

# 第2学年体育科学習指導案

日 時：令和元年9月11日（水）5校時  
場 所：新宿区立戸山小学校 体育館  
対 象：第2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』

- ・手や背中で体を支えて逆立ちしたり、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。

### 『主体的に学習に取り組む態度』

- ・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

- ・柔軟性の向上や支持感覚・身体操作感覚を養うことができる。
- ・マット上で工夫して、いろいろな転がり方をする運動である。
- ・床や平面での身体表現を通して、動きの多様さを楽しむことができる。
- ・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

- ・技が成功したときや出来なかったことができるようになったときに喜びや達成感を感じることができる。
- ・転がり方を失敗すると、体が痛くなり楽しめない運動である。

## 4 児童の実態

### ○一般的な児童の実態

本学級の児童は、明るく元気な児童が多く、休み時間には校庭へ出て遊んでいる。男子はどろけいやドッチボールをしていることが多く、女子は鬼ごっこやジャングルジムをしていることが多い。その一方、教室に残り本を読んだり、絵を描いたりして静かに過ごすことが好きな児童もいる。特に、女子児童は運動に対して消極的であったり、苦手意識があったりする児童も見受けられる。

また、授業中に姿勢保持が持続せず、崩れてしまう児童もおり、そういった児童はマット運動のように身体操作感覚が重要な運動が苦手な傾向がある。

○本単元にかかわる児童の実態（令和元年7月実施 回答数29名）

項目	回答（数字は人数）
① マット運動は好きですか？	好き 27 嫌い 2 理由・体が痛くなるから。 ・体を動かすのが好きではないから。
② マットを使った遊びで、どんなことをしたいですか？（3つ選択）	できる技をたくさんしたい 24 難しい技やできない技に挑戦したい 19 友達と一緒に運動したい 10 友達の良いところを見つけたい 7 先生や友達に発表したい 8 先生や友達に褒められたい 19
③ マットを使った遊びで、心配なことは何ですか？（3つ選択）	怖い思いをすること 10 痛い思いをすること 17 できない技に挑戦すること 15 失敗をすること 17 友達に見られること 8 みんなの前で発表すること 6 友達にできていない所を言われること 14
④ マット運動でどんな技ができるようになりたいですか？	ブリッジ 5 側転 8 ロンダート 10 後転 2 アンテナ倒立 4

アンケートの結果、マット運動が好きな児童が多かったが、その一方マット運動で痛い思いや失敗をすることが心配だと答えた児童が多かった。場の安全に気を配ると共に、正しい動きで技ができるように段階的な指導が必要だと考えた。また、友達にできない所を指摘されるのを不安に感じている児童も多かった。今回のマット運動遊びでは、友達と技を見合ったり、協力してお話マットを作ったりする活動を通して、相手の立場に立ったアドバイスの仕方も指導していきたい。さらに、児童がやってみたい技は側転やロンダートという意見が多かった。本学級の児童は側方回転系の技に関心を持っており、今回のマット運動遊びを通して側方倒立回転の基礎となる動きや感覚を身に付けたい。

## 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

4人程のグループに分け、技を見合ったり教えあったりする時間を設ける。これにより、友達に目を向け、動きを意識することで、自然と技のポイントを理解したり、自分の動きの改善点に気付いたりできるようになると考えた。

### (2)表示の工夫

それぞれの技のポイントをわかりやすく示せるように表示を工夫し、児童が見て動きを意識できるようにする。また、児童が理解しやすいように、児童の発言（擬音などのオノマトペ）を書き足して表示を作成する。

(3) 毎時間のはじめに基礎感覚づくり・動きづくりの導入

毎時間のはじめに、予備運動を行うことでさまざまな動きに活用できる動きづくり・感覚づくりが身に付くと考えた。

(4) お話マット

本単元では、既習の技を繋げたお話マットの発表会を行う。その中で、身に付けた技を繋げて自分達で連続技を考えて実践する。うまく技が繋がった時のできた喜びを味わえる授業であると共に、グループ内で技を見合うことによる友達との繋がりや協力する楽しさも味わえると考えた。

