

令和3年度横浜市立小学校体育研究会 器械運動研究部 研究授業

器械運動(マット運動)指導案

横浜市立 小学校 ○○ ○○

1 日時 令和3年 月 日()6校時(14:00~14:45)

2 場所 横浜市立 小学校 体育館

3 学年・組 第6学年 組 名

4 領域・単元名

器械運動(マット運動)「64オリンピック!目指せ!美しい技の組み合わせ!」

5 単元目標

〈知識及び技能〉

マット運動の楽しさや喜びを味わい、回転系や巧技系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったり、それらを繰り返したり組み合わせたりできるようにすること。

〈思考力、判断力、表現力等〉

自己の能力に適した課題の解決の仕方や技の組み合わせ方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えられるようにすること。

〈学びに向かう力、人間性等〉

運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や器械・器具の安全に気を配ったりすることができるようにすること。

6 単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
・マット運動の行い方を理解している。 ・回転系や巧技系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったりして、それらを繰り返したり、組み合わせたりすることができる。	・自己の能力に適した課題を見付け、課題に応じた解決の仕方や場、段階を選び、技の組み合わせ方を工夫している。 ・自己や仲間の動きの変化や伸びを見付けたり、自己や仲間の考えたことを他者に伝えたりしている。	・マット運動に積極的に取り組もうとしている。 ・マット運動の約束を守り、仲間と助け合って運動しようとしている。 ・課題を見付けたり、その解決方法を工夫したりする際に仲間の考えや取組を認めようとしている。 ・マット運動の場や器械・器具の安全に気を配っている。

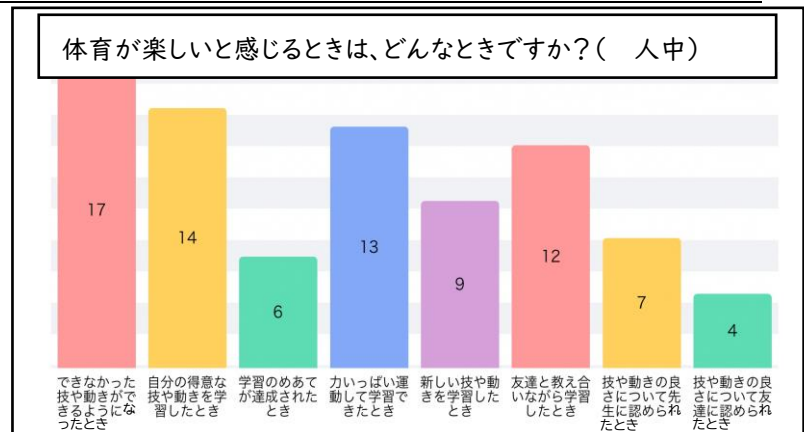
7 児童の実態

(1) 楽しさ体験の状況

体育科基本調査によると、できるようになった達成感を味わったり、自身の技や動きの高まりを実感できたりすると、体育が楽しいと感じる児童が多い。

また、友達との関わり方も体育の時間の楽しさに大きく関わる。跳び箱運動では、学習資料をもとに技のポイントを確認しながら助言し合っ

ている姿が見られた。必要に応じて、自分の動きを動画に取ってもらい、自分の出来栄を確認したり、これまでの動画と比較したりすることで成長を実感し、「できた」自分の姿から体育の楽しさを感じている児童もいた。



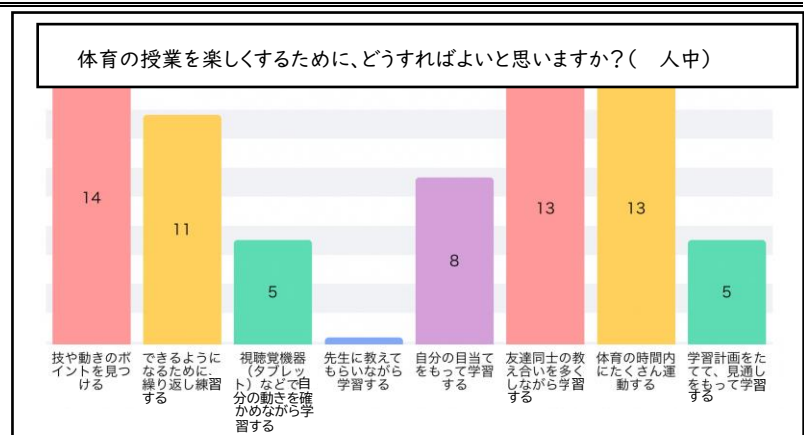
(2) 学び方の状況

跳び箱運動や走り幅跳びでは、技や動きのポイントに自ら気が付いたり、学習資料によってポイントが分かたりすると、自分が意識することが明確になり、主体的に運動していた。

