

## 指導と評価の一体化を明確にした授業づくり

グループ名	器械運動：マット運動	記入者氏名
-------	------------	-------

## 1. 指導と評価の計画 高等学校 第1学年 17時間 領域 器械運動 単元(種目) マット運動

時間	ねらい・学習活動	学習活動における具体的評価規準		
		関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能
学習Ⅰ 1時間	○オリエンテーション ・学習の目標を知る。 ・単元の目標に必要なマット運動の特性を知る。 ・毎時の学習ノートの記入の仕方を知る。 ・授業の約束事項の確認 ・今後の学習の進め方の確認			
学習Ⅱ 2時間	<u>ねらい1</u> ○マットや器具を点検し、安全に留意して練習できる環境づくりの能力を養う。 ○柔軟運動と体ほぐしの運動を準備運動として行う。 ○課題発見練習 ・自分の能力に応じた課題を発見し、技を選択できるようにする。 ・技を選択した段階で、グループ編成を行い、役割を決める。	①練習場所の設営や練習時の安全を確かめ、場づくりや体の調子に気付くなど、健康・安全に注意しようとする。 ②練習場所の設営や練習時に常に安全に気を配り、適切な場づくりや体の調子に気付くなど、健康・安全に注意しようとする。	①マット運動を安全に行うための準備運動を行う。 ②マット運動を安全に行うための準備運動を適切に行う。 ③基礎運動(柔軟運動・倒立運動・前転・後転・側転)から自分の能力に応じた技を選択したり、組み合わせたりして技を円滑に行うための課題を設定している ④基礎運動から自分の能力に応じた技を選択したり、組み合わせたりして技を円滑に行うための適切で具体的な課題を設定している	①基礎運動(柔軟運動・倒立運動・前転・後転・側転)を自分の能力に応じて行うことができる。 ②基礎運動(柔軟運動・倒立運動・前転・後転・側転)を自分の能力に応じて、大きく正確に安定して行うことができる。
学習Ⅲ 3時間	<u>ねらい2</u> 個人的技能を高めるために、段階的にマット運動の技術を学び、グループで技能を高めよう。 ○段階的な技の発展 ○課題発見練習 ・更に発展した課題を発見し、技の精度を高めるようにする。	②技の達成や演技のできばえを求めるマット運動の楽しさや喜びを味わおうとする。 ③技の達成や演技のできばえを求めるマット運動の楽しさや喜びを自ら進んで味わおうとする。 ③仲間と協力して補助しあったり、教え合ったりしようとする。 ④積極的に仲間と協力して補助しあったり、教え合ったりしようとする。	③課題解決に必要な練習方法や場づくりの仕方を提示されたものの中から選んだり、見付けたりして取り組んでいる。 ④課題解決に必要な練習方法や効果的な場づくりの仕方を、工夫して見付け取り組んでいる。	②自分の能力に応じた技を身に付け高めるとともに、できる技を繰り返して技を安定させることができる。 ③自分の能力に応じた技を身に付け高めるとともに、できる技を繰り返して技を安定させ、更に大きく美しく演技することができる。
学習Ⅳ 9時間	<u>ねらい3</u> 集団で、回転系の技を組み合わせる連続した演技を構成し、発表しよう。 ○課題発見練習 ・発表に向けた演技構成をグループで確認し練習を行う。  <u>ねらい4</u> 集団で回転系、巧技系の技を組み合わせる同時・時間差・連続・交差など工夫し、発表に向けた集団的技能を高めよう。 ○課題発見練習 ・発表に向けて技を高め、演技構成の修正を行う。	④練習や発表で、お互いの技や演技のできばえの良さを認め合おうとする。 ④練習や発表で、お互いの技や演技のできばえの良さを認め合い褒め称え合おうとする。	④課題の達成状況をとりえ、練習や発表の仕方を見直したり、新しい課題を選んだりしている。 ④協力して課題の達成状況をとりえ、練習や発表の仕方を見直したり、積極的に新しい課題を選んだりしている。	③できる技や新しく身に付けた技を組み合わせる集団演技をすることができる。 ④できる技や新しく身に付けた技を組み合わせ、協力して大きく美しく集団演技をすることができる。
まとめ 2時間	○発表 ・お互いにグループの発表を見ながら評価をする。 ○学習のまとめ ・練習や発表の振り返りを行う。 ・仲間の良かった点などを挙げる。			
評価方法等	( )内の方法を手がかりに、例えば次のような観察の様子や記述の内容から「おおむね満足できると判断される」状況かどうかを評価する。	①積極的に練習場所の設営や練習時の安全配慮の取り組み等。(観察) ②技の達成や演技のできばえを求めるマット運動の楽しさや喜びを味わおうとしている。(観察) ③技の出来栄や補助の仕方など仲間に積極的に声かけしている等(観察) 学習ノートの振り返りで、声かけや励ましの記述がある等(学習ノート) ④練習や発表で、お互いの技や演技のできばえの良さを褒め称えあう等。(観察) 学習ノートの振り返りで、仲間の演技を褒め称えあう記述がある等(学習ノート)	①安全への配慮に取り組んだり、記述したりしている等(観察・学習ノート) ②「倒立を静止する」と目標設定した際に、「壁倒立で感覚を養う」「マットをしっかり見て、指先でバランスをとる」などを具体的に記述している等(学習ノート) ③ビデオを活用したり、補助の道具で柔道の帯を使うなど、技を高めるための工夫をしている等(観察・学習ノート) ④ビデオを活用したり、演技の精度を高める工夫を発言したり、記述したりしている等(観察・学習ノート)	①基礎運動(柔軟運動・倒立運動・前転・後転・側転)を、客観的に評価し、自分の技能をどこまで高めることができるかを見付けたり、記述したりしている。(観察・学習ノート) ②ビデオを活用したり、仲間のアドバイスから繰り返し練習を行い技を安定させる努力を行う等。(観察・学習ノート) ③仲間と協力して、どこが難易度が高く、何に工夫するのかを具体的に練習したり、また、他のグループの演技と比較して更にレベルアップを図る等記述したりしている。(観察・学習ノート)

