指導と評価の計画（８時間）　単元の学習課題「回転をコントロールして美しく立ち上がろう」

取り組む技	前転・後転	回転系接転技群（前転グループ：前転、膝の伸びた大きな前転、開脚前転）		回転系接転技群（後転グループ：後転、開脚後転、伸膝後転）		回転系ほん転技群（はね起きグループ：首はね起き、頭はね起き）		組み合わせ技
時数	1	2	3（本時）	4	5	6	7	8

１　集合や整列、健康観察、運動の場の準備、本時のめあての確認

１　集合や整列、健康観察、運動の場の準備、本時のめあての確認

取り組む課題によってゲームベストの色（青…第２～５時：膝の伸び、第７・８時：腕支持、黄…第２～５時：腰大→小、第７・８時：腰小→大、桃…その他：かかとの引き付け、開脚や跳ねのタイミング、手の突き放し）を分ける（ただし、課題が見付かっていない場合は着用しない）

めあて 前方に回転して足を開いて美しく立ち上がるために、〇〇しよう　　めあて 後方に回転して足を開いたり、膝を伸ばしたりしたまま美しく立ち上がるために、〇〇しよう　　めあて 自己の課題を見付けよう。　　めあて 体を反らせて美しく立ち上がるために、〇〇しよう

２　準備運動

手首や首、肩、腹筋、背筋等の主に動かす部位をほぐす

３　基礎的な動き・感覚づくり

児童の実態に応じて、大きさや速さ、方向を変えたいろいろなゆりかごから立ち上がり、前転や後転を行う

２　準備運動

３　基礎的な動き・感覚づくり

児童の実態に応じて、大きなゆりかごや大きなゆりかごから背支持倒立、大きなゆりかごから立ち上がり、大きなゆりかごから開脚立ち（座）、第２・３時は前転や歩き前転、大きな前転、開脚前転、第４・５時は後転や開脚後転、伸膝後転を行う

２　準備運動

３　基礎的な動き・感覚づくり

児童の実態に応じて、うつ伏せばんざいゆりかごやゆりかごから背支持倒立、ゆりかごからブリッジ、くの字頭倒立、くの字頭倒立からブリッジを、一人またはペアで補助し合って行う

４　前時に設定した学習の進め方（練習の場や練習方法、課題解決の仕方など）の確認

個別支援　・　前時に記述した学習カードの振り返り等が的確か事前に確認し、課題や学習の進め方に修正が必要な場合は、朱書きしたり声かけしたりしておく

４　オリエンテーション

- 安全面の約束の確認
- 運動の場の準備や後片付けの仕方の確認
- 学習の進め方の確認
- 動画撮影方法の確認

５　課題を見付け、見付けた課題の解決に取り組む　自分で決める

- 踏切板やロイター板、ボール、養生テープ、手型足型マーカー、赤玉、輪、ゴムひも、ビート板、跳び箱１段目、ビニル傘袋等を用意し、自由に使えるようにする
- 一人で運動に取り組むのか、誰かと一緒に取り組むのか、タブレットＰＣで動画撮影するのか、手本動画を見るのかなどを自分で決める
- 第６時は、ほん転技群（はね起きグループ）の技の課題を見付ける時間を１時間設ける（体側にテープを貼って体の反り具合を視覚化する）
- 課題見付け：自分の動きを動画撮影させ、腰の位置や開き、膝の伸び（大きな前転）、開脚や跳ねのタイミング（開脚前転や開脚後転、首はね起き、頭はね起き）、着手位置や手の突き放し（開脚前転や伸膝前転）に関わる図解付きの評価基準表や手本動画を参考にして、撮影した動画に線や印を描き込ませて課題を見付けさせる

５　試しの運動

- 膝を伸ばして大きく前転できるかな（足を開いて立てるかな）
- 膝を伸ばして大きく後転できるかな（足を閉じて立てるかな、膝を伸ばしたまま立てるかな）
- 児童のタブレットＰＣを常設してタイムシフトカメラで動画撮影し、自分の動きをいつでも見直せるようにしておく
- 児童から集約した「腰角度、速度、方向」などのキーワードを基に、単元の学習課題「回転をコントロールして美しく立ち上がろう」を設定し、「回転をコントロール」や「美しく」とはどういうことなのかを確認する

