

第3学年A・B組 保健体育科 学習指導案

指導者 T1 井口 結
T2 笠嶋 草太

1 日 時 令和元年9月20日(金) 5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。その技に挑戦し、できなかった技ができるようになる喜びや、技をより滑らかに、美しく行え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。本時で扱うマット運動は、回転系と巧技系の技からなり、自己の能力に合わせて、技を選択、練習・習得し、それらの技を組み合わせることで、連続した演技を構成することができる運動である。また、個人の技の上達だけでなく、これまで学習してきた知識や技能をもとに、生徒同士でお互いの課題を発見し、対話をもとに課題解決していくことで、なかまとともに活動することができる。
- (2) 本学級の生徒は、男子39名である。アンケート調査をしたところ、「体育が好きですか」という項目に対し、約97%の生徒が好き、どちらかといえば好きと答えており、体を動かすことが好きな生徒が多いことがわかる。課題として、友だちから助言をすることでその友だちができるようになった経験があると答えた生徒は約37%であり、友だち同士での助言で上達した経験が少ないことが分かった。本学級では、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る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。能力の高い生徒に関しては、意欲的に難易度の高い技に挑戦する姿も見られる。
- (3) 本時の授業では自己の能力に合わせた単発技の練習、また規定演技の連続技を滑らかに行うための課題の確認とその改善を目標とする。そのために、単発技の練習をする場と連続技を練習する場の両方を設定する。自分の目的に合わせた練習の場で、課題の確認と改善を行わせる。その際に、タブレットPCを使用することで自己の演技を客観的に確認し、課題発見の手助けとする。また、生徒同士でお互いに確認し、積極的に助言を与え合うことで、課題解決に向けて活動できるようしたり、お手本となる動画を連続再生することでいつでも技のポイントを確認できるようにしたりする。

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、学習に意欲的に取り組もうとしたりする。(関心・意欲・態度)
- (2) 自己の課題に応じて、解決に向けた取り組みを工夫することができる。(思考・判断)
- (3) 自己に適した技を習得し、その技を構成した演技ができるようになる。(技能)
- (4) 技の名称や行い方、運動観察の方法について理解できる(知識・理解)

5 学習指導計画(全8時間)

- (1) オリエンテーション・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1時間
- (2) 単発技の確認、練習・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・2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2/4)
- (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) (5/8時間)

(2) 目 標

- ・互いの課題に応じて、なかま同士で適切な補助や助言を行い、練習に取り組むことができる。

(思考・判断)

(3) 授業のポイント

タブレット PC を用いて、動画・静止画を記録することで課題を明確にし、言語活動を充実させる。また、お手本動画をいつでも見ることができるようにし、ポイント理解の手助けとする。

(4) 準備物 マット8枚、セーフティマット、タブレット PC、TV 1台、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

◎：評価

学習内容及び学習活動	教師の指導・支援及び評価
<p>1 集合、あいさつ、健康観察をする。</p> <p>2 準備運動、ストレッチ、補強運動を ST 中心に行う。</p> <p>3 本時の学習内容を確認し、練習をする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 ・けがの防止と技能の向上のために、ST (スマールティーチャー) を中心に柔軟・ストレッチを中心とした体ほぐしをする。
<p>自己の課題解決に向けて、なかまと協力して練習に取り組もう。</p>	
<p>(1) 基本練習で規定演技の単発技の練習と連続技の練習を行う。 (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) I：倒立前転→前転 II：伸膝後転→後転→側転 or ロンダート III：規定演技の連続技</p> <p>(2) 目的に合わせた場へ移動し、自己の課題改善のための練習を行う。(規定演技のお手本動画を常時視聴可能にしておく。)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・連続技の練習マット 2か所 ・単発技の練習マット 4か所 ・単発技→ワークシートにある技から苦手なものを抜きだして練習(難易度の高い技に関してはセーフティマットを使用) ・連続技→規定演技を連続して滑らかに行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・実際に規定演技と自由演技の模範演技を見ることで、技のポイントを視覚的に理解できるようにする。 ・ひとつひとつの技の確認と技のつながりを意識して練習できるように、技を分割して行う。 ◎互いの課題に応じて、なかま同士で適切な補助や助言を行い、練習に取り組むことができる。(思考・判断 観察) ・それぞれの課題に合わせた練習場所を設定することで、安全面に留意するとともに、自己の課題に取り組みやすくさせる。 ・互いに補助、助言を行うように指示する。 ・タブレット PC を用いて、なかまと課題を確認しながら練習に取り組ませる。 ・技能の不十分な生徒については T1、T2 が個別に指導を行う。 ・お手本となる動画を見ることができるところを設定することで、いつでもポイントの確認ができるようにする。
<p>4 用具の片づけを行う。</p> <p>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。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・協力して片づけを行うように指示する。 ◎自己の課題解決に向けた、練習に取り組むことができたか(思考・判断 ワークシート) ・本時練習する時に意識したことや成果をワークシートに記入し、次時にいかす。

評価規準	互いの課題に応じて、なかま同士で適切な補助や助言を行い、練習に取り組むことができる。(思考・判断)	
A	B	Cの生徒への支援・指導
なかまへの適切な補助や助言を行いつつ、自己の課題改善のため練習に取り組むことができる。	自己の課題解決に向けて、練習に取り組むことができる。	教師が補助や助言を行い、積極的に練習に取り組めるように促す。

