

単元名	「器械運動」(マット運動) マットの達人になろう!
学校・学級	三原市立田野浦小学校 第3学年

## 1 要 旨

### (1) 児童の実態

本学級の児童は、全体的に体を動かすことを好み、ほぼ全員が休憩時間には鬼遊びやドッジボールなどの外遊びを楽しんでいる。これまでの学習では、いろいろな運動に意欲的に取り組もうとする姿や友達にやり方を教えたり応援したりする姿が多く見られた。

運動への意識や知識・技能に関する実態調査の結果は以下のとおりである。

運動への意識に関する実態調査結果

項目	肯定的回答(人)	主な理由
体育の授業は好きですか。	38 / 40	体を動かすことが好きだから。 いろいろな運動ができるから。 運動が苦手だから。
マット運動は好きですか。	28 / 40	転がったり逆さになったりするのが楽しいから。 いろんな技ができるから。 こわいから。 うまくできないから。

運動の知識・技能に関する実態調査結果

項目	規準到達児童(人)	規準に到達できなかった児童の様子
後ろ転がりができる。	32 / 40	回転の勢いが足りない。 横に倒れてしまう。
壁登り逆立ちができる。	34 / 40	両手で支えることができず、すぐに崩れる。

### (2) 指導上の留意点

#### 学習形態・かかわり合い

かかわり合いを多く持てるようにするために、単元を通して同じグループ(マットを使った運動遊びの技能、リーダー性、友達関係等を考慮した異質集団)で活動させる。

マット運動に対する恐怖心や苦手意識を取り除けるようにするために、それぞれの動きをスモール・ステップで練習させたり、易しい場を設定したりする。

マット運動の基礎的な感覚を身に付けさせるために、ゆりかご、ブリッジやかえるの逆立ちなどを継続的に家庭学習に取り入れる。また、授業の始めにも「慣れの運動」として毎時間行う。

それぞれの動きのポイントに気付けるようにするために、よい動きができていない児童の動きとうまくできていない指導者の動きについて、視点を与えながら比較させる。

児童同士でアドバイスができるようにするために、動きのポイントを示したパネル(写真付き)をマットの近くに設置する。

## 2 本単元の目標

- (1) マット運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、回転系や巧技系の基本的な技をすることができる。【知識及び技能】
- (2) 自己の能力に適した課題を見付け、技ができるようになるための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができる。【思考力、判断力、表現力等】
- (3) マット運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や器械・器具の安全に気を付けたりすることができる。【学びに向かう力、人間性等】

## 3 学習活動に即した評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
前転の行い方を理解するとともに、その動きを身に付けている。 易しい場での開脚前転の行い方を理解するとともに、その動きを身に付けている。 後転の行い方を理解するとともに、その動きを身に付けている。 開脚後転の行い方を理解するとともに、その動きを身に付けている。 壁倒立の行い方を理解するとともに、その動きを身に付けている。	技のできばえを視覚的に振り返り、自己の能力に適した課題を解決しやすい練習の場を選んでいる。 技のできばえを友達に伝えている。	きまりを守り、誰とでも仲よくマット運動に進んで取り組もうとしている。 互いの動きを見合ったり補助をし合ったりして、技がうまくできたときの動き方や気付いたことなどを伝え合う際に、友達の考えを認めようとしている。 場や器械・器具の安全を確かめようとしている。

本単元は、学習指導要領等に関する移行期間中に、新学習指導要領による指導を先行して行う際の評価基準を設定しています。なお、評定については、現行学習指導要領の下の評価規準に基づいて行います。

