

期 日：令和元年11月22日（金）公開授業②

場 所：阿蘇市立一の宮中学校体育館

指導者：阿蘇市立一の宮中学校 教諭 志賀 貴文  
教諭 今村 文治

1 単元名 B 器械運動「マット運動」

2 単元について

(1) 単元観

本単元は、中学校学習指導要領（体育分野）の内容B「器械運動」を受けて設定したものである。

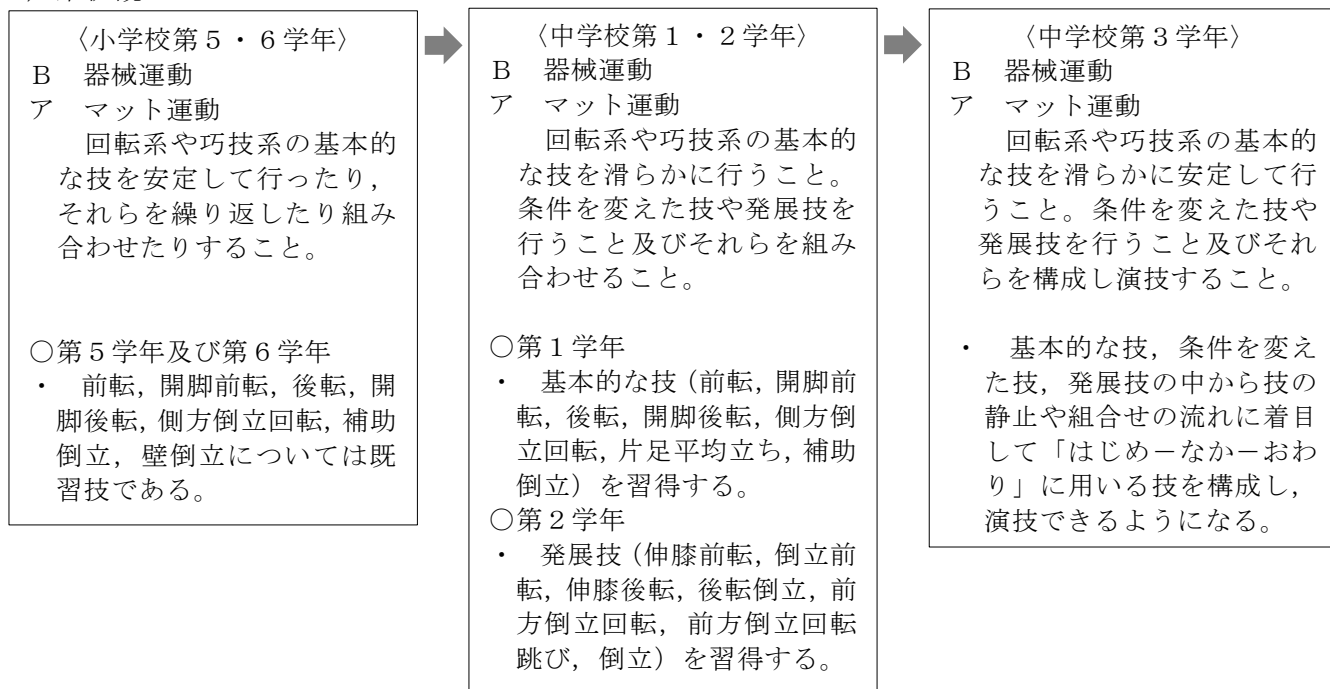
器械運動は、マット運動、鉄棒運動、平均台運動及び跳び箱運動で構成され、器械の特性に応じて多くの「技」がある。それらの技に挑戦し、技ができるようになる喜びを体で感じ取り、技の習熟を深めたり、他者と技のできばえを競ったりして達成感を味わうことのできる達成型の運動である。

中学校では、小学校の学習を受けて、技がよりよくできることや自己に適した技で演技することが求められる。第1学年及び第2学年では、技ができる楽しさや喜びを味わい、その技がよりよくできるようにするとともに、技能、体力の程度に応じて、条件を変えた技や発展技等、難易度の高い技に挑戦するなど、技のできばえの変化を追究する学習を進めていくことができる。

