



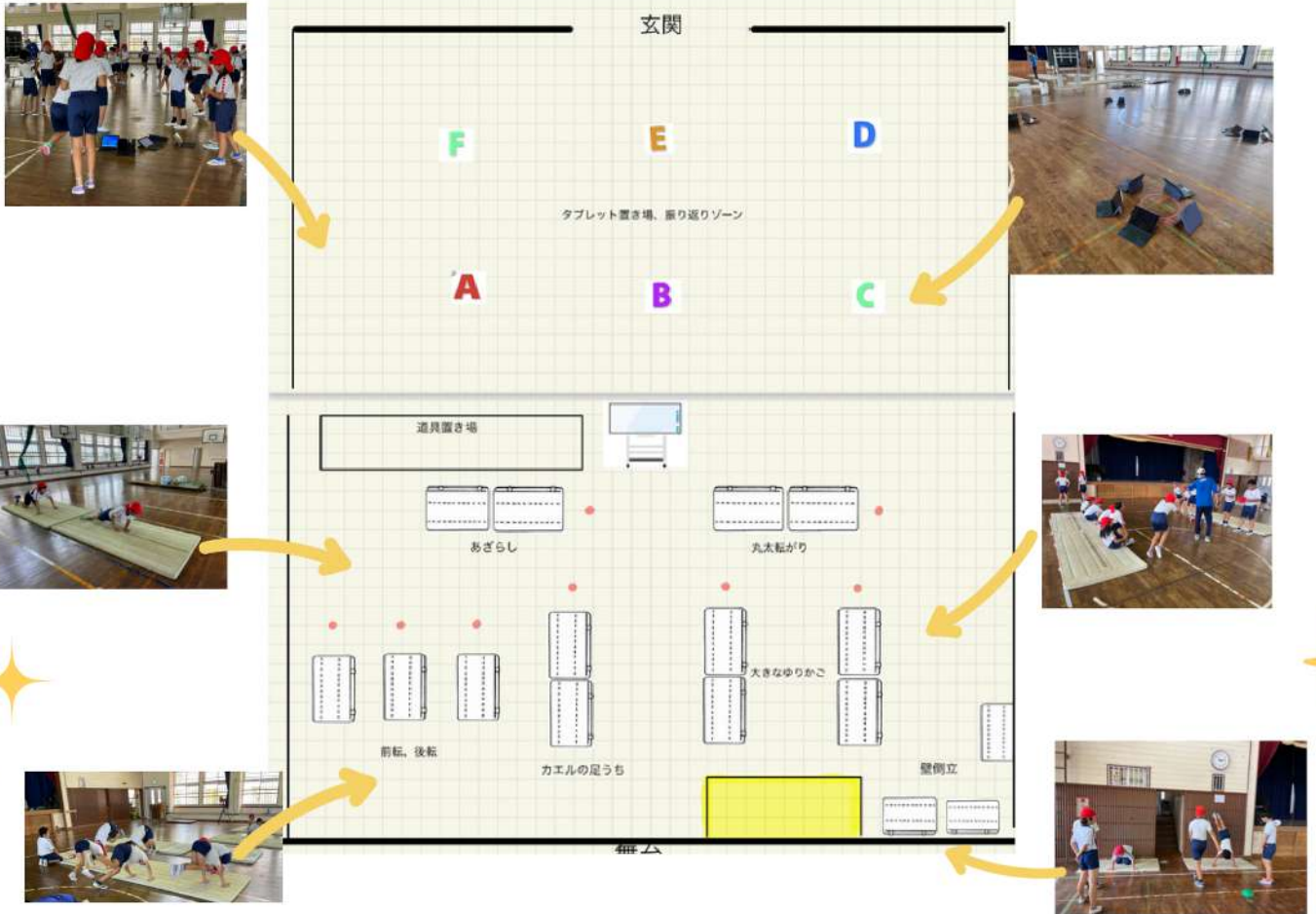
**器械運動における  
思考力・判断力・表現力を育む  
指導法の工夫改善**