◎で示した部分は「十分満足と判断できる」状況(A)と評価する具体例である。

--

知識・理解
①マット運動の技の系・技群・グループの構造、技の系統性や発展性について、言ったり、書き出したりしている。 ◎マット運動の技の系・技群・グループの構造、技の系統性や発展性について、具体例を挙げて言ったり、書き出したりしている。
②マット運動の楽しみ方や学習の進め方、練習の仕方や場づくりの方法、練習計画の立て方、技のできばえの確かめ方について、具体例を挙げている。 ◎マット運動の楽しみ方や学習の進め方、練習の仕方や場づくりの方法、練習計画の立て方、技のできばえの確かめ方について、具体例を挙げている。
③技の特徴や運動種目ごとの特性に合った演技構成の仕方、発表の仕方について、言ったり、書き出したりしている。 ◎技の特徴や運動種目ごとの特性に合った演技構成の仕方、発表の仕方について、具体例を言ったり、書き出したりしている。
④演技の発表を、技の特徴や運動種目ごとの特性、また協調性など、採点や評価について、言ったり、書き出したりしている。 ◎演技の発表を、技の特徴や運動種目ごとの特性、また協調性など、採点や評価について、具体的に言ったり、書き出したりしている。
①マット運動の技の系・技群・グループの構造、技の系統性や発展性等、記述している等。(学習ノート) ②③配布した資料の内容や映像から技の練習方法や注意点などを含め、マット運動の楽しみ方や学習の進め方、場づくりの方法、練習計画の立て方、技のできばえの確かめ方を記述している等。(学習ノート) ④演技の発表を、「伸膝ではない」「静止が揃っていない」など、技の特徴や運動種目ごとの特性、また協調性など、採点や評価を具体的に記述している。 (学習ノート・採点評価表)

