまさん歩きのコツがわかり、腰をあげて、顔を前にしてくま歩きができる。 ③前転がりのコツ(ポイント)がわかり、スムーズ(なめらか)に転がることことができる。					
	思考力,判断力,表現力等	①くまさん歩きのコツを見つけられる。 ②あざらしから前転がりにつなげるためにどうすればいいか考えることができる。 ③動物歩きを考えることができる。					
	学びに向かう力,人間性等	①運動遊びに進んで取り組み、順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動したり、場や器具の安全に気をつけたりすることができるようになる。 ②友達の演技を視点に即して見ることができる。 ③グループの友達と協力しながら、学習に取り組むことができる。					
評価の重点	知識及び技能	① (観察)	② (観察)	② (観察)	③ (観察)	③ (観察)	③ (観察・ICT)
	思考力,判断力,表現力等		① (観察・発言)	② (観察・発言)	② (観察)	③ (観察)	
	学びに向かう力,人間性等	① (観察)	② (観察)	② (観察)	③ (観察)	③ (観察)	③ (観察)

7 学習過程 (全6時間)

指導のねらい	マットに背中や腹などをつけていろいろな方向に転がったり、手や背中で支えて逆立ちをしたり、体を反らせたりするなどして遊べるようにする。			「くまさんこんにちは」ができるようにする。
時	1	2	3	
	オリエンテーション	お話マット「くまさんこんにちは」	動物歩きのポイント学習	
学習活動	1 学習課題の確認。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> マットとお友達になろう。 </div> 2 準備運動 ・あざらし歩き(1) ・くまさん歩き(2) 3 マットの用意 4 基礎感覚づくり・動きづくり ・ねこちゃん体操 ・かえるの足うち(3) 5 マットの上で転がってみる。 6 マットの片づけ 7 やってみての感想を出し合い、学習のまとめをする。	1 学習課題の確認。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> 「くまさんこんにちは」をやってみよう。 </div> 2 準備運動 ・あざらし歩き ・くまさん歩き 3 マットの用意 4 基礎感覚づくり・動きづくり ・ねこちゃん体操 ・かえるの足うち 5 「くまさんこんにちは」をやってみる。(4) 6 クーリングダウン 7 マットの片づけ 8 まとめをする。	1 学習課題の確認。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> 「くまさんこんにちは」のポイントを見つけよう。 </div> 2 準備運動 ・あざらし歩き ・くまさん歩き 3 マットの用意 4 基礎感覚づくり・動きづくり ・ねこちゃん体操 ・かえるの足うち 5 「くまさんこんにちは」のポイントを見つける。(5) 6 クーリングダウン 7 マットの片づけ 8 まとめをする。	
	つまずきの例	(1)腕支持ができない。 (2)腰の位置が低い。 (3)目線が後ろに行く。	(1)(2)(3)	(1)(2)(3) (5)「こんにちは」の時、止まってしまう。
への支援 努力を要する児童	(1)肘を伸ばそう (2)手足を近づけよう。 (3)(赤白帽を前において)帽子を見よう。	(4)後ろにいる友達を見よう。	(5)ねこちゃん体操の「フーハア」をイメージさせる。	
童への支援	・進んで動いている児童を取り上げ称賛し、その子の真似をするよう全体に声掛けをする。	・進んで動いている児童を取り上げ称賛し、その子の真似をするよう全体に声掛けをする。	・進んで動いている児童を取り上げ称賛し、その子の真似をするよう全体に声掛けをする。	

指導のねらい	「あざらしさんこんにちは」から、前転がりにつなげることができるようにする。	動物歩きから前転がりにつなげることができるようにする。	
時	4(本時)	5	6
	お話マット 「あざらしさんこんにちは」	お話マット 「〇〇さんこんにちは」	動物歩きのポイント学習
学習活動	1 学習課題の確認。 「あざらしさんこんにちは」をやってみよう。	1 学習課題の確認。 「〇〇さんこんにちは」をやってみよう。	1 学習課題の確認。 発表会をしよう。
	2 準備運動 ・あざらし歩き ・くまさん歩き 3 マットの用意 4 基礎感覚づくり・動きづくり ・ねこちゃん体操 ・かえるの足うち 5 課題を確かめる 6 「あざらしさんこんにちは」をやってみよう。 7 クーリングダウン 8 マットの片づけ 9 まとめをする。	2 準備運動 ・あざらし歩き ・くまさん歩き 3 マットの用意 4 基礎感覚づくり・動きづくり ・ねこちゃん体操 ・かえるの足うち 5 グループごとに動物を一つ決め、練習する。 6 ペアグループで見せ合う。 7 クーリングダウン 8 マットの片づけ 9 まとめをする。	2 準備運動 ・あざらし歩き ・くまさん歩き 3 マットの用意 4 基礎感覚づくり・動きづくり ・ねこちゃん体操 ・かえるの足うち 5 発表会。 6 クーリングダウン 7 マットの片づけ 8 まとめをする。
つまずきの例	(1)(2)(3) ・あざらし歩きからでは、前転がりやりづらいことに気が付かない。	(1)(2)(3) ・腰が低い動物歩きから腰を高くできない。	(1)(2)(3)
児童への支援	・どうしてうまく転がれないか問いかける。	・どうしてうまく転がれないか問いかける。	
状況にある児童への支援	・進んで動いている児童を取り上げ称賛し、その子の真似をするよう全体に声掛けをする。	・進んで動いている児童を取り上げ称賛し、その子の真似をするよう全体に声掛けをする。	・良い動きをしている児童を取り上げ称賛する。

8 本時の学習（4／6時間目）

（1）ねらい

○知識及び技能

前転がりのこつ(ポイント)がわかり、スムーズ(なめらか)に転がることができる。

○思考力,判断力,表現力

あざらしから前転がりにつなげるためにどうすればいいか考えることができる。

○学びに向かう力,人間性等

グループの友達と協力しながら、学習に取り組むことができる。

※本時では、「知識及び技能」を重点的に評価する。

（2）本時の展開

学習活動	◇指導のポイント ☆評価
1 集合、整列、挨拶 2 準備運動 動物歩き 3 マットの用意 4 基礎感覚づくり・動きづくり ・ねこちゃん体操 ・かえるあし打ち ・ゆりかご ・「くまさんこんにちは」の復習	◇できている児童を称賛する。
5 課題を確かめる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> 「あざらしさんこんにちは」をやってみよう。 </div> 6 「あざらしさんこんにちは」を練習する。 全体で考えた言葉を使って練習する。	◇前転がりがしにくい、理由を考えさせる。できるように言葉を加える支援をする。 ◇あざらし歩きとくま歩きを比べさせる。 ◇友達のよい動きをどんどんまねるよう声掛けをする。 ☆マットに背中や腹をつけて転がったり、手や背中で自分の体を支えたりすることができる。(観察) ◇友達のよさを見つける。
7 クーリングダウンをする。 8 マットの片づけをする。 9 学習のまとめを行う。 ・友だちのよさを伝え合う。	◇気持ちが落ち着くような曲をかけて心と体を静められるようにする。 ◇よい動きや工夫の仕方などを次回の学習で取り入れていこうとする意欲をもてるよう、よさを取り上げて、賞賛する。 ◇学習カードは教室で書く。