

1 単元名 マットを使った運動遊び

2 運動の特性

(1) 一般的特性

マットを使った運動遊びは、マットに背中や腹などをつけていろいろな方向に転がったり、手や背中で支えて逆立ちをしたりなどして遊ぶことが楽しい運動である。

(2) 子どもから見た特性

～省略～

【考察】

A 運動の楽しさの体験状況について

本学級の子ども達の多くが、「運動が好き」「体育が好き」と答えている。アンケート調査時は、体育の学習を十分に行っていない時期であったが、小学校入学前の幼稚園・保育園等での経験から、体を動かすことに喜びを感じている子どもがほとんどである。学校生活の中での遊びの経験が少なく、休み時間には6年生と一緒に鬼ごっこをしたり、遊具で遊んだりして過ごしている。「運動が嫌い」「体育が嫌い」と答えた子どもの理由として、「疲れるから」「体が痛くなるから」といった運動自体に否定的な意見を持っている。日頃の体育学習の中で、体を動かすことへの抵抗感を無くしていきたい。

マットを使った運動遊びにおいては、学級の7割の子どもが就学前に経験をしている。運動の経験内容を子どもからヒアリングしたところ、でんぐり返しや動物歩きをしたことがあると回答した。マットを使った運動遊びに対して多くの子ども達が意欲的であり、その理由として動物の動きをまねしたいという意見があった。幼稚園、保育園にマットを使った運動遊びの経験があるかを聞いたところ、実施している園とそうでない園が半分ずつであった。実施をしている園では、外部講師がマット運動で前転の仕方を教えるような技能習得に特化したものであった。体育や運動を嫌いと答えている子ども達は、幼稚園・保育園時にマット遊びを経験していなかったり、技の習得を目的に行なっていたりする園から来ていることが今回の調査で明らかになった。マットの上で転がったり、動物の動きをまねたりしていく中で、楽しみながら自然と体の動きが巧みになっていくことを味わってもらいたい。

本単元では、運動経験が不十分であったり、自分の技能に自信が持てなかったりする子ども達が多くいるため、子ども達の遊びの中での動きを認めていくことで自信をもてるようにする。また、技能の習得だけに目を向けてしまうと子ども達の意欲が低下してしまうので、遊びの中で自然と技能が身に付いていけるように単元を組む。

B 運動の楽しさを求める学び方の習得状況について

実態調査から、就学前のマット遊びの経験に偏りがあることが分かった。また、経験していても技能に重きを置いて学習してきたことから、学習の進め方や基本的なきまり、マナーが定着しているとは言えない。基本的なきまりやマナーを守ることは全員が楽しく安全に運動をする上でとても大切である。また、学習の進め方を知ることは、学習の中でめあて（がんばりたいこと）や遊びを

選ぶための一助となる。

そこで本単元では、遊びの楽しさを十分に味わわせるためにこれらの点をオリエンテーションなどを用いて丁寧に伝え、身に付くようにしていきたい。また、友達との関わりについても教師の意図的な関わりにより、徐々に表れるようにしていきたい。

C 運動の楽しさを味わうための技能の習得状況について

本学級の子ども達は保育園や幼稚園でのマットを使った運動遊びの経験に差があることが分かった。転がる動きでは前転がり、手で体を支える動きではアザラシを行わせた。また、「手を使って移動してみよう」といった声掛けをして、どのような動きが出てくるか調査した。前転がりでは、多くの子どもが自分から積極的に活動に取り組んだ。しかし、頭頂部から背中へ、倒れるような転がり方をしている子どもが多かった。前転がりをする事自体怖がり、できなかった子どももいた。あざらしでは、自分の体重を手だけで支えることができず、前に進めなかったり、足を使って進んでしまっていたりしていた。四足歩行では、ほとんどの子どもが手足を曲げて進む動きであった。幼稚園・保育園時にマット遊びの経験が豊富な子どもは、足をしっかりと伸ばしたくま歩きを行っていたが、腕支持のないかえる跳びをしている子どももいた。

そこで、本単元では学習内容を二つに分けて、揺れたり転がったりする運動と、体を手で支持する運動の順で学習を進める単元構成とする。あえて回転系と支持系を分けることにより、ただ自由に活動するだけではなく、楽しみながら教師がねらっている動きを経験させたい。

3 研究主題と学習の手立て

(1)市教研体育部会の研究主題

生涯にわたって健康を保持増進し、運動に親しむ子どもを育てる体育学習

(2)視点と学習の手立て

視点1 子どもの実態を的確に把握するとともに、運動の特性と指導内容を明確にした上で道すじや学習活動を工夫し、ねらいを明らかにすることで子どもたちが学習意欲やめあてをもって取り組めるようにする。

