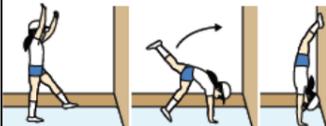
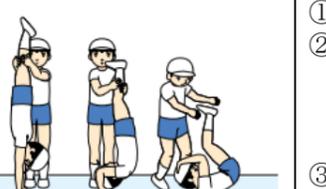
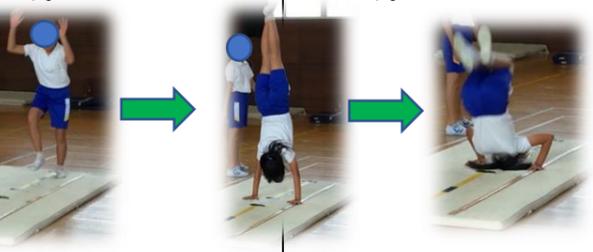
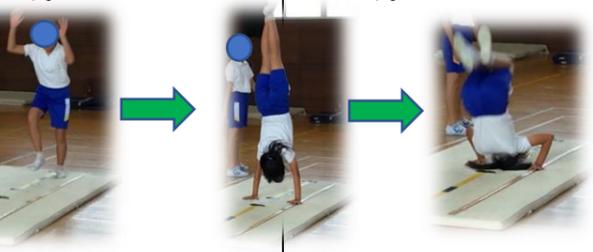


時	1	2	3	4	5	6	7	8
目標	<p>【知識及び技能】 倒立前転の行い方を知るとともに、倒立前転に十分にに取り組むことができるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 倒立前転の行い方を工夫するとともに、考えたことを友だちに伝えることができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 倒立前転に進んで取り組み、順番やきまりを守り誰とも仲よく運動をしたり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。</p>							
コア技術	<p>① 足を振り上げている。</p> <p>② 両手と目線で三角形をつくり、手の先から足の先までをピンと伸ばしている。(三角ピン)</p> <p>③ へそを見ながらひじを曲げている(後頭部から順番にマットについて体を丸めている)。</p> 							
めあて	技を知り、学習の見通しを持つ。	補助倒立をしよう。	補助倒立から前転に挑戦しよう。	滑らかな補助倒立前転をしよう。	グループで協力して倒立前転に挑戦しよう。	どうすればうまくなるか考えよう。	倒立前転に挑戦しよう。	発表会をしよう。
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</p> <p>育てる感覚</p> <p>➢ コア技術①, ②</p> <p>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。</p>  <p>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。</p> <p>※ 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. 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② 補助倒立前転</p> <p>育てる感覚</p> <p>➢ コア技術①, ②</p>  <p style="text-align: center;"><b>かかわりあい</b></p> <p><b>補助</b></p> <p>① 2人組で片腕を組んで壁を作る(組んでいない方の手で振り上がった足をつかめるようにしておく)。</p> <p>② 3人目が正面に立ち、振り上げた足を両手でつかめるように準備をする。</p> <p>③ 実施者の足が上がったところを3人でしっかりとつかみ、倒立を保持する。</p> <p>④ 「いち、にい、さん」(実施者の実態に合わせて秒数は変える)と三角ピンを意識させる。</p> <p>⑤ 「いくよー」と声をかけ、「へソ見て、ひじ曲げて～」と声をかけながら、足首を持ちながらゆっくりと前方へ前転させる。</p> <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② 補助倒立前転</p> <p>育てる感覚</p> <p>➢ コア技術①, ②</p>  <p style="text-align: center;"><b>かかわりあい</b></p> <p><b>補助</b></p> <p>① 2人組で片腕を組んで壁を作る(振り上がった足は壁のようにもたれさせるだけでつかまない)。</p> <p>※ 倒立が安定してくれば、足を支える人数を1人にしていくとよい。</p> <p>② (できるだけ実施者だけの力で)倒立を保持する。</p> <p>③ 「いち、にい、さん」(実施者の実態に合わせて秒数は変える)と三角ピンを意識させる。</p> <p>④ 「せーの、へソ見て、ひじ曲げて～」と声をかけながら支えていた手を離す。</p> <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③ 補助倒立前転</p> <p>育てる感覚</p> <p>➢ コア技術③</p>  <p style="text-align: center;"><b>かかわりあい</b></p> <p><b>補助</b></p> <p>① 2人組で片腕を組んで壁を作る(振り上がった足は壁のようにもたれさせるだけでつかまない)。</p> <p>※ 倒立が安定してくれば、足を支える人数を1人にしていくとよい。</p> <p>② (できるだけ実施者だけの力で)倒立を保持する。</p> <p>③ 「いち、にい、さん」(実施者の実態に合わせて秒数は変える)と三角ピンを意識させる。</p> <p>④ 「せーの、へソ見て、ひじ曲げて～」と声をかけながら支えていた手を離す。</p> <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③ 補助倒立前転</p> <p>育てる感覚</p> <p>➢ コア技術③</p>  <p style="text-align: center;"><b>かかわりあい</b></p> <p><b>補助</b></p> <p>① 2人組で片腕を組んで壁を作る(振り上がった足は壁のようにもたれさせるだけでつかまない)。</p> <p>※ 倒立が安定してくれば、足を支える人数を1人にしていくとよい。</p> <p>② (できるだけ実施者だけの力で)倒立を保持する。</p> <p>③ 「いち、にい、さん」(実施者の実態に合わせて秒数は変える)と三角ピンを意識させる。</p> <p>④ 「せーの、へソ見て、ひじ曲げて～」と声をかけながら支えていた手を離す。</p> <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③ 補助倒立前転</p> <p>育てる感覚</p> <p>➢ コア技術①, ②, ③</p> <p>① 足を振り上げる。</p> <p>② 三角ピンをしている(両手と目線で三角形を作り、手、肩、腰、足首を一直線にする)。</p> <p>③ へそを見ながらひじを曲げている(後頭部から順番にマットにつけながら滑らかに前転する)。</p>  <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③ 補助倒立前転</p> <p>育てる感覚</p> <p>➢ コア技術①, ②, ③</p> <p>① 足を振り上げる。</p> <p>② 三角ピンをしている(両手と目線で三角形を作り、手、肩、腰、足首を一直線にする)。</p> <p>③ へそを見ながらひじを曲げている(後頭部から順番にマットにつけながら滑らかに前転する)。</p>  <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> <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		自分で足を振り上げることができない児童には、両手と目線で三角形を作った上で絶対に肘を曲げないように伝え、何度も倒立を体験させるようにする。		倒立から前転に移行する際の注意点① 倒立から急に肘を曲げると頭への衝撃が大きくなってしまうので焦らずゆっくりと行うように伝える。	倒立から前転に移行する際の注意点② 倒立から真下に前転するとなめらかな前転にならないので、前方へ体を送り出すように伝える。	補助が無くなると足を振り上げて倒立を経過せずに、前転に移行しようとしてしまうことが予想されるので、三角ピンの「ピン」で体を一直線に伸ばすことに留意するように伝える。	この段階では自分の力で取り組ませることが望ましいが、恐怖感を感じてしまう児童や技能的に未習熟の児童には友だちが必要な補助に入る必要がある。	立った状態から入ると勢いが付きすぎてしまう児童には、手をつけた状態から始めさせると良い。
知						② 観察・ICT	③ 観察・ICT	① 観察
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

【倒立前転（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 倒立前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 倒立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 倒立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。	・ 倒立前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倒立前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 倒立前転に進んで取り組もうとしている。	・ 倒立前転への習得に向け多様な行い方を選んで試している。
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。

※ 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。