**マット運動における学習過程  
の工夫と学び合い活動を通して  
(第5学年)**

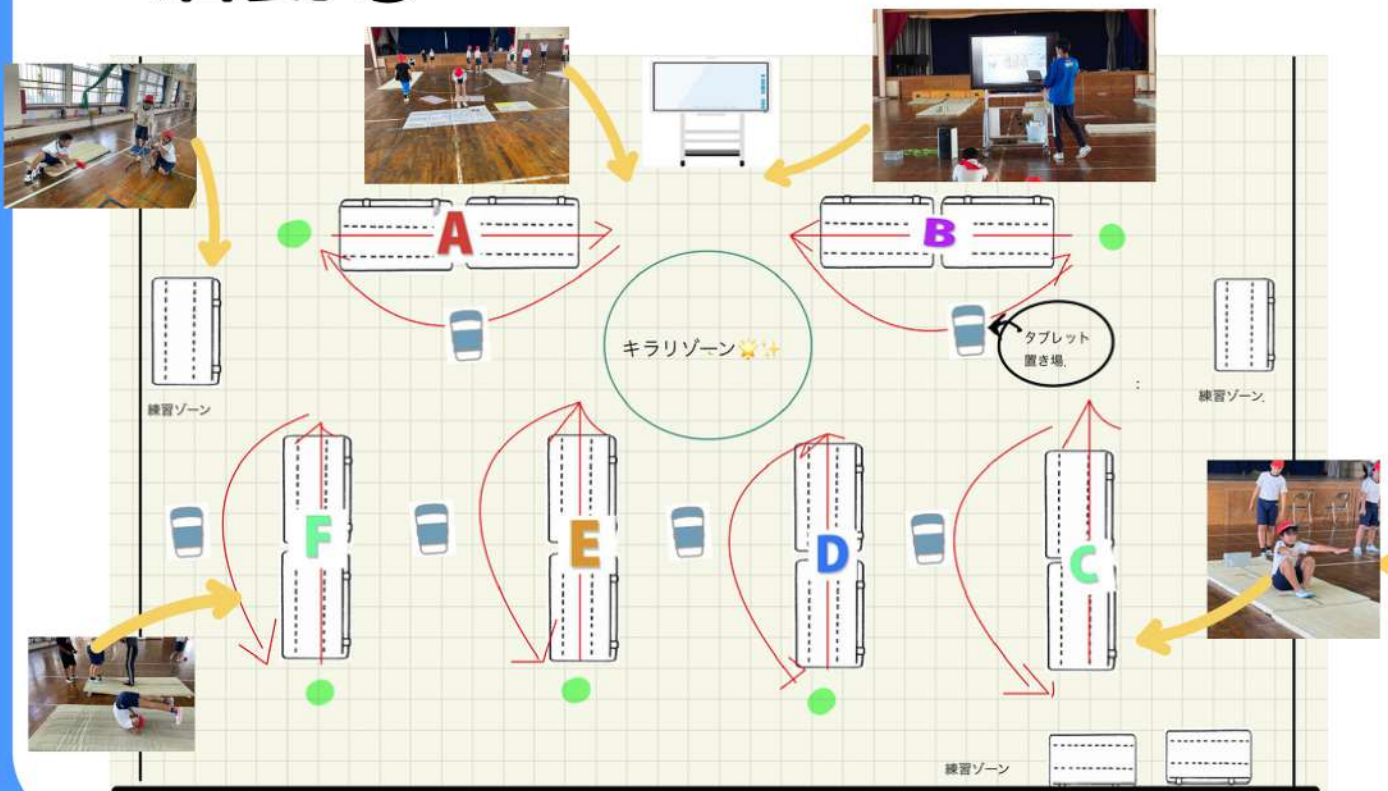


# 場の設定

## 活動①



## 活動②





# 1時間の流れ

## 準備体操

- 1 コーディネーション運動
- 2 学習のめあてと活動の確認

3 めあて①の活動

4 めあて②の活動

キラリタイム

5 振り返りの記録（タブレット）

6 学習の振り返り・まとめ

### ●振り返り


取り組んだ技、学んだ技のポイント、キラリタイムで伝えてもらったことをシートに記録する

# キラリタイムとは

○キラリタイムとは、ペアやグループで友達の試技を見たり、タブレットを用いて撮影したりして、良いところや気付いたこと、学んだことを共有する活動である。児童相互の関わりの中で、技のポイントを学び合い伝え合うことで、技能の向上を図る。授業では、キラリタイムの視点を児童に提示しておくことで、伝え合う活動を充実させていく。

(キラリタイム…沖縄県で統一した学び合いの時間の名称)

キラリタイム！！



こうしたらいね！！  
この技のポイントは、、、  
こうしたらできた！！  
君はこうなっているよ！！  
私はどうしたら良いかな？

さっきのどうだったかな  
言葉で表現!!



