

第1学年 体育科学習指導案

2020年10月23日第5校時
第1学年3組男子13名 女子17名 計30名
指導者

【研究主題】

主体的に取り組み、考える楽しさや上達する喜びを味わうことのできる児童の育成
～健康な体をつくるために～

1 単元名

わくわくランドで ぼうけんだ！ (B 器械・器具を使つての運動遊び イ マットを使った運動遊び)

2 単元の目標

知識及び技能	マットを使った運動遊びの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、その基本的な動きを身に付けたりすることができるようにする。
思考力, 判断力, 表現力等	マットを使った運動遊びの簡単な遊び方を工夫したり、考えたことを友達に伝えたりすることができるようにする。
学びに向かう力, 人間性等	マットを使った運動遊びにすすんで取り組み、決まりを守って誰とでも仲よく運動をしたり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。

3 単元の評価規準

	ア 知識・技能	イ 思考・判断・表現	ウ 主体的に学習に取り組む態度
単元の評価規準	マットを使った運動遊びの行い方を知っていると同時に、その基本的な動きを身に付けている。	マットを使った運動遊びの簡単な遊び方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えている。	マットを使った運動遊びにすすんで取り組もうとしていたり、きまりを守って誰とでも仲よく運動をしようとしていたり、場の安全に気を付けている。
学習活動に即した評価規準	① マットを使った運動の行い方について、言ったり実際に動いたりしている。 ② マットに背中を順番に接触させたり、いろいろな方向へ転がったりすることができる。 ③ 両手で体を支えながら、運動に取り組むことができる。	① 楽しくなるような遊び方や動き方を見付けている。 ② 転がり方や腕支持の移動の仕方を工夫している。 ③ 自分の考えを友達に伝えている。	① マットを使った運動遊びにすすんで取り組もうとしている。 ② 運動遊びの順番やきまりを守り、友達と仲よく運動しようとしている。 ③ 場の安全に気を付けて、場の準備や片付けを友達と一緒にしている。

4 運動の特性

①一般的特性

- 背中や腹などをつけて、いろいろな転がり方で転がったり、手で身体を支えたりして遊ぶことが楽しい運動である。
- 様々な技を楽しみ、できるようになると、さらに技を組み合わせていくことも比較的簡単で楽しく取り組める運動である。

②児童から見た特性

- 自分の力にふさわしい動きを身に付けたときに、喜びを味わうことのできる運動である。
- 友達の真似をしたり、友達と同じ技をしたり、技をつなげたりすることで、共に運動する楽しさを感じることもできる運動である。
- 非日常的な動きではあるが、器具を使つての運動遊びほど恐怖感もないため、取り組みやすい運動である。