## 2. 評価規準

	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
内容のまとめり ごとの評価規準	運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、公正、協力、責任などの態度を身に付けるとともに、健康・安全に留意して自ら運動をしようとする。	自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して、活動の仕方を考え、工夫している。	自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行うとともに、運動の技能を高められている。また、自己の体力や生活に応じて体力を高めるための運動の合理的な行い方を身に付けている。	社会の変化とスポーツ、運動技能の構造と運動の学び方、体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し、知識を身に付けている。
単元の評価規準	マット運動の特性に関心をもち、楽しさや喜びを味わえる用に互いに協力して進んで練習に取り込もうとする。また、マットや器具を点検し、安全に留意して練習や発表をしようとする。	自分の能力に応じた技を習得する為の課題を設定し、その解決を目指して、練習の仕方や、発表の仕方を工夫している。	マット運動の特性に応じた技術を身に付け高め、技を組み合わせて演技ができる。	マット運動の特性や技術の構造を理解するとともに、技の確かめ方、補助の仕方、練習の計画的な行い方、演技構成の仕方を理解し、知識を身に付けている。
学習活動における 具体的評価規準	<ul style="list-style-type: none"> <li>練習場所の設営や練習時安全を確かめ、場づくりや体の調子に気付くなど、安全に気を配ろうとする。</li> <li>技の達成や演技のできばえを求める。マット運動の楽しさや喜びを味わおうとする。</li> <li>仲間と協力して補助しあったり、教え合ったりしようとする。</li> <li>練習や発表で、お互いの技や演技のできばえの良さを認め合おうとする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>マット運動を安全に行うための準備運動をしている。</li> <li>自分の技能に応じた技を選択したり、組み合わせたりして技を円滑に行うための課題を設定している。</li> <li>課題解決に必要な練習方法や場づくりの仕方を提示されたものの中から選んだ取り組んでいる。</li> <li>課題の達成状況をとらえ、練習や発表の仕方を見直したり、新しい課題を選んだりしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>基礎運動（柔軟運動・倒立運動・前転・後転・側転）を自分の技能に応じて行うことができる。</li> <li>自分の能力に応じた技を身に付け高めるとともに、できる技を繰り返して技を安定させることができる。</li> <li>できる技や新しく身に付けた技を組み合わせることで演技をすることができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>マット運動の技の系・技群・グループの構造、技の系統性や発展性について、言ったり、書き出したりしている。</li> <li>器械運動の楽しみ方や学習の進め方、練習の仕方や場づくりの方法、練習計画の立て方、技のできばえの確かめ方について、具体例を挙げている。</li> <li>技の特徴や運動種目ごとの特性に合った演技構成の仕方、発表の仕方について、言ったり、書き出したりしている。</li> <li>演技の発表を、技の特徴や運動種目ごとの特性、また協調性など、採点や評価について、言ったり、書き出したりしている。</li> </ul>

体育・保健体育科（運動領域、体育分野、科目体育）学習指導案（時案）

1 学年 ○組 男子 24 名

指導者

- 1 単元名 器械運動領域（マット運動）
- 2 単元の目標
  - （1）自己の能力に応じてマット運動の技能を高め、技が円滑にできるようにする。
  - （2）互いに協力したり補助したりして練習ができるようにする。また、マットや器具を点検し、安全に留意して練習や発表が出来るようにする。
  - （3）自己の能力に応じた技を集団の中で発揮し、集団演技を高めることができるようにする。
- 3 指導に当たって
  - （1）運動の特性
 

日常生活にない運動が多く、回転・支持など自分の身体を操る運動である。能力に応じた技を選びやすく、技の達成やできばえに楽しさや喜びを味わうことができ、運動の美しさ、大きさ、安定性が目標となる。
  - （2）生徒（児童）について
 

