

保健体育科 学習指導案

神戸市立有野中学校 梶本 明奈

三笠 雄志

- 1 日 時 平成 21 年 10 月 30 日(金) 5校時 体育館
- 2 学 年 第2学年 1・2組 80名 (男子40名 女子40名)
- 3 単元名 器械運動 (マット運動)
- 4 内 容

・ 教材観

器械運動は、マット・鉄棒・平均台・跳び箱を使った「技」によって構成されている運動であり、どの種目にも特性に応じて多くの「技」がある。自己の能力に適した技に挑戦しその技ができる楽しさや喜びを味わうことができる。

マット運動では、マット上で自己の体の動かし方や練習の方法を学習し工夫することが大切である。

回転系、功技系などの技1つ1つに難度があり、その中から自己の能力に適した技を選択し練習をすることができる。平衡感覚や瞬発力など運動の基本となる能力を身につけることができる。

しかしマット運動は、「好き」「嫌い」がはっきりしているため、「できない」と苦手意識を持ちやすい単元でもある。そのため、仲間と協力しあうことによって、互いに指摘し、自己の課題に応じた練習の工夫を共に行うことにより、グループ内での喜びや達成感を味わうことができる。

・ 生徒観

勝敗が明確な陸上競技や球技は、生徒にとって目標が定めやすく、技能の習得度に関わらず楽しむことができるが、器械運動においては技ができることが、学習活動を楽しむための要素であるため、生徒の学習意欲が高まりにくい。しかし、技ができるようになることで、達成感を味わい、さらに難度の高い技へ挑戦する意欲が出てくる。また、自分のできる技、できていない技などが把握しやすく、友人と見せ合いながら互いにアドバイスをすることができるため、授業での取り組みが進むにつれ、「技ができるようになりたい」という意欲が高まっていく種目である。

・ 指導観

器械運動は「できる」「できない」の結果が明確にあらわれる種目である。「できた」という喜びを味合わせるためにも、それぞれ自己の能力に適した技を選択し、個々の技ができるようにするとともに、よりよくできるように練習を工夫しながら技能を高めさせていきたい。器械・器具を用いて学習したり練習していくことから、仲間と協力しあうとともに器械・器具を点検し安全を確認しながら練習することを常に心がけさせる。

5 単元の目標

- ① 自己の能力に応じて、適切な課題をもち、その課題解決にむけて練習を工夫することができる
- ② 積極的に練習に取り組み、新しい技に挑戦する楽しさを味わう
- ③ 技の名前を覚え、その練習方法を理解する。
- ④ 安全な学習活動ができる。

6 本時の目標

- ① 連続技をスムーズに行うことができるようにする
- ② 仲間の演技を観察しアドバイスする。

7 ながれ

(9/11時間)

段階	学習内容	学習活動	活動の留意点(●)、評価(◎)、教師の支援(◇)
導入 (10分)	1 準備運動 ・ストレッチ運動	1 準備運動を行う ・ランニング ・ストレッチ運動 ・補強運動(かえる逆立ち・ブリッジ)	◇ランニングは元気よく走らせる ◇マット運動により効果がでるように声かけをする 『筋肉が伸びてる感覚を感じよう』など
	2 整列・挨拶 3 課題の確認	3 本時の学習内容 ① 前時の課題から、取り組む連続技の確認 ② 連続技をスムーズにする練習 ③ 相互評価による確認と練習	◇出欠と健康状態を把握する ◇できていないところを確認させる ◇スムーズにできない原因を考えさせる ◇お互いの様子を確認させ、技能向上に取り組ませる
展開 (35分)	4 課題の解決	4 ① 連続技をスムーズにする練習 ・グループにわかれ、連続技の練習に取り組む ② 相互評価による確認と練習 ・互いに観察しあい、評価カードを使って連続技のでき具合を確認する	◇連続技を上手につなげるためには、一つ目の技の終了姿勢が大切であることを伝える ◎課題を理解しているか ・技のつながりの部分を中心に練習する ◇互いにアドバイスをすることで、理解を深めさせる ◎友人の連続技の様子を正しく伝えられているか。 ・互いによいアドバイスを心がける ・互いに連続技の様子について話し合う ・アドバイスを生かし練習を繰り返す
	5 本時の学習のまとめと反省 6 整列・挨拶	本時のまとめ ・評価カードから、次の課題を確認する	◇自分の連続技の様子を確認させる ◇課題についてアドバイスする

※特別支援の必要な生徒についての手立てとして、援助を行う教諭(2名)とともに指導を行う。