

保健体育科学習指導案

学 級： 2年2組 28人
場 所： 体 育 館
指導者： 教諭 吉村 智浩

1 単元名 器械運動 「マット運動」

2 単元について

(1) 教材観

- ア 器械運動は、マット運動、鉄棒運動、平均台運動、跳び箱運動で構成され、器械の特性に応じて多くの技があり、これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことができる運動である。
- イ 条件を変えた技や発展技などの難易度の高い技に挑戦したり、学習した基本となる技の出来映えを高めたりする達成型の運動である。
- ウ 自己の能力に適した課題に挑み、その課題を達成することで、器械運動の楽しさや喜びを味わうことができる運動である。
- エ 跳躍、回転、支持などの日常で経験できない多彩な運動を行うことによって、柔軟性・瞬発力・敏捷性・巧み性・筋力を養うことができる運動である。
- オ 補助したり相互評価をしたりすることで、協力する態度やよい演技を認めようとする態度を養い、安全に対する認識などを高めることができるとともに、物事に挑戦する勇気、決断力などを養うことができる運動である。

(2) 生徒観

ア 実態調査【9月1日、調査対象28人（回答数26人、未実施2人）】

1	体育の授業は好きですか。（ はい25人 いいえ1人）		
2	器械運動は好きですか。（ はい12人 いいえ14人 ）		
3	2の理由		
	<好きな理由>		<嫌いな理由>
	・ 楽しいから (7人)	・ 苦手だから (8人)	
	・ できるようになると楽しいから (3人)	・ やり方が分からないから (4人)	
	・ できるようになると自信がつくから (2人)	・ 怖くてできないから (2人)	
4	マット運動のどのような技ができますか。(複数回答)		
	<基本的な技>		<発展技>
	・ 前転 (26人)	・ 側方倒立回転(10人)	・ 伸び前転(5人)
	・ 開脚前転(18人)	・ 倒立ブリッジ(5人)	・ 倒立前転(3人)
	・ 後転(16人)	・ 頭倒立(6人)	・ 跳び前転(2人)
	・ 開脚後転(13人)	・ 補助倒立(19人)	・ 伸し後転(6人)
			・ ロンダート(1人)
			・ 前方倒立回転(1人)
			・ ハンドスプリング(1人)
			・ 倒立(2人)
5	技の動き方のポイントが分かり、説明できますか。		
(1)	前転	分かり、説明できる(19人)	分かるが説明できない(6人) 分からない(1人)
(2)	開脚前転	分かり、説明できる(16人)	分かるが説明できない(8人) 分からない(2人)
(3)	後転	分かり、説明できる(13人)	分かるが説明できない(9人) 分からない(4人)
(4)	開脚後転	分かり、説明できる(10人)	分かるが説明できない(11人) 分からない(5人)
(5)	伸び前転	分かり、説明できる(6人)	分かるが説明できない(7人) 分からない(12人)
(6)	倒立前転	分かり、説明できる(5人)	分かるが説明できない(8人) 分からない(12人)
(7)	伸び後転	分かり、説明できる(6人)	分かるが説明できない(9人) 分からない(10人)

イ 考察

質問1より、ほとんどの生徒が「体育の授業は好き」と答えた。しかし、質問2・3より、「器械運動が嫌い」と答える生徒が半数を超えていた。その理由は、「苦手だから」「やり方が分からない」「怖くてできない」などが挙げられた。質問4より、マット運動の基本的な技の中の「前転」「開脚前転」「後転」「開脚後転」などができる生徒が半数を超えていた。しかし、発展技ができる生徒は6名以下と少なかった。質問5より、基本的な技については、「動き方のポイントが分かり、説明できる」という生徒が多かった。発展技については、「分かるが説明できない」「分からない」が多かった。

このことから、「苦手だから」や「やり方が分らない」生徒に対しては、撮影した映像から現状把握をさせ、モデル映像から合理的な動き方のポイントを見付け、自己の課題に気付かせる必要がある。そして、技の習得に適した練習方法を選択させ、自己の課題に挑戦させたい。次に、「怖くてできない」生徒に対しては、「倒立で前に倒れないように、振り上げ足を支える」などの補助を付けて、安心感をもたせる必要がある。そして、「分かるが説明できない」という生徒に対しては、対話的な活動を通し、協力して課題解決できるようにさせたい。具体的には、アドバイス学習を取り入れたドリルタイムやグループの課題解決を図るための話し合いタイムで、自己の考えを深め、自己決定できるようにさせたい。

