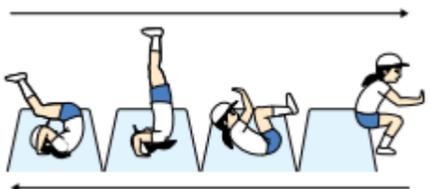
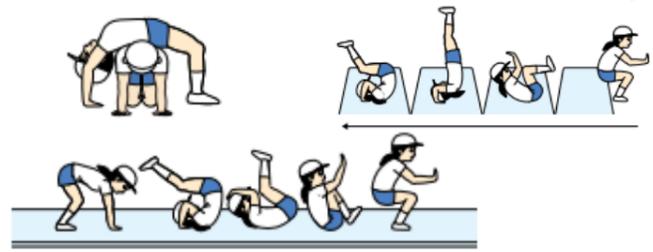


時	1	2	3	4
目標	<p>【知識及び技能】 マットを使った運動遊びの行い方を知るとともに, 転がったり, 手で支えての体の保持や回転をしたりして遊ぶことができるようにする。</p> <p>【思考力, 判断力, 表現力等】 マットを使った簡単な遊び方を工夫するとともに, 考えたことを友だちに伝えることができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力, 人間性等】 マットを使った運動遊びに進んで取り組み, 順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり, 場の安全に気を付けたりすることができるようにする。</p>			
コア技術	<p>ブリッジ・・・マットを真下に押し、腰を持ち上げている。</p> <p>前転・・・①腰が上がっている ②あごを引いて背中を丸めている(あごロック) ③回転後、おしりをかかへと引きつけている。</p>			
めあて	ブリッジをしよう。	前転をしよう。	美しい前転の仕方を考え、友だちに伝えよう。	友だちのよいところや、がんばったらよくなることを伝え会おう。
指導内容	<p>1. 準備運動 (加茂小体操)</p> <p>2. マット運動への慣れの動き</p> <p>① ウマ歩き</p> <p>② あざらし</p> <p>③ 前向きクモ</p> <p>④ 後ろ向きクモ</p> <p>3. ブリッジ</p> <p>① 仰向けに寝た姿勢になり, 指先が肩に, 親指が耳に触れるように手を着く。</p> <p>② 膝を曲げ, かかとを引きつける。</p> <p>③ つま先に体重をかけて, 体を反らしながら肘を伸ばして膝を開く。</p> <p>④ 手と足を近づけていく。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p style="text-align: center;">かかわりあい</p> <p>補助・・・自分の力で体を支えられない場合は,腰と頭を支える。 片足を上げるときに,マットに着いている足を支える。 声かけ 「手首上 耳の横 足寄せて へそ上げる。」</p> </div> <p>4. ところがり</p> <p>① 両手を上げて回る。</p> <p>② 片手を上げて回る。</p> <p>③ 腕を組んで回る。</p> <p>④ 2人で手首を握り合って回る。</p> <p>5. 学習のまとめ</p> <p>6. 振り返り</p> 	<p>1. 準備運動 (加茂小体操)</p> <p>2. マット運動への慣れの動き</p> <p>① ウマ歩き</p> <p>② あざらし</p> <p>③ 前向きクモ</p> <p>④ 後ろ向きクモ</p> <p>3. ブリッジ</p> <p>4. ゆりかご</p>  <p>① マットの上に膝を抱えて座る。</p> <p>② ひざを胸に着けるようにして, できるだけ背を丸くする。</p> <p>③ 前後に体を揺すり, かかとおしりに着けタイミングよく起き上がる。</p> <p>④ 体を後ろに倒した時に手も一緒に着く。</p> <p>5. 前転</p> <p>① しゃがんで手を肩幅に開く。</p> <p>② おへそを見るようにして, 頭を腕の中に入れる。</p> <p>③ 後頭部をマットに着ける。</p> <p>④ 膝を曲げ, あごを引く。</p> <p>⑤ かかとを引きつけてしゃがみ立ちになる。</p> <p>6. 学習のまとめ</p> <p>7. 振り返り</p>	<p>1. 準備運動 (加茂小体操)</p> <p>2. マット運動への慣れの動き</p> <p>① ウマ歩き</p> <p>② あざらし</p> <p>③ 前向きクモ</p> <p>④ 後ろ向きクモ</p> <p>3. ブリッジ</p> <p>4. ゆりかご</p> <p>5. 前転のポイント発見</p> <p>① 両足で地面を蹴って腰を上げる</p> <p>② 体を丸め, おへそを見るようにして回転する。</p> <p>③ 回転後, おしりをかかへと引きつける。</p>  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p style="text-align: center;">かかわりあい</p> <p>声かけ・・・「おへそ」と声をかけ,後頭部を着いて腕の間に入れるようにする。</p> </div> <p>6. 学習のまとめ</p> <p>7. 振り返り</p>	<p>1. 準備運動 (加茂小体操)</p> <p>2. マット運動への慣れの動き</p> <p>① ウマ歩き</p> <p>② あざらし</p> <p>③ 前向きクモ</p> <p>④ 後ろ向きクモ</p> <p>3. ブリッジ</p> <p>4. ゆりかご</p> <p>5. 前転</p> <p>6. 発表方法の確認</p> <p>7. 発表会</p> <ul style="list-style-type: none"> VTRの撮影 技の出来映えについて助言し合う。  <p>8. 学習のまとめ</p> <p>9. 振り返り</p>
指導上の留意点	<p>ブリッジ・・・マットを真下に押し, おへそを上へ上げるイメージで体を持ち上げさせる。</p> <p>※ 肘を伸ばすためには, 片足を上げると良い。</p> 	<p>ゆりかごでうまく起き上がれない場合</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ ゆりかご→正面の人と両手タッチ ○ ゆりかご→立ち上がる (大きなゆりかご) ➤ 「かかとお尻の下に素早く入れよう」と声をかける 	<p>つまずき</p> <p>スムーズに回れない</p> <p>① 両足で軽く蹴って, 「1 . 2 . さーん」</p> <p>② 「踏み切りで両足をそろえてみよう」</p> <p>③ 「へそを見て体を丸めてみよう」</p> <p>④ 後頭部がマットに着くよう補助をする</p>	<p>より美しく回るために</p> <p>① ビニールテープなどで2本のラインを引き, その間で回転できるようにする。</p> <p>② 帽子を足の間に挟み, 両足で踏み切ることや, 体の各部位を揃えることを意識させる。</p>
知		③観察	①観察	②観察・ICT
思			①観察	②観察
態	③・④観察	②観察	①観察	

