

令和6・7年度
鹿児島県「運動大好き“かごしまっ子”」育成推進事業推進校

研究主題

運動の楽しさを味わいながら、
主体的に運動に取り組む子供の育成



令和7年9月19日(金)
薩摩川内市立東郷学園義務教育学校

1 はじめに

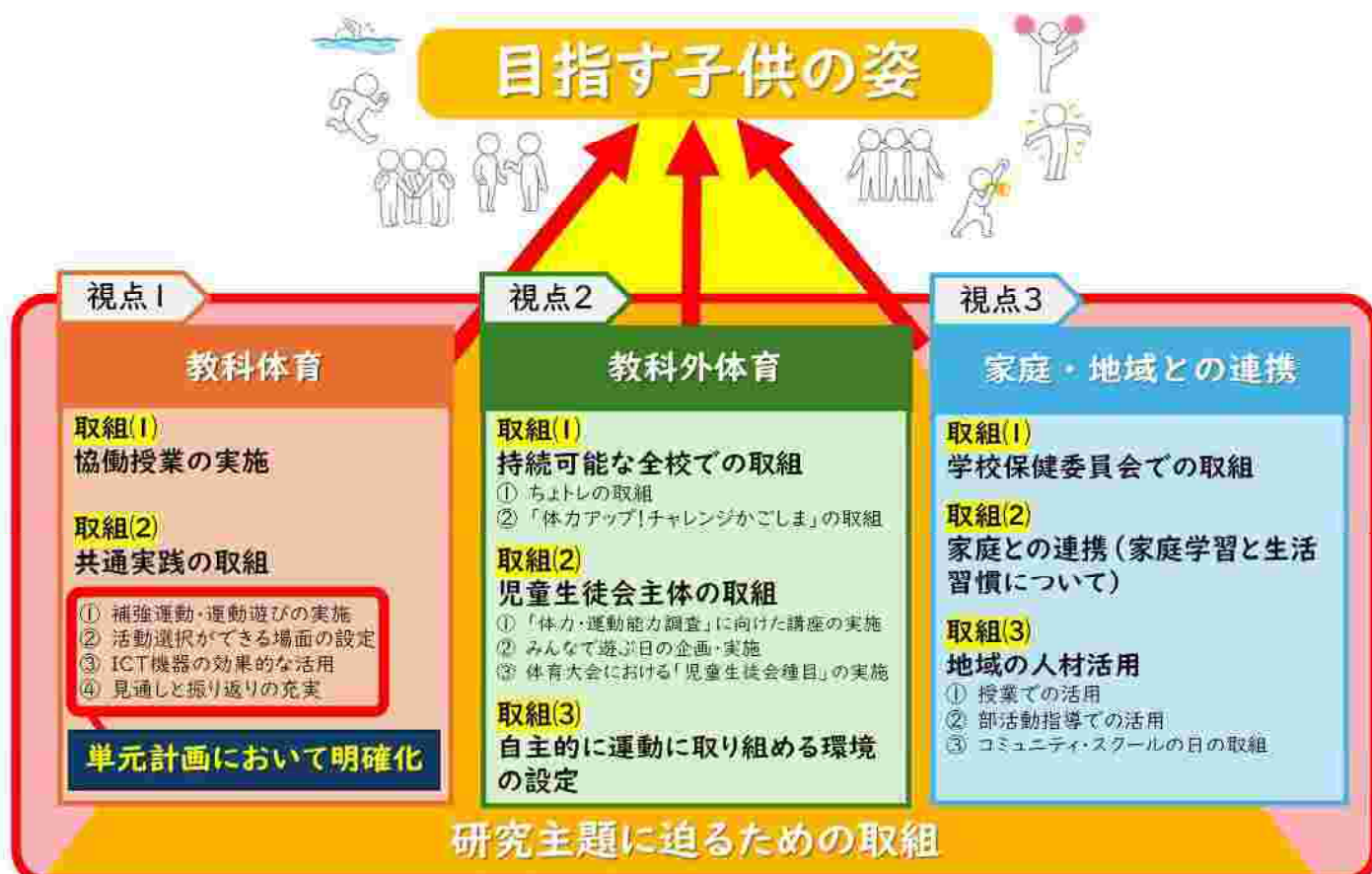
本校は、平成31年4月に開校した義務教育学校であり、9カ年を見据えたカリキュラム編成や一貫した指導の充実に努めている。また、コミュニティ・スクールとして、育てたい子供像や目指すべき教育ビジョンを保護者や地域の方々と共有し、協働した学校運営を行っている。

令和6年度に鹿児島県「運動大好き“かごしまっ子”」育成推進事業推進校となって以降、本校の子供の実態に基づいて、体育科・保健体育科を中心に全校体制で「運動大好き“東郷っ子”」を育成していくための研究を進めてきている。学習指導要領や令和5年度までの子供の実態、学校教育目標などを踏まえ、研究主題を「運動の楽しさを味わいながら、主体的に運動に取り組む子供の育成」と設定した。

