

# 協働的な学びが充実し、 「分かる」「できる」を実感できるマット運動の授業

— 「共生」「協力」の理解深化及び、観察シートと動画の活用を通して —

宮里 鷹<sup>1</sup>

マット運動の楽しさは技に挑戦し、できる喜びを味わうことである。本研究では、知識と技能を関連させて学ぶことにより、「分かる」と「できる」を実感できる授業を実践したいと考えた。そこで、「分かる」と「できる」を後押しする協働的な学びを充実させるために、「共生」と「協力」の理解深化を図ること、技のポイントや成果と課題を仲間と共有できる観察シートと動画を活用することを手立てとして検証し、一定程度の成果を得た。

## はじめに

令和3年に中央教育審議会より示された「令和の日本型学校教育の構築を目指して～全ての子供たちの可能性を引き出す、個別最適な学びと、協働的な学びの実現～(答申)」(以下、「答申」という)では、「一人一人の児童生徒が、自分のよさや可能性を認識するとともに、あらゆる他者を価値のある存在として尊重し、多様な人々と協働しながら様々な社会的変化を乗り越え、豊かな人生を切り拓き、持続可能な社会の創り手となることができるよう、その資質・能力を育成することが求められている」(中央教育審議会 2021 p.15)と記載されており、今日では、個別最適な学びとともに協働的な学びの実現が求められている。

『中学校学習指導要領(平成29年告示)解説保健体育編』(以下、『解説』という)では、知識及び技能を指導する際に、「単に運動に必要な知識や技能を身に付けるだけでなく、運動の行い方などの科学的知識を基に運動の技能を身に付けたり、また、運動の技能を身に付けることで、その理解を一層深めたりするなど、知識と技能を関連させて学習することが大切である」(文部科学省 2018 p.31)と示されており、「分かる」と「できる」ことを結び付ける指導の充実が求められている。

また、「学びに向かう力、人間性等」の内容については、「生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けた体育学習に関わる態度に対応した、公正、協力、責任、参画、共生及び健康・安全の具体的な指導内容を示すこととした」(文部科学省 2018 p.14)と示されている。

本研究で取り扱うマット運動は、技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。これまで筆者は、全ての生徒に技ができる楽し

さを味わわせたいと考え授業を実践してきたが、「できる」楽しさを十分に味わわせることはできなかった。また、できるために必要な「分かる」ことについても保障できてはいなかった。

その原因としては、自己に適した技に取り組むような指導に至らなかったこと、マット運動の技のポイントを理解させる指導が十分ではなかったこと、演技を見せる際に生徒が持つ羞恥心を払拭できなかったこと、コロナ禍の影響で、仲間と協働的に取り組めなかったことなどが考えられる。

そして、その原因を解決するには、自己に適した技を生徒に選択させ、マット運動の技のポイントを明確に示して理解を促すとともに、取組の成果と課題を共有できる教材(観察シートと動画)が必要であると考えた。また、一人一人の違い(仲間の体力や技能の程度等)に応じた課題や挑戦を認めようとする「共生」や仲間の学習を援助しようとする「協力」(文部科学省 2018 p.73)についての理解深化を促すことで、羞恥心が軽減されるとともに、協力行動が促進され、「分かる」と「できる」を後押しする協働的な学びを充実させることができると考えた。

その結果、助言などの支援がより効果的なものとなり、協働的な学びが充実し、生徒は「分かる」と「できる」を実感できるようになると考えた。

## 研究の目的

協働的な学びが充実し、「分かる」と「できる」を実感できるマット運動の授業における次の手立ての有効性を明らかにする。

手立て：「共生」「協力」の理解深化及び観察シートと動画の活用

1 小田原市立城山中学校 教諭

## 研究の内容

### 1 理論の研究

#### (1) 「共生」「協力」の理解深化について

『解説』では、第1学年及び第2学年において、「共生」について「体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、人には違いがあることに気付き、その違いを可能性として捉え、互いを認めようとする事」、「協力」について「自分のことだけではなく共に学ぶ仲間に対して必要な支援をしたりすること」と示されている(文部科学省 2018 p.40)。

この二つの指導事項は、多様な他者と関わる上での土台となると考え、理解が深まることで、次に示す協働的な学びの充実(「共生」「協力」の態度の形成等)に貢献すると考えた。

#### (2) 協働的な学びの充実について

「答申」では、協働的な学びについて「子供一人一人のよい点や可能性を生かすことで、異なる考え方が組み合わせられ、よりよい学びを生み出していくようにすることが大切である」(中央教育審議会 2021 p.18)と示されている。

また、松丸は「マット運動は友達と教え合ったり、助け合ったりすると技を身につけやすい運動で(中略)子ども同士の見合いや教え合いが比較的しやすく、アドバイスも明確にできるため、言語活動を活発に行いやすい単元であると言える。しかし、子ども同士が伝え合う事柄が明確になっていないと、漠然とした声かけしかできず、結果として技能の向上を味わえない授業になってしまう」と述べている(松丸 2013)。

つまり、マット運動は、教え合ったり、助け合ったりするペアやグループでの仲間との関わりによる協働的な学びを実現しやすくと考えられる。そこで、協働的な学びを充実させることで、「分かる」と「できる」が実感できると考えた。

#### (3) 「分かる」と「できる」について

岡出は、「わからないと『できる』ようにならない。しかし、わかったからといってすぐに『できる』ようになるわけでもない。わかったことが『できる』ようになるには、それを実際に試すことが必要になる」と述べている(岡出 1994)。

そこで本研究においても、まずは、観察シートと動画を活用して技のポイントを示し、生徒の「分かる」を保障しながら、分かったことを実際に試すことで「できる」ことにつなげていくこととした。

#### (4) 観察シートと動画の活用について

本研究では、技のポイントについて「分かる」ことで、生徒同士(ペアやグループ)で具体的な助言が可能になり、その助言を生かして更なる「分かる」や「できる」につなげられるのではないかと考え、技のポイントや成果と課題を仲間と共有できる観察シートと動

画(見本動画と試技を撮影した動画(以下、試技動画という))を活用することとした。

### 2 研究の仮説

中学校第1学年の「マット運動」(器械運動)において、「共生」「協力」の理解深化を図ること及び、観察シートと動画を活用することによって、協働的な学びが充実し、「分かる」「できる」を実感できるであろう。

なお、「共生」「協力」の理解すべき内容については『解説』(文部科学省 2018 p.73)のとおりである(表1)。

表1 「共生」「協力」の理解すべき内容

|    |   |
|----|---|
| 共生 | 「体力や技能の程度、性別や障害の有無等に応じて、自己の状況に合った実現可能な課題の設定や挑戦を認めようとする事(中略)参加者全員が楽しんだり達成感を味わったりするための工夫や調整が求められる(後略)」      |
| 協力 | 「練習の際に、仲間の試技に対して補助したり、(中略)助言したりしようとする事などを示している。そのため、仲間の学習を援助することは、自己の能力を高めたり、仲間との連帯感を高めて気持ちよく活動したりする(後略)」 |

### 3 検証授業

#### (1) 検証授業の概要

【期間】令和5年9月19日(火)～10月13日(金)

【対象】小田原市立城山中学校  
第1学年1学級(34名)

【教科】保健体育科

【単元名】器械運動：マット運動

【時数】全9時間

【授業者】宮里 鷹(筆者)

#### (2) 単元の概要(表2参照)

表2 単元の概要

| 時間 | 主なねらい                                      | 学習活動                                       |
|----|--|--|
| 1  | ・積極的に学習に取り組む                               | ・オリエンテーション                                 |
| 2  | ・学習の見通しを持つ                                 | ・今できる三つの技に挑戦する                             |
| 3  | ・自己の課題解決に向けて工夫して活動に取り組む                    | ・「協力」について学ぶ                                |
| 4  | ・仲間の課題解決に向けて、関わりを深めて取り組む                   | ・今できる三つの技に挑戦する                             |
| 5  | ・学習成果発表会に向けた活動を通して、自他の活動に触れ、仲間の活動を認め合う心を育む | ・「共生」について学ぶ                                |
| 6  | ・学習成果発表会に向けた活動を通して、自他の活動に触れ、仲間の活動を認め合う心を育む | ・接転技に挑戦する                                  |
| 7  | ・学習成果発表会に向けた活動を通して、自他の活動に触れ、仲間の活動を認め合う心を育む | ・接転技に挑戦する                                  |
| 8  | ・学習成果発表会に向けた活動を通して、自他の活動に触れ、仲間の活動を認め合う心を育む | ・ほん転技、平均立ち技に挑戦する                           |
| 9  | ・学習成果発表会に向けた活動を通して、自他の活動に触れ、仲間の活動を認め合う心を育む | ・ほん転技、平均立ち技に挑戦する                           |
|    |  | ・学習成果発表会で実施する、三つの技を決める                     |
|    |  | ・「技の雄大さ」「技のつながり」を意識して取り組む                  |
|    |  | ・学習成果発表会に向けた動画作成、ペアの仲間の学習成果発表会の紹介シナリオを作成する |
|    |  | ・学習成果発表会を行う                                |

(3) 学習指導の工夫

ア 「共生」「協力」の理解深化のための学習活動

本研究では、単元の2時間目に「協力」、3時間目に「共生」について理解させるための手立てとして、公益財団法人日本スポーツ協会が発行しているフェアプレーニュース(「共生」:Vol. 112・143、「協力」:Vol. 130・139)を活用した。具体的には、授業の冒頭でフェアプレーニュースを読ませ、生徒が「どのようなことを思ったか」を発表する場を設けたり、ペアやグループによる活動の際、「共生」「協力」の視点を踏まえた生徒同士の言葉かけを促したりすることで、「共生」「協力」の意義や価値の理解深化を促した。

イ 観察シートと動画の活用



図1 観察シート

本研究では、技のポイントや成果と課題を仲間と共有できる手立てとして、「観察シート」(図1)と「見本動画」「試技動画」を活用した。

「観察シート」は、「小学校学習指導要領解説体育編」(文部科学省 2018)に記載されている技の例示を参考にして、各技(『解説』)に示されている基本的な技と発展的な技を合計した22の技)について二〜四つの局面のポイントを書いて作成し、示したポイントをペアやグループでチェックし、仲間の技能獲得に向けての助言等に活用できるようにした。

「見本動画」は、「小学校体育(運動領域)指導の手引き 動画資料」につながる二次元コードを「観察シート」に載せることで、見本となる動きとして、いつでも確認できるようにした。

「試技動画」は、ペアと互いに試技を撮影し合い、視聴することで、自己の成果と課題を客観視できるようにした。さらに、これらは単独で活用するよりも、併用することで、技の獲得や技能の向上により効果を

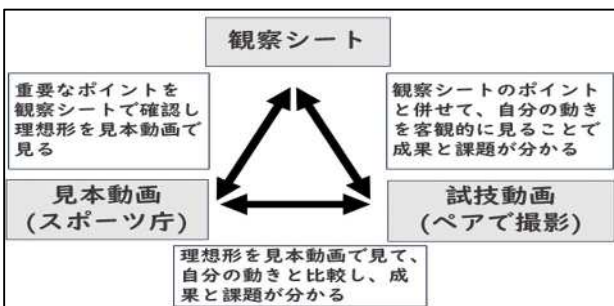


図2 観察シートと動画の併用

発揮すると考え、図2の資料を生徒に示し、関連付けながら活用できるようにした。

4 検証授業の結果と考察

授業前後(事前事後)のアンケート及び授業における生徒の記述内容、授業の映像から、次の(1)~(5)の視点で仮説を検証した。

なお、集計・分析にあたり、データを四捨五入している場合は、合計割合が100%にならない場合がある。

(1) 生徒は授業をどのように捉えたか

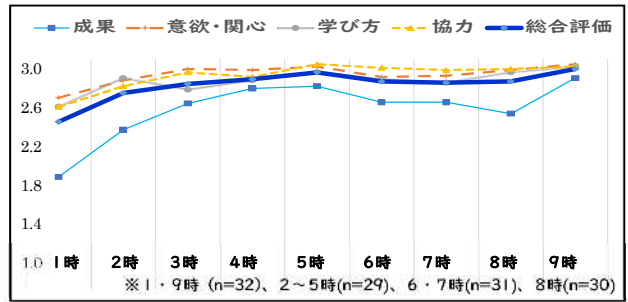


図3 生徒による授業評価の推移

生徒が授業をどのように捉えたのかを把握することは重要であると考え、高橋らの作成した、成果、意欲・関心、学び方、協力の4次元9項目(各項目3点満点)からなる「形成的授業評価法」(高橋他 2003)を活用し、毎時間授業についての振り返り(評価)を行った。図3は、毎時間の平均点を算出しグラフにしたものである。図3を見ると、1時間目から9時間目の推移は、全ての次元及び総合評価で概ね右肩上がりであり、2時間目以降は2.4以上の高い値で推移した。

単元終了後に行った事後アンケートの「マット運動の授業の感想を記入してください」という質問においても多くの生徒が肯定的な回答をしており、生徒は今回の授業を概ね肯定的に捉えていたことが分かる。

(2) 「共生」「協力」の理解深化は図れたか

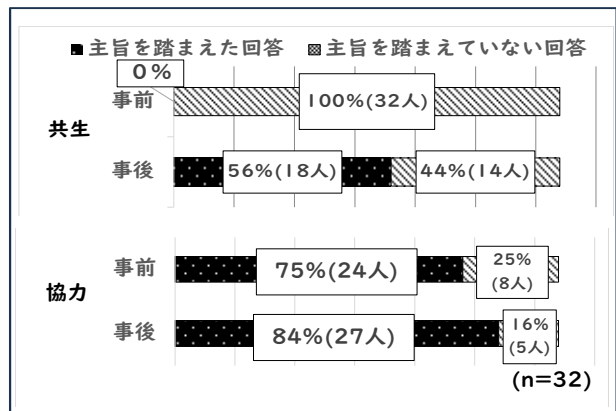


図4 「共生」「協力」についての回答状況

「共生」と「協力」の理解深化については、「共生」の視点を持つことで、体育の授業ではどのような行動が出現されると思いますか」「協力の視点を持つことで、体育の授業では具体的にどのような成果が生まれ

ると思いますか」という事前事後アンケートでの質問に対する回答で検証することとした。いずれも生徒の回答を「表1 『共生』『協力』の理解すべき内容」（授業での筆者の説明の主旨）と照らし合わせて分析を行った。

「共生」については、事前では、「共生」の主旨を踏まえ、回答できている生徒は一人もいなかったが、事後では56%の生徒が「共生」の主旨を踏まえた回答であった(図4)。

「協力」については、事前で75%、事後で84%の生徒が「協力」の主旨を踏まえた回答であった(図4)。

表3は、「共生」や「協力」についての事前と事後で変容のあった生徒の回答の抜粋である。「共生」の生徒A・Bは事前では空欄であったが、事後の回答からは、「共生」について理解できていることが分かる。「協力」の生徒C・Dは事前から「協力」の主旨を踏まえた回答ができていたが、事後にはより具体的な回答に変容した。

表3 「共生」「協力」についての記述内容

|    | 生徒 | 事前              | 事後                                 |
|----|----|-----------------|------------------------------------|
| 共生 | A  | 記述無し            | 人と違う考えを持つことができ、体育がさらに楽しくなる         |
|    | B  | 記述無し            | 互いを認めて取り組める                        |
| 協力 | C  | 技が上手くできるようになる   | 困っているところを助け合おうと思い、技がみんな上手くできるようになる |
|    | D  | できないことができるようになる | アドバイスしたり、してもらったりして、みんな成長する         |