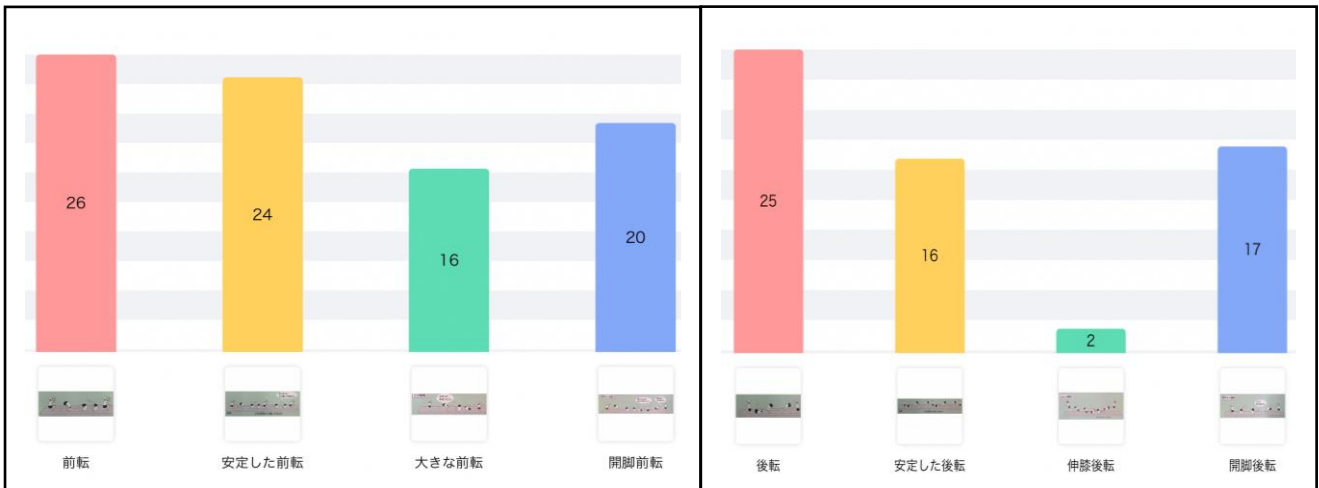
また、跳び箱運動では、多くの児童が「もっと練習したい」と繰り返し練習していた。運動量が確保されているほど何度も技に取り組むことができる満足感と楽しさを感じていた。

教師が称賛したり、動きのポイントを伝えたりするだけでなく、友達とどう関わるかも本学級の児童にとっては重要であると考える。年度始めと比較すると、分け隔てなく友達と接する姿が見られ、友達の助言も素直に受け止めることができる児童が増えてきている。そのため、跳び箱運動のグループ活動では、友達の動きや友達からの助言によって「できた」を経験した児童もいた。