(3) 指導観

指導にあたっては、学習した基本となる技の出来映えを高め、できる楽しさや喜び、達成感を味わえるように、主体的・協働的な学びを通して課題解決学習に取り組ませていきたい。

ねらいⅠでは、器械運動の特性と単元の学習目標・内容を理解し、見通しをもたせ、積極的な活動を促すために、スムーズに主運動へつなげるためのドリルタイムⅠ（類似の運動）と基本的な技を身に付けるためのドリルタイムⅡ（反復練習）の理解を深めさせたい。また、自分だけでは気付かない自己の課題等に気付くことができるように、話し合いタイムの学び方を確認させたい。

ねらいⅡでは、まず、技ができる楽しさや喜びを味わえるように、ドリルタイムⅠ・Ⅱを積極的に行わせ、技の出来映えを高めさせたい。そして、対話的な活動を通して、協力して課題解決できるように、アドバイス学習や話し合いタイムで論理的思考モデルを積極的に活用させ、根拠を基に筋道を立てて考えさせたい。その中で、生徒同士が適切で具体的な助言や補助ができるように、教師が肯定的、矯正的な具体的なフィードバックを積極的にしていきたい。次に、自己の課題に気付かせるために、撮影した映像から現状把握させたい。そして、モデル映像から合理的な動き方のポイントを見付け、思考スキル（比較、批判、関連、類推）により、自己の課題を明らかにし、技や練習方法を選択（自己決定）できるようにし、基本的な技をより滑らかに行うこと、条件を変えた技、発展技を行うこと、それらを組み合わせることに挑戦させたい。

ねらいⅢでは、学習した基本となる技の出来映えを高め、達成感を味わわせるために、学習した基本的な技、条件を変えた技、発展技の中からいくつかの技を組み合わせ、「はじめ—なか—おわり」の組み合わせで発表させたい。そして、相互評価させ、他者のよい演技を認める活動にしたい。

3 単元の指導目標

- 回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技、発展技を行うこと、それらを組み合わせることができる。 【技能】
- マット運動に積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとすることや分担した役割を果たそうとすること、健康・安全に気を配り、仲間の学習を援助することができる。 【態度】
- 技の名称や行い方を理解し、技の合理的な動き方のポイントを見付け、仲間のよい動きなどを称賛・指摘したり、自己の課題に応じた練習方法を選択したりすることができる。 【知識、思考・判断】

4 単元の指導計画

(1) 評価規準

ア 運動への関心・意欲・態度	イ 運動についての思考・判断	ウ 運動の技能	エ 運動についての知識・理解
① 健康・安全に気を配り、マット運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 ② 分担した役割を果たそうとしている。 ③ 仲間の学習を援助しようとしている。 ④ よい演技を認めようとしている。	① 仲間のよい動きなどを称賛・指摘したり助言したりしている。 ② 技の合理的な動き方のポイントを見付け、課題に応じて、技の習得に適した練習方法を選択している。 ③ 学習した技から、「はじめ-なか-おわり」などの構成に適した技の組み合わせ方を見付けている。	① マット運動では、回転系や巧技系の技を組み合わせるための、滑らかな基本的な技、条件を変えた技、発展技のいずれかができる。 ② 学習した基本的な技、条件を変えた技、発展技の中から、いくつかの技を「はじめ-なか-おわり」に組み合わせることができる。	① マット運動の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ② 技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ③ マット運動に関連して高まる体力について、学習した具体例を挙げている。