これらのことから、「共生」については、生徒はこれまでに知識として習得できておらず、理解が十分でなかったと考えられるが、本授業において学習したことで、半数以上の生徒の理解が促進されたと考えられる。

一方で、「協力」については、これまでにほとんどの生徒が言葉として使用したり、聞いたりしてきたと考えられるが、体育の授業における意味については、授業後も、十分に理解できなかった生徒がおり、理解深化という面では効果的な指導とはならなかった。

以上のことから、「共生」「協力」の体育における意味についての理解は促されたが、生徒の割合から考えると、更なる指導の工夫が必要であると考えられる。

### (3) 観察シートと動画の活用はどうであったか

図5は、事後アンケートにおいて、「観察シート」「見本動画」「試技動画」のそれぞれについて「活用できましたか」という質問(4件法)に対する回答結果

である。「よく活用できた」と「活用できた」を合わせた「活用できた群」は、「観察シート」が100%、見本動画63%、試技動画が78%であった。

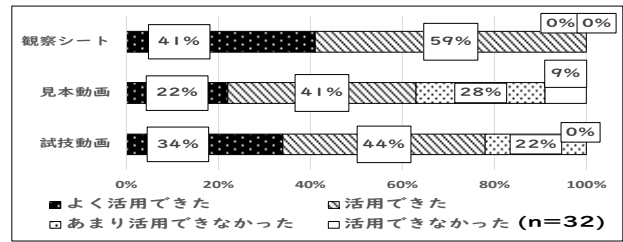


図5 観察シート、見本動画、試技動画の活用度

図6は、事後アンケートにおいて、「観察シート」「見本動画」「試技動画」のそれぞれについて、「技のポイントの理解」「成果の把握」「課題の把握」の3点において「役立ちましたか」という質問(4件法)に対する回答結果である。

「非常に役立った」と「役立った」を合わせた「役立った群」は、いずれも75%以上であり、役立つと感じていた生徒は多いと考えられる。また、「役立った群」は、ほとんどが90%以上である中、「見本動画」においては、「課題の把握」(81%)と「成果の把握」(75%)において、90%未満であった。

これは、図5の活用度のデータにおいて、「見本動画」は「観察シート」や「試技動画」に比べ、あまり活用されていないことが分かっており、そのことと関係があると考えられる。動画を視聴するのは一定の時間が必要となり、「見本動画」で役立つと考えられた「技のポイント理解」は、「観察シート」で代用できると考え、視聴に一定の時間を要する「見本動画」の活用は、活用の優先順位が低かったと考えられる。授業以外の時間での視聴を促すなどの指導も必要であったと考えられる。

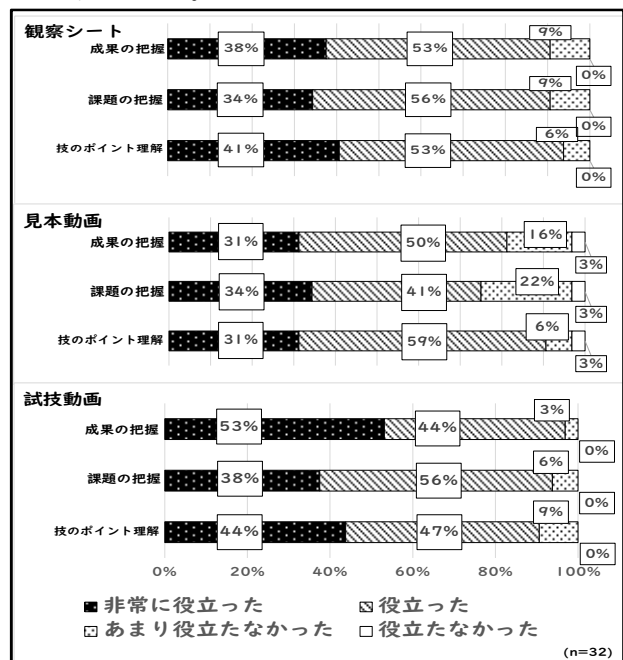


図6 観察シート、見本動画、試技動画の役立ち度

以上のことから、観察シートと二つの動画の活用は、概ね効果的であったと考えられる。

#### (4) 協働的な学びが充実したか

協働的な学びが充実したかどうかを検証するにあたり、仲間と関わることはできたのか、またどのような助言等を行ったかを分析することとした。

図7は、事後アンケートの「ペアで関わることができましたか」「グループの仲間と関わることができましたか」という質問(4件法)に対する回答結果である。いずれも「よく関わることができました」と「関わることはできた」を合わせた「関わることはできた群」が100%であった。

グループでの活動よりも動画の撮影などペアでの活動の方が多かったことから、グループよりもペアの仲間と「よく関わることはできた」と回答した生徒が多いのは当然の結果であると考えられる。

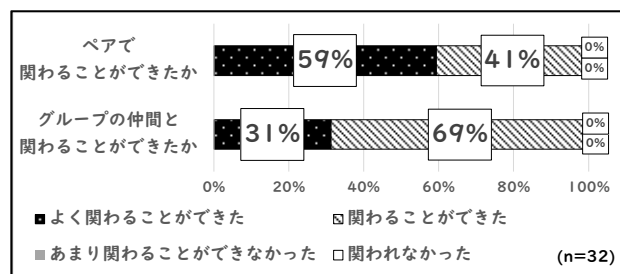


図7 仲間と関わることはできたか

図8は、ペアでの活動時間を十分に設定した(約25分)3、4、6、7時間目のペアの相手に助言をした生徒の割合である。3時間目には73%だったが、7時間目には14ポイント増加して87%になっており、より多くの生徒がペアの相手に助言ができるようになったことが分かる。なお、6時間目に助言をした生徒が減少したのは、ほん転技と平均立ち技の完成を目指す授業であり、各自が技の習得に没入しており、仲間へ助言する時間が少なくなったためではないかと推察される。

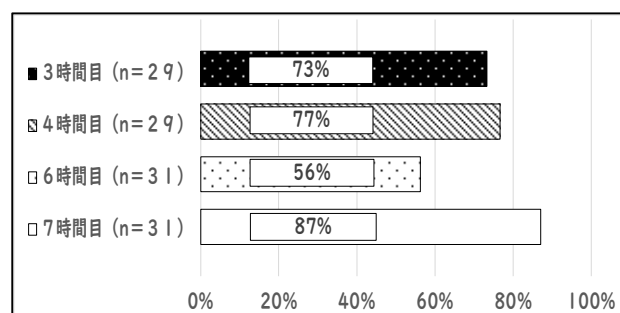


図8 ペアに行った助言の割合

表4は、学習カードに記載させた7時間目における主な助言内容である。

生徒EとFの助言内容は、ペアの課題に合致した内容となっており、ペアの課題を適切に把握した助言となっていた。生徒Gは、観察シートに示されているポイントを踏まえた助言となっていた。生徒HとIは、7時間目の授業で学習した「技の雄大さ」「技のつなが

り」について助言を行っていた。

表4 7時間目における主な助言内容

| 生徒 | 助言                 |
|----|--------------------|
| E  | 倒立時に足を揃えると、きれいに見える |
| F  | 伸膝後転で、もう少し足を伸ばす    |
| G  | 開脚前転で、もう少し大きく開く    |
| H  | 動きやポーズが大きくなるとよい    |
| I  | 最後の着地で止まるときれい      |

本研究では、助言内容の質的変容の分析やペアごと、グループごとの分析はできなかったが、単元後半の7時間目には、仲間のための具体的な助言が行われていた。

以上のことから、ペアやグループによって状況に違いはあるが、協働的な学びが充実したペアやグループがあった可能性が示唆された。

#### (5) 「分かる」「できる」を実感できたか

技のポイントが分かるかについては、事前事後アンケートで、22の技のポイントについて「授業で学習する各技の行い方のポイントについてあてはまるもの(5 よく分かる、4 少し分かる、3 あまり分からない、2 分からない、1 やったことがない)を選んで答えなさい」という質問を設けた。そして、今回の授業で生徒が最終的に取り組んだ三つの技についての回答のみを対象とし、集計した(nは、対象とした技の総数である)。

図9は、事前と事後の技のポイントの自己評価による理解度を示した図である。「よく分かる」と「少し分かる」を合わせた「分かる群」は、事前の62%から事後の90%へと28ポイント増加する結果となった。このことから、全体としては学習した技のポイントの理解が促進されたと考えられる。

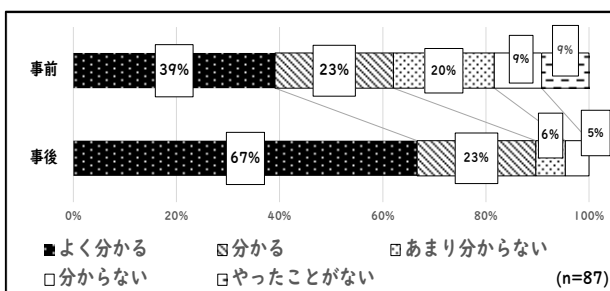


図9 技のポイントが分かるか

技ができるかについては、事前事後アンケートで、22の技について、「各技の習得状況を選択肢(5 何回やってもできる、4 できる、3 補助等があればできる、2 できなかったことがない、1 やったことがない)から選んで答えなさい」という質問を設けた。そして対象は、前述の「技のポイントが分かるか」の分析と同様とした。

図10は、事前と事後の「技ができるか」についての自己評価の結果を示した図である。「何回やってもできる」「できる」「補助があればできる」を合わせた

「できる群」は、事前では79%であったが、事後では99%となり、20ポイント増加する結果となった。このことから、全体としては学習した技ができるようになったと考えられる。

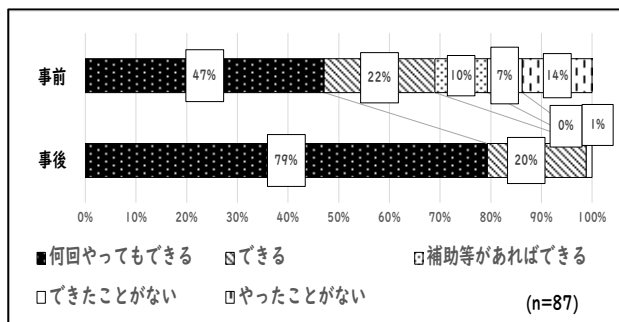


図10 技能上達を実感できたか

なお、単元の初めに撮影した動画と、最後に撮影した動画(自分で選択した三つの技を撮影したもの)の比較分析を指導主事2名と行った。三つの技について観察シートに示されているポイントを基準にして技の出来映えを確認したところ、単元初めと最後に撮影した動画をともに提出した27人のうち25人の生徒の技が最低一つは出来映えが向上していることが確認できた。このことから、自己評価は信頼できるものであると考えられる。

また一方で、単元最後の時間の学習カードに、「前転が大きく回っていて上手だった」「Y字バランスは、足を伸ばすのが難しい技だけど、キレイに伸びていてよかった」等の仲間の試技に関する記述が見られた。仲間の「分かる」「できる」も実感できていた生徒がいたと考えられる。

以上のことから、本研究における一連の手立ては「分かる」「できる」の実感に貢献した可能性が示唆された。

## 研究のまとめ

### 1 成果と課題

本研究では、意図的・計画的な指導により、全員とは言えないが、「共生」「協力」の理解深化が促され、観察シートや動画を活用したことによって、仲間との関わりが生まれるとともに助言が行われた。助言の質的変容の分析はできなかったが、ペアやグループによっては協働的な学びが充実したと考える。そして、協働的な学びの充実を目指した一連の取組によって、「分かる」と「できる」を実感した生徒が多数であったと考えられる。

一方で、「共生」や「協力」については、理解深化が図れなかった生徒もおり、課題が残る結果となった。

もっと中学生が興味を持てる(魂に響く)リアリティのある教材開発等が必要であると考えられる。

また、今回使用した図1などの観察シートの技のポイントについては、改良が必要であると考えられる。見本動画の中では、音声により観察シートとは違う技のポイントが説明されていた。技のポイントの整理を一層進め、分かりやすい技のポイントを示すことも今後の課題と捉えている。

### 2 今後の展望

「共生」「協力」については、理解深化につながらなかった生徒もいたため、継続的に学習すること大切だと考える。今回は器械運動「マット運動」における指導であったが、今後は他の領域において指導することで、当該領域の特性や魅力をより感じることができる授業づくりを目指したい。

### おわりに

本研究を行うにあたり、協力いただいた小田原市立城山中学校の教職員の皆様、日本体育大学教授の岡出美則氏をはじめ、研究に関わった全ての皆様に深く感謝申し上げます、結びとする。

[指導担当者]

千葉 周平<sup>2</sup> 加賀谷 光<sup>3</sup> 西塚 祐一<sup>4</sup>

### 引用文献

- 中央教育審議会 2021 『「令和の日本型学校教育」の構築を目指して～全ての子供たちの可能性を引き出す、個別最適な学びと、協働的な学びの実現～(答申)』
- 文部科学省 2018 『中学校学習指導要領(平成29年告示)解説保健体育編』 東山書房
- 岡出美則 1994 「体育の授業を創るー創造的な体育教材研究のためにー」 高橋健夫編著, 大修館書店 p. 131
- 高橋健夫、長谷川悦示、浦井孝夫 2003 「体育授業を形成的に評価する」 高橋健夫編『体育授業を観察評価する』 明和出版 pp. 12-15
- 松丸渉 2013 「見合いの視点を明確にし、活発に伝えあい高め合える授業づくり」 『初等教育資料』 東洋館出版社 p. 36

### 参考文献

- 文部科学省 2018 『小学校学習指導要領(平成29年告示)解説体育編』 東洋館出版

本研究の詳細は、神奈川県立総合教育センターのウェブサイト(体育指導センターのページ)を御覧ください。

## 学習指導計画

### (1) 単元の目標

|  |
|--|
| ア 知識及び技能<br>次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、技をよりよく行うことができるようにする。<br>マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを組み合わせることができるようにする。 |
| イ 思考力、判断力、表現力等<br>技などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。  |
| ウ 学びに向かう力、人間性等<br>器械運動に積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとする、仲間の学習を援助しようとする、一人一人の違いに応じた課題や緒戦を認めようとするなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする。   |

### (2) 評価の観点及び趣旨

#### 体育分野 第1学年及び第2学年

|    | 知識・技能   | 思考・判断・表現  | 主体的に学習に取り組む態度  |
|----|---|---|--|
| 趣旨 | 各運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、伝統的な考え方、各領域に関連して高まる体力、健康・安全の留意点についての具体的な方法及び運動やスポーツの多様性、運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方についての考え方を理解しているとともに、各領域の運動の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。 | 運動を豊かに実践するための自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 | 運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、公正、協力、責任、共生などに対する意欲をもち、健康・安全に留意して、学習に積極的に取り組もうとしている。 |

(3) 内容のまとめりごとの評価規準

体育分野 第1学年及び第2学年 B 器械運動(マット運動のみ記載)

| 知識・技能  | 思考・判断・表現   | 主体的に学習に取り組む態度   |
|--|--|---|
| <p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。</li> </ul> <p>○技能</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを組み合わせることができる。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>技などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>器械運動に積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとする、仲間の学習を援助しようとする、一人一人の違いに応じた課題や緒戦を認めようとするなどや、健康・安全に気を配ったりしている。</li> </ul> |