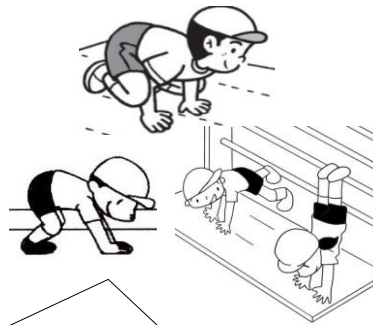
5 目指す児童像

【知識及び技能】

- ・こうやってやると、かんたんだよ。
- ・うしろにも ころがることができたよ。

【思考力, 判断力, 表現力等】

- ・こうすれば痛くないよ。
- ・〇〇くん(さん)の、アイデアすごくいいね。



【学びに向かう力, 人間性等】

- ・マットって、楽しいね。
- ・他にもこんなこと、やってみようよ。
- ・(準備や片付けを)みんなでやろうよ。

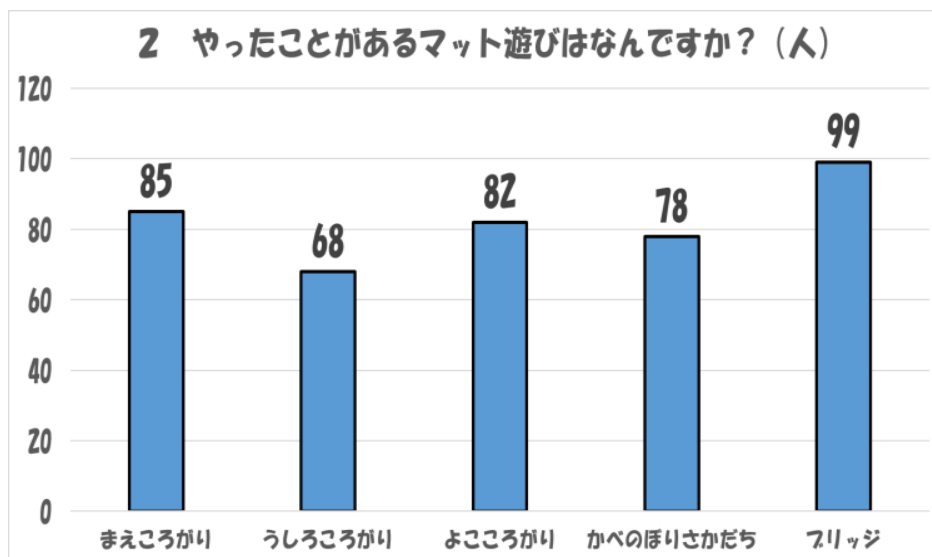
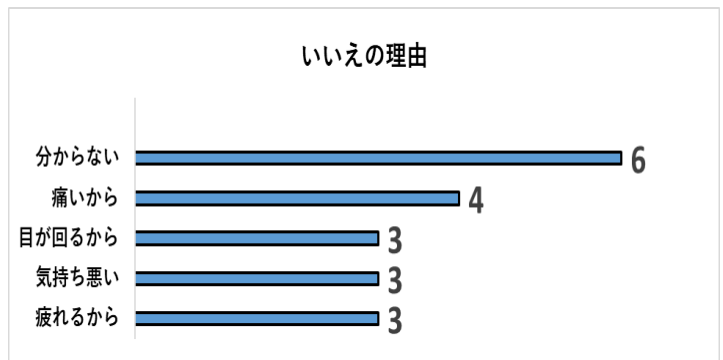
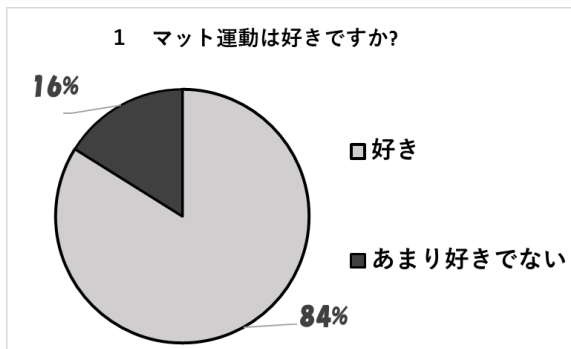
6 運動の系統性(マット運動) ※小学校学習指導要領解説体育編(H29年告示)P175参照

低学年	中・高学年
器械・器具を使った運動遊び <ul style="list-style-type: none"> ・固定施設を使った運動遊び ・マットを使った運動遊び ・鉄棒を使った運動遊び ・跳び箱を使った運動遊び 	器械運動 <ul style="list-style-type: none"> ・マット運動 ・鉄棒運動 ・跳び箱運動

低学年	中学年	高学年
運動遊び <ul style="list-style-type: none"> ・ゆりかご ・前転がり ・後ろ転がり ・背支持倒立(首倒立) ・だるま転がり ・丸太転がり ・かえるの逆立ち ・かえるの足打ち ・うさぎ跳び ・壁上り逆立ち 	基本的な技 (発展技) <ul style="list-style-type: none"> ・前転 易しい場での開脚前転 (開脚前転) ・後転 開脚後転(伸膝後転) 	発展技 (更なる発展技) <ul style="list-style-type: none"> ・開脚前転 (易しい場での伸膝前転) ・補助倒立前転 (倒立前転) (跳び前転) ・伸膝後転(後転倒立)
<ul style="list-style-type: none"> ・背支持倒立(首倒立) ・壁上り逆立ち ・ブリッジ ・かえるの逆立ち ・かえるの足打ち ・うさぎ跳び ・支持での川跳び ・腕立て横跳び越し ・肋木 	<ul style="list-style-type: none"> ・補助倒立ブリッジ (倒立ブリッジ) ・側方倒立回転 (ロンダート) ・首はね起き (頭はね起き) ・壁倒立(補助倒立) ・頭倒立 	<ul style="list-style-type: none"> ・倒立ブリッジ (前方倒立回転 前方倒立回転跳び) ・ロンダート ・頭はね起き ・補助倒立 (倒立)