2 目指す子供の姿

- 1 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動に関わることが好きな子供
- 2 主体的に運動に関わろうとする子供
- 3 自己や集団の課題解決に向けて粘り強く取り組む子供

3 研究構想図



△ 進んで運動に取り組む意欲が低い子供が一定数いる。
△ 「体力・運動能力調査」の項目で全国平均を下回る種目が毎年複数ある。

本校の実態

△ 授業者によって体育科・保健体育科の授業の進め方に差がある。
△ 授業以外での運動時間が減少している。

視点Ⅰ 教科体育における取組

(1) 協働授業の実施



【協働授業の様子】



【後期課程教諭による前期課程の子供へ指導】

本校では、「児童生徒の実態や、9年間の学びの系統性を踏まえ、前期課程と後期課程の教諭が協働して授業づくりを行うことで、児童生徒の学力の向上を目指す」ことをねらいとして、「協働授業」を実施している。特に、体育科・保健体育科においては、前期課程中学年段階で、運動嫌いや意欲に個人差が見られる。そこで、後期課程教諭が指導に入ることで、子供が意欲的に取り組み、技能の向上を図ることができるようにしている。

(2) 共通実践の取組

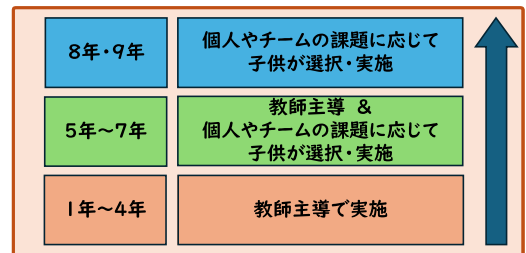
前期課程においては、各学級担任が授業を行っている。そのため、学級・学年によって指導に差が出てしまうという課題が見られる。そこで、体育科・保健体育科の授業における共通実践事項を明確にすることで、9年間を通した一貫した指導が行われるようにしている。

① (主運動につながる)補強運動・運動遊びの実施

主運動につながる運動遊びや補強運動に取り組む時間を、全ての単元において毎時間設定している。特に後期課程では、主運動につながる運動遊びや補強運動の例を示し、子供が個人やチームの課題に合わせて選び主体的に取り組めるようにしている。



【主運動につながる補強運動】



【運動遊び・補強運動の取組系統図】

② (個人やチームの課題に応じた)活動の選択ができる場面の設定



【チームで課題を確認】



【課題に応じた活動】

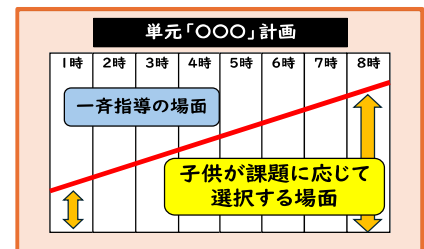
発達の段階や子供の実態に応じて、「一斉指導」や「同一内容」ではなく、個人やチームの課題に応じて、自分たちで活動を選択できる場面を設定している。そのために、「何が課題か」子供自身が明確にするための時間設定(④との関連)や、教師の発問を重視している。また、単元の中で、「子供が課題に応じて選択する場面」と「一斉指導」とのバランスを意識するようにしている。

③ ICT 機器の効果的な活用

子供が課題を把握することや、子供同士が関わることができるようにするために、モデル動画を視聴したり、動きを撮影したりするなど、積極的にICT機器の活用を図っている。



【動きの撮影】



【単元で選択する場面】

④ 見通しと振り返りの充実

導入時に、個人やチームの目標を明確にし、その目標達成のために、どのような取組をすればよいか見通しをもつ時間を確保している。また、終末時には、「何ができたか」「新たな課題は何か」を振り返ることで、次の時間の見通しをもつことができるようにしている。このように子供が自らの学びをデザインできるようにしている。



【振り返りカード】

視点2 教科外体育における取組

(1) 持続可能な全校での取組

① ちょトレの取組

「ちょっとトレーニング」を略して「ちょトレ」と称し、全学級の朝の会の時間に、教室でできるトレーニングや運動遊びを行っている。行う内容は、「体力・運動能力調査」の結果を基に、児童生徒会保健体育部で検討し、週替わりで示している。



【ちょトレの取組の説明シート】

② 「体力アップ!チャレンジかごしま」の取組

体力アップと学級の絆を深めることを目的とし「体力アップ!チャレンジかごしま」に、全学級、授業時間や休み時間等で取り組んでいる。特に、一校一運動を「縄跳び運動」と設定しているため、「長縄エイトマン」の取組申請は、毎年100%である。また、5~9年生の体育大会種目にもなっているため、目的意識をもって練習に取り組んでいる。