(4) 単元の評価規準(器械運動: 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   |   |
|---|--|---|---|
| <p>○知識</p> <p>①器械運動には多くの「技」があり、これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことができることについて、言ったり書いたりしている。</p> <p>②技の行い方は技の課題を解決するための合理的な動き方のポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。</p> | <p>○技能</p> <p>①体をマットに順々に接触させて回転するための動き方や回転力を高めるための動き方で、基本的な技の一連の動き方を滑らかにして回ることができる。</p> <p>②全身を支えたり突き放したりするための着手の仕方、回転力を高めるための動き方、起き上がりやすくなるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして回転することができる。</p> <p>③バランスよく姿勢を保つための力の入れ方、バランスの崩れを復元させるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして静止することができる。</p> | <p>①提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。</p> <p>②提供された練習方法から、自己の課題に応じて技の習得に適した練習方法を選んでいる。</p> <p>③体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や発表を行う方法を見付け、仲間に伝えている。</p> | <p>①器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。</p> <p>②練習の補助をしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。</p> <p>③一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。</p> <p>④健康・安全に留意している。</p> |



(5) 単元の概要

| 時間<br>(日付)                     | 1<br>(9/20)   | 2<br>(9/22)  | 3<br>(9/27)   | 4<br>(9/29)   | 5<br>(10/3)                                 | 6<br>(10/4)                                     |
|--------------------------------|---|--|---|---|---|---|
| 学習の<br>ねらい                     | ・積極的に学習に取り組もう<br>・マット運動の学習の見直しをもと<br>う              |  | ・自己の課題解決に向けて、活動を工夫して取り組もう<br>・仲間の課題解決に向けて、関わりながら取り組もう |   |   |   |
| 5                              | 挨拶<br>体調確認<br>本時の確認                                 | 挨拶<br>体調確認<br>本時の確認  | 挨拶<br>体調確認<br>本時の確認                                   | 挨拶<br>体調確認<br>本時の確認                                       | 挨拶<br>体調確認<br>本時の確認                         | 挨拶<br>体調確認<br>本時の確認                             |
| 10                             | オリエン<br>テーション                                       | 動きづくりの運動<br>(主運動につながる運動)<br>ゆりかご、背支持倒立、熊歩き、<br>蛙の足打ち、腕支持での川跳び、<br>手押し車 |   | 動きづくりの運動<br>(主運動につながる運動)<br>グループ内で話し合<br>い、<br>実施する運動を決める |   |   |
| 15                             | ・単元の説明<br>・マット運動<br>の特性を理解<br>する<br>・安全面につ<br>いての指導 | 「協力」<br>フェアプレーニ<br>ュースを活用<br>し、「協力」の<br>意義を理解する                        |   | 「共生」<br>フェアプレーニ<br>ュースを活用<br>し、「共生」の<br>意義を理解する           |   | ペアで接転技群<br>の練習                                  |
| 20                             | 動きづくり<br>・主運動につな<br>がる運動                            | 観察シート  |   | 観察シート   |   | 観察シート   |
| 25                             | 今できる三つの<br>技で演技を行<br>い、グループの<br>仲間で撮影を行<br>う        | 今できる三つの<br>技で演技を行<br>い、グループの<br>仲間で撮影を行<br>う                           | 接転技群の学習<br>(場の工夫の紹<br>介、観察シート<br>の説明も含)               | グループ内で接転<br>技群の練習<br>(撮影・助言を含<br>む)                       | グループ内でほん<br>転技群と平均の練<br>習<br>(撮影・助言を含<br>む) | グループ内でほん<br>転技群と平均立ち<br>技群の練習<br>(撮影・助言を含<br>む) |
| 30                             |   | 観察シート  | グループ内で接転<br>技群の練習<br>(撮影・助言を含<br>む)                   | 観察シート   | 観察シート                                       | 観察シート   |
| 35                             |   |  | 観察シート   |   |   |   |
| 40                             |   |  |   |   |   |   |
| 45                             | 本時のまとめ<br>・振り返り<br>・学習カードの記入<br>・次時の学習の確認           |  |   |   |   |   |
| 50                             |   |  |   |   |   |   |
| 評価<br>機会                       | 知・技   |  | ①○  |   |   | ②○  |
|                                | 知・技   |  |   | ①○  | ①●  | ②○③○  |
|                                | 思・判・表   |  |   | ①○  | ②○  | ③○  |
|                                | 主体的態度   | ④○   | ②○  | ③○  | ①○  | ③●  |
| ○：指導日      ●：評価日      ◎指導日＋評価日 |   |  |   |   |   |   |
| 評価方法                           |   |  |   |   |   |   |
| 知・技 (知)                        | 学習カード   |  | 知・技 (技)   | 観察  |   |   |
| 思・判・表                          | 観察・学習カード  |  | 主体的態度   | 観察・学習カード  |   |   |

| (日付)                           |       | (10/6)  | (10/10)  | (10/11)  |
|--------------------------------|-------|---|--|--|
| 学習のねらい                         |       | 技の「雄大さ」と技の「つながり」を意識して取り組もう  | 個人の学習成果を撮影し、グループ内で発表しよう  | 学習成果発表会を通して、自他の活動に触れ、認め合う心を育む  |
| 5                              |       | 挨拶<br>体調確認<br>本時の確認   | 挨拶<br>体調確認<br>本時の確認  | 挨拶<br>体調確認<br>本時の確認  |
| 10                             |       | <b>動きづくりの運動</b><br><b>(主運動につながる運動)</b><br><br>グループ内で話し合い、実施する運動を決める   |  |  |
| 15                             |       |   |  |  |
| 20                             |       | 「技の雄大さ」「技のつながり」   | 個人の学習成果を撮影する   | 学習成果発表会  |
| 25                             |       | <ul style="list-style-type: none"> <li>「技の雄大さ」、「技のつながり」について、参考になる映像を視聴し、自己の演技に生かす</li> </ul>                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>グループ内で撮影し、作品を完成させる。その際に、ペアの仲間のシナリオ原稿を二人で考え、発表前に伝える</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>ペア同士でお互いに発表したり発表を聞いたりする</li> <li>見合った後、コメントカードを記入し、相手に渡す</li> </ul>   |
| 30                             |       | <ul style="list-style-type: none"> <li>「技の雄大さ」、「技のつながり」を意識して、実際に三つの技を組み合わせて実施する</li> </ul>                      | グループ内発表  | ワンチャレ!   |
| 35                             |       | 演技構成シート   | <ul style="list-style-type: none"> <li>グループ内で互いに作品を見せ合う</li> </ul>                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>仲間の発表を見て、最後にもう一度自分の演技を実施する</li> </ul>                                 |
| 40                             |       | <b>本時のまとめ</b><br><br><ul style="list-style-type: none"> <li>振り返り</li> <li>学習カードの記入</li> <li>次時の学習の確認</li> </ul> |  | <b>単元のまとめ</b><br><br><ul style="list-style-type: none"> <li>振り返り</li> <li>学習カードの記入</li> <li>単元の総括</li> </ul> |
| 45                             |       |   |  |  |
| 50                             |       |   |  |  |
| 評価機会                           | 知・技   | ②●  | ③●   | 総括的評価  |
|                                | 思・判・表 |   |  |  |
|                                | 主体的態度 | ②●  | ①●   |  |
| ○：指導日      ●：評価日      ◎指導日＋評価日 |       |   |  |  |
| 評価方法                           |       |   |  |  |
| 知・技 (知)                        |       | 学習カード   |  | 観察   |
| 思・判・表                          |       | 観察・学習カード  |  | 観察・学習カード   |
|                                |       | 知・技 (技)   |  |  |
|                                |       | 主体的態度   |  |  |

授業の実際（授業実施前の計画を基に、実際の授業内容・学習活動に修正している。）

【本時の展開】（1／9時間目） 9月20日（水） 1校時（8:45～9:35） 体育館

(1) 本時の目標

〈知識及び技能〉器械運動には多くの「技」があり、これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことができることについて、理解できるようにする。

〈思考力、判断力、表現力等〉提供された練習方法から、自己の課題に応じて技の習得に適した練習方法を選ぶことができるようにする。

〈学びに向かう力、人間性等〉健康・安全に留意することができるようにする。（評価：本時）

(2) 本時の評価

〈主体的に学習に取り組む態度④〉健康・安全に留意している。（指導：本時）

(3) 展開

|            | 生徒の学習内容・活動   | 教師の指導・手立てと評価   |
|------------|--|--|
| はじめ<br>15分 | 1 挨拶・体調確認<br>2 学習の見直しをもつ。  | ○生徒の出欠席確認を行い、健康状態を把握する。<br>○単元の目標や活動の見直し、本時のねらいに関する内容について説明し、本単元の学習の見直しをもたせる。  |
|            | マット運動の学習の進め方を理解して、学習の見直しをもち、健康・安全に留意しよう  |  |
| なか<br>25分  | 3 オリエンテーション<br>・授業での約束について知る。（安全面含む）<br>・マット運動の特性について知る。<br>・グループのメンバーを確認する。<br>・場の設定について確認する。   | <b>指導</b> 学びに向かう力、人間性等④<br>○活動する上での安全面、仲間と取り組む際の配慮事項等、授業を行う際の約束事を確認する。<br>○本時は教師がマットを準備する。次時以降は、グループごとに準備・片付けを行うよう指導する。<br>○安全な準備と片付け方を説明する。   |
|            | 4 動きづくりの運動<br>・準備運動を行う。<br>・主運動につながる動きを行う。<br><br>・クマ歩き<br>・ゆりかご<br>・アンテナからの起き上がり<br>・カエルの足打ち<br>・川跳び<br><br>・見本動画を見て、活動のイメージをもつ。<br>・クロームブックでの撮影方法について確認する。<br><br>5 マット運動を行う。<br>・既習技に取り組む<br>・試しの動画撮影 | ○次時以降も、継続して主運動につながる動きを行うことを伝える。<br><br>○見本動画を視聴させ、活動イメージをもたせる。<br>○実施者のクロームブックを仲間へ渡し、撮影するように指導する。<br>○三目以上できない生徒がいることが予測できるため、同一種目を2回実施するのは可とする。<br>○四人グループに分かれ、三つの技を組み合わせて演技を行うように伝える。<br>○撮影した動画を観察するのは、「まとめ」の時間で確保していることを伝え、今は、活動時間を確保することを指導する。<br><b>評価</b> 主体的に学習に取り組む態度④ 【観察】 |
| まとめ<br>10分 | 6 場の片付け・整理運動<br>7 本時のまとめ<br>・動画の提出<br>・振り返り<br>・学習カードの記入<br>・次時の学習の確認<br><br>8 挨拶・体調確認   | ○安全に片付けを行うことができるよう指導する。<br>○自分の動画を提出するように指導する。<br>○本時の学習の振り返りを記入する。<br>○次回の学習も、試しの動画作成を行うことを伝える。<br>○本時の活動の良い点を伝え、次時につなげる。<br><b>評価</b> 主体的に学習に取り組む態度④ 【学習カード】<br><br>○けが等がないか確認する。  |

【授業としての振り返り】

9時間単元の導入として、学習の見直しをもつことと、安全面の指導を重点的に行った。学習の見直しをもつことについては、見本動画を見せ、三つの技を行うことを示し、自分が実施したい技を考えさせた。安全面については、事故の未然防止のための約束事を確認したことで、生徒は活動する前に、場の安全を確認しながら活動することができていた。

【研究の視点からの振り返り】

生徒一人ひとりが、自分ができる技を組み合わせで活動することができた。実施する技を決める際に、グループの仲間と話をしながら、小学校での学習を思い出し取り組む生徒も見られた。また、グループの仲間と協力して活動場面を撮影し、声を掛け合う生徒の姿が見られた。

【本時の展開】(2/9時間目) 9月22日(金) 1校時(8:45~9:35) 体育館

(1) 本時の目標

〈知識及び技能〉器械運動には多くの「技」があり、これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことができることについて、理解できるようにする。(評価: 本時)

〈思考力、判断力、表現力等〉体力や技能の程度、性別等のちがいを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や発表を行う方法を見付け、仲間に伝えることができるようにする。

〈学びに向かう力、人間性等〉練習の補助をしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。(評価: 8/10)

(2) 本時の評価

〈知識①〉器械運動には多くの「技」があり、これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことができることについて、言ったり書きだしたりしてする。【学習カード】(指導: 本時)

(3) 展開

|            | 生徒の学習内容・活動  | 教師の指導・手立てと評価  |
|------------|---|---|
| はじめ<br>15分 | 1 挨拶・体調確認<br>2 マットを準備する。<br>3 前時の振り返りと本時の説明   | ○生徒の出欠確認を行い、健康状態を把握する。<br>○安全面に気を付けて準備するように指導する。  |
|            | 4 フェアプレーニュースを読み、「協力」の意義について考える。   | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">                     「フェアプレーニュース」を読み、「協力」の意義について理解し、今後の学習に生かそう<br/>                     マット運動の楽しさや喜びについて理解しよう                 </div> 指導 学びに向かう力、人間性等②<br>○1時間目の振り返りカードと、「フェアプレーニュース」を用いて、「協力」の視点を指導し、ペアやグループで活動する際の関わりについて伝える。 |
| なか<br>30分  | 5 動きづくりの運動<br>・準備運動を行う。<br>・主運動につながる動きを行う。  | ○教師が見本を示しながら指導する。   |
|            | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">                     ・クマ歩き<br/>・ゆりかご<br/>・アンテナからの起き上がり<br/>・カエルの足打ち<br/>・川跳び                 </div> |   |
|            | 6 見本動画を視聴する。  | 指導 知識及び技能①<br>○仲間の動画を視聴すること、技一覧を確認することで、マット運動には多くの「技」があることを理解できるよう指導する、また、技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことができることについて伝える。   |
|            | 7 中学校までで学習する技一覧を確認  |   |
| まとめ<br>5分  | 8 観察シートを活用して既習技の確認  | ○グループで活動している際に、協力して取り組む姿を取り上げ、称賛する。   |
|            | 9 試しの動画作成②<br>・グループに分かれ、個人で決めた3種目の技を一連の動きで行い、互いに撮影する。   |   |
|            | 10 本時のまとめ<br>・動画の提出をする。<br>・振り返りをする。<br>・学習カードの記入をする。<br>・次時の学習の確認をする。  | ○自分の動画を提出するよう指導する。<br>○本時の学習の振り返りを記入する。<br>評価 知識・技能(知識)①【学習カード】<br><br>○次回の学習から、技の習得に取り組むことを伝える。<br>○本時の活動において、「協力」のよかった点を取り上げてクラス全体に伝え、次時以降の活動に生かすことができるように指導する。<br>○けが等がないか確認する。  |
| 11 挨拶・体調確認 |   |   |

【授業としての振り返り】

「協力」の意義についてフェアプレーニュースの記事を活用して生徒に考えさせた。グループでマットを準備したり、タブレットの操作を教えたりするなど、活動場面で協力して取り組む姿が見られた。各技の成果や課題を共有できる観察シートの活用方法について伝え、ペアの生徒と互いに技を見合うことができた。

【研究の視点からの振り返り】

互いの技を見て助言をする際に、各技の成果や課題を共有できる観察シートを用いることで、見る視点が明確になり、助言をしやすくなったと考える。また、自分の技の向上だけではなく、仲間と「協力」しながら、互いの成長にも関与する大切さを学び、互いに関わる場面が多く見られた。

【本時の展開】(3/9時間目) 9月27日(水) 1校時(8:45~9:35) 体育館

(1) 本時の目標

〈知識及び技能〉体をマットに順々に接触させて回転するための動き方や回転力を高めるための動き方で、基本的な技の一連の動き方を滑らかにして回ることができるようにする。(評価：4/10)