しかし、視聴覚機器などの自分の動きを確かめながら学習したい児童が少なかったため、児童の必要感を的確に捉えたうえで、授業内でタブレットを活用したい。

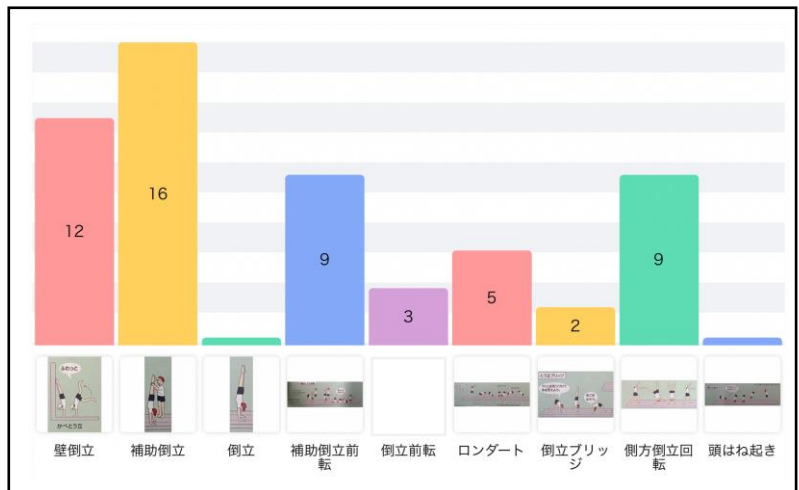


(3) 技能の状況 (月 日時点 自己申告)



例示された回転系の中では、後転をもとにした発展技に課題があることが分かった。また、跳び箱運動の慣れの運動で行っていた大きな前転は、前転と大きな前転との違いは分かっているが、実際に自分の動きで表すことが難しい児童が多かった。

倒立系では、倒立や補助倒立前転ができないと答えている児童が多い。壁倒立や補助倒立の段階に立ち返って、逆さの状態で体を支える感覚を確認する必要がある。



また、側方倒立回転の到達度が低いことから、慣れの運動を丁寧に行い、技のポイントを理解したり、自身の技の高まりを実感したりしながら単技の組み合わせに向かっていきたい。

令和3年度 器械運動研究部 研究主題

思考をはたらかせてねばり強く課題を解決する子どもをめざして

～学習資料の充実と効果的な活用～

テーマに迫るための手立て

思考をはたらかせて課題を解決する場面【活用する学習資料】	教師の関わり方																								
<p>① <u>高めタイム・ユニットタイム・組み合わせタイム</u> 【課題解決ポイントカード】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ロイノートで技ごとの提出箱があるため、課題に対する解決ポイントを児童がいつでも提出できる。共有されたポイントの中から、自分の課題に合うポイントはないか課題解決に向けて試技を行う。 ・友達と対話しながらお互いの課題解決ポイントを見付けたり、さらにクラス全体に共有したりして協働的に思考をはたらかせながら課題解決に向かう。 <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div data-bbox="145 969 496 1379" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>募集中</p> <ul style="list-style-type: none"> 🔥 前転 🔥 開脚前転 🔥 とび前転 🔥 開脚後転 🔥 伸膝後転 🔥 壁倒立・壁登り倒立 </div> <div data-bbox="523 969 1177 1391" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>戻る 前転 </p> <p>提出順 ▾ 回答共有する 一括返却</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="background-color: #fff9c4;">西浦 佳衣</td> <td style="background-color: black;"></td> <td style="background-color: black;"></td> <td style="background-color: black;"></td> </tr> <tr> <td style="background-color: #e0e0e0;">回転が真っ直ぐできない 課題に対する解決ポイント</td> <td style="text-align: center;">×</td> <td style="text-align: center;">×</td> <td style="text-align: center;">×</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #e0e0e0;">わきをしめる</td> <td style="text-align: center;">×</td> <td style="text-align: center;">×</td> <td style="text-align: center;">×</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #e0e0e0;">11月12日(金) 21:01</td> <td style="background-color: black;"></td> <td style="background-color: black;"></td> <td style="background-color: black;"></td> </tr> <tr> <td style="background-color: #e0e0e0;"></td> <td style="text-align: center;">×</td> <td style="text-align: center;">×</td> <td style="text-align: center;">×</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #e0e0e0;"></td> <td style="background-color: black;"></td> <td style="background-color: black;"></td> <td style="background-color: black;"></td> </tr> </table> </div> </div> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;"> <div data-bbox="427 1420 1031 1800" style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p>課題 回転が真っ直ぐできない</p> <p>課題に対する解決ポイント</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: black;">わきをしめる</p> </div> <p data-bbox="523 1800 906 1839">【課題解決ポイントカード】</p> </div>	西浦 佳衣				回転が真っ直ぐできない 課題に対する解決ポイント	×	×	×	わきをしめる	×	×	×	11月12日(金) 21:01					×	×	×					<ul style="list-style-type: none"> ・課題に対する解決方法がずれている場合は、教師が助言をしたり修正したりする。 ・児童が試技をしている時に、「どんなことを意識したかな」や「今どんな課題を解決したいのかな」「〇〇さんの課題はどうすると解決できそうかな」と教師が問い返したり、補助に入ったりする。 ・児童が気付くことが難しいポイントを直接伝え指導する。
西浦 佳衣																									
回転が真っ直ぐできない 課題に対する解決ポイント	×	×	×																						
わきをしめる	×	×	×																						
11月12日(金) 21:01																									
	×	×	×																						