「ライオンさんがガオー」《山とび側転》



「ライオンさんがガオー」はとび箱を山に見立てた「山とび型側転」を取り入れたお話マットである。「腕支持による横方向の重心移動」の感覚と、「側転型手足の協応（手足のつき方）」の感覚を養うことに重点を置いている。その後の発展技として川跳びや側方倒立回転などがある。また、跳び箱の横とびこしなどにも繋げていける。

※この後に発展できる技→横とびこし（跳び箱）、側方倒立回転

「ライオンさんがガオー」でつきたい力

- ・視線の固定（着手から着地まで最初の手の位置を見続ける。→腰が上がる。反転着地を防ぐ。）
- ・側転型手足の協応（手―手―一足―一足）の感覚を身に付ける。
- ・腕支持による横方向移動感覚

(5) モデル技

お話マットの実践にあたり、導入として教師側からモデル技を示す。モデル技に取り組むことによって、技の繋げ方やお話の繋げ方を理解することができると考えた。本単元では2つのモデル技を示し、それを基に児童がアレンジして自分達のオリジナルのお話マットを作りあげていけるようにする。

モデル技1

ライオンがやってきて→川をとびこえ→くるりんぱ→木が伸びて→ポキッとおれて→ハイポーズ						
動物歩き	→	川跳び	→	前転	→	アンテナ倒立→ 屈伸 → ポーズ

モデル技2

ライオンがやってきて→こんにちは→ぴょんと回って→さようなら→川をとびこえ→ハイポーズ						
動物歩き	→	前転	→	半回転ジャンプ	→	後転 → 川跳び → ポーズ

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	5 (本時)	6	7	8
学習活動に即した評価規準	知識及び技能	① 腕支持による横方向の重心移動の感覚を養う。 ② 手や背中で支えて逆立ちをしたり、体をそらせたりすることができる。 ③ それぞれの技のポイントを意識して、大きな動きで跳んだり、転がったりしている。							
	思考力・判断力・表現力等	① それぞれの場で、自分で工夫して技に取り組んでいる。 ② 楽しくマット運動遊びを行うために、自分にあった技を選んでいる。 ③ 友達の良い動きを見付けたり、考えたりしたことを伝えている。							
	主体的に学習に取り組む態度	① 転がったり、体を支えたりする運動学習に進んで取り組んでいる。 ② 順番や場の決まりを守り、誰とでも仲良く取り組んでいる。 ③ マットや器具を適切に設置し、場の安全に気を付けて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・ICT)	② (観察)	③ (観察)			③ (観察・ICT)
	思考力・判断力・表現力等		① (観察)	③ (観察・ICT)	① (観察)	③ (観察・ICT)	② (観察・カード)	③ (観察・カード)	③ (観察・カード)
	主体的に学習に取り組む態度	① (観察)	② (観察)	③ (観察・ICT)			③ (観察)	② (観察・カード)	

