

中学校第3学年 保健体育学習指導案

1、単元名

器械運動：マット運動（シンクロマット）

2、単元の目標

(1) 保健体育科としての目標

- 倒立系の技（1、2年次で既習の技を含む）と、それ以外の技を組み合わせ、仲間と工夫しながら演技構成を考え、シンクロマットを完成させることができる。
- 自分や仲間の課題を発見し、協力・工夫しながら課題解決に向けて挑戦することができる。

(2) 汎用的スキル

- 自分や仲間の課題を発見し、工夫しながら解決方法を見つけ、解決に向けて挑戦することができる力。（問題解決力）
- 仲間と協力することで、学びを深め、より高い目標を達成することができる力。（協働する力）
- 音楽に合わせて演技をすることで、表現することの面白さや技の美しさを追求することができる力（感性・表現・創造の力）

(3) 態度・価値

- 互いの違いを認め合い、相手の気持ちや考えに共感することができる。（他者に対する受容・共感・敬意）
- 仲間と積極的に関わり、協力し合いながら自分の役割を果たし、目標達成に貢献することができる。（協力しあう心）

3、生徒の実態

1年次に回転系（倒立前転、側方倒立回転）の技を課題とし、2年次にその発展技（ロンダート、ハンドスプリング等）に挑戦してきた生徒である。マット運動を苦手とする生徒が多いが、非日常的な動きの面白さや、技ができた時の達成感を感じている生徒もいる。また、互いに補助し合い、アドバイスし合う場面では、課題解決に向けて合理的な体の動かし方を学ぶことや、自分の感覚を仲間に伝えることで、思考力や表現力も身につけてきた。3年次では、これまで挑戦してきた技を組み合わせ、さらに自分の今できる技を取り入れながら、音楽や仲間と動きを合わせることを大切にしたシンクロマットに挑戦する。1、2年次は1人で2連続技を発表してきたものを、グループで一体感を持ち音楽に合わせて発表することに対して、安心感と期待感があるようである。

4、単元について

①教科から見た特性

器械運動（マット運動）は非日常的な動きや感覚（逆さ、跳ね、浮く）の面白さや、技が完成した時の達成感を味わうことのできる種目である。また、身体の合理的な動かし方を学び、技の系統性からよりダイナミックな発展技に挑戦することや、基本的な技をより滑らかに美しくといったことを追及することもできる。

②汎用的スキルや態度・価値育成の観点から見た特性

技を完成させるためには、自己や仲間の課題を発見し、工夫された場や練習方法を選択し、課題を解決していくことが必要である。1、2年次では課題解決に向けた練習方法や場を選択することを学び、3年次では課題解決を踏まえて完成した技を組み合わせ、シンクロマットを完成させるための表現の工夫が求められる。互いに補助し合うことや、アドバイスし合うだけでなく、発表会に向けて互いにできる技を認め合い、互いのタイミングを合わせ、音楽と技を合わせ、シンクロすることの面白さを追求できればと考える。個々だけではなく、グループ内での問題解決力や協働性、他者への共感、感性や表現力といった力がより向上すると考えられる。

5、単元計画と資質・能力を育成する主な手立て（全8時間 本時7/8時間）

	学習活動	関連する主な資質・能力	資質・能力を育成する主な手立て
第1次 (4時間)	倒立系の技に挑戦する シンクロマットの構成に取り入れる技に挑戦する	問題解決力 協働する力	技を完成させるための場の工夫と設定 課題を見つけるための可視化ツール（ICT）
第2次 (4時間)	シンクロマットの構成を考える シンクロマットを完成させる	問題解決力 協働する力 他者に対する受容・共感・敬意 感性・表現・創造の力	技の構成を考えるための場の設定 他者と協働するための場の設定 他者との学び合いの設定 テーマや構成を促す音楽

6、本時の学習指導

(1) 本時のねらい

- ・グループで考えた構成を基に、シンクロマットや技の完成度を高めることができる。(知識・技能)
- ・完成した技の組み合わせ・見せ方(構成)を工夫し、音楽に合わせて、技やシンクロマットの表現力を高めることができる。(思考力・判断力・表現力)
- ・安全面に留意しながら、積極的に仲間と関わり、協力して活動することができる。(学びに向かう力・人間性)

(2) 本時の展開

時間	○学習活動 ・予想される生徒の反応	◇資質・能力を育成する主な手立て ◆評価
導入 10 分	技を組み合わせる構成を考え、動きと音楽を合わせて シンクロマットを完成させよう ○本時の流れを確認する ・次回(発表会)前のリハーサルを兼ねた練習を行うことを確認する。 ・活動する場の使用方法、移動の順番を確認する。 ・発表順を決定する。 ・グループで演技構成を確認する。	◇前時に考えた演技構成を発表の場で実際に行うイメージを持たせる。(問題解決力)
展開 30 分	○グループ(全 10 グループ)ごとに①～⑤の活動場所に分かれて練習を行う。 5 か所×2 で 1 グループ 1 か所ずつ順番に移動する。 ①マット 10 枚を合わせた発表の場 (リハーサル×2) →音楽に合わせて、演技構成を確認しながら発表に向けて通しの練習を行う。 iPad で演技を撮影し、技や演技構成の修正を行う。 ②マット 10 枚と同じ大きさの場(演技構成×2) →技を行っているイメージで、音と互いの動きや技のタイミングを動きながら確認する。 ③技をより美しく行うための場(技の練習×4) →1 つ 1 つの技をより美しく見せるための練習を行う。 ④演技構成と音楽を確認する場 (構成や音楽を確認する場×2) →学習カードを元に、音と個々の動きや全体の動き、技のタイミング等を確認し、修正する。 ○課題に対して適切な練習方法や場を使用して、演技構成を考え、発表に向けて準備する。	◇互いに意見を積極的に出し合い共有し、目標達成に向けて活動するように促す。(解決したい場の設定: 協働する力) ◇今持っている技を組み合わせ、音楽に合わせて、技のタイミングや見せ方を工夫し、表現の幅を広げられるようにアドバイスをする。(感性・表現・創造の力) ◇動画を確認しながら、自分や仲間の課題を発見し、互いに意見を共有しながら演技を完成させるようにする。(課題を見つけるための可視化ツール: 協働する力) ◇個々の今できる技を確認し合い、互いの意見を認め合いながら演技構成を考えるように促す。(他者との学び合い: 受容・共感・敬意) ◇個々の技をより滑らかに美しく表現できるように、身体の使い方を意識させる。 ◆互いに積極的に意見を出し合い、共有して、協力して活動している(観察) ◆発表に向けた演技構成や演技(シンクロ)に工夫が見られる。(観察)
結末 10 分	○動画を見ながら演技構成の最終確認をする。 ○まとめとして、演技構成の修正や工夫したところを学習カードに記入する。	◇動画を元に技の美しさや演技構成、音楽との合わせ、シンクロすることに対して表現の工夫がみられるか確認させる。(課題を見つけるための可視化ツール: 協働する力、感性・表現・創造の力) ◆演技構成やテーマ性、技の組み合わせ、演技を行う際に工夫したところの記述を確認する。(学習カード)