

体育科学習指導案

3年2組 30名 指導者 濱田 博史

本授業は、以下の検証を行うものである。

子供の思いや願いに添い、「フォロータイム」を特別に設定せず、必要に応じて随時行うことができるようにする学習の進め方は、試行錯誤しながら課題解決をしようとする体育科における「主体的に学習に取り組む態度」に着目した授業改善の手立てとして有効であったか。

1 単元 くるりん！ぴたっ！で目指せ金メダル！タガミンピック 2021「マット運動」

2 目標

運動のきまりを守り、友達と協力しながら教え合ったり、課題に応じた練習の場を選んだりして、技のこつを見つけながら回転系や巧技系の基本的な技やその発展技をすることができるようにする。

3 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
<ul style="list-style-type: none">○ マットを使った次の運動の行い方について知っている。○ シャ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、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ができる。(後転)○ 壁に向かって体を前方に振り下ろしながら片足を振り上げ両手を着き、体をまっすぐに伸ばして壁に足をもたれかけて倒立することができる。(壁倒立)	<ul style="list-style-type: none">○ 課題を解決するために練習方法や場を選んでいる。○ ICT機器等を活用して技の出来栄を振り返ったり、考えたことを友達に伝えたりしている。	<ul style="list-style-type: none">○ 回転したり、支持したり、逆位になったりするなどマット運動に進んで取り組もうとし、友達の考えを認めようとしていたり、場の安全に気を付けたりしている。

4 単元について

(1) 単元の位置とねらい

マット運動は、いろいろな姿勢で回転したり、バランスをとって静止したりする動きを行うことで、できなかった技を克服したり、できるようになった達成感を味わったりすることが楽しい運動である。また、取り組み方や技の組み合わせを工夫することで、楽しさを深めることができる。しかし、マット運動は、「できる」「できない」がはっきりしていることから、練習意欲が停滞し、十分に楽しさを味わうことができないこともある。そのため、意欲的に運動ができるような場の設定や教具を使用した練習方法を工夫する必要がある。

(2) 子供の実態

本学級の子供たちは、運動好きな子供が多く、体育科の授業だけではなく、休み時間も外で元気に遊んでいる。1、2年生で行ったマット遊びを想起し、いろいろな転がり方や動物歩きをした経験について話したり、実際に教師に見せたりするなど運動の楽しさを味わった子供が多い。

しかし、前転や後転など回転系の技に恐怖心をもっていたり、苦手意識をもっていたりする子供もいる。

(3) 指導上の留意点

単元を通して感覚づくりを行う時間（スキルタイム）を設定することで、恐怖心を取り除きながら、ねらいとする技に必要な感覚を養い、その技にスムーズにつなげることができるようにする。次に、共通に身に付けさせたい内容について課題解決的学習を展開する。その中で、運動の行い方について、共通理解する時間を設定することで、誰が見ても技の是非の判断が揃うようにする。そして、ICT機器を活用することで、自分の動きと全体で共有したこつを比較し、自分の技の高まりや課題を実感することができるようにする。このような学習を進めていくことで、

子供一人一人が課題意識をもってよりよい動きに挑戦し、それを達成したときの楽しさや喜びに触れたり味わったりすることができるようにする。

5 指導計画（総時数8時間）

過程 (次)	主な学習活動	時間																	
1	1 オリエンテーション【態】 <ul style="list-style-type: none"> マット運動のきまりを知る。(マットの準備・片付けの仕方) 2年生までのマット運動の学習内容を想起する。 マット運動の楽しみを考え、自分なりのめあてをもつ。 マット運動の目標を知り、学習計画を立てる。 	1																	
2	2～6 ねらいを基にした活動を行い、運動に取り組む。 <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 16.6%;">2 【知, 態】</td> <td style="width: 16.6%;">3 【知, 思】</td> <td style="width: 16.6%;">4 【知, 思】</td> <td style="width: 16.6%;">5 (本時) 【思】</td> <td style="width: 16.6%;">6 【思】</td> <td style="width: 16.6%;">7 【知】</td> </tr> </table> (めあての確認) 全体・個人のめあてを確認する。 (スキルタイム) 主運動に関連する動きを選択して行う。 <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 33%;">ゆりかご</td> <td style="width: 33%;">だるままわり だるまころがり</td> <td style="width: 33%;">ブリッジ</td> </tr> <tr> <td>かえるの足打ち</td> <td>首倒立</td> <td>川跳び</td> </tr> </table> 運動の行い方の共通理解 試しの運動 <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td colspan="2">(ねらいを基にした活動)</td> </tr> <tr> <td>ねらい1を中心に</td> <td>ねらい2を中心に</td> </tr> </table> (振り返り) 個人・全体 (ねらい1) できるようになりたい技に挑戦する。 (ねらい2) 発展技に挑戦したり、技を組み合わせで連続技に挑戦したりする。	2 【知, 態】	3 【知, 思】	4 【知, 思】	5 (本時) 【思】	6 【思】	7 【知】	ゆりかご	だるままわり だるまころがり	ブリッジ	かえるの足打ち	首倒立	川跳び	(ねらいを基にした活動)		ねらい1を中心に	ねらい2を中心に	日常 の 生 活 で の 実 践	6 本時 5/8
2 【知, 態】	3 【知, 思】	4 【知, 思】	5 (本時) 【思】	6 【思】	7 【知】														
ゆりかご	だるままわり だるまころがり	ブリッジ																	
かえるの足打ち	首倒立	川跳び																	
(ねらいを基にした活動)																			
ねらい1を中心に	ねらい2を中心に																		
3	8 マット運動の発表会をする。【知, 態】 <ul style="list-style-type: none"> できるようになった技を発表する。 活動を振り返り、生活への生かし方を考える。 	1																	