横から見ると、こう  
なってたよ!!



前転の時の手の位置は  
こうじゃない 体で表現!!

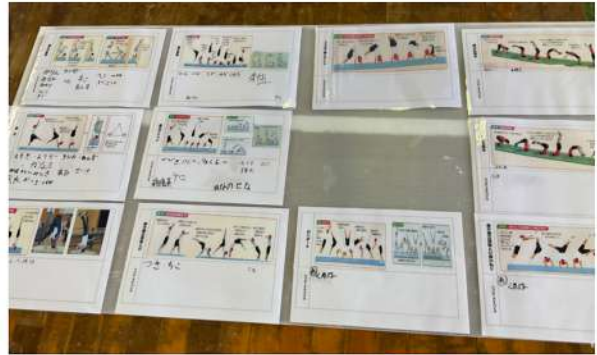


動画で撮ったから  
見てみてね。  
視覚化して表現!!



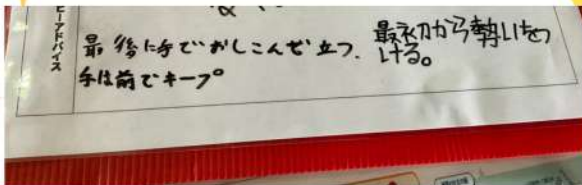
# 掲示物

ボードに、ラミネートした技のポイントを掲示した。学級⇨体育館で確認したり、それぞれの場に運んで確認したりして活用した。



技のポイントを  
書き込む。

仲間と確認する。



倒立の手の位置は  
後転で横にずれてしまう…  
目線や、足の振り上げ方は  
仲間の動きは、見本と比べてど  
うだろう

掲示物を見ている  
様子





# 1人1台端末の活用方法

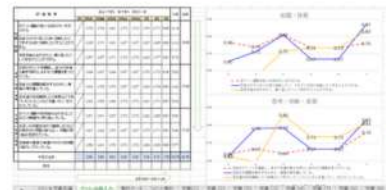


**Microsoft Sway**  
見本動画や、技のポイントをまとめて共有する。



**Microsoft Excel**  
振り返りシートを作成し、児童・教師間で共有し合う。

	A	B	C	D	E
		児童1	児童2	児童3	児童4
第2時目		今回の練習のなかで、うまくできなかったから次は、着地をうまく決めたい。	着地の練習が出来た。次は、着地できるようにしたいです。着地したいところは足元を揃えたいです。	着地、着地、着地などの練習に慣れてきた。次は、着地を揃えたいです。着地したいところは足元を揃えたいです。	同じ場所の人と比べたときに、着地が良かった。着地したいところは足元を揃えたいです。
先生より		は、よく着地ができています。着地したいところは足元を揃えたいです。	着地の練習ができています。着地したいところは足元を揃えたいです。	着地の練習ができています。着地したいところは足元を揃えたいです。	着地の練習ができています。着地したいところは足元を揃えたいです。
第3時目		今日の練習は、着地ができています。着地したいところは足元を揃えたいです。	着地の練習ができています。着地したいところは足元を揃えたいです。	着地の練習ができています。着地したいところは足元を揃えたいです。	着地の練習ができています。着地したいところは足元を揃えたいです。
先生より		今日の練習は、着地ができています。着地したいところは足元を揃えたいです。	着地の練習ができています。着地したいところは足元を揃えたいです。	着地の練習ができています。着地したいところは足元を揃えたいです。	着地の練習ができています。着地したいところは足元を揃えたいです。