#### 4 本時の展開

(1) 本時の目標

友達と動きを見合って練習し、後転のポイントをもとに動き方や気付いたことなどを伝えている。  
【思考力、判断力、表現力等】

(2) 準備物

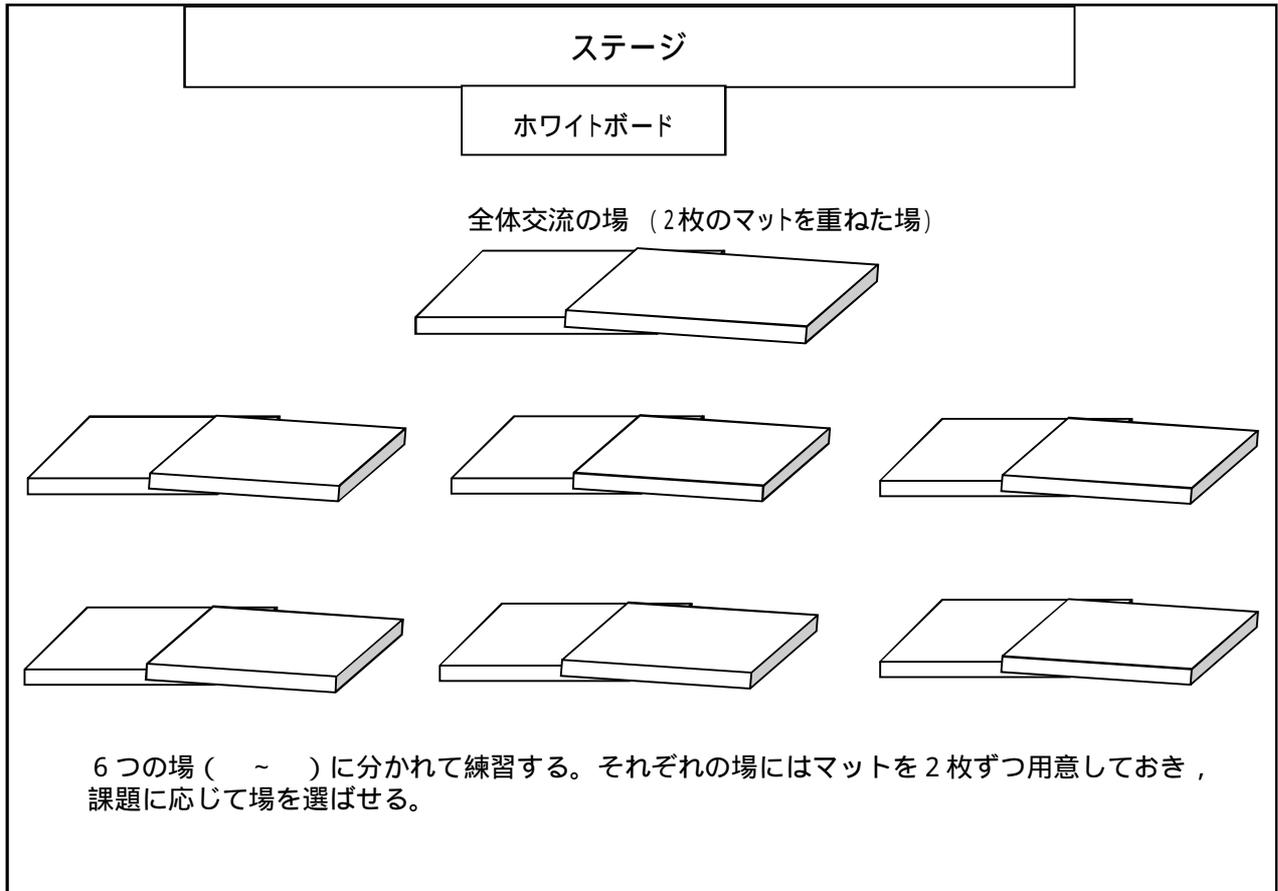
マット、フライングディスク(尻を着く位置の目印用)、動きのポイントを示したパネル、リズム太鼓、ホワイトボード、筆記用具、学習カード