○道すじの工夫

一年生のマットを使った運動遊びでは、いろいろな場で自由に子ども達が活動することが多いが、その場合、本学級の子ども達の中には、転がる動きや体を腕で支持する動きに取り組もうとしなかったり、何をしたらよいかわからず逆に不自由になってしまったりすることが予想される。そこで、本単元では、学習内容を二つに分けて学習を進める。前半に転がる運動遊びを多く行い、後半に体を腕で支持する運動遊びを行うようにする。そうすることで、どの子どもも転がる動きも腕で支持する動きも経験することができる。前半と後半で様相が大きく異なるため、それぞれの活動の前にオリエンテーションの時間を取り、学習の進め方やきまりなどについて丁寧に確認する。それによって、新しい活動に迷うことなく取り組み、回転や腕支持の動きに十分触れさせていきたい。

腕で支持する運動遊びは、転がる動きに比べ動きの広がりが見られるのではないかと考え、学習の前半では転がる動きでマットを使った運動遊びに慣れさせ、後半に腕で支持する運動遊びにつなげることにした。

視点2 一人一人の良さを伸ばし、できる喜びを実感できる手立てを工夫する。

○場の工夫

本単元では、学習の前半に転がる運動、後半に体を支持する運動を行う。

転がる運動を行う場は、坂道マットやジグザグマット、セーフティマットなどの場を用意する。

予想される動き

坂道マット 広々マット ふかふかマット
ジグザグマット

- ・前転がり
- ・後ろ転がり
- ・鉛筆回り
- ・ダルマ回り
- ・手なし転がり

体を支持する運動では、平均台を並べた場や跳び箱の頭を置いた場、ゴム紐を張った場などが考えられる。マットの上にお手玉やペットボトルハードルなどの道具を自由に配置できるようにし、遊びの広がりをもてるようにする。

予想される動き

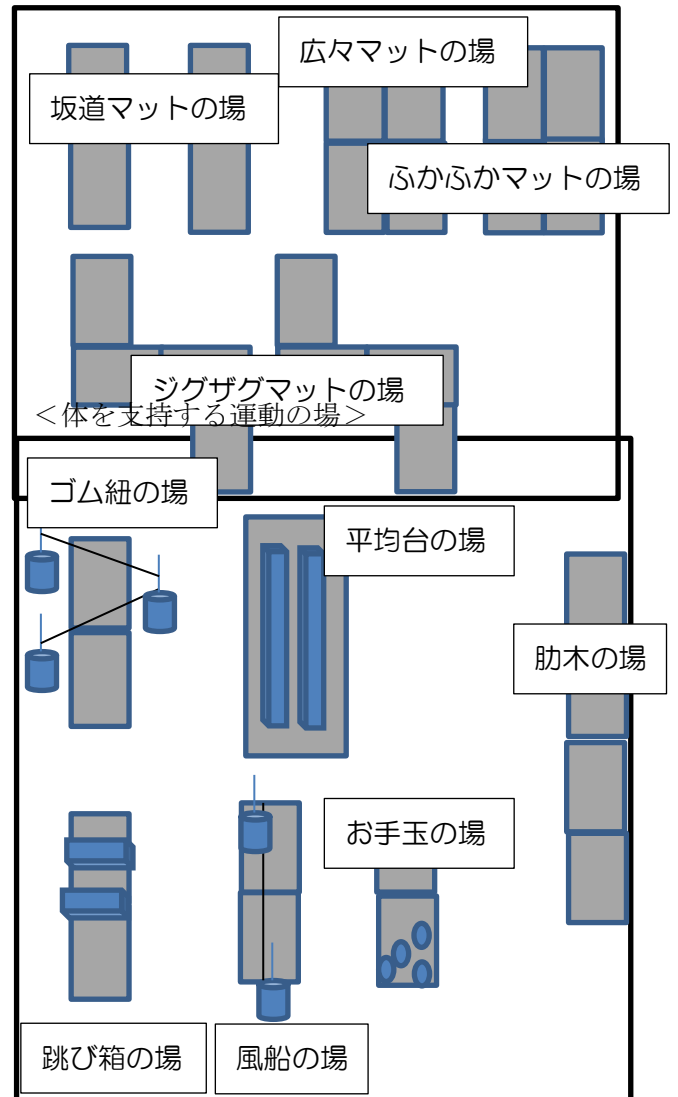
ゴム紐の場 平均台の場 お手玉の場
風船の場 跳び箱の場 ペットボトルの場

- ・あざらし
- ・いぬ歩き
- ・熊歩き

肋木の場

- ・足かけ逆立ち

<転がる運動の場>



これらの場を用いて、転がったり、支持して動いたりする楽しさを味わわせるとともに、子どもが安心して運動に取り組めるようにしたい。また、一年生においては、初めてのマットを使っの運動遊びとなるため、場の使い方などの安全面に関わる遊ぶ時の約束を守らせていきたい。

