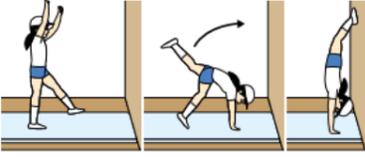


時	1	2	3	4	5	6	7	8	
目標	<p>【知識及び技能】 マット運動では、その行い方を知るとともに、自己の能力に適した回転系の技（補助倒立ブリッジ）に十分に組み込んだ上で、それらの発展技である倒立ブリッジに取り組むことができるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 自己の能力に適した課題を見付け、技ができるようになるための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができる。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や器械・器具の安全に気を付けたりすることができるようにする。</p>								
コア技術	<p>① 両手と目線で三角形を作り、腕を伸ばし、肩の上に腰が来る感じで倒立している。（三角ピン！）</p> <p>② 手と手の間を見ながら腕を伸ばし続けている。（倒立からブリッジへの移行時）</p>								
めあて	技を知り、学習の見通しをしよう。	足を勢よく振り上げて補助倒立をしよう。	補助倒立ブリッジのポイントを発見しよう。	倒立からブリッジをしてみよう。	三角ピン！からブリッジをしてみよう。	一連の動作で倒立ブリッジをしよう。	自分に合った場を考えて、練習しよう。	友だちのいいところを見つけよう。	
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）壁倒立（壁登り倒立）</p>  <p>※ 壁倒立が難しい児童には壁登り倒立でもよいことを伝える。壁にお腹が向くようにして、徐々に倒立状態になる。</p> <p>（2）壁登り倒立からのブリッジ</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><b>かかわりあい</b></p> <p>① 一人で登れない友だちにはお手伝いで倒立に近づける</p> <p>② 隙間を作らないように台になって入る</p> <p>③ 「ブリッジするよ！」と声をかける</p> <p>④ 「目線！」と声をかける</p> </div> <p>3. 学習のまとめ</p> <p>4. 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 （1）壁倒立（壁登り倒立）</p>  <p>※ 立った姿勢から勢よく手をつき、けり上げる。けり上げた脚が壁に「バンバン！」と音がするくらいしっかりとけり上げることで、よじ登り倒立から補助倒立への移行をスムーズにする。</p> <p>（2）補助倒立</p>  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><b>かかわりあい</b></p> <p><b>声かけ</b> 「せーの、三角ピン！」と声をかけて倒立に勢をつける。</p> <p><b>補助者①</b>…正面に立って受け止める。</p> <p><b>補助者②③</b>…倒立する人の横に立って腕を組み受け止める。</p> </div> <p>3. 学習のまとめ</p> <p>4. 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 （1）壁倒立（壁登り倒立）</p> <p>（2）補助倒立ブリッジ</p>  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><b>かかわりあい</b></p> <p><b>声かけ①</b>…「せーの、三角ピン！」と声をかけて、目線が手と手の間からずれないようにする。</p> <p><b>声かけ②</b>…「ブリッジするよ！」と声をかけて準備をさせる。</p> <p><b>補助者①</b>…補助倒立から仲間のお手伝いでブリッジの姿勢になる。両手・両膝で台になる子は実施者に体を寄せ、隙間を作らないように注意する。</p> <p><b>補助者②</b>…補助している人がタイミングを伝え、足と腰を支えながらブリッジになる。</p> </div> <p>3. 学習のまとめ</p> <p>4. 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 （1）壁倒立（壁登り倒立）</p> <p>（2）補助倒立ブリッジ</p> <p>※ 実施者の実態に応じてできるだけ補助者の数を減らしていき、自分で倒立経過してからのブリッジまで技ができるように見通しを持たせた練習をさせる。</p>  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><b>かかわりあい</b></p> <p><b>声かけ</b></p> <p>① 「せーの、三角ピン！」と声をかけて、目線が手と手の間からずれないようにする。</p> <p>② 「ひじのばしたままー」と声をかけて、倒立からブリッジへの移行を安全にする。</p> </div> <p>3. 学習のまとめ</p> <p>4. 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> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><b>かかわりあい</b></p> <p><b>声かけ</b></p> <p>① 「せーの、三角ピン！」と声をかけて、目線が手と手の間からずれないようにする。</p> <p>② 「ひじのばしたままー」と声をかけて、倒立からブリッジへの移行を安全にする。</p> </div> <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>				
指導上の留意点	倒立が苦手な児童にとっていきなり足を振り上げるのはなかなか難しいが、友だちが励ましたり支えてくれたりすることで「もっと勇気をもって振り上げてみよう」という前向きな感情が生まれることがよくある。また、補助倒立ブリッジにもつながるので、なるべく早い段階で取り組ませたい。		恐怖心等により、ほとんど足を振り上げることができない児童に対して		実施者には、倒立からブリッジへ移行する際次の点を意識させる。			一人では技ができない児童には、これまで一緒に練習してきた補助の仕方がよくわかっている友だちに児童の実態に合わせて補助をさせ、技を達成する。	
知		② 観察・ICT					② 観察・ICT	① 観察	
思			① 観察			① 観察		② 観察	
態	④ 観察	③ 観察		① 観察・カード	② 観察・カード	⑤ 観察			