また、技ができることを目指して、できない技や新しい技に取り組み、その技の動きのポイントを理解し、動き方そのものに意識を向け、考えながら学習に取り組むことができる単元でもある。さらに、仲間の学習を援助したり、課題解決に向けて仲間に助言したりすることにより仲間との連帯感を高めることができる運動でもある。

器械運動は、生徒にとって技能を習得した実感を得られやすい単元である一方、技能が「できる」「できない」ということが明確である。そのため、活動の場や段階的な指導を工夫することにより、生徒の活動意欲や挑戦する気持ちを高めることが大切であると考えられる。

(2) 系統観

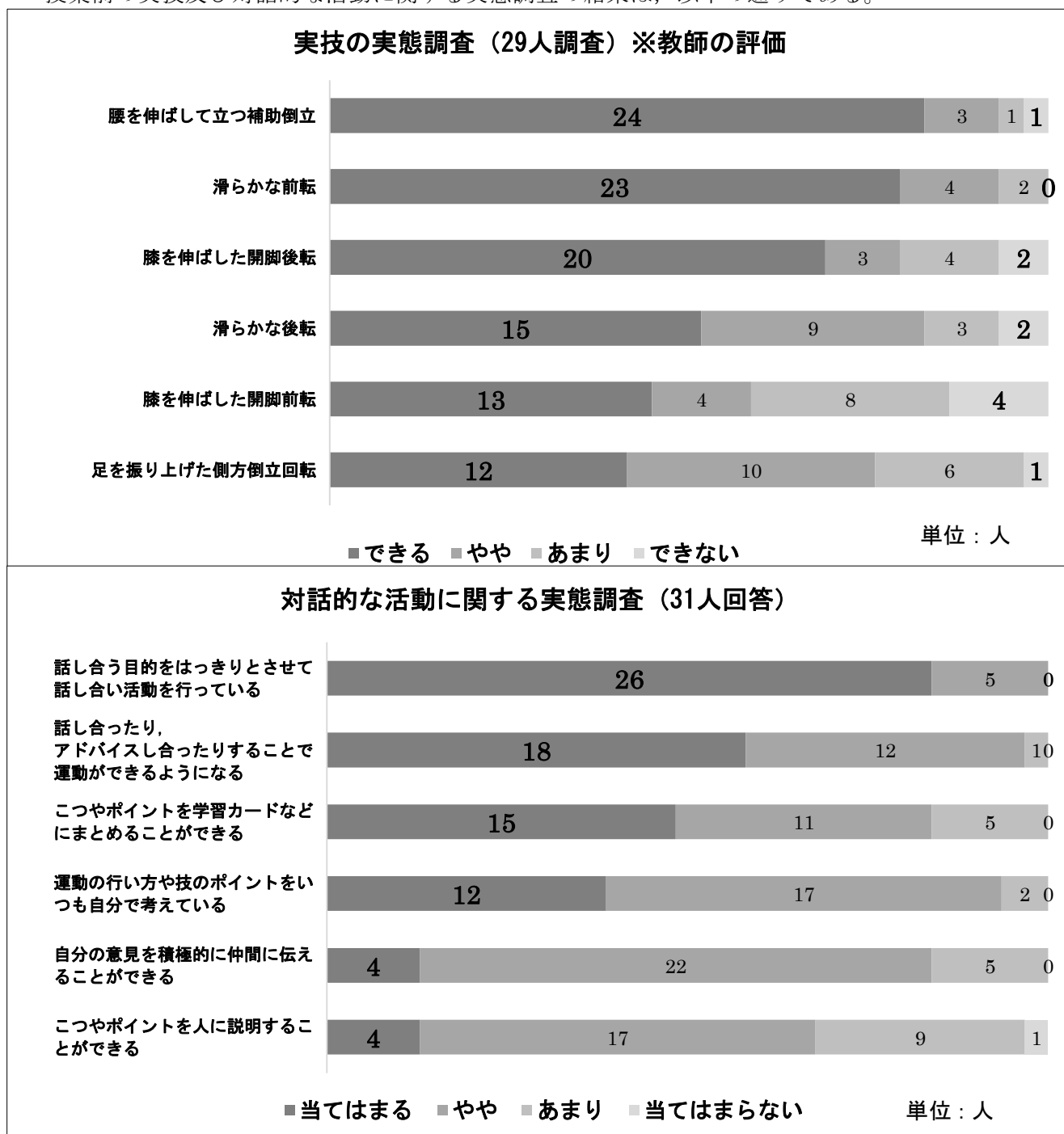


(3) 生徒観

本学級は、男子14名（特別支援学級生徒1名を含む）、女子18名（特別支援学級生徒1名を含む）の計32名である。「保健体育の授業は好きか」という質問に対して肯定的に答えた生徒は31名である。一方、「あまり好きではない」と回答した生徒（1人）の理由は、「運動が得意でないし、あまり好きではないから」である。生徒の運動に対する肯定感を高めるためには、本単元を通して、運動が「できた」「わかった」と感じさせ、運動の楽しさを経験させることが必要であると考えている。同時に、仲間と関わる楽しさや喜びを実感させることが運動に対する内発的動機の高まりにつながる。

がると考えている。

授業前の実技及び対話的な活動に関する実態調査の結果は、以下の通りである。



実技の実態調査結果によると、本学級の生徒は、グラフで示す既習内容について概ね定着していると言える。しかし、技によっては「できない」と判断される生徒も見られ、技の習得に向けた段階的な指導が必要である。マット運動における基本的な技の定着は、発展技の習得や学習意欲を高めるにあたって重要な要素である。そこで授業では、仲間との「効果的な学び合い」を位置付け、課題を持つ生徒が技に対する動き方が分かったり、技ができなくても学び合う活動の意義を実感したりすることができれば、運動に親しむ資質や能力が育成されるであろうと考える。