個別支援

- 何度試技を行っても課題が見付からなかったり、取組が停滞したりしてきた
  - → 「美しく立ち上がるために、どのような動きをしたいですか」
  - → 「（撮影した動画を見せながら）評価基準表や手本動画と見比べてみると、どこ（大きな前転の腰の位置や開き、膝の伸びなど、開脚前転や開脚後転、首はね起き、頭はね起きの開脚や跳ねのタイミング、開脚前転や伸膝前転の着手位置や手の突き放し）が違いますか」
    （予想される発言）・腰の位置が低い　・膝が曲がっている　・腰が開いていない　・回転速度が足りない　・足を開く、跳ねるタイミングが早い　・手の突き放しが弱い　など
  - → 「美しく立ち上がるために、どこ（体の部位）をいつ（タイミング）どのように動かす（開く・着く・跳ねる）とよいですか」
    （予想される発言）・膝を伸ばして大きく回転する　・かかとが床に着く直前に足を開く　・後ろに床を蹴って遠くに尻を着く
    ・力強く両手でマットを突き放す　・上体や肩、頭を前に倒す　・尻が頭を越えたタイミングではねる　など
- 児童が決めた課題と教師が考える課題にずれがある、または課題が複数あり困っている
  - → 「自分と手本の動画を見比べてみるとどこが違いますか」「どのような動きにしたいですか」「できそうな動きから取り組んでみましょう」
- ただ漠然と練習している、または、一人で練習に取り組んでいて困っている
  - → 「どのような課題でしたか」「どのような動きにしたいですか」「〇〇さんは何を意識しているか一緒に聞きに行きましょう」「同じ課題（ゲームベストの色）の〇〇さんと一緒に練習してみてはどうですか」（言語化できない児童には、その児童の身振りやオノマトペ、比喩などから、体の部位や向き、程度、タイミングなどの言語化を支援する）
- 技の完成度が高くなって活動が停滞してきた
  - → 「条件を変えて（回転の始め方や立ち上がり方、速度、大きさを変えたり、組み合わせて技を行ったりする）もできますか」「更なる発展技（易しい場での伸膝前転や後転倒立）に取り組んでみましょう」「〇〇さんが困っているみたいなので美しく立ち上がるためのこつを伝えてあげましょう（学習の進め方⑤攻略マインドマップにこつ「どこを」「どの方向に」「どのようにする」を記述させる）」
- 自分で決めた練習の場や学習の進め方とは違うことをしている
  - → 「どこでどのように練習すると動きがよくなると思いましたか」「なぜこの学習の進め方を選んだのですか」

全体支援

- 活動が停滞してきた児童が多い　→　できる技を組み合わせて、組み合わせ技（始めー中ー終わり）に取り組ませる
- 児童同士の関わり合いが見られず技能も思考も停滞してきた　→　同じ課題に取り組む同じ色のゲームベストの仲間と動きを観察し合う場を設定する
- 仲間の動きを見ようとしない児童が多い　→　仲間の動きに目を向けさせるためにグループ内でミニ発表会を設定する

※　身に付けさせたい動きは、児童の様子を見ながら、気付いてきた児童が増えてきたら全体で取り上げて共有する

「腰を高く上げて前方に回転し、かかとがマットに着く直前に左右に開脚し、接地するとともに両手を素早く着いて上体を前に倒すこと」は第２時、「尻を着いて後方に回転し、左右に開脚（開脚後転）、または膝を伸ばす（伸膝後転）と同時に両手でマットを強く押すこと」は第４時、「両肩ー背中がマットに着いたら（首はね起き）、または尻が頭を越えたら（頭はね起き）腕と腰を伸ばし体を反らせながらはね起きること」は第７時に共有予定

６　本時の振り返り　自分で決める

マット運動で大切なことやできるようになりたいこと、見付けた課題を学習カードにまとめる

本時の取組を振り返り、接転技群の何の技（第２・３時：前転グループ、第４・５時：後転グループ）にどれだけの時間を掛けて取り組むのか、学習カードに計画を立てる

６　本時の振り返りや次時の学習の進め方の決定　自分で決める

本時の動画をロイロノート・スクールに残し、本時の学習のめあてに対する自分の取組を振り返り、ロイロノート・スクールで次時の課題や学習の進め方（①動きのポイントを知る、②仲間と動きの観察、③手本の動きと比較、④スモールステップ、⑤攻略マインドマップなど）を決めたり、取り組む技を変更したりする（第６時は、首はね起きと頭はね起きを第７・８時のどの時間にどれだけ取り組むのか学習カードに計画を立てる）

６　単元の振り返り　自分で決める

本時の動画を提出し、単元全体の取組を振り返る

７　運動の場の後片付け　　８　整理運動

評価の重点								
知			動きの観察		動きの観察		動きの観察	発言・学習カード
思		学習カード		発言・学習カード				学習カード
態	活動の様子			活動の様子・学習カード		活動の様子・発言		

単元末に期待される具体的な児童の姿

開脚や跳ねのタイミングが分からず、うまく立ち上がることができなかった。課題解決のために、手本動画を見て動きのポイントを知り、それを基に自分の動きと比較した。また、一緒に練習する仲間から、開脚や跳ねのタイミングや動きのこつをアドバイスしてもらったり、補助してもらったりして練習すると、段々とタイミングがつかめて立ち上がれるようになった。これから、自分に合った学習の進め方を決めて取り組むだけでなく、困っている仲間にアドバイスして、みんなでできるようにもなりたい。