

1 単元名 器械運動（マット運動）

2 単元の目標

- マット運動の楽しさや喜びに触れ、基本的な回転技や倒立技ができるようにする。 (技能)
- 運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動をしたり、場や器械・器具の安全に気を付けたりすることができるようにする。 (態度)
- 自己の能力に適した課題をもち、技ができるようにするための活動を工夫できるようにする。 (思考・判断)

3 単元について

(1) 教材観

本単元は、学習指導要領第3・4学年の内容 B 器械運動 (1) のアに記されているように「マット運動の楽しさや喜びに触れ、基本的な回転技や倒立ができるようにすること」をねらいとする。前学年までは、運動遊びを楽しむ中でいろいろな転がり方や手で体を支える動きなどを体験し、体を回転させる感覚や腕で体を支持する感覚を養ってきている。その体験を生かして、本単元では前転・後転と言った基本的な回転技や壁倒立などの初歩的な倒立技ができるように指導していく。また、マット運動は自分の技能にあった動きを身に付けたときに喜びを味わうことができる運動であることから、仲間とともに運動の楽しさや喜びを感じることで、自己の技能向上を目指す児童を育てていく。

(2) 児童の実態 (男子*人 女子*人 計*人 平成*年*月*日実施)

1 体育の授業は好きですか。 ・好き*人・どちらかといえば好き*人・どちらかといえば嫌い*人・嫌い*人
2 マット運動は好きですか。 ・はい*人・どちらかといえば好き*人・どちらかといえば嫌い*人・嫌い*人 【好きな理由】(複数回答) ・やってみたい技がある*人・体を動かせる*人・できる技がある*人・回る、逆立ちが楽しい*人 【嫌いな理由】(複数回答) ・できる技が少ない*人・痛い経験がある*人
3 マット運動は得意ですか。 ・得意*人・どちらかといえば得意*人・どちらかといえば不得意*人・不得意*人

意識調査の結果、本学級の児童は、全員が体育の授業が「好き」「どちらかといえば好き」と答えており、体育の学習に対する意欲は高い。しかし、マット運動となると、苦手意識や恐怖心から「嫌い」「どちらかといえば嫌い」と答える児童がいることが分かった。

(3) 指導観

本単元では、単元名を「シンクロナイズドマット」とし、単元終末のグループごとの発表会を見据えることで児童同士のかかわりを深め、児童の意欲を高めていく。また、毎時間の自己の課題を明確にすることで、活動の目的をはっきりさせ、児童の意欲向上を図る。そして、児童が自己の課題に応じて練習方法を選択できるようにするため、様々な種類の教具を用意し練習の仕方を紹介していく。さらに、掲示物や学習カードを活用し、授業の流れや学習の仕方、動きのポイントを明確にすることで、児童が主体的に活動できるようにする。技の練習の段階では、「アドバイスタイム」を設定し、友達同士で動きを見合い助言し合うことで、互いの技能向上につなげていけるようにする。

4 単元の評価規準 (学習活動に即した評価規準)

運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
①練習に◎ <u>進んで</u> 取り組みようとしている。 ②◎ <u>自ら進んで</u> 友達に助言したり、補助したりしようとしている。 ③器具や補助具など、身の回りの安全に◎ <u>常に</u> 気を付けようとしている。	①技の動き方やポイントを知り、◎ <u>自分の力に合った</u> 課題を選んでいる。 ②自己の課題に応じた練習の場や練習方法を◎ <u>的確に</u> 選んでいる。	①前転や後転などの基本的な回転技を◎ <u>正確に</u> 行うことができる。 ②壁倒立や腕立て横跳びこしなどの基本的な倒立技を◎ <u>正確に</u> 行うことができる。