また、対話的な活動の実態調査結果によると、本学級の生徒は、対話的な活動に対して肯定的に捉えていることが分かる。「話し合ったり、アドバイスし合ったりすることで、運動ができるようになる」と30人の生徒が肯定的に答えている。この結果は、対話的な活動の意義を感じていると言える。

一方、「こつやポイントを人に説明することができる」という質問では、10人の生徒が肯定的に捉えていない。つまり、対話的な活動で学習を進めることに意義を感じているが、他者に自分の考えを説明することには課題を感じている生徒が見られる実態がある。

これらの調査結果から、学習内容を的確にまとめ、仲間に分かりやすく説明したり、自分の考えや意見を積極的に話したりする力を育成することにより、生徒にとって体育授業がより充実し、運動に親しむ資質・能力が高まると考える。

(4) 指導観

**阿蘇郡市中学校体育研究会 研究主題**

「自ら運動の喜びや楽しさを求め、

生涯にわたり健やかな心と体をはぐくむ保健・体育学習の在り方」

～学び合いの中で知識を深め、技能を高める学習をめざして～

**仮説：基礎的・基本的な知識及び技能の習得を図り、「効果的な学び合い」を工夫することで、運動に親しむ資質・能力が育成されるであろう。**

① 指導にあたっては、阿蘇郡市中学校体育研究会の研究主題を受け、以下のことに留意する。

**視点Ⅰ 学び合う活動による思考の再構築化**

○話し合いの際には、話し合いに視点を持たせ、話し合う目的を明確にさせることにより、生徒一人一人が自分の考えを深めることができるようにする。話し合いの視点では、「体の動きで大切なところ」「体のどの部分の動きに着目するのか」「自分や仲間の動きを比べて違うところや似ているところ」という内容を中心とし、発問を通して生徒の考えを深めていく。

○話し合いを行う際には、ホワイトボードを活用し、生徒が考えたことや表現したことを可視化させるようにする。また、生徒が意見交換する際には、結論を述べた後に根拠を説明することを意識させる。