思考をはたらかせて課題を解決する場面【活用する学習資料】

教師の関わり方

② 慣れの運動【慣れの運動カード・動画】








・本単元のゴールである技の組み合わせを考え、64オリンピックで演技を発表することに向かうため、慣れの運動から技を組み合わせることを意識できるようにする。

慣れの運動①








- ①背支持とう立 (せしじとうりつ)
- ②ゆりかご小中大
- ③川跳び
- ④かえるの足打ち
- ⑤ブリッジ

←【慣れの運動カード・動画】

慣れの運動②

- ①あざらし 
- ②ゆりかご小・中→開きやく立ち・大→クロス立ち
- ③背支持とう立 (せしじとうりつ) →前転 
- ④川跳び 
- ⑤かえるの足うち→かえるの足入れ替え 
- ⑥ブリッジ (とう立ブリッジにつながる) 
- ⑦アンテナブリッジ (頭はね起きにつながる) 
- ⑧笹舟ブリッジ 

慣れの運動③

- ①あざらし (はじはじ4回)
- ②ゆりかご
 - 小 (マットの右から4回) 
 - 中→開きやく立ち→その場でジャンプをして足を閉じ (4回)
 - 大→クロス立ち→半転ジャンプ (4回) 
- ③背支持とう立→前転 (はじはじ4回) 
- ④川跳び (はじはじ4回) 
- ⑤T字バランス→かえるの足うちまたはかえるの足入れ替え (はじはじ4回)
- ⑥ブリッジ (4回) 
- ⑦アンテナブリッジ (4回)  (頭はね起きにつながる)
- ⑧笹舟ブリッジ (4回) 

・各時間の主運動のどの技につながるのか声をかける。慣れの運動と技のつながりを意識できるようにする。

↓その結果、課題解決の場面で慣れの運動に立ち返り、思考を働かせながら技の行い方を確認したり、技のポイントに気付いたりすることができるようにする。

・次の技につなげるためにはどのようにするとよいか声をかけたり、試技を見せたりして、慣れの運動の段階から次の技につなげることへの意識を定着させる。

思考をはたらかせて課題を解決する場面【活用する学習資料】

教師の関わり方

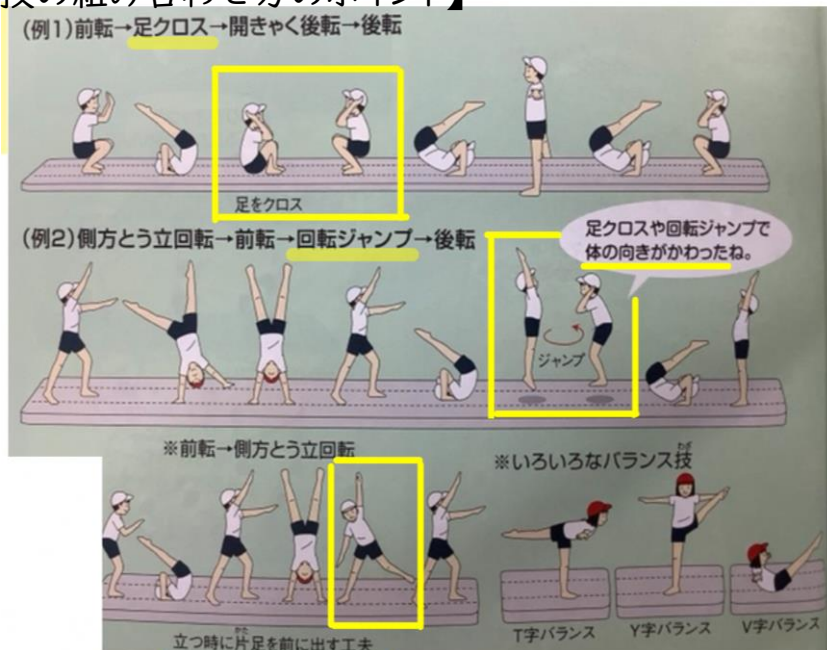
③ 単元を通して【技の組み合わせ方のポイント】

- ・単元のゴールの技の組み合わせのイメージを共有したり、目指す姿が具体的にになったりするように単元の導入の場面から技の組み合わせ方を提示する。
- ・組み合わせることを意識した単技やユニット、技の組み合わせの練習になっているか、単元のゴールを再確認する場面においても活用する。