〈思考力、判断力、表現力等〉提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。(評価：本時)

〈学びに向かう力、人間性等〉一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。(評価：6/10)

(2) 本時の評価

〈思考・判断・表現①〉提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えることができるようにする。(指導：本時)

(3) 展開

|            | 生徒の学習内容・活動   | 教師の指導・手立てと評価  |
|------------|--|---|
| はじめ<br>10分 | 1 挨拶・体調確認<br>2 前時の振り返りと本時の説明<br>3 マットを準備する。<br>4 動きづくりの運動<br>・準備運動を行う。<br>・主運動につながる動きを行う。<br><div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">             ・ゆりかご<br/>             ・クマ歩き           </div> 5 基本的な接転技群の技を行う。  | ○生徒の出欠席確認を行い、健康状態を把握する。<br><br>○安全面に気を付けて準備するように指導する。<br>○教師が見本を示しながら指導する。<br><br>○前転や開脚前転、後転や開脚後転を行うことを指導する。   |
| なか<br>30分  | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;">             フェアプレーニュースを読み、「共生」の意義について理解し、今後の授業に生かそう<br/>             観察シートを活用し、ペアに課題や成果を伝えよう           </div> 6 フェアプレーニュースを読み、「共生」の意義について考える。<br><br>7 場の工夫の紹介を聞き、自分の課題に応じて活用する。<br>・共生の視点をもち、一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を認めることができるよう、ペアで活動する。<br>・活動する際に、観察シートに書かれている技のポイントを意識して実技・アドバイス・補助をする。 | <b>指導</b> 学びに向かう力、人間性等③<br>○フェアプレーニュースを用いて、「共生」の視点を指導し、一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を認める態度を伝える。<br><br><b>指導</b> 知識及び技能(技能①)<br>○場の工夫を施した活動の意図を伝える。<br>○各技のつまずきやすいポイントや上達のコツを指導する。<br>○補助倒立前転、跳び前転、後転倒立の順に教師が見本を示しながら指導する。<br><br><b>指導</b> 思考力、判断力、表現力等①<br>○観察シートの説明をし、ペアの生徒に成果や課題を伝えるよう指導する。 |
| まとめ<br>10分 | 8 場の片づけ・整理運動<br><br>9 本時のまとめ<br>・振り返り<br>・学習カードの記入<br>・次時の学習の確認<br><br>10 挨拶・体調確認  | ○安全に片づけを行うことができるように指導する。<br><br><b>評価</b> 思考・判断・表現①【学習カード】<br>○ペアの生徒の成果や課題を伝えることができたか、また伝えた内容について具体的に記入するよう伝える。<br>○次時も接転技群について活動を行うことを伝え、活動の見通しをもつことを確認する。<br>○本時の活動において、「共生」のよかった点を取り上げてクラス全体に伝え、次時以降の活動に生かすことができるように指導する。<br>○けが等がないか確認する。                                       |

【授業としての振り返り】

フェアプレーニュースを活用して、「共生」の視点を生徒に考えさせ、これからの学習につなげていけるように意識づけを行った。本時から接転技群の活動に入るため、各技のつまずきやすいポイントや技能のコツを見本を示しながら指導を行った。また、技ごとの観察シートを活用し、ペアで互いの動きを見ながら取り組むように伝えたが、活動することへの意識が強く、観察シートの活用が不十分だったため次回以降の課題である。

【研究の視点からの振り返り】

互いの活動に対して称賛の声を掛ける姿が見られるなど、本時の最初に実施した共生の視点を意識した声掛けの場面を見ることができた。また、前時に意識付けをした協力についても、ペア活動を行う際に、補助をしたり、仲間の取り組みに助言をしたりする姿が見られた。

【本時の展開】（4／9時間目） 9月29日（金） 1校時（8:45～9:35） 体育館

(1) 本時の目標

〈知識及び技能〉 体をマットに順々に接触させて回転するための動き方や回転力を高めるための動き方で、基本的な技の一連の動き方を滑らかにして回ることができるようにする。

〈思考力、判断力、表現力等〉 提供された練習方法から、自己の課題に応じて技の習得に適した練習方法を選んでいる。

（評価：本時）

〈学びに向かう力、人間性等〉 器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。（評価：8/10）

(2) 本時の評価

〈知識・技能〉 体をマットに順々に接触させて回転するための動き方や回転力を高めるための動き方で、基本的な技の一連の動き方を滑らかにして回ることができる。（指導：3/10）

〈思考・判断・表現〉 提供された練習方法から、自己の課題に応じて技の習得に適した練習方法を選んでいる。（指導：本時）

(3) 展開

|            | 生徒の学習内容・活動   | 教師の指導・手立てと評価   |
|------------|--|--|
| はじめ<br>10分 | 1 挨拶・体調確認<br>2 マットを準備する。<br>3 前時の振り返りと本時の説明<br>4 動きづくりの運動<br>・活動内容をグループで決定する。  | ○生徒の出欠席確認を行い、健康状態を把握する。<br>○安全面に気を付けて準備するように指導する。<br>○前回の振り返りカードを用いて、関わる場面の工夫について紹介し、本時につなげる<br>○主運動につながる動きを、班のメンバーで決めて行うように指導する。<br>○安全面に留意することを指導する。   |
| なか<br>30分  | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">             接点技群の解決に向けて、練習方法を選んで取り組もう<br/>             挑戦したい技を選び、出来映えを高めよう           </div> 5 ペア学習・グループ学習について知る<br>6 挑戦したい技（接点技群）とその理由を明確にし、グループで共有する。<br>7 グループの場で活動する。<br>・グループ内で互いに観察してペアを決定する。<br>8 ペアで活動する。<br>9 グループで集まって本時の練習の成果を撮影する。 | ○ペアやグループで活動する意義を伝え、これからの学習につなげるように指導する。<br>○個人で取り組む技を決め、その理由をグループで共有するように指導する。<br>○取り組みたい技を試しに行き、ペアを決める判断材料とすることを指導する。<br>○ペアで行動し、互いの課題解決に向けて取り組むように指導する。<br>指導 思考力、判断力、表現力等②<br>○自己の課題に応じて活動場面を選ぶように伝える。<br>指導 主体的に学習に取り組む態度①<br>○自己の課題に応じて積極的に取り組んでいる。<br>○撮影時は、実施者のタブレットを使用して撮影することを伝える。<br>評価 知識・技能 (技能) ①【観察】 |
| まとめ<br>10分 | 10 場の片づけ・整理運動<br>11 本時のまとめ<br>・振り返り<br>・学習カードの記入<br>・撮影した動画を提出する。<br>・次時の学習の確認<br>12 挨拶・体調確認   | ○安全に片づけを行うことができるように指導する。<br>○巡回し、学習カードの記入するよう指導する。<br>○次時は、ほんね技群について活動することを伝え、活動の見通しをもたせるように指導する。<br>○本時の活動の良い点を伝え、クラス全体に伝える。<br>評価 思考・判断・表現②【学習カード】<br>○けが等がないか確認する。  |

【授業としての振り返り】

グループの関わりをより深める目的で、「動きづくりの運動」で行う種目を、グループ内で選んで実施する方法に変更したことで、グループの仲間同士の関わる場面が増えた。また、本時は接点技群の解決に向けてペアで活動を選んで取り組んだため、仲間との関わりが今まで以上に多く見られた。課題としては、ペアの生徒との関わりは深まっているが、グループが十分に機能していないため、次回は個人の取り組む課題をグループ内で共有し、解決に向けて、相互に関わりを深めていくようにしていきたい。

【研究の視点からの振り返り】

前時に続いて接点技群を行い、ペアの生徒の課題解決に向けて二人で練習方法を考え、成果と課題を観察シートを活用して伝え合う活動を実施した。ペアの生徒に対して助言をしたり、同じ活動場所で取り組んでいる別の仲間同士で助言や見本を見せ合うなど、仲間と関わる場面は多く見られるようになってきている。一方で、自己の課題を明確にしたり、課題解決に適した活動場面を選んだりすることができていない生徒もいるため、教師による指導の必要性や、技の系統性を踏まえて自己の取り組む技を決めさせる等の言葉かけが必要だと感じた。

【本時の展開】（5／9時間目） 10月3日（火） 2校時（9:45～10:35） 体育館

(1) 本時の目標

〈知識及び技能①〉 全身を支えたり突き放したりするための着手の仕方、回転力を高めるための動き方、起き上がりやすくするための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして回転することができるようにする。（評価：7/10）

〈知識及び技能②〉 バランスよく姿勢を保つための力の入れ方、バランスの崩れを復元させるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして静止することができるようにする。（評価8/10）

〈思考力、判断力、表現力等〉 体力や技能の程度、性別等のちがいを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や発表を行う方法を見付け、仲間に伝えることができるようにする。（評価：本時）

〈学びに向かう力、人間性等〉 一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。

(2) 本時の評価

〈思考・判断・表現〉 体力や技能の程度、性別等のちがいを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や発表を行う方法を見付け、仲間に伝えることができるようにする。（指導：本時）

(3) 展開

|            | 生徒の学習内容・活動   | 教師の指導・手立てと評価   |
|------------|--|--|
| はじめ<br>8分  | 1 挨拶・体調確認<br>2 前時の振り返りと本時の説明<br>3 マットを準備する。<br><br>4 動きづくりの運動<br>・取り組む活動は、グループで決定する。   | ○生徒の出欠確認を行い、健康状態を把握する。<br>○前回の振り返りカードを用いて、関わる場面の工夫について紹介し、本時につなげる。<br>○安全面に気を付けて準備するように指導する。<br><br>○主運動につながる動きを、班のメンバーで決めて行うように指導する。<br>○安全面に留意することを指導する。   |
| なか<br>32分  | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;">                     ほん転技、平均立ち技のポイントを知り、挑戦したい技を見つけよう<br/>                     観察シートを用いて仲間と楽しむための練習の方法を見つけよう                 </div> 5 ほん転技群と巧技系について説明と、場の工夫の紹介を聞く。<br><br>6 各自の取り組む技をグループ内で共有する。<br><br>7 ペアに分かれて活動する。 | <b>指導</b> 知識及び技能（技能）①・②<br>○各技のつまずきやポイントを示し、活動する際に意識するように伝える。<br>○側方倒立回転、ロンダート、ハンドスプリング、頭はね起きについて説明を行う。<br>○各技に合わせて、場づくりの工夫を伝える。<br>○巧技系の技についてスライドを用いて紹介する。<br>○個人の取り組む技をグループ内で共有するように指導する。<br><br><b>指導</b> 思考力、判断力、表現力等③<br>○観察シートを用いながら、互いに楽しむための練習方法を見つけれられるように指導する。 |
| まとめ<br>10分 | 8 場の片づけ・整理運動<br>9 本時のまとめ<br>・振り返り<br>・学習カードの記入<br>・次時の学習の確認<br><br>10 挨拶・体調確認  | ○安全に片づけを行うことができるように指導する。<br>○グループ内で本時の活動の振り返りを行い、課題や練習方法、成果を共有するように指導する。<br>○グループでの共有も踏まえて学習カードを記入するように指導する。<br><br><b>評価</b> 思考・判断・表現③【学習カード】<br>○次時もほん転技群について活動を行うことを伝え、活動の見通しを持たせる。<br>○本時の活動の良い点を伝え、クラス全体に伝える。<br>○けが等がないか確認する。                                      |

【授業としての振り返り】

本時からほん転技群と平均立ち技群の活動を行った。接転技群よりも苦手意識の強い生徒が多くいることが予想されたため、本時は仲間とともに楽しく取り組むための方法を見付けたり、主体的に取り組めるために各技に合わせて場の工夫を多く設定した。その効果もあり、生徒が積極的に取り組む姿が多く見られた。一方で、ほん転技群という危険性が高まることへの安全面の指導が欠けていたため、次回以降に指導していきたい。

【研究の視点からの振り返り】

各自の課題に応じた活動場面があり、多くの生徒が意欲的に活動しており、個に適した技に取り組んでいた点は評価できる。一方で、本時は自己の活動だけではなく、他者の取り組みにも関わる時間であり、そのための手立てとなる観察シートの活用が十分にできていなかった。検証授業を通して、徐々に他者との関わりは多く見られるようになってきた。今後は、仲間との関わりをより深めるために、観察シートや見本動画、自分の動きを撮影した動画を活用して、課題や成果に気づき、課題解決のために関わりながら取り組むことができるように指導していきたい。

【本時の展開】（6／9時間目） 10月4日（水） 2校時（9:45～10:35） 体育館

(1) 本時の目標

〈知識及び技能〉 技の行い方は技の課題を解決するための合理的な動き方のポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。（評価：本時）

〈思考力、判断力、表現力等〉 体力や技能の程度、性別等のちがいを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や発表を行う方法を見つけ、仲間に伝えることができるようにする。

〈学びに向かう力、人間性等〉 一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。

(2) 本時の評価

〈知識②〉 技の行い方は技の課題を解決するための合理的な動き方のポイントがあることについて、言ったり書きだしたりしている。【学習カード】（指導：本時）

〈主体的に学習に取り組む態度③〉 一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。（指導：3/10）

(3) 展開

|        | 生徒の学習内容・活動   | 教師の指導・手立てと評価   |
|--------|--|--|
| はじめ8分  | 1 挨拶・体調確認<br>2 前時の振り返りと本時の説明<br>3 マットを準備する。<br><br>4 動きづくりの運動<br>・取り組む活動は、グループで決定する。   | ○生徒の出欠確認を行い、健康状態を把握する。<br>○前回の振り返りカードを用いて、関わる場面の工夫について紹介し、本時につなげる。<br>○安全面に気を付けて準備するように指導する。<br><br>○主運動につながる動きを、グループのメンバーで決めて行うように指導する。<br>○安全面に留意することを指導する。  |
| なか32分  | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 5px;"> <b>観察シートを使って、ペアが行っている技のポイントを理解しよう</b> </div> 5 挑戦したい技（ほん転技群と平均立ち技群）とその理由を明確にし、グループで共有する。<br>6 観察シート、見本動画、自分の動画を組み合わせた活用の仕方を知る。<br>7 ペアで活動する。<br><br>8 グループで集まって本時の練習の成果を共有する。 | ○観察シートを用いて自己評価を行い、課題を明確にするように伝える。<br>○スライドを用いて組み合わせた事例を示し、本時の活動につなげるように指導する。<br>○ペアでそれぞれ挑戦したい技を確認するよう伝える。<br>○ペアでそれぞれ挑戦したい技の課題を把握し、共有するように指導する。<br><b>指導</b> 知識及び技能②<br>○それぞれの技のポイントをよく確認して活動するよう伝える。<br><b>評価</b> 主体的に学習に取り組む態度③【観察】                                  |
| まとめ10分 | 9 場の片づけ・整理運動<br><br>10 本時のまとめ<br>・振り返り<br>・学習カードの記入<br>・次時の学習の確認<br><br>11 挨拶・体調確認   | ○安全に片づけを行うことができるように指導する。<br><br><b>評価</b> 知識・技能（知識）②【学習カード】<br>○次時は、技の「雄大さ」と技の「つながり」について実施することを伝える。<br>○残り3時間の流れを説明し、次時は、今までの学習を踏まえて、三つの技を組み合わせで活動することを伝え、次時まで三種類の技を決めておくことを伝える。<br>○本時の活動において、「共生」「協力」のよかった点を取り上げてクラス全体に伝え、次時以降の活動に生かすことができるように指導する。<br>○けが等がないか確認する。 |

