

第2学年3、4組男子 保健体育科学習指導案

指導者 南原 辰弥

1 題材 器械運動 マット

2 題材について

(1) 器械運動は、マット、鉄棒、とび箱、平均台などを用い、器械の特性に応じた、多くの「技」によって構成される運動で、各運動種目の「技がよりよくできる」ことをねらいとし、「自己の体の動かし方の工夫」や「練習の仕方の工夫」によって、ねらいの達成に取り組む運動である。したがって器械運動では、自己の能力に適した技に挑み、その課題を克服していくことで成就感を得られるようにすることが大切である。

マット運動では、マット上での回転系や巧技系などの技のグループから自己の能力に適した技を選択し、個々の技ができるようにするとともにそれらを組み合わせ、技がよりよくできるように技能を高めていくことが大切である。特に技の習得が十分でない場合は、基礎的技能が類似した運動を経験することによって、段階的に学習できるようにする。

マット運動は、技の達成感やできばえを通して楽しさや喜びを味わうことができるとともに、補助や互いの動きを観察し合う活動から、協力し合って学習する楽しさも味わうことができる。

(2) 本学級の生徒は、昨年度もマット運動を学習しており、基本的な技を中心に学習した。しかし、苦手意識を持っている生徒が多く、基本的な技でもうまくできない生徒も見受けられた。昨年度の復習をきちんと行い、発展技にチャレンジし、自分のできる技を組み合わせた演技プランを各自で考え、発表会を行いたい。

(3) 以上のことを踏まえ、次の点に留意して指導したい。

① 教え合いや学習カードを用いたチェックを生徒相互で行い、基本的な技だけでなく、発展技にもチャレンジさせる。

② 練習、反省を繰り返すことによって、自己の能力を踏まえた演技プランを立てる力を身に付けさせる。

③ 練習を通して仲間と協力し、励まし合うことの大切さを味わわせる。

3 学習指導目標

(1) マット運動の特性にふれ、楽しさや喜びを味わえるように意欲的に取り組むことができる。

(2) 自己の能力に適した課題の解決を目指して、演技プランを立てたり、演技種目を工夫したりすることができる。

(3) マット運動の練習の仕方・ルールを身に付け、仲間と協力して安全に練習や発表ができる。

4 学習指導計画

- | | |
|--------------------------|-----------------|
| (1) オリエンテーション | 1 時間 |
| (2) 基本的な技の復習 | 1 時間 |
| (3) いろいろな新しい技にチャレンジする | 3 時間 |
| (4) 演技プランを考え、発表会に向けて練習する | 4 時間 (本時 1 / 4) |
| (5) 発表会 | 1 時間 |

5 本時の学習指導

- (1) 目標 ① 発表会に向けて自分の技能に合った演技プランを考えるができる。
 ② グループ内で教え合いながら安全に留意して活動することができる。
- (2) 準備物 筆記用具、ステップアップ中学体育、保体ファイル、体育館シューズ
- (3) 学習指導過程

学習内容及び学習活動	教師の支援活動	評価
1 整列、あいさつをする。 ・ 出欠、体調、忘れ物確認	・ 体操服を正しく着こなせているか確認する。	
発表会に向けて演技プランを考えよう		
2 本時の学習課題をとらえる。 ・ 演技プランを考える	・ 演技プランを考える際のポイントをホワイトボードに板書し、説明する。 ・ ステップアップ中学体育を活用することで、演技の流れのモデルを示す。 ☆ うまく演技プランを立てられない生徒にはその生徒の技能に合った例を提示する。	【知・思】 A 自分の技能に合った演技プランがつながり良く立てられている。 B 自分の技能に合った演技プランを立てられている。(観察)
3 準備運動をする。	・ 特に首、肩、足首を入念に行うように助言する。	
4 壁倒立をする。	・ 手の位置、頭の向きをペアで確認するよう助言する。	
5 <u>演技プランにそって練習</u> <u>する。</u>	・ グループ内で演技を見せ合い、教え合い、学習カードにチェックするよう助言する。 ・ 練習中に演技プランの変更があっても良いことを伝える。 ☆ 教師が持っているタブレットで撮影し、本人に自身の演技を見せてアドバイスをする。 ☆ 苦手な生徒には教師が補助し、ポイントを助言するとともにタブレットでモデルを示す。	【技】 A ポイントを押さええてなめらかに安定して技を行うことができる。 B ポイントを押さええて技を行うことができる。(観察)
6 整理運動・本時のまとめをする。 ・ 整理運動を行い、学習カードを記入する。	・ 本時でうまくできたこと、うまくできなかったこと、次時への意気込みをまとめるために学習カードを活用する。	

下線部：学び合いの場の設定

☆：支援の手立て