7 児童の実態(アンケート結果と考察)

【1】実態調査(学年アンケート、実施児童数 計119名)



【2】考察

質問1「マット運動は好きですか」では、84%の児童が「はい」と回答した。理由としては、「転がるのが楽しいから」「転がるのがすきだから」「色々なことができるから」と回答した児童が多かった。反対に、「いいえ」と回答した児童の理由としては、「分からない」と回答した児童が最も多く、「痛いから」が二番目に多かった。また、中には「目が回るから」という理由もあった。楽しく安全に取り組むことができる場を設定することで、楽しくマット運動に取り組むことができると考えられる。

質問2「やったことがあるマット遊びはなんですか」では、「ブリッジ」「まえころがり」「よこころがり」「かべのぼりさかだち」「うしろころがり」の順に回答率が高かった。「よこころがり」以外のどの技も、非日常的な運動であるにもかかわらず、全体の半数以上が経験したことがあるという結果だった。

以上のことから、児童が安全に楽しく取り組むことができるコースを設定することで意欲が高めることができ、また、ペアで行動してお互いに励まし合ったり学び合ったりすることで、より技術的な部分を育むことができると考えられる。

8 研究主題にせまるための手だて

第1学年・外国語分科会では、「主体的に取り組み、考える楽しさや上達する喜びを味わうことのできる児童の育成～健康な体をつくるために～」という研究主題を受けて、目指す児童像を「すすんで運動遊びに取り組む子 工夫して遊べる子 仲良く運動する子」とした。

入学して以来、徐々に学校生活に慣れてきて、体育の学習でも、友達と一緒に運動をする楽しさを感じている姿が見られる。目指す児童像に、よりせまるために、以下の手だてを行った。

主体的に取り組むために

(1) 単元設定の工夫

マット運動では、「できた」という喜びを友達と共有し、楽しさを味わうことで意欲を高められる。そのため単元前半では、様々な補助用具を使って、互いに声をかけながら基礎・基本を友達と身に付けられるようにした。単元後半では、前半で学習したことをもとに様々なコースを、自分たちの力に合わせて回ることができるようにすることで、マット運動の楽しさを味わえるようにした。

(2) 場の準備や片付けの工夫

自分たちで初めて場の準備や片付けに取り組むため、楽しい雰囲気で行き届くようなリズムカルな曲を流すようにする。また、曲調を変えることで、児童が主体的に残り時間を意識できるように工夫する。

考える楽しさや上達する喜びを味わうために

(1) 場の工夫

“マット運動の楽しさを味わう”という観点から、単元を通して様々な工夫ができる場を設定した。本時では、以下の4点を「わくわくランド」として設定し、全てを制覇するという設定にしている。

- ジグザグランド・・・前転など、ペアで進み方を決めて進む。もし決まらなければ、カードを引いて選択する。
- チャレンジランド・・・2つのコーンに結ばれたゴムひもを、跳び越えたりくぐったり、工夫して動く。
- 逆さまランド・・・肋木や壁を使って、逆立ちをしたり、そのまま移動したりする。
- さかみちコロコロランド・・・坂道マットを使って、前・後ろなど、様々な転がり方を実践する。

(2) 提示資料や声掛けの工夫

イメージしやすい声掛け(「へそ見て、くるっ」など)を子どもたちと決めたり、冒険島の地図を掲示したりすることで、意欲を高められるようにする。

(3) 動きを高め合えるペアの工夫

マットを使った運動遊びの動きは、自分でポイントを意識することが難しい。子どもたち同士で声を掛けたり、励まし合ったりすることができる人間関係を考慮したペアを組むように工夫した。