【技の組み合わせ方のポイント】



【技の組み合わせ方のポイント】



- ・単元の導入では、提示した組み合わせの例を実際に見せ、小学校最後のマット運動で目指す姿のイメージを持つことができるようにする。
- ・技の終わりの姿勢と次の技の始まりの姿勢がつながることや、組み合わせる技と技をジャンプやバランス、クロスなどでつなぐと組み合わせになることを声かけしたり試技で見せたりする。
- ・高めタイムで単技の練習をする前後や慣れの運動を行う前後にジャンプやバランス、クロスを入れて行うことで、技の組み合わせ方のポイントを常に意識できるようにする。

思考をはたらかせて課題を解決する場面【活用する学習資料】

教師の関わり方

④ ユニットタイム・組み合わせタイム【ログノート・ポイント確認カード(本時活用)】

・単元を通して、自分ができるようになったことを記録したり、自分が目指したい組み合わせを可視化したりするログノートを作成する。第3時からユニット作りに入るため、自分が目指したい技の組み合わせを考え、ログノートに残しておく。自分が目指したい姿を明確にすることで、技を高めたり、ユニットや組み合わせ方を工夫したりする活動に主体的に取り組むことができると考える。

My study log ~学びの足あと~

64オリンピックのGOAL My技の組み合わせ

進む方向→

開きやく後転 開脚後転 ジャンプで足を閉じる

側方倒立 回転 T字バランス 前転 とび前転 半転ジャンプ ロンダート

←折り返した後の方向

【ログノート】

・児童が考えている技の組み合わせ方を把握する。児童が困り感を抱くようなことを予測して授業中に声をかけたり、技の終わりや技の始めが繋がるときの組み合わせになっているか聞いたり、どのようにするとよいか助言をしたりする。

・技の組み合わせ方をお互いに見合う時、組み合わせのポイントを確認することで、課題を見付ける手立てにする。【ポイント確認カード】

・お互いの組み合わせを見合う視点を教師と確認してからグループ活動に入る。

ポイント	確認すること	できていたらO
① 流れる ポイント	<p>技の終わりの姿勢が次の技の始めの姿勢になっている</p> <p>ユニットなど技を連続で行う時に、 とちゅうで止まらず、流れるようにする</p>	
② つなぐ ポイント	<p>マットのはじからはじまでを使っている</p> <p>クロス・ジャンプが 次の技のはじめ方に つながっている</p> <p>次の技が後転だから～で体の向きを変える</p>	
③ メリハリ ポイント	<p>つま先・ひじ・ひざが 伸びている</p> <p>※技や技のどちゅう経過によつては伸びてはまらないものもあります。</p>	
	<p>ポーズ・バランスの姿勢 で3秒止まる</p> <p>足を閉じるポーズや技でもも・ひざ・足首の内側が つくようにしている</p>	

・課題をとらえることができたなら、その課題をどのようにすると解決できるか、グループで考えるように促す。その際、本時までには活用してきた学習資料や振り返りをいっつも振り返ることができるようにする。

