

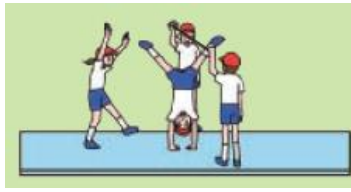


時	1	2	3	4	5	6	7	8
目標	<p>【知識及び技能】 側方倒立回転の行い方を知るとともに、側方倒立回転に十分にに取り組むことができるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 側方倒立回転の行い方を工夫するとともに、考えたことを友だちに伝えることができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 側方倒立回転に進んで取り組み、順番やまわりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。</p>							
コア技術	<p>① 側方倒立回転ができています。</p> <p>② 手を強く突き放している。</p>							
めあて	安全に楽しもう。	協力して準備・片付けをしよう。	「側転」に挑戦しよう。	滑らかな「側転」に挑戦よう。	グループで協力して挑戦しよう。	どうすればうまくなるか考えよう。	「側転」に挑戦しよう。	友だちの良いところやがんばったら良くなることを伝えよう。
指導内容	<p>1. 準備運動（加茂小体操）</p> <p>2. スモールステップ① 折り返し運動 （1）ウマ歩き 育てる感覚 ➢ 腰を高く上げること 行い方 ① 腰を高く上げながら、両肩に体重を乗せて前に進む。 ② できるようになったら、進むスピードを速くしたり、遅くしたりして進む。</p> <p>（2）手押し車 育てる感覚 ➢ 腕で自分の体重を支える感覚を養うとともに、お腹や背中にも力を入れる感覚に気付くこと。</p> <p>行い方 ① 同じ体格の友だちとペアになり、持つ方はひざ下を持つ。 ② 行方方は体が真っすぐになるように（お腹が落ちないように注意して）自分のペースで前に進んでいく。</p> <p>3. スモールステップ② 腕立て横跳び越し ① マットをよく見て、両手でしっかりと体を支え、腰の位置を高く保ちながら反対側に移動する。 ② 最後は両足で着地する。</p> <p>4. 学習のまとめ</p> <p>5. 振り返り</p>   	<p>1. 準備運動（加茂小体操）</p> <p>2. スモールステップ③ 壁倒立（よじ登り倒立） 育てる感覚 ➢ 腕と腰が一直線になる 行い方 ① 足を振り上げて壁倒立できる児童は、壁から20cm程度離れた場所からさせる。 ② 足を振り上げられない児童は、壁に腹を向けてよじ登り倒立をさせる。 ※ よじ登っている中で、支持するために必要な力がつき、腰を高く上げる恐怖心も和らいでいく。</p> <p>3. スモールステップ④ 腕立て横跳び越し ① マットをよく見て、両手でしっかりと体を支え、腰の位置を高く保ちながら反対側に移動する。 ② 最後は両足で着地する。</p> <p>4. スモールステップ④ 川わたり ① 手を前に着手し、踏み切り足も大きく踏み込む。 ② 側方倒立回転の動作である「手・手・足・足」の準に動くことを意識させる。</p> <p>かかわりあい <u>協力</u> ・はじめの手を着手する場所に帽子等の目印を置く。 <u>声かけ</u> ・「手・手・足・足」と声をかける。</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. スモールステップ⑤ 壁倒立 育てる感覚 ➢ 腕と腰が一直線になる 行い方 ① 足を振り上げて壁倒立できる児童は、壁から20cm程度離れた場所からさせる。 ② 足を振り上げられない児童は、壁に腹を向けてよじ登り倒立をさせる。 ※ よじ登っている中で、支持するために必要な力がつき、腰を高く上げる恐怖心も和らいでいく。</p> <p>3. スモールステップ④ 川わたり ① 手を前に着手し、踏み切り足も大きく踏み込む。 ② 視線を1つ目の手（はじめ着手する手）→2つ目の手（後に着手する手）の順番に変えていく。</p> <p>4. 側方倒立回転 ① 腰を高く保ちながら踏み出した足と同じ側の手を着く。 ② 逆の足を勢いよく振り上げる。 ③ 後から着いた手で突き放し、片足ずつ着地する。</p> <p>かかわりあい <u>協力</u> ・側転に取り組んだ友だちの手と足の場所に手型と足型を置く。 <u>声かけ</u> ・「手・手・足・足」と声をかける。</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. スモールステップ⑤ 壁倒立（よじ登り倒立） 育てる感覚 ➢ 腕と腰が一直線になる</p> <p>3. スモールステップ④ 川わたり</p> <p>4. 側方倒立回転 ① 腰を高く保ちながら踏み出した足と同じ側の手を着く。 ② 逆の足を勢いよく振り上げる。 ③ 後から着いた手で突き放し、片足ずつ着地する。</p> <p>かかわりあい <u>補助</u> ① 取り組む前に両手を上にあげさせ、倒立状態のときの足の高さを設定する。 ② 「すず」のついたゴムを2人で緩く持ち、足がどれくらい上がっているか確認する。</p> <p>5. 学習のまとめ</p> <p>6. 振り返り</p>  	<p>1. 本時のめあての提示 発表方法の確認</p> <p>2. レベルに合わせた練習</p> <p>3. 発表会 VTRの確認 技の出来映えについて助言し合う。</p> <p>4. 学習のまとめ</p> <p>5. 振り返り</p>	<p>コア技術①勢いよく振り上げ脚を上げている。（回転力）の習得を意識する。 回転力をつけるためには、腰が上がっても怖くない（痛い思いをしない）という安心感がなければいけない。自分の腕で腰が高く上がっても支持できるということを経験させる。</p> <p>コア技術②踏み切り足も大きく踏み込み、手を遠くに着手すること。の習得を意識する。 側方倒立回転に取り組む際に、児童は「て</p> <p>コア技術①勢いよく振り上げ脚を上げている。（回転力）の習得が不十分な場合一本の線上から手、足がズレてしまうので、技に取り組んだ後振り上げ脚をもっと強く振り上げるように伝えてあげる。</p> 	<p>② 観察・ICT</p> <p>③ 観察・ICT</p> <p>① 観察</p>	<p>① 観察</p>
知								
思			① 観察			① 観察		
態	④ 観察	③ 観察		① 観察・カード	② 観察・カード			