(3) 学習展開

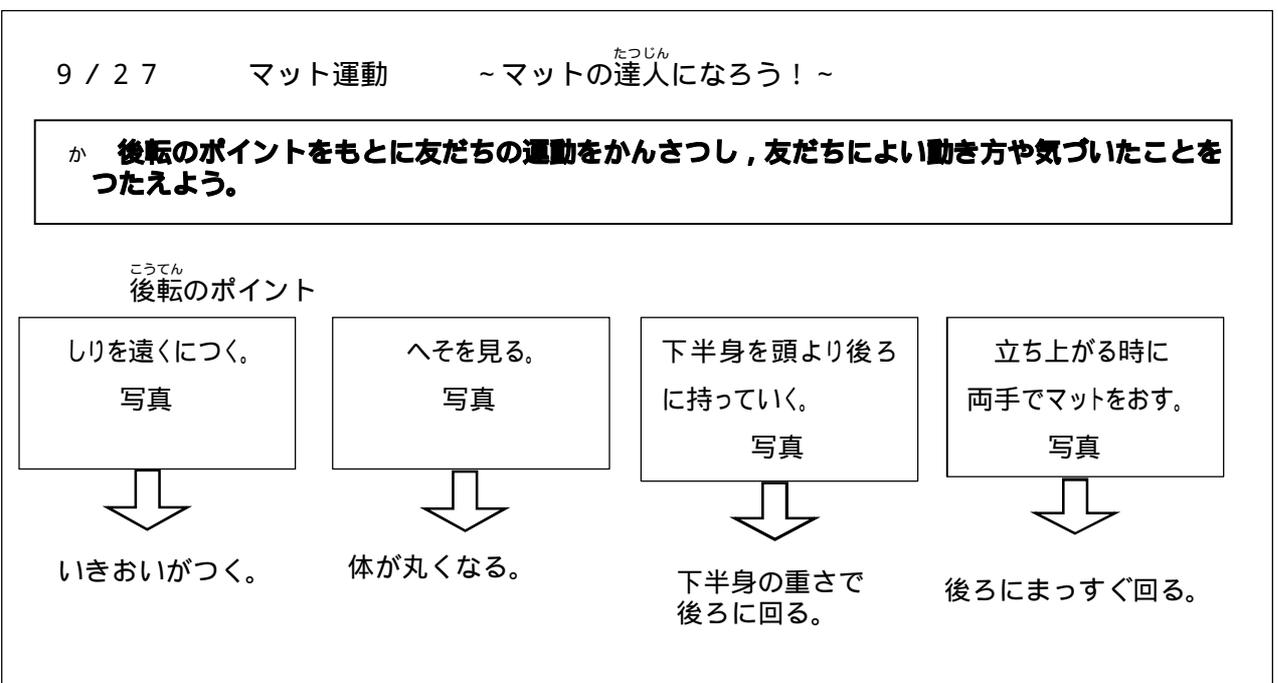
学 習 活 動	指導上の留意事項 重点的指導法 努力を要する児童への手立て	評価規準 (評価方法)
<p><b>1 学習の準備をする。(8分)</b> 場の準備をする。 準備運動と慣れの運動をする。 ・手首, 首 ・による転 ・かえるの足うち ・ブリッジ ・背支持倒立 ・いろいろなゆりかご</p> <p><b>2 学習の進め方と学習課題の確認をする。(3分)</b> 後転のポイントを確認する。 ・尻を遠くに着く。 ・へそを見る。(背中を丸める。) ・両手でマットを押す。</p>	<p>・安全に気を付け、グループで協力しながら準備するよう声かけを行う。 ゆりかごでマットに両方の手のひらを実際に着ける練習を繰り返し行わせることで、後転が苦手な児童が感覚をつかめるようにする。</p> <p>前時に見付けた後転のポイントを全体で確認し、ポイントが意識できるようにする。</p>	
<p><b>後転のポイントをもとに友だちの運動をかんさつし、よい動き方や気づいたことを伝えよう。</b></p>		
<p><b>3 動きのポイントに気を付けながら、グループごとに後転を練習する。(15分)</b> グループごとに練習する。 ・ふつうの場で(マット1枚) ・2枚重ねたマットの場で</p> <p><b>4 友達のよい動きを見る。(4分)</b> よい動きをしている児童の動きを全体で見る。</p> <p><b>5 全体で交流したことをもとに、後転を練習する。(10分)</b></p>	<p><b>友達の動きを見る場所を確認し、全員がポイントに気を付けながら友達の動きを見ることができるようになる。</b></p> <p>・友達の動きのできばえについて、学習カードに記入することを確認する。 ・友達にうまく声かけができていない児童をしっかりと称賛する。 ・各グループにマットを2枚用意しておき、課題に合わせて、ふつうの場と二枚重ねた場を設定できるようにする。 自分の課題に合った練習の場を選ぶことができていない児童には、再度自分の課題を想起させ、適切な場を選ぶことができるよう助言する。</p> <p>・試技する児童には、自分の課題を全体に伝えてから技を行わせ、見ている児童が友達の動きのできばえを伝えられるようにする。</p> <p>・後転のポイントが意識できているかどうかをアドバイスし合うよう促す。 ・友達にうまく声かけができていない児童やグループをしっかりと称賛する。</p>	<p>後転のポイントに気を付けながら友達の動きを見合い、よい動き方や気付いたことを友達に伝えたり、学習カードに書いたりしている。 (行動観察・学習カード)</p>