【体育大会の様子】



【取組の掲示物】

(2) 児童生徒会主体の取組

① 「体力・運動能力調査」に向けた講座の実施

後期課程野球部に所属する子供が主体となり、前期課程の子供を対象に体力・運動能力調査の「ソフトボール投げのこつをつかもう講座」を実施した。



【講座の様子】

② みんなで遊ぶ日の企画・実施

児童生徒会（保健体育部）の「運動時間を確保しよう」という目標を達成する取組として、定期的に昼休み時間に「みんなで遊ぶ日」を設定し、学級ごとに様々なスポーツを実施している。また、実施学級を指定して、異学年で遊ぶことで、前期課程と後期課程の子供の交流を図る取組も行っている。

③ 体育大会における「児童生徒会種目」の実施

後期課程の子供が主体的に、企画・立案・練習・実施ができるように、体育大会に「児童生徒会種目」を新たに追加し、子供自身が、どんな種目を実施するか考えることができるようにしている。



【児童生徒会種目】



【みんなで遊ぶ日の様子】



(3) 自主的に運動に取り組める環境の設定

年間を通して、朝の時間に体育館を開放し、縄跳び運動や綱引きなど、子供が自主的に運動に取り組めるようにしている。また、体育的行事等に向けて、モチベーションを高め、進んで練習できるように、取組シートの作成や音楽を流すなどの取組をしている。



【朝の自主的な運動】



【朝の持久走大会練習】

視点3 家庭・地域と連携した取組

(1) 学校保健委員会での取組

学校保健委員会の年間テーマに、「運動を通じた親子の触れ合い」という文言を入れ、親子で運動を通じた触れ合いをする具体的な取組を各学年で計画・実施している。取組の様子を、特集としてPTA新聞に掲載し、発信している。

また、講師を招聘して親子でできる運動・ストレッチ講座を行っている。



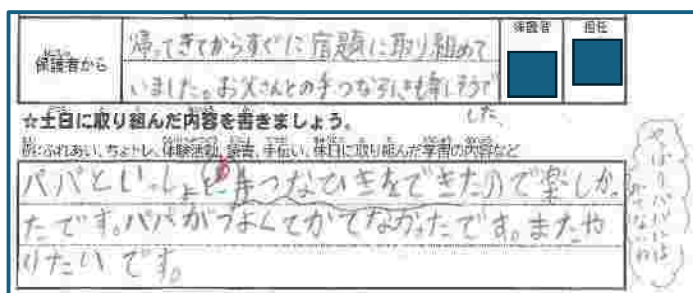
【学校保健委員会】 【親子で運動・ストレッチ講座】

(2) 家庭との連携（家庭学習と生活習慣について）

毎月「チャレンジウィーク」という週を設け、家庭学習と生活習慣をチェックするようにしている。項目の中に「何時に寝たか。」「何時に起きたか。」「朝ごはんを食べたか。」「親子でどんな触れ合いをしたか。」などの項目を設け、担任と保護者で確認し、健康な生活習慣の確立を目指している。



【PTA新聞特集記事】



【チャレンジウィークの振り返り】

(3) 地域の人材活用

① 授業での活用

9年生の球技「サッカー」の授業で、サッカーを専門的に指導している指導者に出前授業をしてもらった。専門性の高い指導をしてもらうことができ、「分かった」「できた」という経験を増やすことができた。

また、憧れをもった子供もいた。



【球技「サッカー」の出前授業】

② 部活動指導での活用

バスケットボール部では、外部コーチとして、地域の方に指導していただいている。より専門性の高い指導を受ける機会を設定することで、競技レベルの向上につなげている。今後は、他の部活動でも外部コーチとなる地域の人材を募る予定である。



【外部コーチによる部活動指導】

③ コミュニティ・スクールの日の取組

年に一度、コミュニティ・スクールの日を設定し、地域の方々・保護者と子供が、一緒に運動を楽しむ日を設けている。運動内容は、「ペタンク」「グランドゴルフ」など、高齢者も子供も共に楽しめる運動を中心に行っている。

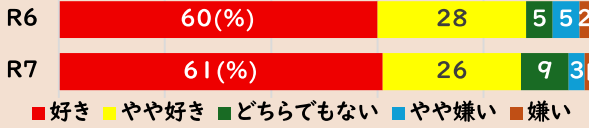


【コミュニティ・スクールの日(毎年11月第2土曜)】

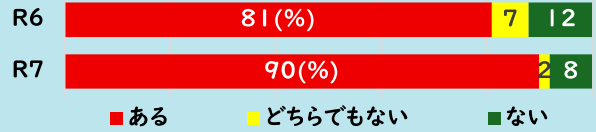
4 成果と今後に向けて

(1) 意識調査結果の比較(調査対象:第3学年から第9学年の子供)