単元の評価規準

【ブリッジ・前転（マットを使った運動遊び）】

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
① ブリッジや前転の行い方について、言ったり実際に動いたりしている。 ② マットに背中や腹などをつけて転がって遊ぶことができる。 ③ 体を反らせて遊ぶことができる。	① 上手くできたところやできなかったところを、掲示物などの図に目印や色をつけて、自己の能力に適した課題を見付けている。 ② 友だちのよい動きを見付けたり、自分で考えたりしたことを友だちに伝えている。	① ブリッジや前転に進んで取り組もうとしている。 ② 順番やきまりを守り誰とでも仲よくマット運動をしようとしている。 ③ 場の準備や片付けを友だちと一緒にしようとしている。 ④ 場の安全に気を付けている。

【単元の評価規準を基にした「十分満足できる姿」】

(1) 知識・技能

単元の評価規準	「十分満足できる姿」
① ブリッジや前転の行い方について、言ったり実際に動いたりしている。	・ ブリッジや前転の留意点を友だちや教師に詳しく伝えることができる。
② マットに背中や腹などをつけて転がって遊ぶことができる。	・ 滑らかな前転を安定して行うことができる。
③ 体を反らせて遊ぶことができる。	・ 体を大きく使ってブリッジを行うことができる。

(2) 思考・判断・表現

単元の評価規準	「十分満足できる姿」
① 上手くできたところやできなかったところを、掲示物などの図に目印や色をつけて、自己の能力に適した課題を見付けている。	・ 上手くできたところやできなかったところを、掲示物などの図に目印や色をつけて、よりよくする行い方を見付けている。
② 友だちのよい動きを見付けたり、自分で考えたりしたことを友だちに伝えている。	・ 友だちのよい動きの特徴を、擬態語や身振りなど多様な表現を用いて具体的に友だちや教師に伝えている。

(3) 主体的に学習に取り組む態度

単元の評価規準	「十分満足できる姿」
① ブリッジや前転に進んで取り組もうとしている。	・ 連続の前転に進んで取り組もうとしている。
② 順番やきまりを守り誰とでも仲よくマット運動をしようとしている。	・ 自分が楽しむだけでなく、グループの友だちを励ましたり、応援したりしている。
③ 場の準備や片付けを友だちと一緒にしようとしている。	・ 場の準備や片付けを率先して行っている。
④ 場の安全に気を付けている。	・ 自分のことだけでなく、周囲の安全にも気を配っている。

※ 学習指導要領解説の技の例示とは異なった学年で授業を計画しています。その理由は以下の2点です。

- ① 器械運動の技を系統的・段階的に習得するため。
- ② 器械運動の授業を学年間で偏りなく行うため。