

第4学年体育科学習指導案

日 時：令和元年1月22日（水）5校時
場 所：新宿区立戸山小学校 体育館
対 象：第4学年

1 単元名 マット運動

2 単元の目標

『知識及び技能』

- ・回転系や巧技系の基本的な技ができる。

『思考力・判断力・表現力』

- ・自己の能力に適した課題を見つけ、技ができるようになるための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができる。

『主体的に学習に取り組む態度』

- ・運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や器械・器具の安全に気を付けたりすることができる。

3 運動の特性

○ 一般的特性

- ・自己の能力に応じた回転系、技巧系の技に挑戦し、個々の技やこれらの組み合わせが円滑にできるようになるところに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。
- ・タイミングの良さ、力強さ、体の柔らかさが向上する。
- ・床、平面での身体表現である。

○ 児童からみた特性

- ・非日常的な動きではあるが、できなかった技が出来るようになったり、技がさらに上達したりしたときに達成感や喜びを味わうことができる。
- ・「できた。」という実感が伴わなければ楽しむことができない。
- ・技の組み合わせを考えることで、運動に取り組む意欲を向上させることができる。

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、多くの児童が休み時間には教室を飛び出し、外遊びをしている。特にドッジボールやにほうじんなどのボール遊びが人気であり、男女分け隔てなく遊んでいる。一方、一部の児童は、教室で読書をしたり、話をしたりして過ごしていることが多い。外遊びをして過ごす児童と室内遊びをして過ごす児童は、そのまま運動能力としての差として現れることが多い。体育の学習でも、それが顕著であり、春の新体力テストでも同様の傾向が見られた。

体育におけるグループ活動は、能力や児童の特性を考慮したグループ活動を中心として行ってきた。話し合ったことをもとにして活動を進めたり、まとめたりすることができるようになってきている。ただ、活動が始まるとそれぞれの苦手な部分に目が行ってしまう児童が多く、上手なアドバイスや声掛けが難しくなることが学級の課題である。

跳び箱運動では、課題に合わせた場の設定を行い、個人で技能を高められるような授業を展開した。それぞれが課題を把握して取り組むことで技能を高める様子が見られたが、自分自身の課題を把握できていなかったり、適切な練習の場を選択できていなかったりする児童も見られた。

○本单元にかかわる児童の実態（令和元年12月23日実施 回答数37名）

項目	回答（数字は人数）
① 体育の学習は好きですか。	<ul style="list-style-type: none"> ・好き 27 ・どちらかという好き 10 ・どちらかという好きではない 0 ・好きではない 0
② マット運動は好きですか。	<ul style="list-style-type: none"> ・好き 12 ・どちらかという好き 16 ・どちらかという好きではない 5 ・好きではない 4
③ マット運動で「楽しい」と感じたときはどんなときですか。 （当てはまる数だけ○）	<ul style="list-style-type: none"> ・新しい技、むずかしい技ができるようになったとき 28 ・今までできた技がさらに上手になったとき 22 ・技のコツやポイントを見つけたとき 11 ・友だちにアドバイスをもらったとき 6 ・友だちにほめられたとき 22 ・友だちにアドバイスをして、友だちが上達したとき 13 ・たくさん練習したとき 16 ・その他 1
④ マット運動で「楽しくない」と感じたときはどんなときですか。 （当てはまる数だけ○）	<ul style="list-style-type: none"> ・技がむずかしくてできないとき 17 ・技がかんたんすぎるとき 10 ・技をするのが「こわい」と思うとき 18 ・友だちにアドバイスをもらうとき 4 ・友だちにアドバイスをするとき 0 ・練習する時間が少ないとき 14 ・その他 1
⑤ マット運動でどんな技ができるようになりたいですか？	<ul style="list-style-type: none"> ・後転 12 ・開脚前転 7 ・開脚後転 9 ・倒立 22 ・側方倒立回転 9 ・ロンダート 23 ・バック天 24 ・バック宙 21