**視点Ⅱ 確かな実態把握による学習過程の構築**

○レディネステストにより、生徒の現状を把握し、単元を通して身に付けさせたい力を明確にした逆向き設計による学習過程を構築する。

○基本的な技能を身に付け、自己の意見や考えを深めるために、知識及び基本的な技能の定着を図る学習内容を位置付ける。

② 人権教育の視点について

○グループでの話し合いを通して技能のポイントをお互いにアドバイスしたり、練習を工夫したりしながら技能を高め、自分の考えを深める活動ができる場や教材の工夫を行う。

○仲間や相手の違いを受け入れる姿勢を大切に、励まし合ったり、称賛し合ったりできる支持的風土を育む。

3 単元の目標

(1) マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと、及びそれらを組み合わせることができるようにする。(技能)

(2) 器械運動に積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとする、分担した役割を果たそうとすることなどや、健康・安全に気を配る。(態度)

(3) 器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。(知識、思考・判断)

4 単元の評価規準

運動への 関心・意欲・態度	運動についての 思考・判断	運動の技能	運動についての 知識・理解
○器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 ○よい演技を認めようとしている。 ○分担した役割を果たそうとしている。 ○仲間の学習を援助しようとしている。 ○健康・安全に留意している。	○技の合理的な動き方のポイントを発見している。 ○技の習得に適した練習方法を考えている。 ○学習した技から「はじめなかーおわり」の構成に適した技の組み合わせを見つけている。 ○話し合いの中で仲間のよい動きを指摘している。	○回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うことができる。 ○条件を変えた技や発展技を滑らかに行うことができる。 ○基本的な技や発展技を組み合わせた一連の動きを滑らかにできる。	○器械運動の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ○技の名称やその行い方について、学習した具体例を挙げている。 ○器械運動に関連して高まる体力について学習した内容から具体例を挙げている。

5 学習活動における評価基準

運動への 関心・意欲・態度	運動についての 思考・判断	運動の技能	運動についての 知識・理解
①マット運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 ②仲間に称賛の声をかけ、仲間の努力を認めようとしている。	①学習する技の合理的な動き方のポイントを見つけている。 ②学習する技の合理的なポイントを仲間に伝えている。 ③学習した技から、「はじめ—なか—おわり」等の構成に適した技の組み合わせを見つけている。	①回転する動き方、着手の仕方、起き上がりやすくなる動き方、回転力を高める動き方で、基本的な技の一連の動き方を滑らかにして回ることができる。 ②回転する動き方、着手の仕方、起き上がりやすくなる動き方、回転力を高める動き方で、発展技の一連の動き方を滑らかにして回ることができる。	①マット運動の特性や成り立ちについて言ったり書き出したりしている。 ②マット運動の技は、系、技群、グループの視点によって分類されていることについて学習した内容を言ったり、書き出したりしている。

6 単元の指導計画及び評価計画（9時間取扱い：本時6／9時）

時	学習活動	関心 意欲 態度	思考 判断	技能	知識 理解
1	○オリエンテーション ○基本的な技と発展技の名称や系、技群、グループの理解	① 観察			② 観察
2	○スリーアップ運動 ○学習めあての確認（本時の到達目標の確認）			○基本的な技（前転、後転、開脚前転、開脚後転、側方倒立回転、補助倒立）の練習及び習得 ○基本的な技のポイントを発見する学習	① 観察 実技テスト
3				◆発展技①（伸膝前転） ○伸膝前転の練習及び習得 ○伸膝前転のポイントを発見する学習	①, ② 観察 カード
4				◆発展技②（倒立前転、後転倒立） ○倒立前転、後転倒立の練習及び習得 ○倒立前転、後転倒立のポイントを発見する学習	①, ② 観察 カード
5				◆発展技③（前方倒立回転、前方倒立回転跳び） ○前方倒立回転、前方倒立回転跳びの練習及び習得 ○前方倒立回転、前方倒立回転跳びのポイントを発見する学習	①, ② 観察 カード
6 本時				○選択した発展技の練習及び習得 ○今できる発展技のできばえを高める学習 ○条件を変えた発展技や組み合わせ技の練習	
7				① 観察 実技テスト	
8	○発表会に向けた技の組み合わせと構成 ○組み合わせた技の発表		② 観察	①, ② 観察 カード	
9					① 観察 実技テスト

