第３学年Ｂ組　保健体育科学習指導案

日　時：１０月３０日（金）
　　１３：００～１３：５０
場　所：体育館
授業者：岩田　圭太

（１）単元名　器械運動　「マット運動」

（２）ねらい

倒立の姿勢から倒れ始めるタイミングでゆっくり肘を曲げ、あごをひいて滑らかに回転することができるようにする。

（３）本時における体育科で目指す生徒の姿

・より高い技術の習得に向けて、仲間とアドバイスしあったり動画を活用したりする中で、挑戦や修正を繰り返す姿

（４）展開（第４時／全９時）

過程	学習活動	研究に関わって
導入 見通しをもつ 課題を解決する 自己の学びを振り返る	○ドリル練習（カエルの足うち・壁倒立じゃんけん・前転・後転） ○全体計画会 倒立姿勢から滑らかな回転をしよう。 ・技術ポイントを共有する。 技術ポイント ★手首−肩−腰が一直線の倒立姿勢。 ★やや倒れかけたら、ゆっくり肘を曲げあごをひいて回転。（スーックルン） ★後頭部をついたら順次接触。 ○グループ会 ・前時の姿（倒立までの動き）をもとに、仲間同士の関わり（補助の仕方等）を確認する。 「倒立姿勢から前転までが滑らかじゃないから、補助倒立からタイミングをつかみたい。」 「スーックルンとなるように、倒立から足を送るような補助をしよう。」 ○前半練習 ・肘を曲げ、あごをひいて回転するタイミングを図るために補助倒立に取り組む。 ・グループごとに補助をしたり、様子を伝え合ったりしながら練習をする。 ○中間振り返り ・グループで撮影した動画をもとにアドバイスをし合う。 ・アドバイスをもとに後半練習に意識することを確認する。 ○後半練習（テスト会） ・中間振り返りをもとに練習し、段階表と見比べながらアドバイスをし合う。 「スーックルンの補助をしてもらったから、少しずつ肘を曲げてあごをひくタイミングがわかってきたぞ。」 ○グループ反省会 ・グループで一人ずつ試技と動画撮影を行い、段階表をもとに相互評価を行う。 ・今日は、○○さんの補助のおかげでスムーズに回るタイミングを掴むことができて、○点がとれた。次は補助なしでできるようになりたい。 ・まだ、肘を曲げるタイミングが掴み切れていないから、次回もう一回スーックルンの補助をしてもらって、タイミングを掴めるようになりたい。 ○全体反省会 ・課題に対し、挑戦や修正を行っていた生徒を価値づけ、次回の課題を確認する。 ○片付け	【研究内容1—②】 ・目指す姿（運動全体）と実態とを比較することで、生徒にとって必然のある課題につなげる。 【研究内容1—③】 ・段階を分けて、練習場所を準備し、選択できるようにすることで、一人一人の学びを支援する。 【研究内容1—②】 ・課題別練習やグループでの中間振り返りを位置付け、視点を示すことで、仲間と関わりながら試行錯誤する場面をつくる。 【研究内容2—①】 ・中間振り返りの様子を観察し、後半練習で何を意識するのか、必要に応じて助言する。 【研究内容2—②】 ・今日の成果とその要因を具体的に伝え合う時間を取ることで、自己の高まりを実感できるようにするとともに、次時への課題を明らかにする。 【評価規準】 知識・技能 倒れ始めるタイミングでゆっくり肘を曲げ、あごをひいて滑らかな倒立前転をすることができる。 【評価方法】 記述・発言・行動観察