アンケートの結果、①「体育の学習は好きですか。」の設問では、37名の児童全員が「好き」「どちらかという好き」という肯定的な回答をしているのに対し、②「マット運動は好きですか」という設問では、「好き」「どちらかという好き」という肯定的な回答が28名に減少している。肯定的な意見は、「できると嬉しいから」「得意だから」というものであり、否定的な意見は、「取り組むことに不安を感じるから」「何回練習してもできないから」というものであった。③「マット運動で「楽しい」と感じたときはどんなときですか。」、④「マット運動で「楽しくない」と感じたときはどんなときですか。」という二つの設問からも、新しい技や難しい技ができるようになったとき・技がさらに上達したとき・活動時間が確保されたときにマット運動が楽しいと感じる児童が多く、逆の場合、マット運動が楽しくないと感じている児童が多いと分かった。

また、友だちに褒められたときに喜びを感じる児童が多い一方、友だちにアドバイスをもらうときには喜びをあまり感じていないということも分かった。他者から客観的な視点を意識させ、声を掛け合うことが技の上達につながるという意識をもたせることも必要になる。

⑥ マット運動でどんな技ができるようになりたいですか？」の設問では、「ロンダート」などの回転系の技を多く選択する回答が多くあった。側方倒立回転は、下学年の時に練習にたくさん取り組んだという意識の児童が多く、そこからの発展技に挑戦したいと考える児童が多くいるためだと考えられる。

5 研究主題に迫るための手立てと工夫

- 研究主題「体育科を中心とした児童の健やかな成長～器械運動を通して～」
- 中学年分科会

目指す児童像「できる実感を味わい、運動に意欲的に取り組む児童」

仮説「自己の運動に関する課題を明確にし、自己の伸びを実感できる学習教材やスモールステップ型の単元構成の工夫を行うことで、中学年が目指す児童像に迫ることができるだろう。」

(1) 毎時間のはじめの感覚づくりタイム

授業のはじめに感覚づくりタイムを設け、毎時間基本の動きを練習するように工夫した。前半は側方倒立回転に繋がる、かえるの足うちや足の入れ替えを多く取り入れたが、後転ができない児童、後転の技の美しさに課題がある児童が多いため、後半は後転に繋がる動きを多く取り入れた。

(2) ICT機器を活用した指導（自己の運動に関する課題を明確にする）

自分やグループの動きを客観的に見ることができるよう、毎時間の活動でICT機器を取り入れた。また、授業時間以外でも取り組む技の映像を見せたり、自分の技の様子を撮影した映像を見せたりすることで、自分の課題を毎時間意識することができるようにした。それによって、一時間の授業において、自分の課題に合わせ、活動に意欲的に取り組むことができると考えた。

(3) 学習カードの工夫（自己の伸びを実感できる学習教材）

学習カードに毎時間の振り返りを書くことで、学習の積み重ねを行う。また単元を通して、自己の課題を書き、それに合わせためあてを立て、活動に取り組むようにする。授業の終わりには、一時間の活動を終えて次時の自分の課題を考えることができるようにした。

(4) 活動の場の工夫（スモールステップ型の単元構成の工夫）

単元の前半（第2時から第6時）では、技のポイントと児童の課題に即した練習の場を設定し、2度の活動をすることで、どの児童も自分が「できる」と感じることができるようにした。また、単元の後半（第7時から第9時）では、前半で学習した技のポイントと練習の場を活用し、児童一人一人が苦手な技を克服したり、さらに完成度を高めたりすることができるようにした。

(5) グループで音楽に合わせた動きを行う工夫

音楽を取り入れることで、楽しみながら意欲的に活動ができるように工夫した。感覚づくりタイムをはじめ、準備体操、場の設定、チャレンジタイムの時間など、児童が音楽に合わせて活動することができるようにした。

6 評価計画

時		1	2	3 (本時)	4	5	6	7	8	9
学習活動に即した評価規準	知識及び技能	① 運動する場や器械・器具の使い方を理解している。 ② 基本的な技の動き方や技のポイント、練習の仕方を理解している。 ③ 基本的な回転技や倒立技ができる。								
	思考力, 判断力, 表現力等	① 基本的な技の動き方や技のポイントを知るとともに、自分の力に合った課題を選んでいる。 ② 技のコツやポイントを観察しあって伝えている。								
	主体的に学習に取り組む態度	① 友だちと協力して、器械・器具の準備や片付けをしたり、安全に気をつけて運動したりしようとしている。 ② 技ができる楽しさや喜びに触れることができるよう、マット運動に進んで取り組もうとしている。 ③ 器械・器具の使い方や運動の行い方のきまりを守り、友だちと励まし合って運動しようとしている。								
評価の重点	知識及び技能	① (観察)	② (観察)	② (観察)	② (観察)	② (観察)	② (観察)	③ (観察、ICT)	③ (観察、ICT)	③ (観察、ICT)
	思考力, 判断力, 表現力等		① (観察、学習カード)	① (観察、学習カード)	① (観察、学習カード)	① (観察、学習カード)	① (観察、学習カード)	② (観察・発言)	② (観察・発言)	② (観察・発言)
	主体的に学習に取り組む態度	① (観察)	② (観察)	② (観察)	② (観察)	② (観察)	② (観察)	③ (観察)	③ (観察)	① (観察)