<b>6 本時のまとめを行う。(5分)</b> 本時のまとめを行う。 学習カードの記入をする。 場の片付けをする。	・安全に気を付けながら、グループで協力して片付けるよう声かけを行う。	
--	------------------------------------	--

## 5 場の設定



## 6 板書計画



7 指導計画 (全8時間)

時間	1	2	3	4	5	6 (本時)	7	8
評価規準	<p>○ きまりを守り、誰とも仲よくマット運動に進んで取り組もうとしている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度(行動観察・学習カード)】</p>	<p>○ 壁倒立の行い方を理解するとともに、その動きを身に付けている。</p> <p>【知識・技能(実技・学習カード)】</p>	<p>○ 前転の行い方を理解するとともに、その動きを身に付けている。</p> <p>【知識・技能(実技・学習カード)】</p>	<p>○ 易しい場での開脚前転の行い方を理解するとともに、その技を身に付けている。</p> <p>【知識・技能(実技・学習カード)】</p>	<p>○ 後転のできばえを視覚的に振り返り、自己の能力に適した課題を解決しやすい練習の場を選んでいる。</p> <p>【思考・判断・表現(行動観察・学習カード)】</p>	<p>○ 後転のできばえを友達に伝えている。</p> <p>【思考・判断・表現(行動観察・学習カード)】</p>	<p>○ 開脚後転の行い方を理解するとともに、その動きを身に付けている。</p> <p>【知識・技能(実技・学習カード)】</p>	<p>○ できる技を繰り返したり組み合わせたりすることができる。</p> <p>【知識・技能(実技・学習カード)】</p>
準備運動	準備運動, 慣れの運動							
学習内容	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p style="text-align: center;">マットの達人になろう!</p> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 12%; border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>マットを使いたいいろいろな運動遊びをしよう</p> </div> <div style="width: 12%; border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>ポイントに気を付けて壁倒立を練習しよう</p> </div> <div style="width: 12%; border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>ポイントに気を付けて前転ができるようになろう</p> </div> <div style="width: 12%; border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>ポイントに気を付けて易しい場での開脚前転に挑戦しよう</p> </div> <div style="width: 12%; border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>自分の課題に合った場を選んで後転を練習しよう</p> </div> <div style="width: 12%; border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>後転のポイントをもとに友だちの運動をかんさつし、よい動き方や気づいたことをつたえよう</p> </div> <div style="width: 12%; border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>ポイントに気を付けて開脚後転ができるようになろう</p> </div> <div style="width: 12%; border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>技を繰り返したり組み合わせたりしよう</p> </div> </div>							
振り返り	<p>○ 今日の学習について振り返り、学習カードに書く。</p>	<p>○ 壁倒立の学習について振り返り、学習カードに書く。</p>	<p>○ 前転の学習について振り返り、学習カードに書く。</p>	<p>○ 易しい場での開脚前転の学習について振り返り、学習カードに書く。</p>	<p>○ 後転の学習について振り返り、学習カードに書く。</p>	<p>○ 本時の学習について振り返り、学習カードに書く。</p>	<p>○ 開脚後転の学習について振り返り、学習カードに書く。</p>	<p>○ マット運動の学習について振り返り、学習カードに書く。</p>