(2) 指導と評価の計画

時間	指導内容	評価規準
1	ねらいⅠ 器械運動の特性と単元の学習目標・内容を理解し、見通しをもたせる。 1 器械運動の特性や学習目標、学習の流れを理解させる。 2 アドバイス学習と話し合いタイムの学び方を確認させる。 3 スキルテストに取り組ませ、今もっている力を把握させる。 4 スムーズに主運動へつなげるためのドリルタイムⅠ（類似の運動）や基本的な技を身に付けるためのドリルタイムⅡ（反復練習）の学び方について理解させる。	ア-① エ-①
2	ねらいⅡ 自己の課題に応じて技の習得に適した練習方法を選択させ、基本的な技をより滑らかに行うこと、条件を変えた技、発展技を行うこと、それらを組み合わせを行わせる。 1 ドリルタイムⅠ・Ⅱを積極的に行わせる。 2 アドバイス学習や話し合いタイムを積極的に行わせる。 3 自己の技能・体力の程度の高まりに応じて、いくつかの挑戦する技を学習した基本的な技の中から選択させる。 4 学習した基本的な技、条件を変えた技、発展技の中からいくつかの技を組み合わせを行わせる。	ア-②
3		ア-③
4		エ-② エ-③
5		イ-①
6		ウ-①
7 (本時)		イ-② ウ-①
8		ウ-②
9	ねらいⅢ 学習した基本的な技、条件を変えた技、発展技の中からいくつかの技を組み合わせ発表させ、相互評価させる。 1 学習した技の中から「はじめ-なか-おわり」で組み合わせ発表させる。 2 他者の演技のよい動き方を見付け評価させる。	ア-④ イ-③

5 本時の実際（7/9）

(1) 単元名 器械運動「マット運動」

(2) 学習目標

- 選択した技を滑らかに行うことができる。
- 技の合理的な動き方のポイントを見付け、自己の課題に応じて技の習得に適した練習方法を選択することができる。

(3) 「判断基準」の設定

学習課題： 技を滑らかにするためにはどうしたらよいだろう。

評価規準	[運動についての思考・判断] ○ 技の合理的な動き方のポイントを見付け、自己の課題に応じて、技の習得に適した練習方法を選択することができる。
評価の場面	○ 展開時における話し合いタイムⅡの場面
評価の対象	○ アドバイス学習や話し合いタイムⅡにおける発言内容 ○ 学習カードへの記述内容
判断の要素	ア 技の合理的な動き方のポイントの理解 イ 自己の課題に応じた練習方法
判断基準B	ア 技の合理的な動き方のポイントを見付けている。 イ 自己の課題に応じて、技の習得に適した練習方法を選択している。 【予想される生徒の表現例】 ○ 開脚前転でスムーズに起き上がれないから、踏み切り板を使って回転速度を利用して、起き上がりと手を着くタイミングをつかむ練習をしよう。
判断基準A	(判断基準Bに加えて) ○ 技の効果的な動き方のポイントを見付けている。 ○ 自己の課題に応じて、技の習得に適した練習方法を工夫している。 ○ その他、B状況以上にあると認められるもの。

(4) 主体的・協働的な学びのための指導法

ア 学習課題設定の工夫

(7) 単元を貫く学習目標の設定

明確なゴールイメージをもち、自ら学び、仲間と協力して課題解決に取り組みさせるために、器械運動の特性や生徒の実態、身に付けさせたい資質や能力を十分踏まえた学習目標を設定する。

(4) 学習課題を設定するための視点

基礎的・基本的な知識・技能の活用を促したり、根拠や理由等を深く考え、説明させたりするために、学習課題を設定するための視点を活用し、工夫する。

イ 積極的に交流・探究させる手立ての工夫

(7) 論理的思考モデルの効果的な活用

根拠を基に筋道を立てて考えさせるために、撮影した映像やモデル映像などにより、根拠に基づいた自己の課題を設定させ、その課題解決においては、思考スキルである比較、批判、関連、類推を活用し、選択（自己決定）できるようにする。

(4) 教師の効果的な関わり方

生徒が更に考えを深められ、適切で具体的な助言や補助ができるようにするために、肯定的、矯正的な具体的フィードバックを中心に、教師がアドバイス学習や話し合いタイムで積極的に関わる。

