

第2学年1・2組保健体育科学習指導案

指導者 教諭 松原 志乃

教諭 仁谷 誠二

1 日 時 平成28年10月13日(木) 5校時

2 単元名 器械運動 「マット運動」

3 場 所 アリーナ2

4 単元について

(1) 器械運動は、マット、鉄棒、平均台、跳び箱を使った「技」によって構成されている運動であり、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や練習の仕方を工夫することによって、ねらいの達成に取り組む運動である。

マット運動は、回転系と巧技系の技群の中から自己の能力に適した技を選択し、個々の技や組み合わせ技がよりよくできるように技能を高めるものである。技の構造に着目して段階的・系統的に学習を進めることができる。できなかった技ができるようになったり、技がよりよくできるようになったりすることを通して楽しさや喜びを味わうことができる。また、空間における逆位、回転などの非日常的な運動を通して身体支配能力を高めるねらいの中で、補助やお互いの動きを観察するという活動から、協力して学習する楽しさを味わうことができる。

(2) 本学級の生徒は34名で構成されており、素直で、課題に対して意欲的に活動できる生徒が多い。また、積極的に他をリードして活動できる生徒がいる反面、人に頼りがちでなかなか自分から活動できない生徒もいる。事前アンケート結果からは、体育が好きと答えた生徒は5割を超えるが、マット運動が好きと答えた生徒は3割に満たない状況で、苦手意識を持っている生徒もいる。技の実施について、難易度の低い技については完璧にできていると自己評価をしているものが多いが、膝が曲がっていたりつま先まで伸ばせていなかったりするものが多く、十分な認識や自己の身体支配ができていない状況である。

(3) 第1学年及び第2学年の「技がよりよくできる」ことのねらいに視点をおき、より丁寧に確実にできるように、練習や協力の仕方を工夫し、自己の能力に合わせた技に挑戦できるように指導する。

① 生徒が自分で課題を発見できるようにするために、技の名称や正しい行い方、運動観察の方法などについて基本的な知識を習得する時間を設ける。

② 習得した知識や技能を活用して、生徒自らが課題を解決できるようにグループ編成や場の設定を工夫する。

③ 学習カードの内容や活用の仕方を具体的に説明・助言し、生徒がお互いに協力したり自分自身の活動や学習の成果を確認したりできるようにする。

5 単元の目標

(1) 自己に適した技を組み合わせ、発表会で演技できるようにする。

(2) 協力して練習したり準備や片付けをしたりすることで自分の役割を果たし、安全に留意して活動する中で、マット運動の楽しさや喜びを味わうことができる。

(3) 技の名称や正しい行い方、練習や運動観察の方法などについて理解することができる。

(4) 補助やお互いの動きを観察する活動を通して、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できる。

6 本時の学習指導

(1) 4時間目の目標

できる技がよりよくできるために、必要な体の動かし方を見つける（思考・判断）

(2) 準備物

ロングマット、ショートマット、セーフティーマット、ロイター板、テレビ、タブレット

CD デッキ、自己評価カード、筆記用具、資料「オリンピック選手の演技中の写真」

(3) 学習指導過程（○配慮事項 ◇おおむね満足できると判断できる状況 [] 評価方法）

学習活動及び学習内容（学習形態）	○指導上の留意点及び評価
<p>1. 集合、整列、挨拶</p> <p>2. 準備運動をする。 ラジオ体操第一、縄跳び</p> <p>3. 本時の学習内容と課題の確認をする。</p>	<p>○出席確認、健康観察を行い、見学者に指示をする。</p> <p>○主運動がスムーズに行えるように身体をほぐさせる。</p> <p>○身体の各部分に意識して行わせることで、本時の課題につなげていく。</p> <p>○どんなところに気をつけて技を行ったり、他の人の技のチェックをしたりするか、ポイントを確認する。</p>
<p>できる技を、よりよくするための身体の動かし方を見つけよう</p>	
<p>4. 技の練習をする。</p>	<p>○ゲストティーチャーに質問したりやアドバイスを求める、助言されたことに積極的に取り組むよう促す。</p> <p>○ひざや足先など、丁寧に正確に技を行うことを意識するよう促す。</p> <p>○タブレットを使ってお互いの技を撮影し、映像を見て自分の動きを確認させる。</p>
<p>香川県中学校保健体育部会高松支部研究テーマ「ときめき一展開」 オリンピック選手の演技中の写真により、興味・自己の身体支配の意識を高めさせる。</p>	
<p>5. お互いに技を見せ合い、チェックポイントをカードに書き込む。</p> <p>6. チェックの結果から、改善点を意識してもう一度、技をする。</p> <p>7. 本時を振り返り自己評価カードの記入をし、まとめをする。</p>	<p>○タブレットの自分自身の映像から、どの部分を意識して行うか自分で決め、必ずその部分をチェックしてもらうようにさせる。</p> <p>○他の人の動きをしっかりと見させる。</p> <p>○協力して活動するようにさせ、ポイントのチェックだけでなく、意識して活動できる言葉を投げかけるように促す。</p> <p>○改善すべき点を確認させ、意識して行うようにさせる。</p> <p>◇よりよくするための身体の動かし方について、気づいたことを具体的に記入している。（思考・判断） [自己評価カード]</p> <p>○改善された点を生かして、連続技を考えていくように伝え、次の授業へとつなげる。</p>