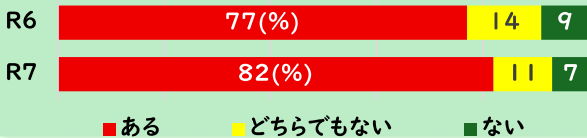
① 運動をすることは好きですか



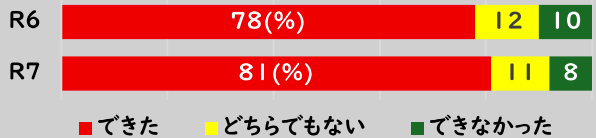
② 運動をしていて楽しさを感じることはありましたか



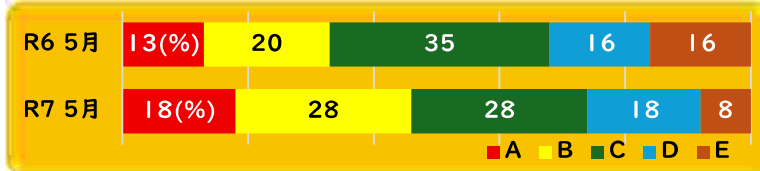
③ 進んで運動したいと思うことがありましたか



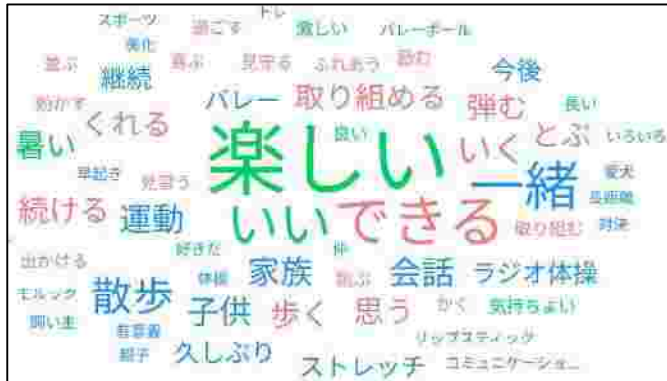
④ 苦手な種目でも、自分なりに工夫して最後まで取り組むことができましたか



(2) 「体力・運動能力調査」総合評価の経年推移(第6学年と第9学年合計の割合)



(3) 家庭で子供と触れ合う時間に対する自由記述(調査対象:第7学年から第9学年の保護者)



【テキストマイニングの結果】

考察

意識調査結果は、ほとんどの項目が前年度よりも、肯定的評価の割合が増えている。また、「体力・運動能力調査」の総合評価結果も、AやBの割合が増えている。さらに、保護者の自由記述からは、親子で運動に取り組んだことに対して肯定的な語句が多く表出していることが分かる。

これらのことから、これまでの取組に一定の成果があったと言える。

成果

- 体育・保健体育における学習の系統性を踏まえ、共通実践事項を明確にし、各学年で取り組むことで、一貫した指導の充実を図ることにつながった。
- 意識調査の結果を比較すると、運動をすることに対して肯定的評価の割合が増えており、運動の楽しさを味わいながら、主体的に運動に取り組む意識が高まっていると言える。
- 「体力・運動能力調査」の結果については、全体の3割の子供が、前年度と比較して総合評価が上がっていた。また、個人得点も経年比較すると、8割の子供が前年度を超える記録となった。
- 親子で運動を通して触れ合う「チャレンジウィーク」の取組については、習慣化を図ることができつつあり、保護者からも「会話が増えた。」「楽しい時間である。」など多くの家庭から肯定的な感想が寄せられた。

今後に向けて

- 意識調査の全体的な結果としては、肯定的評価が高まっているが、一方で、肯定的評価が低くなった学年もあった。学年や子供の実態に応じた取組を継続して行っていく必要がある。
- 生活習慣の確立など、健康面からのアプローチが必要な子供がいる。家庭での過ごし方を改善するよう働きかけるなど、家庭や地域との連携を密に図っていく必要がある。

第9学年 保健体育科学習指導案

令和7年9月19日(金) 5校時
9年1組 28人
教諭 秋葉裕士

1 単元名 器械運動「マット運動」

2 単元について

(1) 単元の位置とねらい

マット運動は、自己の能力に応じた技に挑戦し、個々の技やこれらの組み合わせが円滑にできるようになるところに楽しさや喜びを味わうことができる運動である。また、勢いよく回転したり巧みにはねたり、状態を保つなどするため、調整力、筋力、筋持久力、柔軟性、瞬発力を養うことができる運動である。

これまで、第1・2学年「マットを使った運動遊び」を通して、様々な方向へ転がったり、逆立ちしたり、体を反らせたりするなどの遊びを行ってきた。また、第3学年から第8学年までの「マット運動」を通して、マット運動の楽しさを味わうとともに、動きのポイントを捉えながら学習し、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行ったり、発展技に挑戦したりしてきた。生徒は、より滑らかに技を行いたい、発展技にも挑戦したいという願いをもっている。