【授業としての振り返り】

本時は、前時から取り組んでいる、ほん転技群と平均立ち技群の課題解決に向けた活動であった。ペアによっては、観察シートや試技動画を撮影して、課題解決に取り組む姿が見られた。また、ペアやグループを越えて、同じ場で活動している仲間との言葉かけは多く見られるようになった。課題としては、観察シートや動画を活用するよりも、実際の動きを見て助言をすることが多かった。次時以降は、お互いに撮影して映像を見合ったり、観察シートを活用して助言することの大切さを伝えていけるような指導をしていきたい。

【研究の視点からの振り返り】

観察シートや見本動画を用いて成果と課題をペアの生徒と共有し、浮き彫りになった課題解決に向けて活動を工夫することができているペアは、成果と課題が明確になり、解決に向けて取り組むことができている。一方で試技動画を活用しているペアは少なかった。自分の動きを撮影し、自分で見ることで、成果と課題が「分かる」ことにつなげ、「できる」ための取り組みを考えていくことを次回以降の授業で伝えていきたい。



【本時の展開】（7/9時間目） 10月6日（金） 1校時（8:45～9:35） 体育館

(1) 本時の目標

- 〈知識及び技能〉 全身を支えたり突き放したりするための着手の仕方、回転力を高めるための動き方、起き上がりやすくするための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして回転することができるようにする。
- 〈思考力、判断力、表現力等〉 提供された練習方法から、自己の課題に応じて技の習得に適した練習方法を選んでいく。
- 〈学びに向かう力、人間性等〉 練習の補助をしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。

(2) 本時の評価

- 〈技能②〉 全身を支えたり突き放したりするための着手の仕方、回転力を高めるための動き方、起き上がりやすくするための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして回転することができる。（指導：5/10）
- 〈主体的に学習に取り組む態度②〉 練習の補助をしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。（指導：2/10）

(3) 展開

|            | 生徒の学習内容・活動   | 教師の指導・手立てと評価  |
|------------|--|---|
| はじめ<br>10分 | 1 挨拶・体調確認<br>2 前時の振り返りと本時の説明<br>3 マットを準備する。<br><br>4 動きづくりの運動<br>・取り組む活動は、グループで決定する。   | ○生徒の出欠確認を行い、健康状態を把握する。<br>○前回の振り返りカードを用いて、関わる場面の工夫について紹介し、本時につなげる。<br>○安全面に気を付けて準備するように指導する。<br>○主運動につながる動きを、グループのメンバーで決めて行うように指導する。<br>○安全面に留意することを指導する。   |
| なか<br>30分  | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>「技の雄大さ」や、「技のつながり」を意識した演技を創ろう<br/>仲間の演技をよりよくするために積極的に補助や助言をしよう</p> </div> 5 三つの技を仲間に伝え、つなげて試技する。<br>・グループの仲間は、役割分担して、補助したり撮影したりする。<br><br>6 「技の雄大さ」や「技のつながり」のポイントを知る。<br><br>7 「技の雄大さ」と「技のつながり」を意識した演技を創る。<br>・演技構成シートを活用して、よりよい演技にする。<br>・仲間の演技に補助や助言をする。<br><br>8 本時の練習の成果を撮影する。<br>・グループの仲間で、役割分担して補助したり撮影したりする。 | ○三つの技をつなげて試技するように指導する。<br>○場の工夫や補助を用いて実施してもよいことを指導する。<br>○試技を行う際には、撮影者、観察者、補助者等の役割を分担するように始動する。<br>○「技の雄大さ」や「技のつながり」について、演技構成シートを配付し、事例を踏まえて説明する。<br><br>○グループで協力し演技構成シートを用いて雄大さや技の接続について意識をもって活動することを指導する。<br>○試技を繰り返しながら、演技を高めていけるように指導する。<br><b>評価</b> 知識・技能 (技能) ②【観察】<br><b>評価</b> 主体的に学習に取り組む態度②【観察・学習カード】<br>○撮影は、グループ内で役割分担して、実施者のタブレットを使用して撮影するように伝える。<br>○撮影を行う際には、撮影者、観察者、補助者等の役割を分担して行うように始動する。 |
| まとめ<br>10分 | 9 場の片づけ・整理運動<br>10 本時のまとめ<br>・振り返り<br>・学習カードの記入<br>・次時の学習の確認<br>・キネマスターの活用方法について知る。<br>11 挨拶・体調確認  | ○安全に片づけを行うことができるように指導する。<br>○形成的授業評価の質問項目6～9を意識させて、振り返りよう始動する。<br>○巡回し、学習カードの記入の様子を見て、適宜声を掛けて振り返りを促す。<br>※本時の活動において、「共生」「協力」のよかった点を拾い上げて、全体に伝える。<br>○けが等がないか確認する。   |

【授業としての振り返り】

本時は、「技の雄大さ」と「技のつながり」に取り組んだ。また、難易度の高い技だけではなく、出来映えや、技のつながりを追求することへの意識付けにもつなげることができた。その結果として、一つひとつの技の完成だけではなく、三つの技を合わせた演技として意識することができた。

【研究の視点からの振り返り】

グループ内で、「技の雄大さ」や「技のつながり」を意識的に観察して実施者に伝える際に演技構成シートを用いて、グループ全員で見合うことで、仲間の学習を援助することにつなげることができた。また、単元前半に学習した共生や協力の視点を生徒が意識して取り組む姿がグループ内で多く見られるようになった。

【本時の展開】（8／9時間目） 10月10日（火） 3校時（10:45～11:35） 体育館

(1) 本時の目標

- 〈知識及び技能〉 バランスよく姿勢を保つための力の入れ方、バランスの崩れを復元させるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして静止することができるようにする。
- 〈思考力、判断力、表現力等〉 体力や技能の程度、性別等のちがいを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や発表を行う方法を見付け、仲間に伝えることができるようにする。
- 〈学びに向かう力、人間性等〉 器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。

(2) 本時の評価

- 〈技能③〉 バランスよく姿勢を保つための力の入れ方、バランスの崩れを復元させるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして静止することができる。（指導：5/10時間）
- 〈思考・判断・表現〉 体力や技能の程度、性別等のちがいを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や発表を行う方法を見付け、仲間に伝えることができるようにする。（指導：5/9時間）
- 〈主体的に学習に取り組む態度①〉 器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。（指導：1/10時間）

(3) 展開

|            | 生徒の学習内容・活動   | 教師の指導・手立てと評価  |
|------------|--|---|
| はじめ<br>10分 | 1 挨拶・体調確認<br>2 前時の振り返りと本時の説明<br>3 マットを準備する。<br><br>4 動きづくりの運動<br>・取り組む活動は、グループで決定する。   | ○生徒の出欠確認を行い、健康状態を把握する。<br>○前回の振り返りカードを用いて、関わる場面の工夫について紹介し、本時につなげる。<br>○安全面に気を付けて準備するように指導する。<br><br>○主運動につながる動きを、グループのメンバーで決めて行うように指導する。<br>○安全面に留意することを指導する。   |
| なか<br>30分  | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;">             「技の雄大さ」や「技のつながり」を意識した演技を完成させよう<br/>             仲間の演技発表をよりよい発表にするために、思ったことや感じたことを伝えよう           </div> 5 自分の三つの演技を完成させ、撮影する。<br>・演技構成シートを見ながら、演技の完成を目指す。<br>・グループの仲間は、役割分担して、補助したり撮影したりする。<br><br>6 キネマスターを用いて発表動画の作成と、紹介のシナリオ作成<br>・キネマスターを使って、発表動画を作成する。<br>・ペアの発表のためのシナリオ原稿を作る。<br><br>7 グループ内で発表会を行う。<br>・次回のリハーサルも兼ねて、グループ内で発表を見せ合い、思ったことや感じたことを伝え合う。 | ○演技構成シートを見ながら演技の完成をめざすように指導する。<br>○試技を行う際には、撮影者、補助者等の役割を分担するように伝える。<br><b>評価</b> 知識・技能 (技能) ③【観察】<br><br>○構成について相談しながら発表動画を作成するよう指導する。<br>○シナリオ原稿を作成する際は、学習カードの様式を使用し、ペアと協力して作成するように指導する。<br><br>○次回のペア発表等を伝えて、グループ内で発表を聞いて、思ったこと、感じたことを伝えるように指導する。 |
| まとめ<br>10分 | 8 場の片づけ・整理運動<br><br>9 本時のまとめ<br>・振り返り<br>・学習カードの記入<br>・次時の学習の確認<br><br>10 挨拶・体調確認  | ○安全に片づけを行うことができるように指導する。<br><br>○形成的授業評価の質問項目6～9を意識させて、振り返るように伝える。<br>○巡回し、学習カードの記入の様子を見て、適宜声を掛けて振り返りを促す。<br><b>評価</b> 思考・判断・表現③【学習カード】<br>※本時の活動において、「共生」「協力」のよかった点を拾い上げて、全体に伝えられるようにする。<br>○けが等がないか確認する。  |

【授業としての振り返り】

本時は、三つの演技を完成させ撮影し、その映像を用いて発表動画の作成と、紹介シナリオを作成する活動だった。前時で学習した、「技の雄大さ」と「技のつながり」について再確認することで、より演技として意識して撮影できたのではないかと考える。また、活動内容が多岐に渡っていたため、教師の指示に沿って活動することが多く、生徒の主体的な活動が限られていたことが課題である。また、撮影時の画角については、実施する技に応じて見る視点が異なるため、立ち位置を変える工夫が必要であった。

【研究の視点からの振り返り】

本単元の学習成果発表会では、発表時にペアの生徒の単元を通しての学びを紹介する形で行うこととした。この活動が、仲間との関わりを深める「共生」や「協力」につながる活動である。本時はそのシナリオ原稿をペア同士で考える時間を設定し、仲間の取り組みについて一緒に考える機会となった。

【本時の展開】（9／9時間目） 10月11日（水） 1校時（8：45～9：35） 体育館

(1) 本時の目標

〈知識及び技能〉器械運動には多くの「技」があり、これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことができることについて、理解できるようにする。

〈思考力、判断力、表現力等〉体力や技能の程度、性別等のちがいを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や発表を行う方法を見つけ、仲間に伝えることができるようにする。

〈学びに向かう力、人間性等〉器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。

(2) 本時の評価

〈総括的評価〉 【観察】 【学習カード】

(3) 展開

|            | 生徒の学習内容・活動   | 教師の指導・手立てと評価  |
|------------|--|---|
| はじめ<br>7分  | 1 挨拶・体調確認<br>2 前時の振り返りと本時の説明<br>3 マットを準備する。<br><br>4 動きづくりの運動<br>・取り組む活動は、グループで決定する。   | ○生徒の出欠席確認を行い、健康状態を把握する。<br>○前回の振り返りカードを用いて、関わる場面の工夫について紹介し、本時につなげる。<br>○安全面に気を付けて準備するように指導する。<br><br>○主運動につながる動きを、グループのメンバーで決めて行うように指導する。<br>○安全面に留意することを指導する。  |
| なか<br>30分  | 5 学習成果発表会<br>・学習成果発表会の流れと発表の仕方、一言メッセージの記入や扱いについて理解する。<br>・グループ内で移動の仕方を理解する。<br><br>・発表方法は、ペアの生徒が発表者を紹介し、その後動画を用いて発表を行い、終了後に発表者が一言コメントを伝える。<br>・二人の発表が終わった後、コメントを記入し、発表者に渡す。<br>・互いの発表が終わった後、他のグループの所に移動する。<br>・できる限り、三つのペアを開けるようにスムーズな移動を心掛ける。<br>6 ワンチャレタイム<br>・学習成果を踏まえ、最後の演技として、グループの中で見せ合い、互いに演技を称え合う。 | 学習成果発表会では、自分たちのこれまでの学習成果が伝わるような発表をおこなうとともに、仲間の発表を見て、よかったところを伝え合う<br><br>ワンチャレタイムでは、最後の演技としてグループの中で見せ合い、学習の成果を称え合う<br><br>・発表方法や一言メッセージの書き方、移動の仕方等をスライドを用いて説明する。<br>・発表後には、速やかに他のグループの所に移動するように指導する。<br>・発表については、堂々と発表するように指導する。 |
| まとめ<br>13分 | 7 場の片づけ・整理運動<br>8 本時のまとめ<br>・振り返り<br>・学習カードの記入<br>・単元の総括<br><br>9 挨拶・体調確認  | ○安全に片づけを行うことができるように指導する。<br>○巡回し、学習カードに記入することを伝える。<br>○単元を振り返って、クラス全体の良かった点や、今後の保健体育の学習に取り組む際に継続して意識してほしいことを共有する。<br><br>○けが等がないか確認する。  |

【授業としての振り返り】

学習のまとめとして、学習成果発表会をポスターセッションの形態で行った。動画を用いた発表会にしたことで、今までの取り組みの中から一番よい演技を選択して発表会の映像を作成することができた。また、映像を見る前に、ペアの生徒が実施者の課題解決に向けて重点的に取り組んだことを紹介することで、視聴する側も意識して演技を視聴することができた。

【研究の視点からの振り返り】

仲間との関わりを深めることを意識して単元を実施してきたが、学習成果発表会では、称賛の声や拍手をする場面が多く見られた。また、発表を見た生徒が、発表者に一言メッセージカードを書いて提出するようにしたことで、笑顔が溢れ、クラス全体で温かい雰囲気の中で実施することができた。

月 日( ) 天気:( )

本日の体調に○をつけよう: 良いよ~ 😊 まあまあ 😐 いまいち 😞 (その理由 )

# マット運動学習カード(第1時)

1年 組 番 名前

◎マット運動の全9時間の流れ

| 1時間目      | 2時間目                        | 3~7時間目             | 8・9時間目           |
|-----------|-----------------------------|--------------------|------------------|
| オリエンテーション | 今できる技で活動<br>(ペア・グループで活動&撮影) | 接転技<br>ほん転技<br>巧技系 | 学習のまとめ<br>学習成果発表 |

~本日の学習内容~

◎マット運動の学習の進め方を理解し、学習の見通しをもとう

◎安全面に気を付けて、マット運動を学習しよう

◎今日の体育の授業について質問します。当てはまるものに○をつけましょう。

|   | 質問項目                                | 評価             |
|---|-------------------------------------|----------------|
| 1 | 深く心に残ることや、感動することがありましたか。            | はい・どちらでもない・いいえ |
| 2 | 今までできなかったこと(運動や作戦)ができるようになりましたか。    | はい・どちらでもない・いいえ |
| 3 | 「あっ、わかった!」とか「あっ、そうか!」と思ったことがありましたか。 | はい・どちらでもない・いいえ |
| 4 | せいいっぱい、全力をつくして運動することができましたか。        | はい・どちらでもない・いいえ |
| 5 | 楽しかったですか。                           | はい・どちらでもない・いいえ |
| 6 | 自分から進んで学習することができましたか。               | はい・どちらでもない・いいえ |
| 7 | 自分のめあてにむかって何回も練習できましたか。             | はい・どちらでもない・いいえ |
| 8 | 友だちと協力して、なかよく学習できましたか。              | はい・どちらでもない・いいえ |
| 9 | 友だちとお互いに教えたり、助けたりしましたか。             | はい・どちらでもない・いいえ |

◎今日のマット運動で、安全面について気を付けたことはどんなことですか。

また、その理由も書きましょう。

◎今日のマット運動で、取り組んだ3つの技を書いてください。

|     |     |     |
|-----|-----|-----|
| 1つめ | 2つめ | 3つめ |
|-----|-----|-----|

◎今日の振り返り(この時間楽しかったこと、次の時間に頑張りたいこと、先生に相談したいこと など)