)

7 学習過程(全9時間)

指導のねらい	<ul style="list-style-type: none"> 場や器械、器具の安全に気をつけて行動できるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 回転系や巧技系の基本的な技ができるようにする。 運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や器械・器具の安全に気を付けたりすることができる。 	
時	1	2	3 (本時)
	オリエンテーション	側方倒立回転	側方倒立回転
学習活動	<p>1 学習課題の確認。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> マットの練習の仕方を知ろう。 </div> <p>2 マットの準備の仕方、感覚づくりタイムの仕方、自己の技の見合い方を知る。(ICT)</p> <p>3 準備運動</p> <p>4 場の準備をする。</p> <p>5 感覚づくりタイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ねこちゃん体操 かえるの足うち 足の入れ替え アンテナ <p>6 感想を出し合い、学習のまとめをする。</p> <p>7 クーリングダウンをする。</p> <p>8 マットの片づけをする。</p>	<p>1 学習課題の確認。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> 側方倒立回転に挑戦しよう。 </div> <p>2 準備運動</p> <p>3 場の準備をする。</p> <p>4 感覚づくりタイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ねこちゃん体操、かえるの足うち、足の入れ替え、アンテナ <p>5 ポイントタイム</p> <ul style="list-style-type: none"> 側転のポイントを確認する。 <p>6 感想を出し合い、学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> 自己の技の様子を見ながら、改善点を把握する (ICT) <p>7 クーリングダウンをする。</p> <p>8 マットの片づけをする。</p>	<p>1 学習課題の確認。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> 側方倒立回転を身に付けよう。 </div> <p>2 準備運動</p> <p>3 場の準備をする。</p> <p>4 感覚づくりタイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ねこちゃん体操、かえるの足うち、足の入れ替え、アンテナ <p>5 チャレンジタイム</p> <ul style="list-style-type: none"> 自己の課題に合う場で練習する。 自己の技の様子を見ながら、改善点に取り組む。(ICT) <p>6 感想を出し合い、学習のまとめをする。</p> <p>7 クーリングダウンをする。</p> <p>8 マットの片づけをする。</p>
つまずきの例		～側方倒立回転～ <ul style="list-style-type: none"> 両足着地になる。 バランスが崩れる。 	
児童への支援 努力を要する		～側方倒立回転～ <ul style="list-style-type: none"> 手—手—足—足の感覚を身に付ける。 手をつく方向につま先を向け、あごを出す。 技のポイントと練習の場を掲示することで、児童の課題に合わせた練習をすることができるようにする。 	
児童への支援 おおもね満足できる状況にある	<ul style="list-style-type: none"> 進んで動いている児童を取り上げ称賛し、その児童の真似をするよう全体に声掛けをする。 	<ul style="list-style-type: none"> 進んで動いている児童をとりあげ称賛し、その児童の真似をするよう全体に声掛けをする。 	