単元の評価規準

【倒立ブリッジ（マット運動）】

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
① 倒立ブリッジの行い方について、言ったり書いたりしている。 ② 倒立位から前方へ体を反らせ、ゆっくりと足を下ろしながらブリッジの姿勢をつくることができる。	① 上手くできたところやできなかったところを、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。 ② 手の着く位置や着地する位置、目線が向く場所などに目印をして、技のできばえを振り返り、自己の能力に適した課題を解決しやすい練習の場を選んでいる。 ③ 友達の手に着く位置や着地する位置、目線が向く場所に目印を置いて、動きのできばえを友達に伝えたり書いたりしている。	① 倒立ブリッジに進んで取り組もうとしている。 ② 場の正しい使い方や試技をする前の待ち方、技を観察するときなどのきまりを守り、誰とでも仲よく励まし合おうとしている。 ③ 場の準備や片付けを、友達と一緒にしようとしている。 ④ 動きや気付いたことを伝え合う際に、友達の考えを認めようとしている。 ⑤ 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 補助倒立ブリッジの行い方について、言ったり書いたりしている。	・ 後転の留意点を友達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 倒立位から前方へ体を反らせ、ゆっくりと足を下ろしながらブリッジの姿勢をつくることができる。	・ 滑らかな開脚後転を安定して行うことができる。(何度も繰り返しできる)

(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、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。	・ 倒立ブリッジを習得するためにはどのような動きが必要かを考え、課題に応じて試行錯誤しながら取り組んでいる。
② 手の着く位置や着地する位置、目線が向く場所などに目印をして、技のできばえを振り返り、自己の能力に適した課題を解決しやすい練習の場を選んでいる。	・ 手の着く位置や着地する位置、目線が向く場所などに目印をして、技のできばえを振り返り、自己の動きをよりよくする行い方を選んでいる。
③ 友達の手に着く位置や着地する位置、目線が向く場所に目印を置いて、動きのできばえを友達に伝えたり書いたりしている。	・ 友達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達に伝えたり、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 倒立ブリッジに進んで取り組もうとしている。	・ 倒立ブリッジへの習得に向け多様な行い方を進んで試している。
② 場の正しい使い方や試技をする前の待ち方、技を観察するときなどのきまりを守り、誰とでも仲よく励まし合おうとしている。	・ 自分が楽しむだけでなく、グループの友達を励ましたり、応援したりしている。
③ 場の準備や片付けを、友達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 動きや気付いたことを伝え合う際に、友達の考えを認めようとしている。	・ 動きや気付いたことを伝え合う際に、友達の課題を自分事として捉えその解決方法を考えている。
⑤ 場の安全に気を付けている。	・ 自分だけでなく、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。