月 日( ) 天気:( )

本日の体調に○をつけよう: 良いよ~ 😊 まあまあ 😐 いまいち 😞 (その理由 )

# マット運動学習カード(第2時)

1年 組 番 名前

~本日の学習内容~

○「協力」の意義について理解し、学習に生かそう

○技に挑戦し、できる楽しさや喜びを味わうことができることを理解しよう

◎今日の体育の授業について質問します。当てはまるものに○をつけましょう。

|   | 質問項目                                | 評価             |
|---|-------------------------------------|----------------|
| 1 | 深く心に残ることや、感動することがありましたか。            | はい・どちらでもない・いいえ |
| 2 | 今までできなかったこと(運動や作戦)ができるようになりましたか。    | はい・どちらでもない・いいえ |
| 3 | 「あっ、わかった!」とか「あっ、そうか!」と思ったことがありましたか。 | はい・どちらでもない・いいえ |
| 4 | せいいっぱい、全力をつくして運動することができましたか。        | はい・どちらでもない・いいえ |
| 5 | 楽しかったですか。                           | はい・どちらでもない・いいえ |
| 6 | 自分から進んで学習することができましたか。               | はい・どちらでもない・いいえ |
| 7 | 自分のめあてにおかして何回も練習できましたか。             | はい・どちらでもない・いいえ |
| 8 | 友だちと協力して、なかよく学習できましたか。              | はい・どちらでもない・いいえ |
| 9 | 友だちとお互いに教えたり、助けたりしましたか。             | はい・どちらでもない・いいえ |

◎今日の授業を通して、今後「挑戦したい」と思った技を書いてください。

※記入の仕方→ ○○さんの□□という技 ○○:仲間の名前 □□:技名

◎「挑戦したい」と思った理由を書いてください。

◎今日のマット運動で、撮影する時に実施した3つの技を書いてください。

→  →

◎今日の振り返り(この時間楽しかったこと、次の時間に頑張りたいこと、先生に相談したいこと など)



フェアリー  
ストーリー

大賞受賞  
作品

# 他人を思いやる心

東京都立大泉高等学校  
附属中学校2年生(当時)

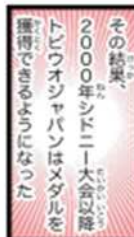
麻生真愛さん



フェアリー  
ストーリー

# 一人じゃない、が生み出す力

競泳日本代表(トビウオジャパン)



月 日( ) 天気:( )  
本日の体調に○をつけよう: 良いよ~ 😊 まあまあ 😐 いまいち 😞 (その理由 )

# マット運動学習カード(第3時)

1年 組 番 名前

~本日の学習内容~

- 「共生」の意義について理解し、学習に生かそう
- 観察シートを活用し、ペアの子に課題や成果を伝えよう

◎今日の体育の授業について質問します。当てはまるものに○をつけましょう。

|   | 質問項目                                | 評価             |
|---|-------------------------------------|----------------|
| 1 | 深く心に残ることや、感動することがありましたか。            | はい・どちらでもない・いいえ |
| 2 | 今までできなかったこと(運動や作戦)ができるようになりましたか。    | はい・どちらでもない・いいえ |
| 3 | 「あっ、わかった!」とか「あっ、そうか!」と思ったことがありましたか。 | はい・どちらでもない・いいえ |
| 4 | せいっぱい、全力をつくして運動することができましたか。         | はい・どちらでもない・いいえ |
| 5 | 楽しかったですか。                           | はい・どちらでもない・いいえ |
| 6 | 自分から進んで学習することができましたか。               | はい・どちらでもない・いいえ |
| 7 | 自分のめあてにおかたて何回も練習できましたか。             | はい・どちらでもない・いいえ |
| 8 | 友だちと協力して、なかよく学習できましたか。              | はい・どちらでもない・いいえ |
| 9 | 友だちとお互いに教えたり、助けたりしましたか。             | はい・どちらでもない・いいえ |

◎今日の学習を通して、ペアの子が挑戦した技と、その成果と課題を書いてください。

|      |       |
|------|-------|
| ペアの子 | 挑戦した技 |
| 成果   | 課題    |

◎自分がおこなった補助やアドバイスを書いてください。

◎メンバーからおこなってもらった補助やアドバイスを書いてください。

◎今日の振り返り(この時間楽しかったこと、次の時間に頑張りたいこと、先生に相談したいこと など)

# お互いを尊重し支え合う大切さ

柳田将洋選手



バレーボール  
ワールドカップ2019において  
4位入賞という  
24年ぶりの快挙を成し遂げた  
バレーボール男子日本代表

そのキャプテンを  
務めたのが  
柳田将洋選手である

バレーボール  
ワールドカップ2019  
男子日本代表 柳田将洋選手



大学に入ってから、  
チームは色々な出し合い  
練習をしていました

思いやりを持った  
メンバーを相手に  
思えば、  
自分もみんなを、  
レシーブの練習  
しよう



お互いの力を尊重し  
支え合ったのが大切だ。  
選手たちは、  
お互いの意見を  
受け入れ、  
チーム作りを続けた

大学時代のチームという  
新しい環境で、  
個人の力を磨くことだけを  
意識するのはなく、  
選手同士ではなく、  
お互いの意見を  
受け入れ、  
チーム作りを続けた



フェアプレイ  
ストーリー

## 挑戦を称えあう仲間たち

〈女子スケートボード〉岡本碧優選手



スケートボード  
女子パーク  
種目女子パーク

岡本碧優選手

4 Okamoto Misugu



決意を告げる

(アナウncer)  
限界まで  
攻めますねー



しかし  
最後のほうで失敗

自分もみんなを、  
レシーブの練習  
しよう



そんな岡本選手に、  
周囲の選手たちが驚き、  
羨望の眼差しを向けた

自分もみんなを、  
レシーブの練習  
しよう

このシーンで、  
世界中から感動の音が  
あふれた

「国籍関係なくハグし合う様子が  
思わず泣きそうになった」

「ライバルの挑戦なく岡本選手の元に集まり  
抱きかかえ持ち上げる姿にウルッとしました」

感動の瞬間、  
涙がこぼれ落ちた

涙を拭いた  
選手は、  
笑顔を見せた



月 日( ) 天気:( )

本日の体調に○をつけよう: 良いよ~ (😊) まあまあ (😐) いまいち (😞) (その理由 )

# マット運動学習カード(第4時)

1年 組 番 名前

~本日の学習のねらい~

○接転技の中で挑戦したい技を選び、出来映えを高めよう

○接転技の課題解決に向けて、練習方法を選んで取り組もう

◎今日の学習であなたはどんな技に挑戦しましたか。その課題と練習方法、成果を書いてください。

| 取り組んだ技 | 課題 | 取り組んだ練習方法 | 成果 |
|--------|----|-----------|----|
|        |    |           |    |
|        |    |           |    |

◎あなたは、ペアの子や仲間どんな補助やアドバイスをしましたか?

補助

アドバイス

◎ペアの子や仲間からどんな補助やアドバイスをしてもらいましたか?

補助

アドバイス

◎今日の体育の授業について質問します。当てはまるものに○をつけましょう。

|   | 質問項目                                | 評価             |
|---|-------------------------------------|----------------|
| 1 | 深く心に残ることや、感動することがありましたか。            | はい・どちらでもない・いいえ |
| 2 | 今までできなかったことができるようになりましたか。           | はい・どちらでもない・いいえ |
| 3 | 「あっ、わかった!」とか「あっ、そうか!」と思ったことがありましたか。 | はい・どちらでもない・いいえ |
| 4 | せいっぱい、全力をつくして運動することができましたか。         | はい・どちらでもない・いいえ |
| 5 | 楽しかったですか。                           | はい・どちらでもない・いいえ |
| 6 | 自分から進んで学習することができましたか。               | はい・どちらでもない・いいえ |
| 7 | 自分のめあてにおかして何回も練習できましたか。             | はい・どちらでもない・いいえ |
| 8 | 友だちと協力して、なかよく学習できましたか。              | はい・どちらでもない・いいえ |
| 9 | 友だちとお互いに教えたり、助けたりしましたか。             | はい・どちらでもない・いいえ |

◎今日の振り返り (学んだこと、できるようになったこと、感じたこと、思ったこと など)

月 日( ) 天気:( )

本日の体調に○をつけよう: 良いよ~ (😊) まあまあ (😐) いまいち (😞) (その理由 )

# マット運動学習カード(第5時)

1年 組 番 名前

~本日の学習のねらい~

○ほん転技群、平均立ち技群のポイントを知り、挑戦したい技を見つけよう

○観察シートを用いて仲間と楽しむための練習方法を見つけよう

◎今日の学習で、どの技に挑戦したいと思っていますか? (○をつけましょう!)

- ・側方倒立回転(側転)      ・側方倒立回転跳び 1/4 ひねり(ロングアート)      ・倒立ブリッジ
- ・前方倒立回転      ・前方倒立回転跳び(ハンドスプリング)      ・頭はねおき
- ・片足平均立ち      ・片足正面水平立ち      ・Y字バランス      ・頭倒立      ・補助倒立      ・倒立

◎今日の学習で楽しく取り組むためにどのように学習しましたか。

| 取り組んだ技<br>例:ハンドスプリング | 挑戦した技の感想<br>例:クルっと回って楽しかった | 取り組んだ練習方法<br>例:エバーマット | ペアと取り組んで良かったこと<br>例:活動をみとめてくれたこと |
|----------------------|----------------------------|-----------------------|----------------------------------|
|                      |                            |                       |                                  |

◎同じ班のメンバーの活動の振り返りを聞いて、感じたことを書きましょう。

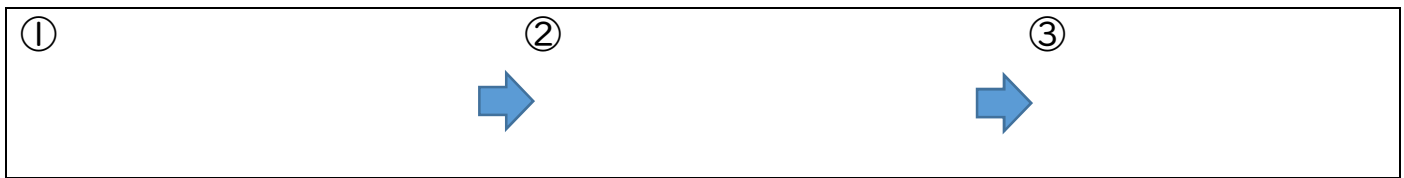
| さん | さん | さん |
|----|----|----|
|    |    |    |

◎今日の体育の授業について質問します。当てはまるものに○をつけましょう。

|   | 質問項目                                | 評価             |
|---|-------------------------------------|----------------|
| 1 | 深く心に残ることや、感動することがありましたか。            | はい・どちらでもない・いいえ |
| 2 | 今までできなかったことができるようになりましたか。           | はい・どちらでもない・いいえ |
| 3 | 「あっ、わかった!」とか「あっ、そうか!」と思ったことがありましたか。 | はい・どちらでもない・いいえ |
| 4 | せいっぱい、全力をつくして運動することができましたか。         | はい・どちらでもない・いいえ |
| 5 | 楽しかったですか。                           | はい・どちらでもない・いいえ |
| 6 | 自分から進んで学習することができましたか。               | はい・どちらでもない・いいえ |
| 7 | 自分のめあてにおかして何回も練習できましたか。             | はい・どちらでもない・いいえ |
| 8 | 友だちと協力して、なかよく学習できましたか。              | はい・どちらでもない・いいえ |
| 9 | 友だちとお互いに教えたり、助けたりしましたか。             | はい・どちらでもない・いいえ |

◎今日の振り返り (学んだこと、できるようになったこと、感じたこと、思ったこと など)

◎ 現段階での、3つの技の組み合わせを考えてみよう!(いつでも変更可能です)



◎ 接転技のワンポイントアドバイス

☆接転技は、回転の勢いが大切!

↳ 地面を蹴り、膝を伸ばして大きく回る

◎ ほん転技のワンポイントアドバイス

☆ほん転技は、倒立姿勢をつくる技が多いので、倒立姿勢がキーワード

↳ 軸足をしっかりと踏み込む  
+  
振り上げ足を強く振り上げる

◎ 前回の学習の振り返り(3組のみんなの学習カードから)

#### 仲間との活動について

- ・補助倒立前転で、ペアが補助してくれたことで、怖さが減って、チャレンジすることができた。次回以降は、補助無しでもできるようになりたい。
- ・ペアやペア以外の仲間と、アドバイスをしたり、聞いたりして助け合いながら活動できたと思う。
- ・ペアやペア以外の友達に色々アドバイスをしてもらってうれしかった。
- ・ペアの子がしてくれたアドバイスの通りに実施したらうまくできるようになって、嬉しかった。
- ・技ができて、できなくても皆で声を掛け合って取り組んでいるから、楽しくなってきた。また次も頑張りたい。

#### 活動の工夫と成果について

- ・伸膝後転で、立ち上がることが課題で、回転の勢いをつけるために、坂道で練習したことで、少し勢いがつくようになった。できるようになったり、できそうになると嬉しかった。
- ・跳び前転で、跳ぶことが課題で、ゴムひもを使って練習することで、踏み切りの時に勢いよく回ることができた。
- ・跳び前転で、手の着く位置が課題で、ゴムひもと、マットの目盛りを意識して練習することで、遠くに手を着くことができ、以前よりもキレイに回ることができた。
- ・伸膝前転で、キレイに立つことが課題で、少し助走をとって踏み切りをおこなったことで、立つところまではできた。
- ・倒立前転で、倒立の足が曲がってしまうことが課題で、倒立の補助をもらい足を伸ばす感覚をつかんだことで、成功率があがった。
- ・開脚前転で、回転の勢いが課題で、坂道で足を開くタイミングを遅らせたことで、立ち上がれるようになった。

月 日( ) 天気:( )

本日の体調に○をつけよう: 良いよ~(☺) まあまあ(☹) いまいち(☹) (その理由 )

# マット運動学習カード(第6時)

1年 組 番 名前

~本日の学習のねらい~

## ○観察シートを使って、ペアが行っている技のポイントを理解しよう

◎今日の学習で、どの技に挑戦したいと思っていますか?(○をつけましょう!)

- ・側方倒立回転(側転) ・側方倒立回転跳び 1/4 ひねり(ロングダート) ・倒立ブリッジ
- ・前方倒立回転 ・前方倒立回転跳び(ハンドスプリング) ・頭はねおき
- ・片足平均立ち ・片足正面水平立ち ・Y字バランス ・頭倒立 ・補助倒立 ・倒立

◎本時の学習の取り組みを振り返って記入しましょう。

| 名前   | 挑戦した技名 | 技が上手にできるポイントを自分の言葉で書きましょう! |
|------|--------|----------------------------|
| 自分   |        |                            |
| ペアの子 |        |                            |

◎あなたは、ペアの子や仲間どんな補助やアドバイスをしましたか?

実施した補助

実施したアドバイス

◎ペアの子や仲間からどんな補助やアドバイスをしてもらいましたか?