10 本時目標

友達と考えを伝え合って、よりよい技の組み合わせ方を考え、課題解決することができる。

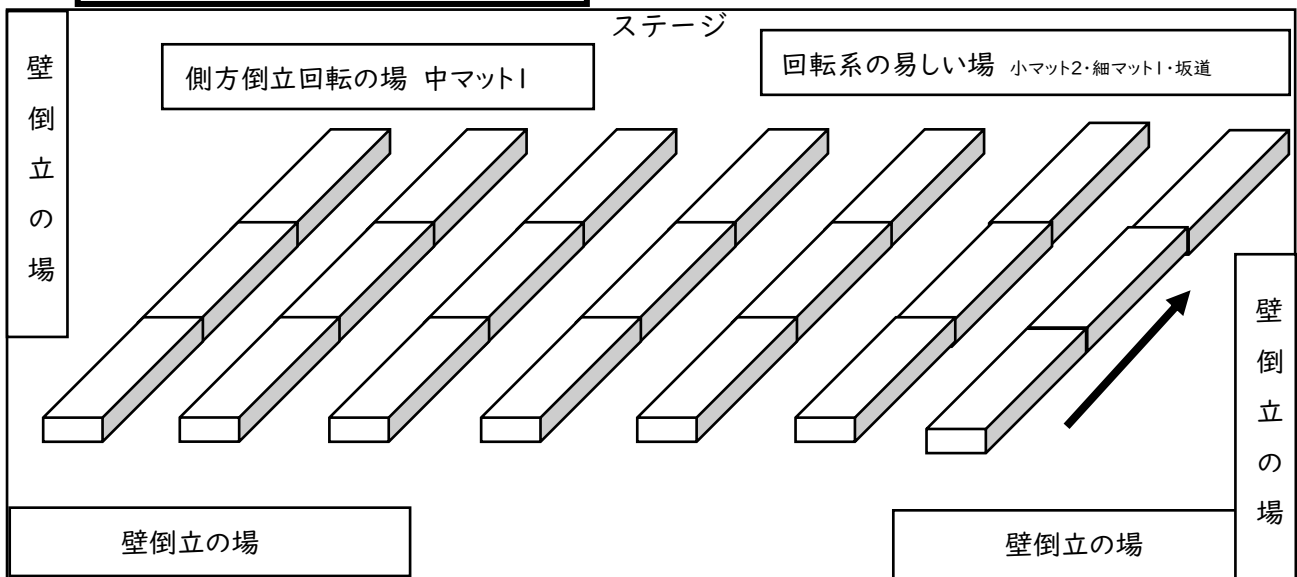
11 本時展開(6/8) タブレット1人1台

学習内容	評価(☆)手立て(○)
<p>1 本時のねらいの確認</p> <p style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px;">友達と学び合いながら、よりよい技の組み合わせを考えよう。</p>	
<p>2 場の準備</p> <p>3 準備体操</p> <p>4 慣れの運動(5分)</p> <p>・本時の主運動につながる慣れの運動③に取り組む。</p> <p>5 主運動</p> <p><u>高めタイム・ユニットタイム(個人5分)</u></p> <p>・組み合わせの中に選んだ技やユニットの動きの確認をする。</p> <p>【活用する学習資料】</p> <p>・技のポイント集(タブレット)</p> <p>・ロイロノート提出箱に提出した技ごとの課題解決ポイント(タブレット)</p> <p><u>組み合わせタイム①(グループ7分)</u></p> <p>・ポイント確認カードをもとに自他の技の組み合わせ方を見合ったり、気付いたことを伝え合ったりして、グループで課題解決する。</p> <p>【活用する学習資料】</p> <p>・ポイント確認カード(紙面)</p> <p><u>中間の振り返り(クラス全体3分)</u></p> <p>・ポイント確認カードをもとにどのように課題解決をしたのか、全体で共有し、組み合わせタイム②の活動につなげる。</p> <p><u>組み合わせタイム②(グループ7分)</u></p> <p>・中間の振り返りを生かして、一人ひとりの組み合わせの課題を解決する。</p>	<p>○マットの運び方や置き方など、安全面を考慮して準備できるように掲示物で示したり、声をかけたりする。</p> <p>○本時で使う部位を中心に準備体操をする時、どの動きの時に使う部位か意識できるように声をかける。</p> <p>○本時の主運動につながる慣れの運動を選び、技を組み合わせることを意識しながら行うことができるようにする。</p> <p>○より美しい技にするためのポイントを確認し、高めタイムに取り組むことで、どの児童も主体的に取り組むことができるようにする。</p> <p>○これまでに児童自身が気付いた単技の課題解決ポイントをロイロノートの提出箱から共有できるようにすることで、自分に合った課題解決の方法を見付け、思考をはたらかせながら課題を解決することができるようにする。</p> <p>○組み合わせタイムに入る前に、ポイント確認カードを全体で共有し、見合いの視点を明確にする。そうすることで課題に気付き、解決に向けて考えたり、伝え合えたりできるようにする。(紙面)</p> <p>○技の組み合わせの例を提示しておくことで、課題を解決する時の手立てとする。(ロイロノート・掲示物)</p> <p>○中間の振り返りでは、技の組み合わせに向けてグループで課題解決していた例を取り上げ、ポイントをおさえながら課題解決するイメージを共有する。その結果、組み合わせタイム②のグループ活動の充実を図る。</p>