そこで、本単元では、自己の技能の習熟度や興味・関心に応じた技を自分で選びつつ、できそうな技にも積極的に取り組めるようにする。さらに、技と技との円滑な接続や静止した状態での保持に着目して、「はじめ-なか-おわり」の構成で演技することができるようにする。また、そのために、自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて練習方法や練習の場を工夫したり、仲間とアドバイスし合ったりすることで、課題を解決できるようにする。

ここで学習したことは、生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己の課題に主体的に取り組む、高等学校入学年次の次の年次(その次の年次)以降の器械運動「マット運動」の学習へと発展する。

(2) 指導の基本的な立場

本単元では、回転系・巧技系の基本的な技の名称や行い方を理解し、生徒が自己に適した技を構成し演技することができるようにする。その過程で、自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて、よりよい練習方法や練習の場を工夫することを通して、器械運動の楽しさやできるようになる達成感などを味わわせたい。

そのために、自分がどの技を組み合わせで構成し、演技したいか個別に決定させることが大切である。また、それぞれの技の行い方のポイントを理解していることや、合理的に解決できる場を設定することも大切になる。状況に応じて、簡易的な動きや運動遊びなど、第8学年までに行ってきた動きに取り組むことで、技の習得につながることに気付かせる必要がある。

そこで、学習の展開にあたっては、まず、自分ができる技を明確にし、どの技を構成して演技をするか決める。また、第1・2学年の「マットを使った運動遊び」から、これまでの技がどのように発展してつながっているか理解できるようにする。

次に、「質を高める時間(ビューティフルタイム)」「発展技に挑む時間(チャレンジタイム)」「演技を構成する時間(クリエイティブタイム)」の3つのタイムを自己の状態に合わせて、調整できるようにする。その時間を通して、自己や仲間の課題を合理的に解決できるように、どの練習方法やどの場で解決していくか判断し、選択できるようにする。

最後に、「オリジナル演技発表会」を実施し、自己の成長や変容を確かめたり、課題解決するためにどのようにすればよかったかなどを認識したりできるようにする。

この学習を通して、自ら構成し演技することで、器械運動の楽しさを実感できるようになる。また、自己の課題を解決するために、活動する場や取組を工夫することで、自己の課題に合った解決方法を理解することができ、より運動に自主的に取り組むことができるようになる。

(3) 生徒の実態(9年1組 28人 実施日:令和7年7月12日 調査結果は主な項のみ掲載)

質問項目	回答
① マット運動回転系に関する知識 (技の名称や行い方)※ 紙面調査	理解できていた 32%
	理解できていなかった 68%
② マット運動巧技系に関する知識 (技の名称や行い方)※ 紙面調査	理解できていた 52%
	理解できていなかった 48%
③ 技能(基本的な技) 開脚前転	できる:72% できない:24% 技を知らない:5%
	開脚後転

側方倒立回転	できる：48% できない：44% 技を知らない：8%			
頭はねおき	できる：16% できない：72% 技を知らない：12%			
倒立	できる：40% できない：56% 技を知らない：4%			
④ 合理的な課題解決に向けての思考・判断(滑らかに安定して行うため) ※ 紙面調査	適切な判断ができた 40% 適切な判断ができなかった 60%			
⑤ 合理的な課題解決に向けての思考・判断(発展技に挑戦するとき) ※ 紙面調査	適切な判断ができた 32% 適切な判断ができなかった 68%			
⑥ 個人の課題設定	している 20%	どちらかといはしている 48%	あまりしていない 28%	していない 4%
⑦ 運動に対する愛好的な態度	好き 68%	やや好き 24%	やや嫌い 8%	嫌い 0%
理由 (一部抜粋)	<ul style="list-style-type: none"> 体を動かすことが好き できるようになったら楽しい いろんなことに挑戦できる 運動が苦手だけど、友達とするのは楽しい 		<ul style="list-style-type: none"> 体を動かすのが苦手 運動をすることは好きだけど苦手 	
⑧ マット運動に対する愛好的な態度	好き 40%	やや好き 12%	やや嫌い 28%	嫌い 20%
理由 (一部抜粋)	<ul style="list-style-type: none"> 楽しい 体を動かすのが好き いろんな技があって楽しい 前転が楽しい 難しい技ができたときうれしい 		<ul style="list-style-type: none"> 技が難しい・できない 怪我をしそう 難しい技が多い できる技が少ない 高難易度の技がなかなかできない 体を動かすのが苦手 	

①～③の知識・技能については、回転系・巧技系で、自身ができる技でも、技のポイントとなる行い方について理解できている生徒が約半数程度に留まっている。また、技能に関して、技によっては、これまで取り組んできていた技でも、技を知らないと回答している生徒が一定数いる。また、④・⑤のどのような練習をすれば、課題が解決できるかという合理的な課題解決に向けての思考・判断については、多くの生徒が適切な判断をすることができていない。これらのことは、生徒が感覚的に技を行っており、技の名称や技の課題を解決するための合理的な動き方のポイントまで理解していないからだと考えられる。

