

- 1 単元 マット運動
2 指導計画 (8時間完了)

1	2	3	4	5	6 (本時)	7	8
基礎的な動き・感覚づくり							
しゃがんだ姿勢から体を丸めて前方に回転し、回転の勢いを利用してしゃがみ立ちの姿勢になること				しゃがんだ姿勢から体を丸めて後方へ回転し、両手でマットを押してしゃがみ立ちの姿勢になること			

3 本時の指導

(1) 目標

友達の演技に、的確な助言をすることで、技の完成度を上げる支援をすることができる。

ICT活用のねらい

- ① 示範動画を継続して流すことで、いつでも技の確認ができるようにする。
② 演技を動画で撮影し、スロー再生することで、自分の課題を見付けやすくする。

(2) 準備

マット、ロイター板、タブレットPC、プロジェクター、ワークシート

(3) 指導過程

時間配分	学習活動	指導上の留意点
3分 5分 5分	1 準備運動をする。 2 前時までに学習した基礎的な動きを行う。 3 本時のめあてを確認し、後転のポイントを振り返る。	○ 手や首は念入りにストレッチさせる。 ○ 開脚するゆりかごでは、膝が頭の真上に来たら開脚させる。 ○ ポイントとなる場面で、動画を止めたり、スロー再生したりして解説を加える。
	<p>後転のポイント</p> <p>①お尻を遠くに置く ②体を丸めて後ろに転がる ③手を着いて、押しながら頭を抜く。</p>	
30分	4 後転の練習を行う。 (1) 後転のポイントとなる点について、友達の演技を見て助言する。 (2) 演技をする。 ※ (1)と(2)を繰り返し行い、途中、友達の演技を動画で見る時間をつくる。	○ 教師が児童の演技を撮影し、自身の動きを客観的に見せることで、課題を把握させる。 ○ 動画撮影を連続で行い、一人一人の演技をグループ全員で見て、助言し合えるようにする。 ○ 動画を見て助言し合った後、再度撮影し、変化を確認させる。
	<p>練習方法</p> <p>A～Dの各ポイントに児童を配置し、友達の演技を見ながら、適宜助言ができるようにする。</p> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>○ 後転</p>  </div> <div style="margin-left: 20px;"> <p>A…演技をし、助言を聞く。 B…おしりの位置を見る。 C…体が丸まっているか見る。 D…着手と頭の動きを見る。 ※A～Dを繰り返す。</p> </div> </div>	
	<p>評価事項</p> <p>友達の演技を見て、的確な助言をすることで、技の完成度を上げる手助けをすることができる。</p> <p style="text-align: right;">【動きの観察・ワークシートの記述】 (思考・判断)</p> <p>□…周りの友達の助言を参考にしながら、自分の意見を伝えられるようにする。 ☆…後転の示範動画を想起させ、自分が見るポイントに加え、他の部分についての助言もできるようにする。</p>	
2分	5 整理運動をし、振り返りをする。	○ 次時への課題をもたせる。