

体育科学習指導案

東広島市立小谷小学校 中野 竜也

1 学 年 第2学年

2 単 元 基本の運動（器械・器具を使つての運動）－マット遊び－

3 単元について

マット遊びは、「基本の運動」器械・器具を使つての運動の中に含まれる単元である。マットで体を丸めてまたは反らせて前後に揺さぶったり（例：ゆりかご、舟こぎ）、いろいろな方向（例：前後、左右、斜め前後）にいろいろな形（例：体を伸ばして、体を丸めて）で転がったりして、空間における逆位・回転などの身体支配能力を養い、楽しく遊べるようにする単元である。第4学年からの器械運動におけるマット運動につながる単元であるが、低学年の心身の発達特性から考えて、技能の習得に直接目をつけるのではなく、いろいろな方向へいろいろな形態で転がったり、逆さになったりする運動を十分に経験させ、回転や逆さの感覚を養っていくことが大切である。

本学級の児童は、アンケートの結果、全員が体育が「大好き」あるいは「好き」と答えている。マット運動については、19人が「大好き」16人が「好き」5人が「きらい」と答えている。好きな理由としては「転がるのが楽しい、おもしろい」というものがほとんどであった。苦手な技としては、後ろ回り、側転、倒立と答えた児童が多い。マット遊びについては、1年生の時に跳び箱遊びと合わせた形で経験している。この学習では、跳び箱を越えてからマット上で回転するようにしたため、動きは前回りをする児童がほとんどであり、いろいろな方向への回転感覚や、逆さ感覚が十分身に付いているとは言えない。また、似たようなコースを何度も試技させたため、最初は意欲的に取り組んだが、次第に意欲が薄らいでいく児童も見られた。

指導に当たっては、いろいろな方向へいろいろな形態で回転する運動や逆さになる運動を経験させたい。そのために、多様な場づくりを工夫する。また、技の習得を直接的な目標とするのではなく、楽しんで運動に親しむことができるような学習を仕組み、楽しみながら何度も転がったり、逆さになったりする中で技能の向上を図っていく。さらに、一人一人の「この技をしてみたい、この技を上手になりたい」という思いや願いを大切にするとともに、友達と触れ合ったり、競ったりする場を設定し、楽しく学習を展開できるようにしたい。

4 単元の目標

- マットの上でいろいろな動きに挑戦し、楽しく遊ぶことができるようにする。
- マットの出し入れの分担を決め、協力して準備や後片付けができるようにする。
- マットの使い方や運動の仕方のきまりを守って、安全に仲良く運動できるようにする。

5 指導計画

1	2	3	4	5 (本時)	6	7	8
オリエンテーション	集 合 , 用 具 の 準 備						
	セット運動 (アザラシさん, 馬さんあるき, まるたころがり, ブリッジ, ゆりかごなど)						発表会
	ねらい1 今できる運動で, 友達と競争したり, 続けて回ったり, 組み合わせて回ったりする。 ☐ 班の人と遊ぶ(いろいろな場をローテーション) ☐ 場を選んで, 競争したり回ったりする。 ねらい2 少し努力すればできそうな運動に挑戦する。 ☐ 場を選んで, 自分ができるようになりたい運動に挑戦する。						
	・今, 自分が できる遊 びを確か める。						
・遊ぶ時の約 束やマナ ーを知る。							
まとめ (学習カードの記入, 次時の予告等)							

6 本時の目標

- 自分ができる遊びで, 楽しく友達と競ったり, 続けて回ったり, 組み合わせて回ったりできる。
- 少し練習すればできそうな新しい動きに挑戦することができる。
- 人の動きをよく見てまねたり, 声かけをしたりすることができる。

7 準備物

マット, ゴムひも, 支柱, 坂マット, 跳び箱, 踏切板, ロングマット, 遊び方ヒント, 運動の紹介カード

8 本時の展開 (本時5 / 8)

学 習 活 動	指 導 ・ 支 援 活 動
1 集合, 整列, あいさつをする。 2 場の準備をする。 3 準備運動をする。 <セッティング運動> アザラシさん, 馬さんあるき, まるたころがり, ブリッジ, ゆりかごなど 4 めあて1に取り組む。	☐ 本時の流れを説明する。 ☐ 班ごとに協力してすばやくマットの準備をさせる。仕事分担を決めておき時間がかからないようにする。 ☐ 音楽に合わせてしたり, ゲーム的要素を取り入れたりして, 意欲的に取り組めるようにする。
めあて1 今できる運動で, 友達と競争したり, 続けて回ったり, 組み合わせて回ったりする。	

- ・ してみたい運動ができる所に行き、相手を見つけて競争したり、自分の技を磨いたりして楽しむ。

・ 横ころがり遊び ・ 前ころがり遊び
 ・ 後ろころがり遊び ・ 逆立ち遊び
 ・ 側方ころがり遊び ・ 組み合わせた
 マット遊び など

- めあて1を確認する。
- それぞれの場所の「遊び方ヒント・運動の紹介」を参考にして運動できるようにする。
- 意欲のわきにくい児童に声かけをする。

5 めあて2に取り組む。

めあて2

少し努力すればできそうな運動に挑戦する。

- ・ 自分が挑戦したい運動を決め、学習カードに記入する。

〔どんな運動を〕～〔どういうふうに〕
 (例) 前回りを ～ まっすぐに

- ・ 挑戦する運動ができる場所に行き、運動する。

- めあて2を確認する。
- 自分のめあてをはっきりさせるよう声かけをする。
- 挑戦したい運動別にグループ分けをする。
- お互いに見合い、声をかけ合うことの大切さを理解できるようにする。
- 自分の力に合っためあてや場を選んでいるか、観察し確認する。
- つまづいている児童にアドバイスや補助をする。

6 後片付けをする。

7 まとめをする。

- ・ 本時の学習を振り返り、学習カードに記入する。

- みんなが協力してできるように声をかける。
- 楽しく活動できた児童を賞賛し、その理由を考えさせる。