

第3学年 A・B組 保健体育科学習指導案

指導者 T1 亀岡 政哉
T2 中村 徹也

1 日時 平成27年9月29日(火) 6校時

2 題材 器械運動(マット運動)

3 題材について

- (1) 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」がある。これらの技に挑戦し、その技ができるようになる喜びや、技をよりスムーズに行えたり、美しく行えたりできるようになることで、更に楽しさや喜びを味わわせることのできる運動である。マット運動は、回転系と巧技系の技からなり、自己の能力に応じて技を選択し、習得し、それらの技を組み合わせて、連続した技で演技を構成することができる運動である。そして運動の行い方や練習の仕方、活動の仕方、健康・安全の確保の仕方、運動の継続の仕方などのこれまで学習した知識や技能を活用して、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫することができる。
- (2) 本学級の生徒は、第1学年及び第2学年でマット運動の基本的な技の習得やいくつかの技を組み合わせて演技をする学習をしており、多くの生徒は、基本的な技を習得している。また4月に実施した新体力テストの結果では、体力に課題のあるD・E判定の生徒が8% (63人中5人)と、全体的に見ると技能の高い学級である。運動に対して積極的な取り組みができる生徒が多く、難度の高い技に挑戦しようという生徒が多数見られる。運動が苦手な生徒の中には活動に対して消極的になる生徒が数名いる。
- (3) 第3学年では、「自己に適した技で演技する」ことが学習のねらいである。そのために、生徒自らが課題を見付け、習得した知識や技能を活用する活動を通して、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫し、課題を解決させ、自己に適した技で演技できるように留意して指導する。そのために生徒自らが課題を見付けるために必要な技の名称や行い方、運動観察の方法などについて、全体で確認する。そして基本的な知識を習得する時間を設けたり、習得した基本的な知識や技能を活用させ、生徒自らが課題を解決できるよう、グループ活動や場の設定を工夫したりする。また学習カードの内容や活用の仕方を工夫したり、タブレットPCを活用したりすることで、生徒が自主的に取り組めるようにする。

4 目標

- (1) なかまと協力し、自己の責任を果たそうとしたり、健康・安全を確保して、学習に自主的に取り組もうとしたりする。(関心・意欲・態度)
- (2) 自己の課題に応じた運動の取り組み方を考え、工夫することができる。(思考・判断)
- (3) 自己に適した技を身に付け、その技を構成し演技することができるようにする。(技能)
- (4) 技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法について理解することができる。
(知識・理解)

5 学習指導計画(全7時間)

- (1) オリエンテーション・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1時間
- (2) 技の行い方、運動観察の方法の確認・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1時間
- (3) 技の選択と自己の課題把握、連続技(規定・自由演技)の練習・・・・・・・・4時間(本時3/4)
- (4) 発表会・・1時間

6 本時の学習指導

(1) 題材 器械運動 (マット運動) (5/7時間)

(2) 目標

- ・なかまと適切な補助や助言を行いながら、自己の課題に応じて練習に取り組むことができる。(思考・判断)
- ・技のポイントを理解し、技能を向上させることができる。(技能)

(3) 授業のポイント

タブレット PC を用いて動画、静止画として記録し合うことで、自分の動きやポイントを確認したり、周囲の友人からの助言を得やすくしたりする。

(4) 準備物 マット、セーフティマット、タブレット PC、ホワイトボード、ロイター板、ワークシート、筆記用具

(5) 学習指導過程

(自) : 「自尊感情を育む支援活動」 (学) : 「確かな学力を育む支援活動」 (評) : 評価

学習内容及び学習活動	教師の指導・支援及び評価
1 集合、あいさつ、健康観察をする。 2 準備運動、ストレッチ、補強運動を行う。 3 本時の学習内容・目標を確認し、練習する。	・授業規律を大切にすることを意識させるため、服装、あいさつ、態度に留意する。 ・STを中心にグループ別に行い、意欲を高めさせる。 ・体を十分にほぐし、基本的な動きを取り入れることで、けがの予防を意識させる。 ・ワークシートを用いて前回の反省を振り返り、本時の活動の課題や目標を意識させる。
なかまと協力し、自分の課題に応じてマット運動に取り組もう	
(1) 基本練習で規定演技の連続技を練習する。 (倒立前転→前転→ジャンプ 1/2 ひねり→・伸膝後転→側転 or ロンダート) (2) 自分の課題に応じた場を選択し練習する。 (連続技の練習マット 2箇所、単発技の練習マット 4箇所) ・連続技は、規定演技から自由演技の技を組み合わせて行う。 ・単発技 { ・倒立前転 ・伸膝後転 ・前方倒立回転跳び(セーフティマット有) ・その他(規定演技以外の種目) } 4 用具の片付けを行う。 5 ワークシートを用いて本時のまとめを行い、次時の予告を聞く。	(学)T2 が演技の構成や姿勢などの着眼点について模範演技を行うことで基礎・基本の動作の確実な習得に努める。 ・T1 がタブレットを用いてポイントを確認させる ◎なかまと適切な助言や補助を行い、自己の課題に応じて練習に取り組むことができる。(思考・判断 観察) ・互いにアドバイスし合うように助言する。 ・練習場所を指定することで、安全面に留意するとともに、生徒が自己の課題に応じた技に取り組みやすくする。 ・T1, T2 ともに技能が不十分な生徒の個別指導にあたる。 ・T1, T2 は全体を見ながら、補助や助言を行う。 ・演技者の補助や技について、お互いにアドバイスをさせる。 ・タブレット PC を用いて、お互いに録画、再生、助言、練習を協力して行うように助言する。 (自)なかまを補助し、よい動きを認めることで、さらなる運動技能の発展、向上につなげる。 ・協力して片付けを行わせるよう指示する。 ◎技のポイントを理解し、技能を向上させることができる。(技能 ワークシート) ・ワークシートに、教師やなかまに受けた助言をまとめ、次時に生かせるようにする。

評価規準	(思考・判断 観察) なかまと適切な助言や補助を行い、自己の課題に応じて練習に取り組むことができる。	
A	B	C の生徒への支援・指導
適切な助言や補助を行い、自己の課題に応じて練習に取り組むことができる。	自己の課題に応じて練習に取り組むことができる。	教師が活動の補助に入ったり、称賛したりすることで、主体的な活動を促す。