また、⑥の「日頃の授業で、個人やチームでめあてを立てているか。」について、32%の生徒が否定的な回答をしている。これは、普段の授業の中で、個人やチームで見通しをもって取り組むための時間の確保が短かったことが原因であると考えられる。

⑦の「運動することは好きか。」に対し92%の生徒が肯定的な回答をしている。これは、これまでの教育活動を通して、運動することの楽しさを味わってきているからだと考えられる。一方で、「マット運動が好きか。」については、肯定的な回答が52%の生徒に留まっている。否定的な回答の理由として、「体の動かし方の難しさ」「安全面の心配」などが挙げられている。これらのことから、運動は好きだが、マット運動に対して苦手意識をもっている生徒が約半数いるということが分かる。

(4) 指導上の留意点

「つかむ・見通す」過程では、第1・2学年「マットを使った運動遊び」で行ってきた運動遊びをすることで、回転することや支持することの楽しさを味わうことができ、抵抗感なくマット運動に取り組むことができるようにする。また、これまで行ってきた「基本的な技」や「発展技」を行い、自己の状況を理解できるようにする。これらの学習を基に、自分が創り上げたい技の構成を考えることができるようにする。

「挑戦する・工夫する」過程では、自己の状況に合わせて、場の選択や練習方法の選択ができるようにする。そのために「質を高める時間(ビューティフルタイム)」「発展技に挑む時間(チャレンジタイム)」「演技を構成する時間(クリエイティブタイム)」の3つのタイムを自己の状態に合わせて選択し、調整・実施できるようにする。その際には、タブレットで動画を撮影し自己の技の出来具合を確認し、仲間とアドバイスし合うことで、自己の課題を解決できるようにする。また、毎時間見通しをもって学習に臨めるように、めあてを自分で設定・確認できる時間を確保する。また、振り返りの時間を確実に確保することで、自己の学びの状態を確認したり、成長を実感できたりするようにする。

「生かす・振り返る」過程では、単元の学習を生かして「オリジナル演技発表会」を実施し、「動きが高まったり、よりよい発表ができたりののはなぜか。」と問いかけることで、仲間と関わり合うことよきや場を選ぶこと、技の行い方を理解することよきに気付くことができるようにする。

3 単元の見通し

(1) マット運動の基本的な技を滑らかに安定して行ったり、組み合わせたりすることができるようにする。また、技の行い方を理解し、条件を変えた技や発展技を構成し演技ができる。

【知識及び技能】

(2) 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて工夫するとともに、仲間の課題に気づき、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】

(3) 器械運動に自主的に取り組み、よい演技を讃えたり、互いに助け合い教え合ったりすることや、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にすることができる。また、健康・安全に留意しながら、仲間の学習を援助しようとするようにする。

【学びに向かう力、人間性等】

4 評価規準

知識・技能		思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
知識 ① 技の名称や技の行い方を理解している。 ② マット運動の観察方法を理解している。 ③ 技と関連した補助運動や部分練習を取り入れ、繰り返したり、継続して行ったりすることで体力を高めることができることを理解している。	技能 ① 基本的な技を滑らかに安定して行うことができる。 ② 自己に適した技を構成して演技することができる。	① 自己や仲間の課題を発見している。 ② 課題の合理的な解決に向けて仲間との関わり方や運動する場や取り組み方を工夫している。 ③ 自己や仲間の課題について、思考して判断したことを他者に伝えている。	① 運動に自主的に取り組もうとしている。 ② 仲間を称賛したりお互いに助け合い教え合おうとしたりしている。 ③ 一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 ④ 健康・安全に留意している。

5 単元の指導計画（全8時間）

過程	時間	主な学習内容	評価の重点		
			知技	思判表	主体的
つかむ・見通す	1	<ul style="list-style-type: none"> オリエンテーション マット運動の学習の見通しをもとう。 器械運動の特性や、高まる体力要素の確認 授業のルールの確認 準備運動や運動遊び・補強運動の確認 	知①		
	2・3	<ul style="list-style-type: none"> これまで行ってきた技を行い、自分の今の状態を知ろう。 7年時までの技の試技 それぞれの技に繋がる基本動作の確認 挑戦するオリジナルの構成演技を選択 			
挑戦する・工夫する	4・5(本時)・6	<ul style="list-style-type: none"> 自己や仲間の課題や解決のポイントを伝え合い、挑戦したい技を組み合わせ、自分のオリジナル演技を作ろう。 課題や段階に応じて個人やグループで学習 「質を高める時間（ビューティフルタイム）」 「発展技に挑む時間（チャレンジタイム）」 「演技を構成する時間（クリエイティブタイム）」 	知② 技③①②	② ③	① ②
	7	<ul style="list-style-type: none"> 発表会へ向けての準備や確認を進めていこう。 「質を高める時間（ビューティフルタイム）」 「演技を構成する時間（クリエイティブタイム）」 			
生かす・振り返る	8	<ul style="list-style-type: none"> 発表会を通して、自己の学びを振り返ろう。 発表会 振り返り・価値付け 	技①②		①③