4 学習のねらい

○マットを使った運動遊びに進んで取り組み、きまりを守り友達と仲良く運動したり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。 【関心・意欲・態度】

○マットを使った運動遊びの行い方を知り、遊び方を工夫できるようにする。

【思考・判断】

○マットを使った運動遊びでは、いろいろな方向への転がり、手で支えての体の保持や回転などができるようにする。 【技能】

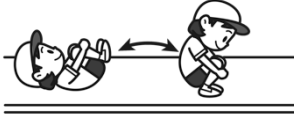
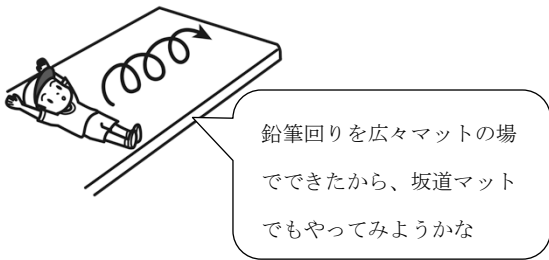

5 評価規準(おおむね満足できる状況)

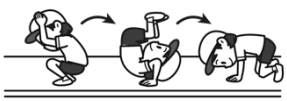


	関心・意欲・態度	思考・判断	技能
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ・器械・器具を使つての運動遊びに進んで取り組もうとしている。 ・運動の順番や決まりを守り、友達と仲良く運動をしようとしている。 ・友達と協力して、器械・器具の準備や片付けをしようとしている。 ・運動をする場や器械・器具の使い方などの安全に気を付けようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・器械・器具を使つた運動遊びの行い方を知るとともに、運動をする場や使用する器械・器具などを変えながら、いろいろな運動の仕方を見付けている。 ・器械・器具を使つての運動遊びの動き方を知るとともに、友達のよい動きを見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・マットを使った運動遊びでは、いろいろな方向へ転がり、手で支えての体の保持や回転などができる。
学習活動に即した評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ①マットを使つての運動遊びに進んで取り組もうとしている。 ②きまりを守り、友達と仲良く運動しようとしている。 ③友達と協力して場や用具の準備や片付けをしようとしている。 ④場の安全に気を付けようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ①マットを使つた運動遊びの行い方を知り、いろいろな動きを見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> ①いろいろな転がり方ができる。 ②自分の体重を手で支えて、移動することができる。


6 学習の道すじ (本時6/7)

	1	2	3	4	5	6(本時)	7
0 ↓ 4 5	オリエンテーション	いろいろな転がり方をして楽しもう。		オリエンテーション	手をついていろいろな動きをして楽しもう。		まとめ
関・意・態	①	②	③	④	④		①
思・判		①				①	
技			①		②		②

7 学習活動と教師の支援

	<p>1 オリエンテーションをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○学習のねらいや道すじを理解し、学習の進め方について見通しを持つ。 ○用具の使い方、場の準備や片付けの仕方を理解する。 ○前半のマットを使った運動遊びの行い方、ルールやマナーについて理解する。 ○学習カードの書き方、使い方について理解する。 <p>2 試しのマットを使った運動遊びを行う。</p> <p>3 学習のまとめをする。</p> <p>4 後片付けを行う。</p> <p>5 整理運動をする。</p> <p>◇マットを使つての運動遊びに進んで取り組もうとしている。 【関心・意欲・態度①】</p>	
<p>な か 1</p>	<p style="text-align: center;">学習内容と活動</p> <p>1 学習の場づくりをする。</p> <p>2 準備運動をする。</p> <p style="padding-left: 20px;">ゆりかごなどの転がる動き</p> <ul style="list-style-type: none"> ・足をのばす ・友達とじゃんけん  <p>3 学習のめあてを確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin: 10px 0;"> <p>いろいろな転がり方をして楽しもう。</p> </div> <p>4 いろいろな場でマットを使った運動遊びをする。</p>  	<p style="text-align: center;">教師の支援・指導(○)、評価(◇)</p> <p>○安全に気を付けながら、協力して準備するように声を掛ける。</p> <p>◇きまりを守り、友達と仲良く運動しようとしている。 【関心・意欲・態度②】</p> <p>◇友達と協力して場や用具の準備や片付けをしようとしている。 【関心・意欲・態度③】</p> <p>○ゆりかごの動きで背中を丸めることや、目線などを子ども達が見つけた言葉で指導する。</p> <p>○前時を振り返り、活動を想起させる。</p> <p>○安全に気を付けるよう掲示物を用いて約束などを確認する。</p> <p>○いろいろな転がり方をしている子を称賛する。</p> <p>○動きを見付けられない子に同じ動きをしてみるように促す。</p> <p>○転がることに怖さを感じている子には、易しい場での活動を促したり、教師が補助をしたりする。</p> <p>○いろいろな転がり方をしたり、何度も挑戦したりするよう声をかける。</p> <p>○子どもの活動に応じて適宜子どもを集め、全体に広げたい動きを紹介し、動きの共有を行う。</p> <p>◇マットを使った運動遊びの行い方を知り、いろいろな動きを見付けている。【思考・判断①】</p> <p>◇いろいろな転がり方ができる。 【技能①】</p>