指導のね	<ul style="list-style-type: none"> ・ 回転系や巧技系の基本的な技ができるようにする。 ・ 運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や器械・器具の安全に気を付けたりすることができる。 		
時	4	5	6
	前転、開脚前転 後転、開脚後転	後転、開脚後転	前転、開脚前転
学習活動	<p>1 学習課題の確認。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 5px auto;">回転系の技に挑戦しよう。</div> <p>2 準備運動</p> <p>3 場の準備をする。</p> <p>4 感覚づくりタイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ねこちゃん体操、かえるの足うち、ゆりかご、アンテナ <p>5 ポイントタイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・前転、後転のポイントを確認する。 <p>6 感想を出し合い、学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自己の技の様子を見ながら、改善点を把握する（ICT） <p>7 クーリングダウンをする。</p> <p>8 マットの片づけをする。</p>	<p>1 学習課題の確認。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 5px auto;">後転、開脚後転を身に付けよう。</div> <p>2 準備運動</p> <p>3 場の準備をする。</p> <p>4 感覚づくりタイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ねこちゃん体操、かえるの足うち、ゆりかご、アンテナ <p>5 チャレンジタイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自己の課題に合う場で練習する。 ・自己の技の様子を見ながら、改善点に取り組む。（ICT） <p>6 感想を出し合い、学習のまとめをする。</p> <p>7 クーリングダウンをする。</p> <p>8 マットの片づけをする。</p>	<p>1 学習課題の確認。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 5px auto;">前転と開脚前転を身に付けよう。</div> <p>2 準備運動</p> <p>3 場の準備をする。</p> <p>4 感覚づくりタイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ねこちゃん体操、かえるの足うち、ゆりかご、アンテナ <p>5 チャレンジタイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自己の課題に合う場で練習する。 ・自己の技の様子を見ながら、改善点に取り組む。（ICT） <p>6 感想を出し合い、学習のまとめをする。</p> <p>7 クーリングダウンをする。</p> <p>8 マットの片づけをする。</p>
例	<p>～前転、開脚前転～</p> <ul style="list-style-type: none"> ・頭が入らない。・立ち上がれない。 ・足で強く蹴って回る。 <p>～後転、開脚後転～</p> <ul style="list-style-type: none"> ・お尻が上がらない。・立ち上がれない。 ・回転が途中で止まる。 		
児童への支援 努力を要する	<p>～前転、開脚前転～</p> <ul style="list-style-type: none"> ・回るときの目線を意識させる。 ・腰の位置を高くする。 ・かかととお尻を近づける。 <p>・技のポイントと練習の場を掲示することで、児童の課題に合わせた練習をすることができるようにする。</p>	<p>～後転、開脚後転～</p> <ul style="list-style-type: none"> ・遠くにお尻をつく。 ・体を丸め、おへそを見ながら、お尻・背中・後頭部の順番に回る。 ・両手でマットを最後まで押す。 <p>・技のポイントと練習の場を掲示することで、児童の課題に合わせた練習をすることができるようにする。</p> 	
状況に応じた児童への支援	<ul style="list-style-type: none"> ・進んで動いている児童を取り上げ称賛し、その児童の真似をするよう全体に声掛けをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・進んで動いている児童を取り上げ称賛し、その児童の真似をするよう全体に声掛けをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・進んで動いている児童を取り上げ称賛し、その児童の真似をするよう全体に声掛けをする。