単元の評価規準

【側方倒立回転（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 側方倒立回転の行い方について、言ったり書いたり実際に動いたりしている。 ② 正面を向き、体を前方へ振り下ろしながら片足を振り上げ、前方に片手ずつ着くことができる。 ③ 腰を伸ばした姿勢で倒立位を経過し、側方回転しながら片足を振り下ろして起き上がることができる。	① これまで取り組んできたスモールステップを振り返り、自分の課題を解決するために必要な場を選んでいる。 ② 上手くできたところやできなかったところを、学習カードや掲示物などの連続図に目印や色をつけたり、シールを貼ったりして、自己の能力に適した課題を見付けている。 ① 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たり書いたりしている。	① 側方倒立回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 側方倒立回転の行い方について、言ったり実際に動いたりしている。	・ 側方倒立回転の留意点を友だちや教師に詳しく伝えたり、カードに書いたりすることができる。
② 正面を向き、体を前方へ振り下ろしながら片足を振り上げ、前方に片手ずつ着くことができる。	・ 足を高く振り上げた側方倒立回転を行うことができる。
③ 腰を伸ばした姿勢で倒立位を経過し、側方回転しながら片足を振り下ろして起き上がることができる。	・ 腰を伸ばした姿勢で倒立位を経過し、側方回転しながら片足を振り下ろし安定して起き上がることができる。

(2) 思考・判断・表現

単元の評価規準	「十分満足できる姿」
① これまで取り組んできたスモールステップを振り返り、自分の課題を解決するために必要な場を選んでいる。	・ 自分の技能とこれまで取り組んできたスモールステップを振り返り、さらに技能を高める動きにはどのスモールステップが良いかを考え、理由を伝えている。
② 上手くできたところやできなかったところを、学習カードや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、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、学習カードや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。
③ 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たり、カードに書いたりしている。	・ 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に伝えたり、カードに書いたりしている。

(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 側方倒立回転に進んで取り組もうとしている。	・ 側方倒立回転への習得に向け多様な行い方を進んで試している。
② 順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動遊び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。