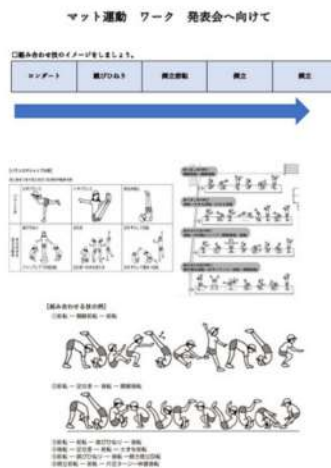


クラウドで共同編集

個人の学びや成長可視化



**Microsoft Teams**  
振り返りシートや、見本動画を共有する。課題機能を用いて、ワークシートや、発表会用の動画を提出する。





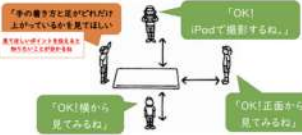
# 第1時 オリエンテーション



学習の進め方の確認

- ・ ルールの確認
- ・ 場づくりの方法

マットからはなれて見よう



コーディネーション運動

- ・ ゆりかご  
(大きなゆりかご)
- ・ 動物歩き
- ・ 壁登り逆立ち横移動
- ・ かえるの足打ち
- ・ 川跳び越し
- ・ 前転



## 児童の 振り返り

- 学習の進め方がわかった。
- 4年生の時にやった技よりも多くの技に挑戦できることを知った。
- ゆりかごの時に、前に勢いよく起き上がることができた。



# 第2～5時



## めあて

- ① 自分の力にあったわざを身に付けよう。
- ② できそうなわざに、場を選択して挑戦しよう。

技の見本動画を見たら、  
後転の時、手をつけるタイミングは…



自分の挑戦したい技を  
練習できる場を選んでい  
ます。



## きらりタイム

- ・倒立をやりたいけど、できない。
- ・後転の場を作ってみよう
- ・〇〇さんが上手って先生が言っていた。



## 児童の 振り返り

○倒立が長くできた 次は倒立前転の  
コツをつかみたいです。意識した  
ことは倒立前転するとき後頭部から  
つくように意識しました。  
○今日、倒立で〇〇さんができてい  
たので、わたしも出来るように、  
できている人を見てポイントをつか  
みたいです。



# 第6～7時

めあて

- ① 技の完成度を上げよう。
- ↓
- ② 繰り返し技や、連続技に挑戦しよう。

組み合わせ技の、完成度はどうなっているかな 撮ってみよう



友達の技を見てみよう。どんな組み合わせでやっているのかな

側方倒立回転について話し合う様子  
↓  
空いているところで練習してみよう。



きらりタイム

- ・倒立やロンダートを組み合わせ技に入れたけど、出来栄はどうか
- ・倒立前転→後転の繋ぎ方はどうしようか。
- ・横から見て気づいたけど…



## 児童の振り返り

○今回は、倒立がほとんど成功してきているので成功してない人にコツを教えてみんなができるようにしたいです。僕の組み合わせ技は側転から倒立をして前転しようと思っているけれど側転ができていないので次からは側転に挑戦したいです。



# 第8～9時

めあて

- ① **繰り返し技や組み合わせ技に挑戦しよう**
- ② **発表会をしよう。**

発表会用の動画撮影の方法やルールを確認する。



マット運動 ワーク 発表会へ向けて

ワークシート	練習の順序	練習の回数	練習の時間



組み合わせ技の構成



組み合わせ技の構成をワークシートにまとめる。



練習後、本番用の動画を撮影する。動画を確認し、自分で納得できるまで撮影する。



課題

7月13日 午後10:19

マット運動 発表会へ向けて

期限 7月20日

課題の表示

教師が課題を作成し配布する。

学生の作業

5日遅れで提出済み 履歴の表示

組み合わせ技シート.docx

WIN\_20220719\_09\_53...

受講者ビューでアクションを取る

課題に、ワークシートと動画を提出する。

児童→教室で、仲間の組み合わせ技を見て感想を交流する。

教師→課題から、児童の動画一覧を確認し、評価の参考にする。



## 児童の振り返り

- もう少しスムーズに繋がったかった。勢いをつけた方が起き上がったから余裕ができる。
- お友達と協力することを、次にも活かしたい。
- 色々な技の組み合わせ方を、グループの人から聞いて知ることができた。