ねらい 指導の	<ul style="list-style-type: none"> 自己の能力に適した課題を見つけ、技ができるようになるための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができる。 		
時	7	8	9
	習得した動きを使って組み合わせ技考える。	組み合わせ技の練習をする。	発表会
学習活動	<p>1 学習課題の確認。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;">発表会に向けて準備をしよう。</div> <p>2 発表会までの練習の仕方を知る。</p> <p>3 準備運動</p> <p>4 場の準備をする。</p> <p>5 感覚づくりタイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ねこちゃん体操、かえるの足うち、ゆりかご、アンテナ <p>6 組み合わせ技の決定</p> <ul style="list-style-type: none"> 曲決め（数曲の中から選択する。） メトロノーム音を使って、技の組み合わせを考える。 <p>7 チャレンジタイム</p> <p>自己の技の様子を見ながら、改善点に取り組む。（ICT）</p> <p>8 感想を出し合い、学習のまとめをする。</p> <p>9 クーリングダウンをする。</p> <p>10 マットの片づけをする。</p>	<p>1 集合、整列、挨拶</p> <p>2 準備運動</p> <p>3 場の準備をする。</p> <p>4 感覚づくりタイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ねこちゃん体操・かえるの足うち・アンテナ ゆりかご→前転、後転 <p>5 学習課題の確認をする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;">発表会に向けて練習をしよう。</div> <p>6 チャレンジタイム</p> <ul style="list-style-type: none"> 発表曲に合わせた練習をする。 自己の技の様子を見ながら、改善点に取り組む。（ICT） <p>7 学習の振り返り</p> <p>8 クーリングダウンをする。</p> <p>9 マットの片づけをする。</p> <p>10 整列・挨拶</p>	<p>1 学習課題の確認。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;">発表会をしよう。</div> <p>2 準備運動</p> <p>3 場の準備をする。</p> <p>4 感覚づくりタイム</p> <p>5 発表会をする。</p> <p>6 感想を出し合い、学習のまとめをする。</p> <p>7 クーリングダウンをする。</p> <p>8 マットの片づけをする</p>
例 の つまずき	<ul style="list-style-type: none"> 基本的な技の習得ができていない。 	<ul style="list-style-type: none"> 基本的な技の習得ができていない。 未完成の技がある。 	<ul style="list-style-type: none"> 未完成の技がある。
支援 する 児童への 努力を要す	<ul style="list-style-type: none"> 技のポイントと練習の場を掲示することで、児童の課題に合わせた練習をすることができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 技のポイントと練習の場を掲示することで、児童の課題に合わせた練習をすることができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 友達同士で見合い、アドバイスをし合うように声掛けをする。
おおむね満足できる状況 にある児童への支援	<ul style="list-style-type: none"> 進んで動いている児童をとりあげ称賛し、その児童の真似をするよう全体に声掛けをする。 	<ul style="list-style-type: none"> 進んで動いている児童を取り上げ称賛し、その児童の真似をするよう全体に声掛けをする。 	<ul style="list-style-type: none"> 進んで動いている児童を取り上げ称賛し、その児童の真似をするよう全体に声掛けをする。

8 本時の学習（4／9時間目）

（1）ねらい

○知識及び技能

基本的な回転技や倒立技ができる。

○思考力,判断力,表現力

基本的な技の動き方や技のポイントを知るとともに、自分の力に合った課題を選んでいる。

○主体的に学習に取り組む態度

技ができる楽しさや喜びに触れることができるよう、マット運動に進んで取り組もうとしている。

※ 本時では、「思考力,判断力,表現力」を重点的に評価する。

（2）本時の展開

学習活動	○教師の支援 ☆評価
<p>1 集合、整列、挨拶</p> <p>2 学習課題の確認</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;">側方倒立回転を身に付けよう。</div> <p>3 準備運動</p> <p>4 場の準備</p> <p>5 感覚づくりタイム</p> <p>ねこちゃん体操・かえるの足うち・アンテナ</p> <p>ゆりかご→前転、後転</p> <p>6 チャレンジタイム</p> <p>前半：本時の課題に合わせた練習場所で活動。</p> <ul style="list-style-type: none"> 自己のめあて（技のポイント・練習方法や場）について確認する。 <p>後半：課題を見直した後の練習場所で活動</p> <ul style="list-style-type: none"> めあてを達成した児童は、新たなめあてを設定し、技に取り組む。 <p>7 学習の振り返り</p> <p>8 クーリングダウン</p> <p>9 マットの片づけ</p> <p>10 整列・挨拶</p>	<p>○服装の確認をする。</p> <p>○掲示物を用いて、本時の学習のめあてや流れを確認する。学習のめあてとともに、グループのめあて、個人のめあてを掲示する。</p> <p>○安全に注意して活動するよう声掛けをする。</p> <p>○準備運動、場の準備、感覚づくりタイムは、各グループが音楽に合わせて活動するように声掛けをする。</p> <p>○ 技の資料を掲示し、児童の課題に合わせた練習の場を設けたり、技の完成度を確かめたりすることができるようにしておく。</p> <p>○ 一連の動きの中で自己の技の様子を確かめることができるよう、タブレットを準備しておく。</p> <p>○ 学習活動に意欲的に取り組めるよう、音楽を流す。</p> <p>○ 全体が見渡せる位置に立ち、安全に気を付ける。</p> <p>☆ 基本的な技の動き方や技のポイントを知るとともに、自分の力に合った課題を選んでいる。《思考力,判断力,表現力》</p> <p>○ 学習カードに記入させる。個人のめあてについてよくなった点、課題がある点を具体的に記入させる。</p> <p>○ 良く使った部位を中心にほぐす。</p> <p>○ 安全に注意して活動するよう声掛けをする。</p>