実施してもらった補助

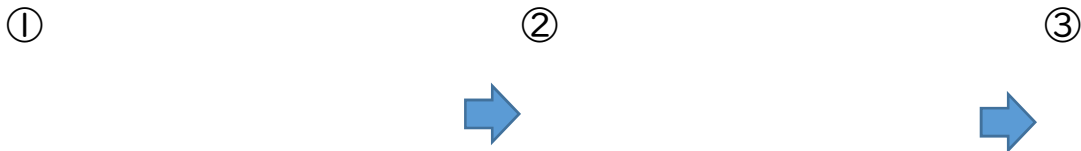
実施してもらったアドバイス

◎今日の体育の授業について質問します。当てはまるものに○をつけましょう。

|   | 質問項目                                | 評価             |
|---|-------------------------------------|----------------|
| 1 | 深く心に残ることや、感動することがありましたか。            | はい・どちらでもない・いいえ |
| 2 | 今までできなかったことができるようになりましたか。           | はい・どちらでもない・いいえ |
| 3 | 「あっ、わかった!」とか「あっ、そうか!」と思ったことがありましたか。 | はい・どちらでもない・いいえ |
| 4 | せいっぱい、全力をつくして運動することができましたか。         | はい・どちらでもない・いいえ |
| 5 | 楽しかったですか。                           | はい・どちらでもない・いいえ |
| 6 | 自分から進んで学習することができましたか。               | はい・どちらでもない・いいえ |
| 7 | 自分のめあてにむかって何回も練習できましたか。             | はい・どちらでもない・いいえ |
| 8 | 友だちと協力して、なかよく学習できましたか。              | はい・どちらでもない・いいえ |
| 9 | 友だちと互いに教えたり、助けたりしましたか。              | はい・どちらでもない・いいえ |

◎今日の振り返り(学んだこと、できるようになったこと、感じたこと、思ったことなど)

◎3つの技の組み合わせを考えてみよう!(10/6(金)までに決めておこう!)




◎ 平均立ち技群のワンポイントアドバイス

☆平均立ち技の静止時間は2秒を目安に!

☆慌てておこなわず、ゆっくり丁寧に!

◎ ほん転技のワンポイントアドバイス ☆側方倒立回転☆

☆側方倒立回転(側転)のポイントは…

 つま先を進行方向に向け前足を強く踏みこむ  
+  
後ろ足を真後ろに強く振り上げる

◎ 前回の学習の振り返り(みんなの学習カードから)

#### 仲間との活動について

- ・一緒に活動していたペアが褒めてくれた。(共生)
- ・技は難しかったけど、ペアが応援してくれた。(共生)
- ・友達に教えることができて、よかった。(協力)
- ・初めて挑戦した技だったけれど、ペアが補助してくれて楽しかったし、技ができて嬉しかった(協力)
- ・ペアが見本を見せてくれたり、アドバイスをしてくれたりして自分の技がより良くなった。(協力)

#### 活動の工夫と成果について

- ・壁倒立を行うときに、「目線」を意識するために目のカードをマットに置いて実施すると、やりやすかった。
- ・頭はねおきを行うときに、ペア以外の人も居て、上手な人の取り組みを見たり、コツを教え合ったりしながら取り組むことができてポイントと課題が分かった。(協力)
- ・上手な人の動きを見てから、イメージして何回も練習してみた。
- ・壁倒立で、壁を足で登って倒立することで、できるようになった。
- ・ロンダートの「クルッ!」が難しかったから次の時間も頑張ることができるようにしたい。
- ・頭はねおきで、もう少し「フワッ」と回れるようにしたい。

月 日( ) 天気:( )

本日の体調に○をつけよう: 良いよ~(😊) まあまあ(😐) いまいち(😞) (その理由 )

# マット運動学習カード(第7時)

1年 組 番 名前

~本日の学習のねらい~

○技の「雄大さ」や、技の「つながり」を意識した演技を創ろう

○仲間の演技をよりよくするために積極的に補助や助言をしよう

◎3つの技の組み合わせを決めよう!

|           |   |   |
|-----------|---|---|
| 本時の<br>最初 | → | → |
| 変更後       | → | → |

◎あなたは、ペアの子や仲間にどんな補助やアドバイスをしましたか?

実施した補助

実施したアドバイス

◎ペアの子や仲間からどんな補助やアドバイスをしてもらいましたか?

実施してもらった補助

実施してもらったアドバイス

◎今日の体育の授業について質問します。当てはまるものに○をつけましょう。

|   | 質問項目                                | 評価             |
|---|-------------------------------------|----------------|
| 1 | 深く心に残ることや、感動することがありましたか。            | はい・どちらでもない・いいえ |
| 2 | 今までできなかったことができるようになりましたか。           | はい・どちらでもない・いいえ |
| 3 | 「あっ、わかった!」とか「あっ、そうか!」と思ったことがありましたか。 | はい・どちらでもない・いいえ |
| 4 | せいっぱい、全力をつくして運動することができましたか。         | はい・どちらでもない・いいえ |
| 5 | 楽しかったですか。                           | はい・どちらでもない・いいえ |
| 6 | 自分から進んで学習することができましたか。               | はい・どちらでもない・いいえ |
| 7 | 自分のめあてにむかって何回も練習できましたか。             | はい・どちらでもない・いいえ |
| 8 | 友だちと協力して、なかよく学習できましたか。              | はい・どちらでもない・いいえ |
| 9 | 友だちとお互いに教えたり、助けたりしましたか。             | はい・どちらでもない・いいえ |

◎今日の振り返り (学んだこと、できるようになったこと、感じたこと、思ったこと など)

## ◎ 技の雄大さについて

- ・はじめのポーズ → 技が始まる前に一度止まることで、静と動のメリハリがつき、雄大さにつながる
- ・指先まで伸ばす → 手や足先まで伸ばすことで、大きく美しい動きに見える
- ・大きく回る → 同じ技でも、大きく回ること、カッコよく大きく見える
- ・2秒静止(平均立ち技) → しっかりと止まることで、メリハリがつく
- ・決めポーズ → 最終技の着地でポーズをとることで、動と静のメリハリがつき、雄大さにつながり、大きく見える

## ◎ 技のつながりについて

- ・ジャンプターン → 技が終わった後、ジャンプして180度向きを変える
- ・クロスターン → 技が終わる際の着地足をクロスして着き、起き上がる時に180度向きを変える
- ・ステップターン → 技が終わった後、一歩前に出たり、後ろに下がったりしながら180度向きを変える

## ◎ 前回の学習の振り返り(みんなの学習カードから)

### 仲間との活動について

- ・ペアの人が上達しているのを見て、自分も嬉しかった。(共生)
- ・ペアで活動していたから、最後にグループの人の動きを見て、上達していてすごいなと思った。(共生)
- ・アドバイスし合って取り組むと、難しいと思っていた技もできるようになった。(協力)
- ・倒立ブリッジをした時に、ペアに背中を少し支えてもらうことで、感覚が分かり立ち上がることができた(協力)
- ・自分の映像を撮影してもらって、ペアと一緒に見たことで、改善点が分かって意識して取り組むことができた。(協力)

### 活動の工夫と成果について

- ・ハンドスプリングで、自分の課題は「背中を反る」ことで、それが改善できたので、次回は普通のマットでやってみたい。
- ・できる技が増えるごとに、難しい技に挑戦しようとおもうようになった。
- ・自分の映像を撮影してもらって、側転で足が上がるようになってきたから、次回も頑張りたい。
- ・側転で、足が上に上がらないとバランスが取れないから、次回は意識して頑張りたい。
- ・前回は壁倒立を行って、今回は補助倒立を実施した。前の足を強く踏み込み、後ろ足がどこまで上がっているかアドバイスしてもらったことで、イメージが湧いて、成功することができた。
- ・手の位置や、手の高さ、足の速さを意識して活動することができた。

月 日( ) 天気:( )

本日の体調に○をつけよう: 良いよ~(☺) まあまあ(☹) いまいち(☹) (その理由 )

## マット運動学習カード(第8時)

1年組 番号前

~本日の学習のねらい~

○技の「雄大さ」や技の「つながり」を意識し、演技を完成させよう

○仲間の演技発表をよりよくするために思ったことや感じたことを伝えよう

◎あなたの演技発表で、一番こだわったところはどんなところですか?

こだわったところと、その理由は?

◎演技発表の構成

例1. 完成技(結果)&過程(プロセス)紹介タイプ

ペアの人が発表者を紹介→3つの連続技(完成)→課題解決に向けた練習方法の工夫(写真や動画)

例2. ビフォー&アフタータイプ

ペアの人が発表者を紹介→1時間目の3つの連続技→課題解決に向けた練習方法の工夫(写真や動画)  
→3つの連続技(完成)

◎ペアの仲間の演技発表の紹介シナリオ例 (※ペアと相談しながら考えよう!)

私のペアの(名前)さんは、(技名: )という  
技に挑戦したいと思っていました。  
その技の課題として(具体的課題: )がありました。  
その解決に向けて、(練習方法: )をおこないました。  
これからの発表では、その技を含めて、  
(①技名: ) (②技名: ) (③技名: )  
の演技構成で発表します。  
それでは、演技発表をご覧ください。  
そして、ペアの(名前)さんに、あたたかいコメントをお願いします。

◎グループ内発表で仲間の演技発表を見て感じたこと、思ったことを書こう!

| メンバーの名前 | 感じたこと、思ったこと |
|---------|-------------|
|         |             |
|         |             |
|         |             |



◎今日の振り返り（学んだこと、できるようになったこと、感じたこと、思ったこと など）

◎今日の体育の授業について質問します。当てはまるものに○をつけましょう。

|   | 質問項目                                | 評価             |
|---|-------------------------------------|----------------|
| 1 | 深く心に残ることや、感動することがありましたか。            | はい・どちらでもない・いいえ |
| 2 | 今までできなかったことができるようになりましたか。           | はい・どちらでもない・いいえ |
| 3 | 「あっ、わかった!」とか「あっ、そうか!」と思ったことがありましたか。 | はい・どちらでもない・いいえ |
| 4 | せいいっぱい、全力をつくして運動することができましたか。        | はい・どちらでもない・いいえ |
| 5 | 楽しかったですか。                           | はい・どちらでもない・いいえ |
| 6 | 自分から進んで学習することができましたか。               | はい・どちらでもない・いいえ |
| 7 | 自分のめあてにおかたて何回も練習できましたか。             | はい・どちらでもない・いいえ |
| 8 | 友だちと協力して、なかよく学習できましたか。              | はい・どちらでもない・いいえ |
| 9 | 友だちとお互いに教えたり、助けたりしましたか。             | はい・どちらでもない・いいえ |

◎ 前回の学習の振り返り（みんなの学習カードから）

### 仲間との活動について

- ・グループの仲間からアドバイスをもらえて嬉しかった！（協力）
- ・補助倒立前転で、ペアの子が支えてくれて、とても安心でした！（共生）
- ・技がキレイにできていると言われると、練習したかいがあると感じた！（共生）
- ・グループの人に演技を褒められて嬉しかった！（共生）
- ・今日はグループで活動したけど、みんなで助言したりできてよかった！（協力）

### 活動の工夫と成果について

- ・開脚前転の時に、もっと回転に勢いをつけること
- ・開脚前転の時に、足を開くタイミングをギリギリまで遅らせること
- ・倒立の時に、膝や足先をピンと伸ばすこと
- ・倒立の時に、視線はマットを見るとよい
- ・跳び前転は、ゴムひもを使って練習したように、手を着く位置を遠くに着くイメージをもとう
- ・ポーズをしっかり決めるとかっこよく見える
- ・大きく回る
- ・足を伸ばしたり、揃えたりするとかっこよい
- ・ターンを入れると、演技がかっこよく見えた
- ・マットは、前進するだけではなくて、戻るのもOK
- ・真剣に、スムーズに取り組んでおこなえば楽しい！

月 日( ) 天気:( )

本日の体調に○をつけよう: 良いよ~(😊) まあまあ(😐) いまいち(😞) (その理由 )

# マット運動学習カード(第9時)

1年組 番号前

~本日の学習のねらい~

- ペアで、自分たちの学習成果を発表しよう
- 仲間の演技発表を見て、よかったところを伝えよう

◎あなたの演技発表で、一番こだわったところはどんなところですか?

こだわったところと、その理由は?

◎演技発表の構成

例1. 完成技(結果)&過程(プロセス)紹介タイプ

ペアの人が発表者を紹介→3つの連続技(完成)→課題解決に向けた練習方法の工夫(写真や動画)

例2. ビフォー&アフタータイプ

ペアの人が発表者を紹介→1時間目の3つの連続技→課題解決に向けた練習方法の工夫(写真や動画)  
→3つの連続技(完成)

◎ペアの仲間の演技発表の紹介シナリオ例 (※ペアと相談しながら考えよう!)

私のペアの(名前)さんは、(技名: )という  
技に挑戦したいと思っていました。  
その技の課題として(具体的課題: )がありました。  
その解決に向けて、(練習方法: )をおこないました。  
これからの発表では、その技を含めて、  
(①技名: ) (②技名: ) (③技名: )  
の演技構成で発表します。  
それでは、演技発表をご覧ください。  
そして、(ペアの名前: )さんに、あたたかいコメントをお願いします。

◎グループ内発表で仲間の演技発表を見て感じたこと、思ったことを書こう!

| メンバーの名前 | 感じたこと、思ったこと |
|---------|-------------|
|         |             |
|         |             |
|         |             |

◎学習成果発表会の振り返り(感じたこと、思ったことなど)

◎ワンチャレの振り返り(自分や、グループの仲間の活動を通して感じたこと、思ったこと)

◎今日の体育の授業について質問します。当てはまるものに○をつけましょう。

|   | 質問項目                                | 評価             |
|---|-------------------------------------|----------------|
| 1 | 深く心に残ることや、感動することがありましたか。            | はい・どちらでもない・いいえ |
| 2 | 今までできなかったことができるようになりましたか。           | はい・どちらでもない・いいえ |
| 3 | 「あっ、わかった!」とか「あっ、そうか!」と思ったことがありましたか。 | はい・どちらでもない・いいえ |
| 4 | せいいっぱい、全力をつくして運動することができましたか。        | はい・どちらでもない・いいえ |
| 5 | 楽しかったですか。                           | はい・どちらでもない・いいえ |
| 6 | 自分から進んで学習することができましたか。               | はい・どちらでもない・いいえ |
| 7 | 自分のめあてにむかって何回も練習できましたか。             | はい・どちらでもない・いいえ |
| 8 | 友だちと協力して、なかよく学習できましたか。              | はい・どちらでもない・いいえ |
| 9 | 友だちとお互いに教えたり、助けたりしましたか。             | はい・どちらでもない・いいえ |

◎9時間のマット運動の振り返り(学んだこと、できるようになったこと、感じたこと、思ったこと など)

◎前回の学習の振り返り(みんなの学習カードから)

### 仲間との活動について

- ・自分の発表が終わったあとに、拍手をもらえて嬉しかった!(共生)
- ・自分も、グループの仲間も、出来なかった技ができるようになっていて成長を感じた!(共生)
- ・ペアの仲間の紹介文を、話しながら考えることができた!次回、しっかりと頑張りたい!(協力)
- ・グループのみんなと協力しながら取り組めて楽しかった!(協力)
- ・ペアの子の補助が前よりもできるようになった!(協力)

### 活動の工夫と成果について

- ・側転の時に、足を伸ばして、大きく回ること!(技の雄大さ)
- ・倒立前転で、倒立の時に止まることが課題だったから、上手にできて嬉しかった!(技の雄大さ)
- ・技のつながりのジャンプターンを意識して取り組めた!(技のつながり)
- ・最後のポーズまで意識して取り組むことができた!(技のつながり)
- ・ジャンプターンを意識して取り組むことができた!(技のつながり)
- ・足を揃えたりすることで、演技がキレイに見えると思い意識した!(技の雄大さ)

たいいく ほけんたいいく じゅぎょう かん じったいちようさ  
体育・保健体育の授業に関するアンケート(実態調査)

