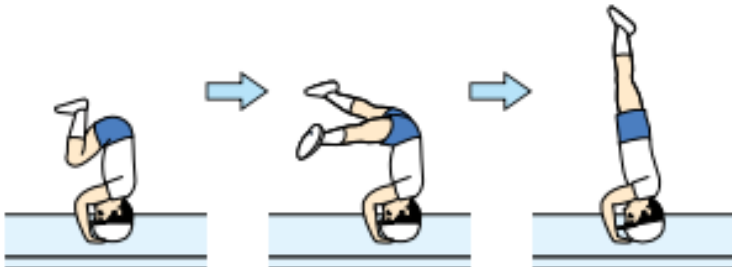


時	1	2	3	4	5	6
目標	【知識及び技能】 マットを使った運動遊びの行い方を知るとともに、手や背中で支えての体の保持をして遊ぶことができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 マットを使った簡単な遊び方を工夫するとともに、考えたことを友だちに伝えることができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 マットを使った運動遊びに進んで取り組み、順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。					
コア技術	① 両手と頭で三角形を作っている。 ② 頭に重心を置いている。					
めあて	技を知り、学習の見通しを持とう。	だんご虫逆立ちを5秒やってみよう。	だんご虫逆立ちを10秒やってみよう。	お手伝い膝伸ばし逆立ちをしよう。	膝伸ばし逆立ちをしよう。	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よう。
指導内容	1. 準備運動（加茂小体操） 2. マットを使った運動遊び （1） 背支持倒立（首倒立）  腰にしっかりと両手をあてて支える。 腰に両手をあて、首と両肘の3点で体を支える。 ※ ペアの相手がつま先を持ち引き上げるとよい （2） かえるの足打ち  着いた手の少し前を見る。 ① 両手を肩幅に開いてマットに手を着く。 ② 両足をそろえてマットを蹴り、腰を高く上げる。 ③ できるようになったら、片足で踏み切って行う。 ④ 足を打つ回数を増やすようにする。 3. よじのぼり逆立ち かかわりあい 声かけ 「手を着いて、よじよじよじよじよじのぼり」 4. 学習のまとめ 5. 振り返り	1. 準備運動（加茂小体操） 2. マットを使った運動遊び （1） 背支持倒立 （2） かえるの足打ち 3. よじ登り逆立ち 4. 頭倒立（膝曲げ） ① マットに膝を曲げて座る。 ② 髪の毛の生え際をマットに付ける。 ③ 両手と頭で大きな三角形を作る。 ④ お尻を上げて頭に向かって少しずつ歩くようにして腰の位置を倒立に近付けるように上げる。 ⑤ 膝を曲げた状態で10秒間姿勢を保つ。 かかわりあい 補助 ・ 足がマットから離れるときにバランスが崩れることがよくあるので、はじめのうちは両側から腰をささえてやることで三点のバランスをとる。 ※ コア技術①②の習得☆の位置に頭をつくようにして、頭に重心を置くと安定することを伝える。 声かけ ① 「頭をついて」 ② 「三角オッケー？」 ③ 「お尻を上げて」 ④ 「どーぞ」  5. 学習のまとめ 6. 振り返り	1. 準備運動（加茂小体操） 2. 頭倒立（膝伸ばし） ① マットに膝を曲げて座る。 ② 髪の毛の生え際をマットに付ける。 ③ 両手と頭で大きな三角形を作る。 ④ 頭に向かって少しずつ歩くようにして腰の位置を倒立に近付けるように上げる。 ⑤ 両足をゆっくりと上に伸ばし逆さの姿勢になる。 かかわりあい 補助 ・ 足をゆっくりと上に伸ばすときにバランスが崩れることがよくあるので、はじめのうちは両側から腰をささえてやることで体のどこに力を入れる必要があるのかを実感させる。 声かけ ① 「頭をついて」 ② 「三角オッケー？」 ③ 「お尻を上げて」 ④ 「どーぞ」  3. 学習のまとめ 4. 振り返り	1. 準備運動（加茂小体操） 2. 本時のめあての提示 発表方法の確認 3. レベルに合わせた練習 4. 発表会 VTRの確認 技の出来映えについて助言し合う。  5. 学習のまとめ 6. 振り返り		
	指導上の留意点	立位から逆位へ一気に姿勢を変えるのは、バランスがとりにくいという課題がある。したがって、マットを使った運動遊びの中で逆位になる遊びを体験させながら逆位への恐怖心を和らげるとともに、体に力を入れて真っ直ぐな姿勢にしておく感覚をつかませるように留意する。	頭倒立(膝曲げ) 手を着く位置が壁に近すぎると頭が中に入らないので、マットにビニールテープなどで線を引き、そこに手を着いて、両手と頭で三角形を作らせる。		※ ②の声かけで実施者が頭と両手で大きな三角形ができているか確認する。 ※ ③の声かけで頭に向かって少しずつ歩くようにして腰の位置を少しずつ上げていく。 ※ ④の声かけで足をマットから浮かす。 逆位になれない児童には <u>腿の裏</u> を持って壁に背中をつけるようにして支えてやるとよい。	
知	② 観察・ICT			① 観察		② 観察・ICT
思		① 観察			② 観察	
態	③ 観察		① 観察・カード	② 観察・カード		④ 観察

単元の評価規準

【頭倒立（膝曲げ）→頭倒立（膝伸ばし）（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 頭倒立の行い方について，言ったり実際に動いたりしている。 ② 頭と両手で三角形をつくるように，両手を肩幅くらいに着き，頭を三角形の頂点になるようについて，腰の位置を倒立に近付けるように上げながら両足をゆっくりと上に伸ばし逆さの姿勢になることができる。	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 頭倒立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 頭倒立の行い方について，言ったり実際に動いたりしている。	・ 頭倒立の行い方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 頭と両手で三角形をつくるように，両手を肩幅くらいに着き，頭を三角形の頂点になるようについて，腰の位置を倒立に近付けるように上げながら両足をゆっくりと上に伸ばし逆さの姿勢になることができる。	・ 安定した頭倒立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たり，シールを貼ったりして，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つれたり，自分で考えたりしたことを友だちや教師に伝えている。	・ 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 頭倒立(膝曲げ)に進んで取り組もうとしている。	・ 頭倒立(膝伸ばし)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。