運動能力には、多少差はあるが、運動が好きで積極的に取り組むことが出来る集団である。お互いに仲間への声かけを行うことなどで、更に前向きに活動できる雰囲気を持っている。
  - （3）単元での目指す実現状況（指導観）や予定している学習過程など
 

17 時間中の 8 時間目で、これまでのオリエンテーションやねらい 1、2 を踏まえ、計画的に進み、グループ編成も 4 班（6 人ずつ）に分かれ、リーダー中心に練習が行えるようになっている。技の選択により、難易度別にバランスよく編成し、発表への演技構成にソロ演技を織り込むなど、グループへの指導を平行して行っている。8 時間目は、集団演技を行うためのグループ練習であり、集団演技の構築を行う。
- 4 評価規準（別添・様式 2 - 2）
- 5 指導と評価の計画（別添・様式 2 - 1）
- 6 展開（8 時間目 / 17 時間中）

段階 50 分	学習内容（ねらい）及び学習活動		教師の支援（指導）及び評価規準、評価方法
7 分	集合点呼・挨拶 本時の説明 マット準備	整列し挨拶する 個人技能を高めるために グループで協力して行 う。 安全への配慮を行う。	元気な声を出して挨拶。体調確認を顔色から判断 健康・安全への配慮を行う。 安全に配慮し、協力して行っているか確認する。
8 分 導入	グループミーティング 準備運動	リーダー中心に本時の練 習計画の確認と準備運動	各グループの取組状況に今後の工夫・改善点をチ ェックし、次へ向け申し送れるようにする。

25分 展開	<p>演技中間発表の注意事項の確認</p> <p>グループ別練習1</p> <p>マットの移動</p> <p>グループ別練習2</p>	<p>1 ロングマットを3枚隙間なく並べた状況で回転系の3つの技を組み合わせ、連続した演技を6人で行う。</p> <p>2 30秒以内で行う。</p> <p>3 接点技群は横方向可、ほん転技群は縦方向のみ。</p> <p>○ 3人ずつ2組に分かれ、前回りだけで、1往復で表現し、2番目の班は必ず違うアイデアを表現する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 班の順番を入れ替え、側転だけで同じことを行う。</li> </ul> <p>2枚4会場から3枚2会場へ移動する。</p> <p>○ 6人で演技の内容を構築する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 2つのグループが1会場を協力して練習する。</li> <li>・ 1つのグループが練習している間に演技内容を考える。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 安全面への配慮を含め、演技構成を模造紙に掲示する。</li> <li>・ 6人組の集団演技へつなげるための、技の組み合わせの工夫の仕方を築かせるようにする。そのために、必要あればモデル班を全体に披露する。</li> <li>・ <u>演技を構成する中で、同時・時間差・連続・交差などの工夫の仕方を気づかせる。</u></li> </ul> <p>安全に配慮し、協力して行っているか確認する。</p> <p><b>【関心・意欲・態度】</b> 観察評価 練習や発表で、お互いの技や演技のできばえの良さを認め合おうとする。</p> <p><b>【運動の技能】</b> 観察評価 仲間と協力して、どこが難易度が高く、何に工夫するのかを具体的に練習したり、また、他のグループの演技と比較して更にレベルアップを図ろうとする。</p>
10分 整理	<p>片付け</p> <p>本時の気付き発表</p> <p>整理体操</p> <p>整列・挨拶</p>	<p>運搬時の安全にも配慮する。</p> <p>学習ノートに記入する。 本時は4班が発表する。</p> <p>関節部位のストレッチを行う。</p> <p>整列し挨拶する</p>	<p>素早く、安全に片付けさせる。</p> <p>ポイントを整理して短時間で記入させる。 前時までの発表が、単なる感想で終わったので、次への課題なども織り込むようにさせる。</p> <p>ストレッチをさせながら、ケガなどの健康把握を行う。</p> <p>元気な声を出して挨拶。</p>