

第1学年5組男子 保健体育科学習指導案

指導者 教諭 山下 玄太

1. 日 時 平成29年10月25日（水）第5校時

2. 単元名 器械運動「マット運動」

3. 単元について

(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、機械の特性に応じて多くの「技」がある。本単元で行うマット運動は、前方や後方・側方に回転したりする回転系、腕で体を支持したりバランスをとる巧技系に分かれており、技の多くが非日常的である。これらの技に挑戦し、その技ができる楽しみや喜びを味わうことのできる運動である。自分の能力に適した課題に積極的に挑戦し、その課題を達成することでマット運動の楽しさや喜びを味わうことができ、仲間と協力し互いに補助をし合ったり、アドバイスをし合ったりすることで、コミュニケーション能力を身につけるとともに、仲間と一緒に喜びや達成感を味わうことができる。

(2) 本学級の生徒(5組男子19名)は、明るく活発で、運動の得意な生徒が運動の苦手な生徒にアドバイスをするなど意欲的に学習に取り組むことができる。授業を進めるにあたってアンケート調査を行った。(19名)アンケートの結果から、全体の15%はマット運動が好きで85%はマット運動が嫌いもしくはどちらでもないということが伺える。マット運動が嫌いな生徒の理由は、「できないから。運動は好きだが、マット運動はあまり動かないから。ケガが怖いから。」などであった。このことから生徒は、技術向上・安全面・活動時間に不安を抱いている。

しかし、友だちと協力して学習をすることに関しては、半数の生徒が肯定的である。友だちと協力して技を習得することが好きと回答した生徒の理由は、「一緒に成功したら達成感を味わえるから。得意な人に教えてもらうのは楽しいから。やる気が出るから。」などである。また、既習技に加え、側方倒立回転や前方倒立回転跳など難易度の高い技に挑戦してみたいという声も挙がっている。これらのアンケートから、本学級の大半の生徒はマット運動に苦手意識を持つが、マット運動に対して前向きであることが伺える。

(3) そこで本単元の指導にあたっては、次の3点に重点を置いて指導したい。

- ・生徒が理解しやすいように視覚的な教材を活用する。(タブレット・人形)
- ・自分の持っている感覚や考えを技に応用するために、グループ活動を通して様々な意見を取り入れ自分の意見と比較させる。
- ・生徒が技を成功させやすくするために、学習の場づくりを工夫する。

4. 学習指導計画

(1)オリエンテーション……………1時間

(2)マットの特性を理解し、新しい技に挑戦しよう。……………5時間(本時4/5)

(3)習得した技を発表してみよう。……………1時間

5.単元の目標

○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によって技ができる楽しさや喜びを味わうことができる。

○積極的に取り組むとともに，よい演技を認めようとする事，分担した役割を果たそうとする，健康・安全に気を配ることができる。

○特性や成り立ち，技の名称や行い方，関連して高まる体力などを理解し，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 ⑤

(1) 目 標 ・倒立前転のコツをつかむことができる。[思・判]

(2) 学習活動に即した評価規準

関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
	・技を成功させるための合理的な動きを知り，コツを見つけ出している。		

(3) 準備物 教師 タブレット，ポイントをまとめた技の演技図面，3D 感覚で人の身体の動きを確認させる人形

ミニホワイトボード

生徒 ワークシート，筆記用具，副読本

(4) 学習指導過程

学習内容及び学習活動	指 導 上 の 留 意 点
1 集合・整列・あいさつ・準備運動 カエルの逆立ち・カエルの足うち・腕立て時計回り・スパイダー・ラッコ歩き・アンテナ	○けがの予防のために，丁寧に元気よく行わせる。 ○自分の体を支えることを意識させながらできるように声かけする。
2 本時の学習内容と課題の確認をする。	○倒立前転の模範演技を見せ，イメージさせる。 ○前転・倒立前転のポイントを提示する。
3 補助倒立前転の練習をする。	○人形を使って倒立から前転を行う体の動きの流れをイメージさせる。 ○人形の動きを実際に自分の体で表現させるように助言する。 ○恐怖心なく，練習できるように補助の仕方を再度確認する。 ○タブレットで撮影し，自分の体の動きを確認させる。 ○安全面に配慮し，前後の間隔や技のスピード等，安全に留意させる。
倒立前転の補助を通して倒立前転の技にひそむコツを探ろう	

4 倒立前転のコツをワークシートに記入し、グループごとに話し合いをする。	○ポイント以外に技が成功したときの感覚を言葉にし、ワークシートに記入させる。 [思考・判断] (ワークシートの記述) ・倒立前転の技に潜むコツを見つけ出している。 [A と判断できる状況] ・技の基本的なポイント以外に、各局面のイメージを言葉にしている。(例.前に倒れ掛かる瞬間に肘を曲げたり、頭を中に入れたりすると成功するとできる気がする。) [B と判断できる状況] ・技の基本的なポイントが分かっている。 [C の状況の生徒への手立て] タブレット・人形を利用し、ポイントを再度確認させる。
5 グループごとに話し合いをし、発表する。(ホワイトボードに記入する。)	[さぬきの授業基礎・基本] 終末部のときめき ○自分たちで探った倒立前転のコツをイメージできる。 ○技のコツを理解させることで、技に挑戦させる意欲につな
6 本時の振り返りをする。	○みんなで共有しあうことでやればできるという自信が持てるようにする。 ○次時の課題を設定し、学習の見通しを持たせる。