(5) 展開

過程	時間	形態	学習活動	指導上の留意点	主体的・協働的な学びのための指導法		
導入	15分	一斉	1 学習の準備や安全点検をする。 2 整列・あいさつ・健康観察をする。	<ul style="list-style-type: none"> ・ 器械・器具や練習場所の安全確認を行う。 ・ 出欠・健康状態の把握、見学者へ指示をする。 ・ 呼吸をさせながら、積極的に行わせる ・ 類似の運動が主運動につながることを意識させる。 	<p>アー(7)</p> <p>明確なゴールイメージをもち、自ら学び、仲間と協力して課題解決に取り組ませるために、器械運動の特性や生徒の実態、身に付けさせたい資質や能力を十分踏まえた学習目標を設定する。</p>		
		個人・ペア	3 準備運動をする。 ・ ペアでストレッチ 4 ドリルタイムⅠ（類似の運動）をする。 （かえるとび、うさびとび、手押し車前転、ゆりかごジャンプ、首倒立からゆりかご、補助倒立、頭倒立） 5 学習目標・学習の流れを確認する。 学習した基本となる技の出来映えを高め、できる楽しさや喜び、達成感を味わうことができる。				
展開	2分	一斉	6 学習課題を確認する。 技を滑らかにこなすためにはどうしたらよいだろう。	<ul style="list-style-type: none"> ・ 学習目標・学習の流れを理解させる。 ・ 学習課題を理解させる。 	<p>アー(7)</p> <p>基礎的なゴールイメージをもち、自ら学び、仲間と協力して課題解決に取り組ませるために、器械運動の特性や生徒の実態、身に付けさせたい資質や能力を十分踏まえた学習目標を設定する。</p>		
	10分	グループ	7 話し合いタイムⅠを行う。 ・ 前時までの自己の課題と練習方法を確認する。			<ul style="list-style-type: none"> ・ 前時までの自己の課題と練習方法を確認させる。 ・ ICTを使用して撮影しているか確認する。 ・ お互いに補助をするなど協力して、行っているか確認する。 ・ 学習課題や自己の課題を意識して行っているか確認する。 ・ 仲間の動きを見て、適切で具体的な助言や補助をしているか確認する。 	<p>アー(4)</p> <p>基礎的・基本的な知識・技能の活用を促したり、根拠や理由等を深く考え、説明させたりするために、学習課題を設定するための視点を活用し、工夫する。</p> <p>イー(7)</p> <p>根拠を基に筋道を立てて考えさせるために、撮影した映像やモデル映像などにより、根拠に基づいた自己の課題を設定させ、その課題解決においては、思考スキルである比較、批判、関連、類推を活用し、選択（自己決定）できるようにする。</p>
			9 話し合いタイムⅡを行う。 ・ ドリルタイムⅡの映像を確認し、課題を明確にする。 ・ 合理的な動き方のポイントの確認や技の習得に適した練習方法を選択する。				
	8分	グループ	10 チャレンジタイムを行う。 ・ 発表会に向けて、練習した技を組み合わせで発表し、お互いに評価する。 ・ 自己の課題に応じた練習方法を行う。			<ul style="list-style-type: none"> ・ 撮影した映像やモデル映像、技術カード、分析カードを活用させ、現状を把握し、課題を見付ける。 ・ 撮影した映像やモデル映像を見て、思考スキルである比較、批判、関連、類推を活用し、考えているか確認する。 ・ 観察から生徒の課題を把握し、課題に応じた練習方法を選択させる。 <p>【補充指導】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 課題をより明確にさせ、選んだ練習方法を工夫させる。 <p>【深化指導】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ お互いに評価しているか確認する。 	<p>イー(4)</p> <p>生徒が更に考えを深められ、適切で具体的な助言や補助ができるようにするために、肯定的、矯正的な具体的フィードバックを中心に、教師がアドバイス学習や話し合いタイムで積極的に関わる。</p>
10分	一斉	11 学習の評価・反省をする。 (まとめ) 技に求められる動きが途切れずに続けられる。	<p>(反応例)</p> <p>開脚前転でスムーズに起き上がれない時は、踏み切り板を使って回転速度を利用して、起き上がりと手を着くタイミングをつかむ練習をすればよい。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 個人カードに記入させる。 				
10分	一斉	12 次時の学習内容について確認する。 13 整理運動をする。 14 健康観察、あいさつ、後片付けをする。	<ul style="list-style-type: none"> ・ 次時の学習課題を予測させて見通しをもたせる。 ・ 体調に変化がないか意識させる。 ・ 健康状態を把握する。 ・ 後片付けを指示し、確認する。 				