<p>6 本時の活動の振り返り、次時のめあての設定</p>	<p>○見合いのポイントに沿ってお互いの組み合わせをよりよくしていた児童を取り上げ、本時のめあてに向かって活動していた児童を取り上げ、価値付けする。</p> <p>○次時につながることを振り返っている児童を取り上げたり、課題解決に向かう学び合いができていたグループを取り上げたりして、次時の見通しや意欲をもてるようにする。</p> <p>○けがの有無を確認する。</p>
<p>7 整理運動</p>	
<p>8 用具や場の片付け</p>	<p>○マットの運び方や置き方など、安全面を考慮して片付けができるように掲示物で示したり、声をかけたりする。</p> <p>☆単技の出来栄やユニットのつながり、技の組み合わせ方の工夫など、課題の解決のために自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。</p> <p style="text-align: right;">(思考・判断・表現)</p> <p>☆技や演技を行うなかで分かったことを伝えたり、課題の解決方法を工夫したりする際に、友達の考えや取組を認めようとしている。</p> <p style="text-align: right;">(主体的に学習に取り組む態度)</p>

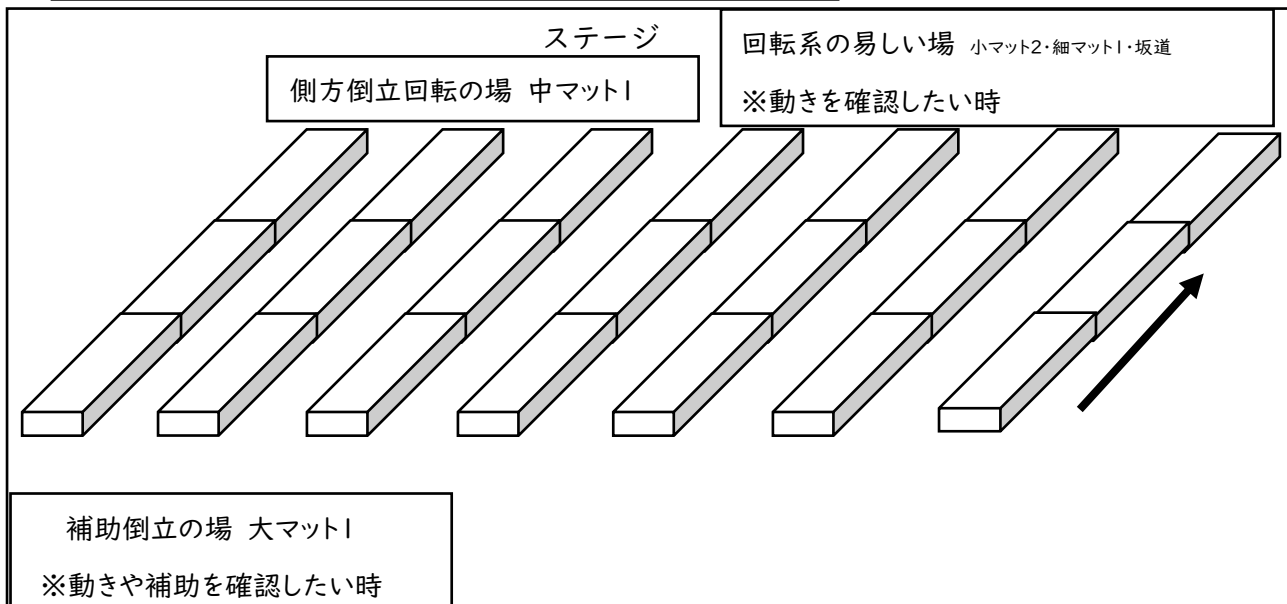
12 場の設定

第1・2時 単技に取り組む時



第3時以降

ユニット練習、技の組み合わせの場



13 学習指導計画（別紙参照）

14 その他の学習資料

【高めタイムで活用する 技のポイント集(ロイロノート)】

**体をマットに
順々につく回転系
技のこつ**

- ⊕ 安定した前転
- ⊕ とび前転
- ⊖ 開きやく前転
- ⊕ 安定した後転
- ⊕ しんしつ後転
- ⊕ 開きやく後転

起上がりできない
【重ねマットの場】
着地の場所を狭くすることで、起き上がる感覚をつかもう！
※開いてきた裏はマットの枚数を減らそう！

足を開くタイミングが分からない
【大きなゆりかごの場】
※つま先が顔の前を過ぎた時に
一気に脚を開こう！

**倒立系
倒立+回転系
技のこつ**

**手や足の支え
を使う回転系
技のこつ**

- ⊕ 補助とう立・とう立
- ⊖ 補助とう立前転・とう立前転
- ⊕ 側方とう立回転
- ⊕ 倒立ブリッジ
- ⊕ ロンダート
- ⊕ 頭はね起き

とう立姿勢が安定しない
【安定した壁とう立の場】
①空中でかかとをそろえる
ようにふわっと上がる
空欄にしている
かかとの位置を高くする
③足をそろえてつま先まで