7 本時の学習（本時6／9）

(1) 目標

○選択した発展技の一連の動き方を滑らかにして回転することができる。【技能】

(2) 展開

過程	時間	学習活動	○教師の発問・指示 ●生徒の反応	指導上の留意点・評価	備考
導入	10	1 挨拶・健康観察を行う。 2 以下のスリーアップ運動を行う。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">①伸膝ゆりかご、首倒立ゆりかご ②補助倒立、倒立 ③柔軟運動 ④前転、開脚前転、後転、開脚後転</div> 3 めあてを確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin: 5px 0;"><b>めあて：自分に合った技を選び、技のできればえを高めよう</b></div> 4 発展技を映像で確認し、技全体の動きを確認する。	○これまでに学習した技をイメージして発展技の成功につながるように体を動かそう。 ●条件を変えてやってみよう。レベルを上げてやってみよう。	・基本的な技や類似運動を組み合わせ、学習する技の習得に向けて、体の動きの感覚を理解させる。 ・課題を持つ生徒に対しては、グループでリズムを合わせたり、補助し合ったりしながら取り組ませることで、技に挑戦する意欲を高めるようにする。	・電子黒板 ・ホワイトボード
	展開	8	5 選択した発展技（伸膝前転、後転倒立、倒立前転、前方倒立回転（跳び））の習得に向けて、基本となる動きの練習を行う。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">&lt;基本となる動き&gt; ・傾斜を利用した伸膝前転（後転） ・手押し車から倒立前転 ・段差と補助を付けた倒立回転</div>	○自分が選んだ発展技ができるために基本練習をしよう。 ●難しいな。体の動きが分からないな。	・各技の習得に向けて、基本となる動きの練習を行わせる。 ・基本となる動きのできればえが高い生徒は、条件を変え補助なしで行わせる。
15		6 各グループで、与えられた視点をもとに、技のポイントとなる動きを練習しながら考え、伝え合う。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"><b>言語活動設定の意図</b> グループ学習を通して、自分や仲間の動きを対比し、考えさせる。また、技のポイントを見つけやすくし、仲間に分かりやすく伝え合うことができるようにする。</div>	○グループでポイントとなる動きを考え、気付いたポイントをまとめよう。その際、次の視点で話し合いを進めよう。 ○どのタイミングで体を丸めればよいでしょうか。（倒立前転） ○腰をどのタイミングで引き上げればよいでしょうか。（後転倒立） ○体を反らすためには、足をどう動かしたらよいでしょうか。（前方倒立回転、前方倒立回転跳び）	・考えたポイントをホワイトボードにまとめさせる。 ・状況に応じて、ICT機器を活用し、自分たちの動きを映像により確認できるようにする。 ・技の習得や練習への取組に課題を持つ生徒については、個別の支援を行う。 ・話し合いの視点を常に意識させ、体の動きに着目させるようにする。	
5		7 各グループで考えた動きのポイントを発表する。	○気付いたポイントを発表し、みんなに伝えよう。	・重要な技のポイントに気付いている場合は、教師が補足説明する。	
まとめ	12	8 発表された内容を参考に、グループ内で技のできればえを確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin: 5px 0;"><b>【評価】技能〈評価方法：観察〉</b> 回転する動き方、着手の仕方、起き上がりやすくする動き方、回転力を高める動き方で、発展技の一連の動き方を滑らかにして回転することができる。</div>	○発表されたポイントを参考に、お互いにアドバイスしながらやってみよう。	・各班から発表された動きのポイントを参考に実技を見せ合い、アドバイスし合う。	・学習カード
		9 本時の学習を振り返る。 10 本時のまとめをする。	○今日の学習を振り返り、自己評価をしよう。	・自己評価によって、学習を通して何が分かったか、何ができたようになったかを振り返らせる。 ・本時の学習をまとめる。	