6 本時の実際

(1) 本時のねらい

- ア 自分に適した技を滑らかに安定して行うことができるようにするために、技と関連した補助運動や部分練習を取り入れることができるようにする。 【知識及び技能】
- イ 自己の課題の合理的な解決に向けて、仲間との関わり方や運動する場や取り組み方を工夫することができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】

(2) 本時の展開（5／8）

過程	学習活動	時間 (分)	指導上の留意点（※評価の観点と方法）
つかむ・見通す	1 場の準備，集合・整列 2 準備運動，補強運動・運動遊び ・ 準備運動(グループごとに実施) ・ 補強運動・運動遊び 3 課題の確認 技の質を高めたり，新しい技へ挑戦したりして，完成度の高いオリジナル構成演技にするには，どのような工夫をすればよいのだろうか。	10	○ 場の準備をスムーズに行うことができるように，グループごとに何の準備をするのか事前に指示をしておく。 ○ けがの防止や安心して運動に取り組むことができるようにするために，主運動につながる運動遊びや基本的な技の補強運動を取り入れる。 ○ 自分の選択した技や挑戦する技に応じた補強運動を選択することができるようにする。 ○ 前時までの学習から，本時の個人のみあてを確認したり，「どこで」「何をするか」を明確にしたりして，個人で本時の計画を立てることができるようにする。
挑戦する・工夫する	5 自己の課題に応じた練習タイム ・ 質を高める時間 (ビューティフルタイム) ・ 発展技に挑む時間 (チャレンジタイム) ・ 演技を構成する時間 (クリエイトタイム) ○ 課題解決に向けての手立て ・ 教師の指導 ・ 仲間の補助 ・ モデル動画・実技資料の視聴 ・ 撮影動画の活用(遅延再生)	23	○ 選択した技の質を高めたり，新しい技の習得をしたりするために，自己に合った方法や場を選択して，課題解決に取り組むことができるようにする。 ○ 練習タイムでは，3つの時間を全体で区切らずに，自己の判断で取り組むことができるようにする。 ※ 自ら課題解決に向けて合理的方法を選択し，取り組むことができたか。 【知・技】【思・判・表】(観察) ○ 熱中症対策として，各自のタイミングで水分を補給するよう伝える。また，途中で全員が給水する時間を設定し，健康状態を確認する。
まとめる・振り返る	6 本時の成果の共有タイム 7 まとめ お手本と自分の動きを動画を使って比較することで，より質の高いものができるようになる。 8 振り返り (振り返りの視点) ・ 何ができたか ・ どのようにすればできたか ・ 自己のみあてに対するの評価 ・ 仲間からの気付き 9 次時の確認 振り返りを基に，オリジナルの演技を完成させるために，次時で何をするか。どのようにするか計画を立てる。	7	○ 自己や仲間の成果を共有することで，自己の成長や仲間の努力に気付くことができるように，グループごとに成果を共有する時間を確保する。 ○ 本時のみあてを達成するために取り組んだことを，個人でまとめる時間を確保する。 ○ 自己の成長に気付くことができるように，振り返りの視点を示す。 ○ オリジナルの演技の完成度を，自己評価として割合(%)で記入させることで，現在の目標達成具合が分かるようにする。 ※ 自己の課題に対して，解決に向かうための手段を考えることができているか。 【思・判・表】(記述) ○ 本時の学習を振り返り，次時の学習の見通しをもつことができるようにする。

体育科学習指導案

令和7年9月19日(金) 5校時
 5年1組 24人
 教諭 海江田実結

1 単元名 器械運動「マット運動」

2 単元の目標

- (1) マット運動の行い方を理解するとともに、自己の能力に適した回転系や巧技系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技に取り組んだり、それらを繰り返したり組み合わせたりすることができるようにする。 【知識及び技能】
- (2) 自己の能力に適した課題解決の仕方や技の組み合わせ方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】
- (3) マット運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や器械・器具の安全に気を配ったりすることができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】