伸ばし、壁から2秒はなす

前転するタイミングがつかめない
【壁登りとう立の場】
壁登りとう立の場
壁登りとう立の場
壁登りとう立の場

※ポイント集の技ごとに技のコマ送り、動画、易しい場を見ることができるようにする。

補助とう立前転

※補助する人
最初は、ここまで手をそえてあげると
技を行う人が安心するよ！

★あごを出して
指の先を見ながら
とう立する。

補助する子どもは
先にあがってくる
足の方に立つ。

とう立前転

せ
背中から
丸めよう。

肩 → 背中 → 腰

とう立前転

マットをよく見て、手でしっかりと支える。

とう立姿勢が安定しない

【安定した壁とう立の場】

- ① 空中でかかとをそろえる
ようにふわっと上がる
- ② 壁についている
かかとの位置を高くする
- ③ 足をそろえてつま先まで
伸ばし、壁から2秒はなす

前転するタイミングがつかめない

【壁登りとう立の場】

- ① お腹を壁側にして
とう立姿勢になる
- ② 壁から足をはずす
- ③ 体がたおれそうになったら
あごをひいてひじを曲げて
前転しよう。

背中から丸めよう。

【学習計画】

見る する 知る 支える

⑥最高学年のマット運動GOAL 10/26

64オリンピック
字数が終わった時、どんな自分になっていたか

10/25 ⑥の学びをいかに組み合わせを完成!

10/22 ⑥友達と学び合い支え合い組み合わせをよよくしよう。

③④の学び ⑤とMy組み合わせにいかそう?

④ ユニットx2でつなぐポイントを意識しよう。

③ ユニット作りが流れるポイントを意識しよう。

② 幼女系の技のポイントを知ろう。

① 技の学習時合わせも意識した小量の運動回転系技のポイントを知ろう。

クラス目標【64商店街】
マット運動の学習が終わった時、どんな64になっていたか

あいつ 友から学ぶ姿勢

目合わせる 温かい拍手

最後まで聴く 自分と友のよさを大切にす

十思考

一つの技を連続2回

つながり

流れる

ハリ

ゆる

ハリ

【振り返りの視点を絞った学習カード】

体育カード 【マット運動】

1/8 今日のためあて

①～ができた！ これまでより少しでもステップアップしたこと	②動きのこつを知った！ 分かった！気が付いた！	③次回身に付けたいこと ～という工夫をして、 ～～（自分の課題）を解決する！
🔥視点をしばって振り返ろう🔥 どの瞬間・体のどこをどの様に動かした・どんな強さ・どんな速さ・どんな大きさ・数は…など具体的に。書いたことに関する動画や写真をはるのもOK!		
友達学び日記 🔥どのように協力したか・どのような対話をしたか・友達から学んだこと…など🔥		