◎下線は十分に満足できる姿

5 指導と評価の計画（8時間扱い）

段落	時間	主なねらい，学習活動	評価計画		
			関	思	技
はじめ	1	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">○ 運動の特性や学習のねらい，計画，内容を理解する。</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">○ マット運動の学習の準備をする。</div> 1 学習のねらいと道すじを理解し，学習の進め方について知る。 2 学習カードの使い方を確認する。 3 用具の扱い方と安全面の配慮の仕方について知る。 4 準備や片付けの仕方を知る。 5 グルーピングと役割分担をする。 6 試しの運動をする。	③ (観察・学習カード)		
なか①	2	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">○ 基本的な技の動き方やポイントを知り，自己の課題に挑戦する。</div> 1 あいさつ，健康観察をし，場の準備をする。 2 準備運動と感覚づくりの運動（パワーアップ運動）を行う。	① (観察・学習カード)		
	3	3 学習のねらいを確認する。 4 技の練習をする。 (1)回転技 ①特訓タイム②アドバイスタイム		① (観察・学習カード)	
	4	(2)倒立技 ①特訓タイム②アドバイスタイム (3)解決タイム (4)チャレンジタイム	② (観察・学習カード)		①② (観察)
	⑤本時	5 整理運動をする。 6 本時の振り返りをする。 7 片付けをする。		② (観察・学習カード)	
なか②	6	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">○ シンクロナイズドマットの発表に向けて，グループで協力して練習する。</div> 1 あいさつ，健康観察をし，場の準備をする。 2 準備運動と感覚づくりの運動（パワーアップ運動）を行う。		② (観察・学習カード)	
	7	3 学習のねらいを確認する。 4 自己の課題に応じた練習をする。 5 発表演技の練習をする。 (1)グループ練習 (2)アドバイスタイム 6 整理運動をする。 7 本時の振り返りをする。 8 片付けをする。	③ (観察・学習カード)		①② (観察)
まとめ	8	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">○ シンクロナイズドマットの発表を楽しむ。</div> 1 あいさつ，健康観察をし，場の準備をする。 2 準備運動を行う。 3 学習のねらいを確認する。 4 発表演技の練習をする 5 シンクロナイズドマットの発表会をする。 6 整理運動をする。 7 単元の振り返りをする。 8 片付けをする。	①② (観察・学習カード)		①② (観察)

6 本時の展開 (5 / 8 時間)

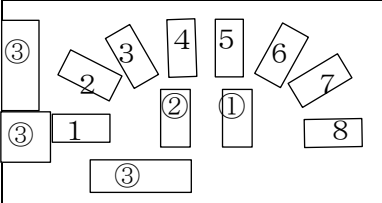
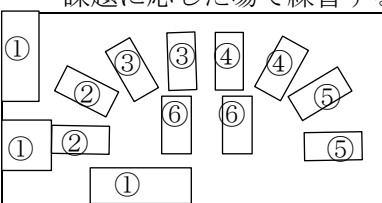
(1) 本時の目標

- 基本的な回転技や倒立技ができるようにする。 (技能)
- 友達に助言したり、補助したりすることができるようにする。 (態度)
- 自己の課題に応じた練習の場や練習方法を選ぶことができるようにする。 (思考・判断)

(2) 準備・資料

マット、跳び箱、段ボール、ゴム、手形・足形シート、ロイター板、ペットボトル、学習カード、タブレットPC、掲示物(単元の流れ、めあて、1時間の流れ、技のポイント)、CD、CDプレーヤー