9 単元指導計画と評価規準 5時間

時	1	2	3	4(本時)	5
段階	オリエンテーション	知る		つかむ・やってみる	
学習活動	1 集合・整列・挨拶をする。 2 単元のめあて・流れを知る。 3 マットの運び方を知る。 4 準備運動をする。 5 マットを使った感覚づくりの運動をする。 6 シェアリングをする① 7 マットを使った感覚づくりの運動に取り組む。	1 集合・整列・挨拶をする 2 前時の復習、本時の学習のめあて・流れを確認する 3 場の準備をする 4 準備運動・感覚づくりの運動をする。 5 「コロコロランド」と「川跳びランド」《腕支持の運動》に取り組む。 6 シェアリングをする① 7 「コロコロランド」と「川跳びランド」に取り組む。	5 「コロコロランド」と「さかさまランド」、「でこぼこランド」に取り組む。 6 シェアリングをする。① 7 「コロコロランド」と「さかさまランド」、「でこぼこランド」に取り組む。	1 集合・整列・挨拶をする 2 前時の復習、本時の学習のめあて・流れを確認する 3 準備運動・感覚づくりの運動をする。 4 場の準備をする。 5 わくわくランドにペアで取り組む。 6 シェアリングをする (シェアリング①) 7 再度、わくわくランドに取り組む。	5 わくわくランドにペアで取り組む 6 シェアリングをする (シェアリング①) 7 再度、わくわくランドに取り組む。
	8 シェアリング②をする 9 整理運動をする 10 片付けをする 11 挨拶をする				
評価規準	知	①	②	③	
	思		①		③
	態	①			②

10 本時の学習(5時間扱いの4時間目)