6 本時(5/8)

(1) 目 標

見つけた前転や後転、壁倒立の動きのこつを活用して練習し、技をより美しくしたり、技を組み合わせたりしながら運動することができる。

(2) 評価規準

前転や後転、壁倒立のこつに気付き、練習方法を工夫したり友達と教え合ったりしながら運動している。 【思考・判断・表現】

(3) 指導に当たって

本時の学習では、まず、「スキルタイム」で、回転や体を支持する感覚を十分体験させる。また、体の部位の動かし方とそれぞれの動きの感覚を関連付けることで、こつを発見することができるようにする。

ねらいを基にした活動では、体育黒板や副読本等で共有した運動の行い方を基に、ICT機器を活用して、自分の動きを客観的に見たり、友達に自分の動きを見てもらいアドバイスをし合ったりすることで、自分の課題を明確にしながら練習することができるようにする。また、傾斜をつけた場やマットを組み合わせた場など、場の設定を工夫することで、課題の解決に向けて試行錯誤しながら練習することができるようにする。その際、ワークシートを活用することで、自分の動きの変容を実感することができるようにする。本単元では、これまで時間を設定して取り組んできた「フォロータイム」を一単位時間の決められた時間の活動として設定することはせず、必要に応じて子供たちが随時「対話」することができるようにすることで、子供の思いに合った学習を展開していくことができるようにする。

最後に全体論で共有した振り返りの三つの視点を基にして毎時間の振り返りを行い、ファイルに蓄積していくことで、自らの学習を調整して次時の課題をつかみ、課題解決に向けて、体育学習だけではなく、日常生活での実践にもつなげていくことができるようにする。

過程	時間	主な学習活動	指導の手立て
つかむ・見通す	10	<p>1 本時のねらいを知り、活動のめあてをもつ。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>どうしてももっとじょうずに、くるりん！ぴたっ！とわざができるだろうか。</p> </div> <p>2 スキルタイム（準備運動を含む。）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ゆりかごは体を丸めて転がろう。 ・ 腕に力を入れて、しっかり体を支えよう。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 本時の学習のめあてや流れ、活動を確認するために体育黒板を活用し、学習の見通しをもつことができるようにする。 ○ 前時の学習を振り返ることで、本時の課題を明確にして、学習に取り組むことができるようにする。 ○ スキルタイムでは、様々な感覚を味わうことで、課題としている技につなげることができるようにする。
挑戦する	25	<p>3 ねらいを基にした活動を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 自分の課題に応じた場を選び、工夫して練習する。 <ul style="list-style-type: none"> ・ まだ上手に回ることができないから坂道のマットで練習してみよう。 ・ まっすぐ回れているか確認するためにテープを貼ったマットで確認してみよう。 <ul style="list-style-type: none"> ○ 共有した運動の行い方と友達の動きを比較して現状を伝えたり、こつをアドバイスしたりする。 <ul style="list-style-type: none"> ・ 腰が低いから勢いがついてないよ。もっと腰を上げて回るとよいよ。 ・ もっと足でしっかりマットをけると後転が回れると思うよ。 ・ タブレットでまっすぐ回れているか見てみよう。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 場の設定を工夫することで、自分の課題に応じて練習の場を選ぶことができるようにする。 ○ ICT機器を活用したり、友達に見てもらったりすることで、自分の課題を明確にして活動に取り組むことができるようにする。 ○ 動画を撮ったり、友達の動きを見たりするときには、様々な方向から見ることで、具体的なアドバイスができるようにする。 ○ 「フォロータイム」を時間を区切って設定せず、必要な時に随時アドバイスをし合うようにすることで、粘り強く自分の課題に取り組むことができるようにする。 ※ 前転や後転、壁倒立のこつに気付き、練習方法を工夫したり、教え合ったりしながら運動している。 <p style="text-align: center;">（観察）【思考・判断・表現】</p>
振り返る	10	<p>4 本時の学習を振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ タブレットで自分の動きを見て前より上手になっていることが分かりました。 ・ 友達が優しく教えてくれたので、できるようになりました。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>行い方をタブレットでかくにんしたり、友だちに見てもらったりしながら練習するとわざがじょうずになる。</p> </div> <p>5 整理運動をし、協力して片付けを行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ みんなで安全に片づけをしよう。 ・ 協力すると早く片付けができるね。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 前転や後転、壁倒立が十分にできているときには、発展技にも挑戦することで新たな課題を見付け学習を進めることができるようにする。 ○ ワークシートに三つの視点で本時の学習を振り返ることで、自分の学習の在り方を調整していくことができるようにする。 ○ 成果を十分に称賛し、課題を次時のめあてとして意識させることで、意欲を継続することができるようにする。 ○ 片付けの約束を確認することで、安全に協力して行うことができるようにする。