## 7 学習過程 (全8時間)

指導のねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>腕支持による横方向の重心移動の感覚を養う。</li> <li>指を広げて着手することができるようにする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>既習の技に取り組み習熟を図ると共に、それぞれの技を組み合わせて連続技ができるようにする。</li> </ul>	
時	1	2	3
	基礎感覚づくり 山とび側転をやってみる	基礎感覚づくり 山とび側転をやってみる	連続技に挑戦
学習活動	1 学習課題の確認。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;">「らいおんさんがガオー」をやってみよう。</div> 2 準備運動 3 マットの用意 4 基礎感覚づくり・動きづくり <ul style="list-style-type: none"> <li>アンテナから開脚で立つ</li> <li>アンテナから後ろに足をつく</li> <li>かえるの足うち</li> <li>川とび</li> <li>ソウさん</li> </ul> 5 「らいおんさんがガオー」 6 クーリングダウン・マットの片づけ 7 学習のまとめをする。	1 学習課題の確認。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;">「らいおんさんがガオー」をやってみよう。</div> 2 準備運動 3 マットの用意 4 基礎感覚づくり・動きづくり <ul style="list-style-type: none"> <li>アンテナから開脚で立つ</li> <li>アンテナから後ろに足をつく</li> <li>かえるの足うち</li> <li>川とび</li> <li>ソウさん</li> </ul> 5 「らいおんさんがガオー」 6 技のポイントの確認 7 クーリングダウン・マットの片づけ 8 学習のまとめをする。	1 学習課題の確認。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;">モデルわざ1にちょうせんしよう。</div> 2 準備運動 3 マットの用意 4 基礎感覚づくり・動きづくり <ul style="list-style-type: none"> <li>アンテナから開脚で立つ⇒開脚前転</li> <li>アンテナから後ろに足をつく⇒開脚後転</li> <li>かえるの足うち</li> <li>川とび</li> <li>ソウさん</li> </ul> 5 モデル技1 6 クーリングダウン 7 マット片付け 8 学習のまとめ
つまずきの例	① バランスが崩れてしまう。 ③ しっかり指を開いて着手できない。	① バランスが崩れてしまう。 ② 腰の位置が低い。 ③ しっかり指を開いて着手できない。	② ④ 腕支持がうまくできない。 ⑤ 怖がって高く跳べない
への支援	① 最後まで着手した位置を見続けるように声かけする。 ② 手足を近づけさせる。 ③ パーの手でつけるようにオノマトペで声かけをする。	① 最後まで着手した位置を見続けるように声かけする。 ② 手足を近づけさせる。 ③ パーの手でつけるようにオノマトペで声かけをする。	② ④ 肘をしっかり伸ばすことを声かけする。また、腰を持つなどの補助を行う。 ⑤ 両手を着いた状態から跳び、慣れてきたら徐々に腰が高くなるように補助をする。
る児童への支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>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。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>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。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>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。</li> </ul>

指導のねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>既習の技に取り組み習熟を図ると共に、それぞれの技を組み合わせる連続技ができるようにする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>既習の技に取り組み習熟を図ると共に、技の楽しさを感じさせ次時の学習への期待を持たせる。</li> </ul>	
時	4	5（本時）	6
	開脚前転・開脚後転 連続技に挑戦	技のポイントの復習 課題の発見	技のポイントの復習 課題の発見
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 0;">モデルわざ2にちょうせんしよう</div> <p>2 準備運動 3 マットの用意 4 基礎感覚づくり・動きづくり ・アンテナから開脚で立つ⇒開脚前転 ・アンテナから後ろに足をつく⇒開脚後転 ・かえるの足うち ・川とび ・ゾウさん 5 モデル技2 6 クーリングダウン 7 マットの片づけ 8 学習のまとめをする。</p>	<p>1 学習課題の確認。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 5px 0;">自分たちのお話マットを考えよう</div> <p>2 準備運動 3 マットの用意 4 基礎感覚づくり・動きづくり ・アンテナから開脚で立つ⇒開脚前転 ・アンテナから後ろに足をつく⇒開脚後転 ・かえるの足うち ・川とび ・ゾウさん 5 グループ毎にモデル技2の一部分を替えた自分たちのお話マットを確認する。 6 お話マットの練習をする。 7 クーリングダウン 8 マットの片づけ 9 学習のまとめをする。</p>	<p>1 学習課題の確認。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 5px 0;">自分たちのお話マットを考えよう</div> <p>2 準備運動 3 マットの用意 4 基礎感覚づくり・動きづくり ・アンテナから開脚で立つ⇒開脚前転 ・アンテナから後ろに足をつく⇒開脚後転 ・かえるの足うち ・川とび ・ゾウさん 5 グループ毎にモデル技2の一部分を替えた自分たちのお話マットを確認する。 6 お話マットの練習をする。 9 クーリングダウン 10 マットの片づけ 11 学習のまとめをする。</p>
きつまずの例	②、④、⑤	①から⑤ ⑥技の繋げ方がわからない。	①から⑤ ⑥技の繋げ方がわからない。
児童への支援	②、④、⑤	①から⑤ ⑥忍者、ライオンなどキーワードを与えたり、教師自ら例題を示したりしてイメージが湧きやすいようにする。	①から⑤ ⑥忍者、ライオンなどキーワードを与えたり、教師自ら例題を示したりしてイメージが湧きやすいようにする。
況にある児童への支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>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。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>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。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>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。</li> </ul>