※雨天時は、6 シェアリング①
7 再度、わくわくランドのコースを回るを行う。

(1) 本時の目標

【思考力, 判断力, 表現力等】自分の考えを友達に伝えることができる。

【学びに向かう力, 人間性等】運動遊びの順番やきまりを守り、友達と仲よく運動することができる。

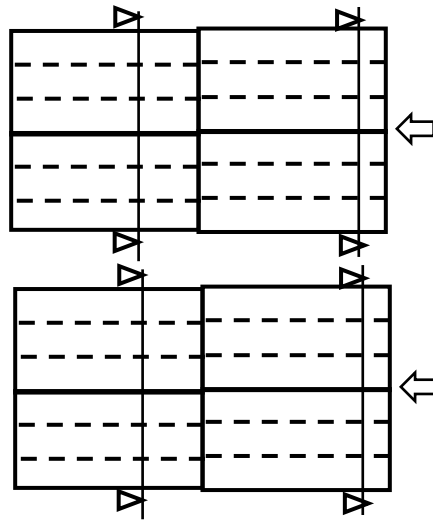
(2) 展開

	学習活動	・指導上の留意点 ■評価規準(評価方法) ☆児童のつまづきに対する言葉掛け「」・手だて
導入	1 集合・整列・挨拶をする。 2 前時の復習と本時の学習のめあてと流れを確認する。	・健康観察、服装の確認をする。 ・分かりやすく簡単な掲示物で流れを確認する。 ・前時までの復習をしながら、本時の意欲を高めるようにする。
	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px auto; width: 80%;"> ともだちときょうりよくして、わくわくランドをクリアしよう！ </div>	
展開	3 準備運動をする。 ・かえるの足打ち ・ゆりかご ・動物歩き(くま・あざらし)	・安全なマットの持ち方について声掛けをし、良い持ち方をした児童を称賛し、価値付ける。 ・マットを使って身に付けさせたい動きを楽しく経験させる。
	4 場の準備をする。	・マットの位置が分かるように目印となるテープを貼っておく。
	5 わくわくランドのコースをペアで回る。 ○ジグザグランド ・前転がりなど、ペアで進み方を決めて進む。 ○チャレンジランド ・ゴムひもを跳び越えたりくぐったり、工夫して動く。 ○さかさまランド ・マットを使って腕支持で上下左右の移動をしたり、ペアでじゃんけんをしたりする。 ・肋木や壁を使って、逆立ちをする。 ○さかみちコロコロランド ・前転がりや後ろ転がり、丸太転がりなど2種類以上の転がり方で転がる。	・ペアで回るように声かけをする。 ・コースの進み方で、相談しても決まらない場合は、適宜助言する。 ・動きのポイントが分かる、オノマトペを活用して、声掛けをする。 ☆できなくて嫌になったり、泣いてしまったりする。 「気持ちを切り替えて、もう一度ポイントを確認してごらん。」 ・取り組んでみたことを発表する場として、温かい雰囲気づくりをする。 ・児童の様子を見て、適宜水分補給をするよう声を掛ける。 ■決まりや順番を守って、ペアで仲よく回ることができている。 【主体的に学習に取り組む態度】(行動観察) ☆自分が次にどこを回るかが分からない。 「ペアの子を探してみよう。」 「さっきはこのマットにいましたか？」 ■自分の考えたことをペアの友達に伝えている。 【思考・判断・表現】(行動観察) ☆自分の考えをうまく伝えられない。 「自分がどうしたいかを友達に伝えてみよう。」
6 シェアリング①を行う。		
	7 再度、わくわくランドのコースを回る。	

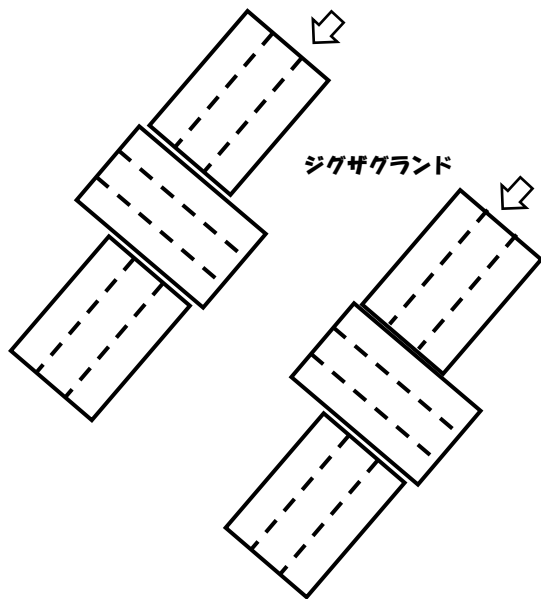
ま と め	8	シェアリング②を行う。	<p>■自分の考えたことや感想を伝えようとしている。 【思考・判断・表現】(発表・発言)</p> <p>☆自分の考えをうまく伝えられない。 →教師が価値付けたことや友達の言葉を例示する。 C「楽しかった。」 T「○○ランドが楽しかったということかな。」</p>
	9	整理運動をする。	<p>・使った筋肉をゆっくりとほぐすようにする。</p>
	10	片付けをする。	<p>・安全に気を付けて、片付けるよう声掛けする。 ・決められた場所を素早く協力して片付けるように指示をし、よい行動を価値付ける。</p>
	11	挨拶をする。	

11. 遊びの場

ステージ

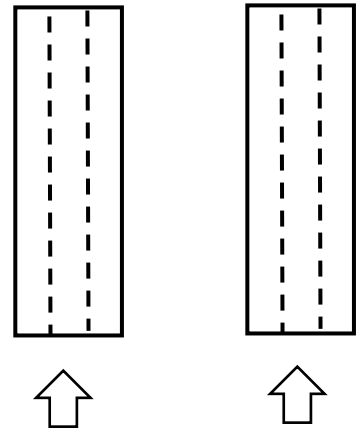


チョ
ン
ン
ン
ン
ン
ン
ン
ン
ン
ン



ジ
グ
ザ
グ
ラ
ン
ド

さ
か
み
ち
こ
ろ
こ
ら
ん
ど



さ
か
さ
ま
ら
ん
ど