(3) 展開 ※ 本時では、運動についての思考・判断を主として評価する。

	主なねらい・学習活動	教師の働きかけ・評価 (☆)
はじめ 10分	<p>1 整列、あいさつをする。</p> <p>2 場の準備をする。</p> <p>3 準備運動と感覚づくりの運動(パワーアップ運動)を行う。 (ゆりかご・かえるの逆立ち・かえるの足うち・首倒立)</p> <p>4 本時のねらいを確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>○マットの達人への道～その5～ 自分に合った方法で練習しよう！</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・児童の健康観察をする。 ・準備の際に音楽を流し、一曲終わるまでに準備ができるようにすることで、素早く行動できるようにする。 ・音楽に合わせて準備運動を行いながら、各自のめあてをグループ内で共有するよう伝える。 ・音楽を活用し、4種類のマットの基本的な動きを行うことで、楽しみながらマット運動の基礎感覚を養うことができるようにする。 ・本時の学習内容を説明し、自分の目標を意識して活動するよう伝える。 ・マット運動のきまりを再確認することで、安全に気を配り、けがの予防を呼びかける。
なか 28分	<p>5 技の練習をする。</p> <p>(1)回転技(前転、後転、開脚前転、開脚後転、大きな前転)</p> <p>①特訓タイム ・各自の課題に取り組む。</p> <p>②アドバイスタイム ・班で互いの技を見合う。</p> <p>(2)倒立技(壁倒立、頭倒立、腕立て横跳び越し、補助倒立、側方倒立回転)</p> <p>①特訓タイム ②アドバイスタイム</p> <p>(3)解決タイム ・全体で困り感を共有する。 <場の設定></p> <div style="display: flex; align-items: center;">  <div style="margin-left: 20px; border-left: 1px solid black; padding-left: 5px; writing-mode: vertical-rl;">ステージ</div> </div> <p><特訓コーナー></p> <p>①坂マットコーナー(前転、後転)</p> <p>②段差マットコーナー(開脚前転、開脚後転)</p> <p>③倒立特訓コーナー(壁倒立)</p> <p>(4)チャレンジタイム ・課題に応じた場で練習する。</p> <div style="display: flex; align-items: center;">  <div style="margin-left: 20px; border-left: 1px solid black; padding-left: 5px; writing-mode: vertical-rl;">ステージ</div> </div> <p>①倒立チャレンジ ②ブロックチャレンジ ③ゴムゴムチャレンジ ④細道チャレンジ ⑤坂道チャレンジ ⑥段差チャレンジ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・一組4人ずつの異質グループを中心に活動することで、互いに困り感の共有をしたり、助言し合ったりすることができるようにする。 ・技のポイントが分かる掲示物や単元計画などを掲示しておくことで、児童が見通しをもったり、視覚的に理解したりすることができるようにする。 ・各自の学習カードに技のできばえを評価するチェックシートを貼っておくことで、グループ内で互いの技のできばえをチェックし、相互評価できるようにする。 ・段ボールや手型シート、ロイター板などの教具を用意し、自分の課題に合った練習方法を選択できるようにする。 ・班のマットで上手くできない児童には、各自の課題に応じた特訓コーナーで練習してみるよう促したり、教師が補助をしたりする。 ・アドバイスタイムには、各班ごとのマットで互いの動きを見合い、助言し合うよう伝える。また、各班に1台タブレットを用意することで、撮影した動画をもとに互いにアドバイスができるようにする。 ・壁倒立が上手くできなかったり、恐怖心を抱いたりしている児童には、足から登って倒立姿勢を取るよう伝え低いところから始められるよう支援する。 ・腕立て横跳び越しや側方倒立回転において足が上手く上がらない児童に対しては、足が上がりそうな高さに張ったゴムひもに足を当てる練習を行わせ、徐々に足が高くなるよう支援する。 ・解決タイムには、全体で困り感のある児童の課題を共有し、話し合ったり、模範演技を見たりすることで、全体で一つの課題について確認し、解決策を考えられるようにする。 ・チャレンジタイムでは、6つの場を用意し、各自の課題に応じた場を選択して練習ができるようにする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>☆自己の課題に応じた練習の場や練習方法を選んで いる。 【思考・判断】(観察、学習カード)</p> </div>
まとめ 7分	<p>6 整理運動をする。</p> <p>7 本時の学習を振り返り、学習カードに記入する。</p> <p>8 次時の学習内容を確認し、片付けをする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・整理運動をしながらグループ内で本時の振り返りを行い、スムーズに学習カードへの記入ができるようにする。 ・本時と自分の目標にそったまとめを学習カードに記入するように促す。 ・体調やけがの有無を確認し、健康状況を確認する。