|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ４年 | | | 器械運動「マット運動」単元指導計画（案） | | | | | | | | | 体育館 |
| 単元目標 | 知識及び技能 | | | | 回転系や技巧系の基本的な技の行い方が理解できるようにする。  自己の能力に適した技をしたり、動きの最後で静止してポーズを決めたりすることができるようにする。  発展技に取り組むとともに、技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。 | | | | | | | |
| 思考力、判断力、表現力等 | | | | 自己の能力に適した課題を見つけ、その課題の解決のための活動を選んだり、考えたことを友達に伝えることができるようにする。 | | | | | | | |
| 学びに向かう力、人間性等 | | | | 友達と仲良くマット運動に取り組み、約束を守り助け合って運動をすることができるようにする。  互いの動きを見合ったり補助をしたったりすることができるようにする。 | | | | | | | |
|  | 時間 | １ | | ２ | | ３ | ４ | ５ | ６ | ７ | ８ | |
| 学習の流れ | ０  ５  ２０  ４５ |  | | １．整列・あいさつ　　　２．準備運動　　　３．めあての確認 | | | | | | | | |
| 【めあて】  単元の目標と学習の流れを確認しよう。 | | 【めあて】  回転系のコツを見つけよう。 | | 【めあて】  回転系のコツをもとに練習方法を工夫しよう。 | 【めあて】  倒立系のコツをみつけよう。 | 【めあて】  倒立系の技を選んで挑戦しよう。 | 【めあて】  自分の課題にあった場で、練習方法を工夫してできそうな技に挑戦しよう。 | | 【めあて】  組み合わせ技を発表しよう。 | |
| **４ オリエンテーション**  ・学習の進め方  ・１時間の流れ  ・場づくり  ・約束  ・片付け  **５　基礎感覚運動**  基礎感覚運動の目的や大切なポイントを確認し、楽しくやってみよう。  ・ゆりかご  ・うさぎとび  ・かえるの足打ち  ・肋木歩き  ・川跳び  ・丸太転がりリレー | | ★基礎感覚運動…ゆりかご（ゴロンシュ・ゴロンピタシュ・ゴロンピーンシュ，ゴロンロック）、うさぎとび、カエルの足打ち、肋木歩き、カエルの逆立ち、川跳び、平均台川跳び | | | | | | | | |
| **４．活動①**  ・技のポイントをもとに、コツを見つけながら楽しく回転技にチャレンジする。  【回転技】  前転・大きな前転・開脚前転・とび前転  後転・開脚後転・伸膝後転 | | | **４．活動①**  ・「技のポイント」をもとにコツを見つけながら、楽しく倒立技にチャレンジする。  【倒立技】  頭倒立・壁倒立・補助倒立・倒立  倒立ブリッジ・腕立横跳びこし・倒立側転  ・側方倒立回転・ロンダート | | **４．活動①**  ・自分の課題にあった場で、練習方法を工夫しながら、友達と学び合いながら練習する。  ・自分の課題を明確にさせ、めあてをもって取り組ませるようにする。  ・ペアやグループで目的意識をもって練習するようにする。 | | **４．活動①**  発表会に向けて個人・ペア・グループで練習する。 | |
| ５　きらりタイム・・・友だちやチームの動き等から、うまくできるコツや友だちの良い点等を全体で確認する。 | | | | | | | | |
| **６．活動②**  　見つけた声を使って、友達と技を見合ったり、お互いにアドバイスし合ったりして、学び合いながら練習を進める。  ※お互いの動きをタブレットで撮影しながら進める。  ※ペアやグループでそれぞれの課題に沿って、解決の仕方を考えたり、練習の場を変えたり工夫したりして取り組む。  【タブレット活用の目的】  ○お互いの動きを撮影し、動きの課題点を確認する。  ○自分の動きと手本の動きを確認し、アドバイスする。 | | | | | **６．活動②**  　できる技を繰り返したり、組み合わせたり、友達とシンクロさせたりしながら楽しむ。  ※自分の力にあった技で組み合わせ技に挑戦するようにさせる。 | | **６．活動②**  発表会を行う。 | |
| ☆ふり返り（できるようになったこと、むずかしかったこと、楽しかったこと、友だちの良い所、次がんばりたいこと等。必要に応じて**実技と結びつけて発表させる**） | | | | | | | | | | |
| 評価規準 | 知・技 |  | | ○ | |  | ○ |  |  | ○ |  | |
| 思判表 |  | |  | | ○ |  | ○ | ○ |  |  | |
| 主体的 | ○ | |  | |  |  |  |  |  | ○ | |

　体育CO金城作成　光文書院「体育の学習」参照