指導のねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>技を深めると共に、グループで話し合って繋げた技を披露し、マット運動遊びの楽しさを感じる。</li> </ul>	
時	7	8
	技の復習・お話マット	お話マット発表会
学習活動	1 学習課題の確認。	1 学習課題の確認。
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">           ミニはっぴょう会をして、さらに工夫してみよう。         </div> 2 準備運動 3 マットの用意 4 基礎感覚づくり・動きづくり 5 ミニ発表会 6 修正 7 クーリングダウン 8 マットの片づけ 9 学習のまとめをする。	みんなではっぴょう会をしよう。  2 準備運動 3 マットの用意 4 基礎感覚づくり・動きづくり  5 発表会 6 意見交換・修正 7 クーリングダウン 8 マットの片づけ 9 学習のまとめをする。
つまずきの例	⑦技の繋げ方がわからない。	⑦技の繋げ方がわからない。
努力を要する児童への支援	⑦忍者、ライオンなどキーワードを与えたり、教師自ら例題を示したりしてイメージが湧きやすいようにする。	⑦忍者、ライオンなどキーワードを与えたり、教師自ら例題を示したりしてイメージが湧きやすいようにする。
ある児童への支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>良い動きをしている児童を取り上げ称賛する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>良い動きをしている児童を取り上げ称賛する。</li> </ul>



## 8 本時の学習（5／8時間目）

（1）ねらい

○知識及び技能

それぞれの技のポイントを意識して、大きな動きで跳んだり、転がったりしている。

○思考力・判断力・表現力

友達の動きを見て良さを伝えたり、それぞれの技のポイントを伝えられたりしている。

○主体的に学習に取り組む態度

グループの友達と協力しながら、準備、片付けを行い学習に取り組むことができる。

（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 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 ・アンテナから開脚で立つ⇒開脚前転 ・アンテナから後ろに足をつく⇒開脚後転 ・かえるの足うち・川とび・ソウさん	◇楽しく活動するために、音楽に合わせてそれぞれの感覚づくりを行う。 ◇オノマトペを使って、動きのポイントをわかりやすく伝える。
5、課題を確かめる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 5px auto;">じぶんたちの、お話マットを考えよう。</div> 6、グループ毎にモデル技1または2の一部分を替えた自分たちのお話マットを確認する。	◇前時までに既習した技のポイントなどを確かめやすいようにそれぞれ掲示しておく。 ◇本時で初めてお話マットを考えるため、事前にモデル技の一カ所だけを自分たちで考えて技を繋げさせる。
・モデル技1 「ライオンさんがやってきて（動物歩き）、ガオー、川をとびこえ（川跳び）、くるりんぱ（前転）、木が伸びて（アンテナ倒立）、ポキッと折れて、はいポーズ」	
・モデル技2 「ライオンさんがやってきて（動物歩き）、こんには（前転）ぴよんと回って（半回転ジャンプ）さようなら（後転）川をとびこえ（川跳び）はいポーズ」	
7、お話マットの練習をする。 ・グループでお話を言いながら技を練習する。 ・お話マットを見合い、よい動きを見付ける。 ・よかったところを相手に伝えたり、アドバイスしたりする。	◇大きくしっかり動けるように、グループ全員でお話を声に出して読み上げながら動きを試していくようにさせる。 ☆それぞれの技のポイントを理解し大きな動きで跳んだり、転がったりしている。（観察）
8、クーリングダウンをする。 9、マットの片づけをする。 10、学習のまとめを行う。 ・友だちの良い動きや自分が上手くできたことなどを学習カードに書く。	◇マットの上で落ち着いてクーリングダウンを行う。 ◇次時は、お話マットの発表会をすることを伝え意欲付けを図る。 ◇その場で書けなかった場合は、残りを教室で書くように促す。

### 評価基準

・おおむね満足できる児童

知識及び技能・・・それぞれの技のポイントを意識して取り組んでいる。

思考力・判断力・表現力・・・友達に技のポイントを伝えている。

主体的に学習に取り組む態度・・・友達と協力して準備片づけをしている。