<p>な か 1</p>	 <p>後ろ向きにも回ってみたよ！ 友達と一緒にやってみたよ！</p> <p>5 学習のまとめをする。 ・動きの紹介をする。 ・学習カードに記入する。</p> <p>6 整理運動を行う。 7 後片付けを行う。</p>	<p>○全体に広めたい動きを紹介し、動きの共有を行う。</p> <p>○次時の予告をして学習の見通しをもち、主体的に学ぼうとする意欲を持てるようにする。</p> <p>○安全に気を付け、協力して片付けができるよう声をかける。</p>
	<p>1 オリエンテーションをする。 ○学習のねらいや道すじを理解し、学習の進め方について見通しを持つ。 ○用具の使い方、場の準備や片付けの仕方を理解する。 ○後半のマットを使った運動遊びの行い方、ルールやマナーについて理解する。</p> <p>2 試しのマットを使った運動遊びを行う。</p> <p>3 学習のまとめをする。</p> <p>4 後片付けを行う。</p> <p>5 整理運動をする。</p> <p>◇マットを使つての運動遊びに進んで取り組もうとしている。 【関心・意欲・態度①】</p>	
<p>な か 2</p>	<p>1 学習の場づくりをする。</p> <p>2 準備運動・感覚づくりの運動をする。 ～転がる動きと腕支持の動き～ ・ゆりかごの時に友達とじゃんけんをして、勝った人は勝った人同士でペアを組み直す。組み直す時にあざらしなどの腕支持の動きで移動する。</p> <p>3 学習のめあてを確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin: 10px auto; width: 80%;"> <p>手をついて、いろいろな動きをして楽しもう。</p> </div> <p>4 いろいろな場でマットを使った運動遊びをする。</p>  <p>いろいろな歩き方ができるよ！</p>  <p>逆さになるのも面白い！</p>	<p>○安全に気を付けながら、協力して準備するように声を掛ける。</p> <p>◇マットを使つての運動遊びに進んで取り組もうとしている。 【関心・意欲・態度①】</p> <p>◇場の安全に気を付けようとしている。 【関心・意欲・態度④】</p> <p>○膝を伸ばして腕に体重をかけながら動くように声を掛ける。</p> <p>○前時の活動を想起させ、どんな動き方をしてみたいか考えさせる。</p> <p>○安全に気を付けるよう掲示物を用いて約束などを確認する。</p> <p>○いろいろな動きをしている子を称賛する。</p> <p>○動きを見付けられない子に同じ動きをしてみるように促す。</p> <p>○ねらった動きができるように声を掛ける。</p> <p>◇マットを使った運動遊びの行い方を知り、いろいろな動きを見付けている。 【思考・判断①】</p>

	 <p>5 学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・動きの紹介をする。 ・学習カードに記入する。 <p>6 整理運動を行う。</p> <p>7 後片付けを行う。</p>	<p>◇自分の体重を手で支えて、移動することができる。 【技能②】</p> <p>○子どもの活動に応じて適宜子どもを集め、全体に広げたい動きを紹介し、動きの共有を行う。</p> <p>○本時の学習の中で新しく見つけた動きや、遊びを紹介し、次時の学習の見通しを持ち、主体的に学ぼうとする意欲を持てるようにする。</p> <p>○良い動きを見つけた子を称賛する。</p> <p>○安全に気を付け、協力して片付けができるよう声をかける。</p>
<p>ま と め</p>	<p>8 学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○マットを使った運動遊びを楽しく協力して行うことができたか。 ○安全に気を付けることはできたか。 ○友達の良い動きを見付けたり、まねしたりできたか。 ○いろいろな転がり方、自分の体重を手で支えて、移動することができたか。 	