3 単元の指導計画（全6時間）

過程	時間	主な学習内容
つかむ・見通す	1	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">できる技やもう少しでできそうな技を確かめよう。</div> <ul style="list-style-type: none"> ・ オリエンテーション ・ マット運動の運動遊びや基本的な技の確認 ・ できる技チェック ・ 振り返り
挑戦する・工夫する	2・3・4(本時)・5	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">できる技をより美しくしたり、もう少しでできそうな技ができるようにしたりするには、どうすればよいだろうか。</div> <ul style="list-style-type: none"> ・ 場の準備、準備運動、運動遊び ・ 本時のめあて、流れの確認 ・ グループで技の共有 ・ 【ビューティフルタイム】できる技をより美しくする ・ 【チャレンジタイム】もう少しでできそうな技に挑戦する ・ 振り返り
生かす・振り返る	6	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">練習した技をグループで発表しよう。</div> <ul style="list-style-type: none"> ・ 場の準備、準備運動、運動遊び ・ 本時のめあて、流れの確認 ・ グループで技の共有 ・ 発表に向けた練習 ・ グループ内発表 ・ 単元全体の振り返り

共通実践の取組①

共通実践の取組④

共通実践の取組②

共通実践の取組③

4 本時の実際

(1) 本時の目標

- ア 自己の能力に適した回転系や巧技系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技に取り組んだりすることができるようにする 【知識及び技能】
- イ 自己の能力に適した技の課題解決に向けて、グループの仲間と互いに技を観察し合うことで見つけた課題や課題解決につながる技のポイントを伝えることができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】

(2) 本時の展開 (4/6)

種	学習活動	時間(分)	指導上の留意点 (※評価の観点と方法)
つかむ・見通す	<p>1 準備運動・マット運動につながる運動遊び</p> <ul style="list-style-type: none"> 集合して、マットの準備ができたグループから始める。 <p>2 全体のめあてと本時の流れの確認</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>できる技をより美しくしたり、もう少しでできそうな技ができるようにしたりするには、どうすればよいだろうか。</p> </div> <p>3 自分のめあて1・2の技の確認とグループでの共有</p>	10	<ul style="list-style-type: none"> ○ 本時の学習への課題意識を高めることができるよう、低学年・中学年で学習した運動遊びや基本的な技を行う。 ○ 運動遊びを行う際は、児童が逆さや回転する感覚をつかむことができるよう、手の着き方や膝の伸び、目線や力の入れ方等の具体的な視点で助言する。 ○ 学習の見通しをもつことができるよう、本時のめあてや活動の流れを確認する。 ○ グループの仲間と互いに助言し合うことができるよう、個人の課題や挑戦する技を共有させる。 ○ 技の難易度に関係なく助言し合うことができるよう、グループでアドバイスをする際の視点(手の着き方、勢い、目線、腰や手の位置)について確認する。
挑戦する・工夫する	<p>4 質を高める時間 (ビューティフルタイム)</p> <ul style="list-style-type: none"> グループで、試技者、撮影者、助言者、補助者の役割を分担して練習する。 お手本動画と比較して、技のポイントを探ったり、視点に基づいて助言したりする。 <p>5 発展技に挑む時間 (チャレンジタイム)</p> <ul style="list-style-type: none"> 自分の挑戦する技に合った場へ移動する。 グループで試技者、撮影者、助言者、補助者の役割を分担して練習する。 視点や撮影した動画に基づいて助言をしたり、課題解決に向けた練習方法を工夫したりする。 <p>6 本時の成果の共有タイム</p> <ul style="list-style-type: none"> 技の発表(実践または動画で紹介) 	10 15	<ul style="list-style-type: none"> ○ 児童同士が活発に教え合うことができるよう、撮影した動画で動きを確認したり、視点に基づいて技のポイントをアドバイスしたりしている児童への称賛を積極的に行う。 ○ 児童が技の成功につながるポイントに気付くことができるよう、技がきれいにできるようになり課題解決に近づいた児童に「どうしたらできるようになったの。」と発問する。 ○ 熱中症対策として、各自のタイミングで水分補給をすることを伝える。また、途中で全員が給水する時間を確保し、健康状態を確認する。 ○ 技のグループ(系)ごとにグループを再編し、練習場所を割り振る。 ○ 課題解決につまずいている児童が円滑に解決できるよう、技のポイントだけでなく、技につながる基本的な技や運動遊びなど練習方法を紹介する。 ※ 自己の能力に適した回転系や巧技系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技に取り組んだりすることができたか。 【知・技】(観察・記述)
まとめる・振り返る	<p>7 まとめ</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>お手本動画と比べて課題を見付け、くり返し練習するとよい。 友達にアドバイスをもらったり、補助をしてもらったりして練習するとよい。</p> </div> <p>8 振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ワークシートに記入 <p>9 次時の確認</p>	10	<ul style="list-style-type: none"> ○ 技ができるようになるためにどのような工夫をしたか問うことで、本時のまとめができるようする。 ○ 児童が成長を実感できるように、振り返りの視点を示し、個人で振り返ることができるようにする。 ※ 自分に適した技の課題解決に向けて、グループの仲間とお互いに技を観察し合うことで、見つけた課題や課題解決につながる技のポイントを伝えることができたか。 【思・判・表】(観察・記述)