ねん くみ ばん しめい  
1年 組 番 氏名

がつ わたくし みやざと きかいうんどう うんどう じゅぎょう おこな  
9月に、私(宮里)が器械運動「マット運動」の授業を行います。

このアンケートは、その授業を、皆さんにとって、楽しく学びの多いものにするために、体育の授業やこれまでの「マット運動」の授業に対する皆さんの意識や実態等についてお聞きするもので、その結果をふまえて授業の計画や準備をしたいと考えています。

せいせき ひょうか いっさいかんけい  
成績や評価には、一切関係ありません。これまでの経験を振り返り、自分の思ったことを正直に答えて下さい。

じゅぎょうたんどうしゃ ほけんたいいくか みやざと つよし  
授業担当者 保健体育科 宮里 鷹

たいいく ほけんたいいく じゅぎょう しょうがっこう げんざい じゅぎょう ふ かえ  
1. 体育・保健体育の授業について(小学校から現在までの授業を振り返って)

(1) うんどう す  
運動やスポーツをすることは好きですか。

1. そう思う 2. どちらかというと思う 3. どちらかというと思わない 4. そう思わない

(2) たいいく ほけんたいいく じゅぎょう す  
体育・保健体育の授業は好きですか。

1. そう思う 2. どちらかというと思う 3. どちらかというと思わない 4. そう思わない

(3) (2)で答えた理由を書いてください。

(4) あなたが楽しいと感じる体育の単元(種目)を3つまで○をつけてください。

- からだ うんどう きかいうんどう きかいうんどう と ぼこ りくじょううんどう りくじょうきょうぎ たんきよりそう  
1. 体づくり運動 2. 器械運動(マット) 3. 器械運動(跳び箱) 4. 陸上運動・陸上競技(短距離走・リレー)
- りくじょううんどう りくじょうきょうぎ そう りくじょううんどう りくじょうきょうぎ はし はぼと りくじょううんどう りくじょうきょうぎ はし たかと  
5. 陸上運動・陸上競技(ハードル走) 6. 陸上運動・陸上競技(走り幅跳び) 7. 陸上運動・陸上競技(走り高跳び)
- すいえいうんどう すいえい うんどう きゅうぎ がた うんどう きゅうぎ がた  
8. 水泳運動・水泳 9. ボール運動・球技(ゴール型) 10. ボール運動・球技(ネット型)
- うんどう きゅうぎ がた ひょうげんうんどう  
11. ボール運動・球技(ベースボール型) 12. 表現運動・ダンス 13. とくになし

(5) あなたが楽しくないと感じる体育の単元(種目)を3つまで○をつけてください。

- |                       |                     |                     |                        |
|-----------------------|---------------------|---------------------|------------------------|
| 1. 体づくり運動             | 2. 器械運動(マット)        | 3. 器械運動(跳び箱)        | 4. 陸上運動・陸上競技(短距離走・リレー) |
| 5. 陸上運動・陸上競技(ハードル走)   | 6. 陸上運動・陸上競技(走り幅跳び) | 7. 陸上運動・陸上競技(走り高跳び) |                        |
| 8. 水泳運動・水泳            | 9. ボール運動・球技(ゴール型)   | 10. ボール運動・球技(ネット型)  |                        |
| 11. ボール運動・球技(ベースボール型) | 12. 表現運動・ダンス        | 13. とくになし           |                        |

## 2. 小学校の体育授業のマット運動について

(1) マット運動の授業に楽しく取り組めていましたか？

- |         |               |                 |           |
|---------|---------------|-----------------|-----------|
| 1. そう思う | 2. どちらかというと思う | 3. どちらかというと思わない | 4. そう思わない |
|---------|---------------|-----------------|-----------|

(2) (1)で答えた理由を書いてください。

(3) マット運動で得意な技は何ですか。(いくつ答えても構いません)

(4) マット運動でやってみたい技や、できるようになりたい技は何ですか。(いくつ答えても構いません)

(5) マット運動の授業で楽しいと感じる場面はどんな場面ですか。

(6) マット運動の授業で楽しくないと感じる場面はどんな場面ですか。

(7) マット運動の授業では、どのように練習していましたか？(あてはまるものすべてに○をつけてください。)

- ア. 1人で練習      イ. 2人で練習      ウ. グループ(3人以上)で練習      エ. その他( )

(8) マット運動の実技発表(テストを含む)は、どのように行っていましたか。

1. 個人発表      2. グループ発表      3. 実技発表はなかった      4. その他の発表方法( )

(9) あなたは、実技発表に楽しく取り組めていましたか？

1. 毎回楽しく取り組めていた      2. ときどき楽しく取り組めていた  
3. あまり楽しく取り組めなかった      4. 全く楽しく取り組めなかった

(10) どんな実技発表だと、(より)楽しく取り組めるとお思いますか。

### 3. 体育の学習について

(1) 体育の授業では毎時間、学習の「めあて(ねらい)」を意識して取り組んでいましたか。

1. 毎時間意識していた      2. ときどき意識していた      3. あまり意識していなかった      4. 全く意識していなかった

(2) 体育の授業では毎時間、学習の「振り返り(学習カード)」を行っていましたか。

1. 毎時間行っていた      2. どちらかという行っていた      3. どちらかという行えていなかった      4. 行えていなかった

(3) 体育の授業では、毎時間自分が思ったことや考えたことを仲間に伝えられましたか。

1. 伝えられた      2. ときどき伝えられた      3. あまり伝えられなかった      4. 伝えられなかった

(4) 体育の授業で、タブレット端末等を活用していた種目は、どの種目ですか。活用していた種目に○をつけてください。(○の数はいくつでも構いません。)

|                       |                     |                     |                        |
|-----------------------|---------------------|---------------------|------------------------|
| 1. 体づくり運動             | 2. 器械運動(マット)        | 3. 器械運動(跳び箱)        | 4. 陸上運動・陸上競技(短距離走・リレー) |
| 5. 陸上運動・陸上競技(ハードル走)   | 6. 陸上運動・陸上競技(走り幅跳び) | 7. 陸上運動・陸上競技(走り高跳び) |                        |
| 8. 水泳運動・水泳            | 9. ボール運動・球技(ゴール型)   | 10. ボール運動・球技(ネット型)  |                        |
| 11. ボール運動・球技(ベースボール型) | 12. 表現運動・ダンス        | 13. とくになし           |                        |

(5) 9月に行われるマット運動の授業は、どんな授業にしたいですか？ 意気込みを書いてください。

|           |       |
|-----------|-------|
| わたし<br>私は | したい!! |
|-----------|-------|

(6) 9月に行われるマット運動の授業を担当する宮里先生に、どんな授業にしてほしいですか？(意見や要望)

|     |             |
|-----|-------------|
| 先生に | な授業にしてほしい!! |
|-----|-------------|

アンケートは以上です。ご協力ありがとうございました。

9月からの授業を楽しみにしています！

ほけんたいいく じゅぎょう かん じぜん  
保健体育の授業に関するアンケート(事前アンケート)

ねん くみ ばん しめい  
1年 組 番 氏名

がつ にち すい まっ とうんどう じゅぎょう じかんおこな あんけーと じゅぎょう  
9月20日(水)から、マット運動の授業を9時間行います。このアンケートは、その授業をよりよいものにするために実施します。アンケートへのご協力をお願いします。前回のアンケートと同じような質問項目もあります。成績や評価には一切関係ありません。これまでの経験を振り返り、自分の思ったことを正直に答えて下さい。

じゅぎょうたんとうしゃ ほけんたいいくか みやざと つよし  
授業担当者 保健体育科 宮里 鷹

つぎ しつもん こた えら  
1. 次の1～12の質問について、あてはまる答えを1～5の中から選んで○をつけてください。

だんかいひょうか  
5段階評価

5：よくあてはまる 4：ややあてはまる 3：どちらともいえない 2：あまりあてはまらない 1：まったくあてはまらない

|                                       |   |   |   |   |   |
|---------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 1 運動能力がすぐれていると思います                    | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 2 たいていの運動は上手にできます                     | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 3 練習をすれば必ず技術や記録は伸びると思います              | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 4 努力さえすれば、たいていの運動は上手にできると思います         | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 5 運動をしているとき、先生が励ましたり応援してくれます          | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 6 運動をしているとき、友達が励ましたり応援してくれます          | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 7 一緒に運動しようと誘ってくれる友達がいます               | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 8 運動の上手な見本として、よく選ばれます                 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 9 一緒に運動する友達がいます                       | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 10 運動について自信をもっているほうです                 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 11 少し難しい課題でも、努力すればできると思います            | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 12 できない運動でも、あきらめなくて練習すればできるようになると思います | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |



2. 次の表はマット運動の授業でおこなう技の一覧です（小学校で学習していない技が含まれていることもあります）。各技の習得状況と、おこない方のポイントについて1～5の中から選んで○をつけてください。

技の習得状況について

おこない方のポイントについて

- 5・・・何回やってもできる
- 4・・・できる
- 3・・・補助等があればできる
- 2・・・できたことがない
- 1・・・やったことがない

- 5・・・よくわかる
- 4・・・少しわかる
- 3・・・あまりわからない
- 2・・・わからない
- 1・・・やったことがない

|            |           |           |
|------------|-----------|-----------|
| 前転         | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 開脚前転       | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 補助倒立前転     | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 後転         | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 開脚後転       | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 側方倒立回転（側転） | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 倒立ブリッジ     | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 頭はね起き      | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 片足平均立ち     | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 頭倒立        | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 補助倒立       | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 伸膝前転       | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 倒立前転       | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 跳び前転       | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |

|  |                     |                     |
|--|---------------------|---------------------|
| しんしつこうてん<br>伸膝後転                             | ----- <br>5 4 3 2 1 | ----- <br>5 4 3 2 1 |
| こうてんとりつ<br>後転倒立                              | ----- <br>5 4 3 2 1 | ----- <br>5 4 3 2 1 |
| そくほうとりつつかいてんと<br>側方倒立回転跳び 1/4 ひねり<br>(ロンダート) | ----- <br>5 4 3 2 1 | ----- <br>5 4 3 2 1 |
| ぜんほうとりつつかいてん<br>前方倒立回転                       | ----- <br>5 4 3 2 1 | ----- <br>5 4 3 2 1 |
| ぜんほうとりつつかいてんと<br>前方倒立回転跳び                    | ----- <br>5 4 3 2 1 | ----- <br>5 4 3 2 1 |
| かたあししょうめんすいへい だ<br>片足正面水平立ち                  | ----- <br>5 4 3 2 1 | ----- <br>5 4 3 2 1 |
| じ<br>Y字バランス                                  | ----- <br>5 4 3 2 1 | ----- <br>5 4 3 2 1 |
| とりつ<br>倒立                                    | ----- <br>5 4 3 2 1 | ----- <br>5 4 3 2 1 |

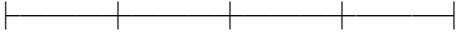

3. 小学校のマット運動の授業で動画（見本動画や、自分の動きを撮影したもの）を活用したことは、どのくらい効果的でしたか？以下の質問において、あてはまる答えを1～5の中から選んで○をつけてください。

- 5・・・とても効果的だった      4・・・少し効果的だった      3・・・あまり効果的ではなかった  
2・・・効果的ではなかった      1・・・わからない

|   |                     |
|---|---------------------|
| 1. マット運動の授業に積極的に取り組むこと                    | ----- <br>5 4 3 2 1 |
| 2. 技がよりよくできた仲間に声を掛けて取り組むこと                | ----- <br>5 4 3 2 1 |
| 3. 補助をしたり仲間にアドバイスしたりして、仲間の学習をサポートして取り組むこと | ----- <br>5 4 3 2 1 |
| 4. みんなが楽しめるように、仲間の挑戦を認めながら、取り組むこと         | ----- <br>5 4 3 2 1 |
| 5. 自分や仲間の健康や安全に気を配って取り組むこと                | ----- <br>5 4 3 2 1 |

4. 小学校のマット運動の授業では、学習カード（技のコツやポイントが書かれている資料）を活用したことは、どのくらい効果的でしたか？以下の質問において、あてはまる答えを1～5の中から選んで○をつけてください。

- 5・・・とても効果的だった      4・・・少し効果的だった      3・・・あまり効果的ではなかった  
 2・・・効果的ではなかった      1・・・わからない

|   |   |
|---|---|
| 1. マット運動の授業に積極的に取り組むこと                    | <br>5      4      3      2      1   |
| 2. 技がよりよくできた仲間に声を掛けて取り組むこと                | <br>5      4      3      2      1   |
| 3. 補助をしたり仲間にアドバイスしたりして、仲間の学習をサポートして取り組むこと | <br>5      4      3      2      1   |
| 4. みんなが楽しめるように、仲間の挑戦を認めながら、取り組むこと         | <br>5      4      3      2      1   |
| 5. 自分や仲間の健康や安全に気を配って取り組むこと                | <br>5      4      3      2      1 |

5. 今回のマット運動の授業は楽しみですか？

5. そう思う      4. どちらかというそう思う      3. どちらかというそう思わない  
 2. そう思わない      1. わからない

ほけんたいいく じゅぎょう かん じぜん  
保健体育の授業に関するアンケート(事前アンケート)②

ねん くみ ばん しめい  
1年 組 番 氏名

きょう こんど じゅぎょう じかんおこな ねが  
今日からマット運動授業を9時間行います。よろしくお願ひします。このアンケートは、その授業をよりよいものにするために実施します。アンケートへのご協力をお願ひします。

せいせき ひょうか いっさいかんけい  
成績や評価には一切関係ありません。これまでの経験を振り返り、自分の思ったことを正直に答えて下さい。

じゅぎょうたんとうしゅ ほけんたいいくか みやざと つし  
授業担当者 保健体育科 宮里 鷹

きょうりよく いぎ せつめい こた なか えら  
1. 「協力」の意義を説明できますか？あてはまる答えを1～4の中から選んで

○をつけてください。

4. できる 3. 少しできる 2. あまりできない 1. まったくできない

きょうりよく してん たいいく じゅぎょう ぐたいてき せいかう  
2. 協力の視点をもつことで、体育の授業では具体的にどのような成果が生まれると思ひますか？

きょうせい いぎ せつめい こた なか えら  
3. 「共生」の意義を説明できますか？あてはまる答えを1～4の中から選んで○  
をつけてください。

4. できる 3. 少しできる 2. あまりできない 1. まったくできない

げんざい きょうせい してん もと きょうせい してん  
4. 現在では、共生の視点をもつことが求められています。共生の視点をもつことで、体育の授業では具体的にどのような行動が出現されると思ひますか？

# 保健体育の授業に関するアンケート(事後アンケート)

ねん 1年  
くみ 組  
ばん 番  
しめい 氏名

ねん 1年 3組のみなさんへ

みじか 短い期間でしたが、みなさんとマット運動の授業ができて、とても楽しかったです。

じかん 9時間の授業を振り返ってみてどのような学びがありましたか。次の質問に、自分の思ったこと、感じたことなどを素直に教えてください。成績や評価には、一切関係ありません。安心して教えてください。

じゆぎょうたんとうしや 授業担当者  
ほけんたいいくが 保健体育科  
みやぎと 宮里  
つよし 鷹

つぎ 1. 次の1～12の質問について、あてはまる答えを1～5の中から選んで○をつけてください。

だんかいひょうか  
5段階評価

5 : よくあてはまる 4 : ややあてはまる 3 : どちらともいえない 2 : あまりあてはまらない 1 : まったくあてはまらない

|                                       |   |   |   |   |   |
|---------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 1 運動能力がすぐれていると思います                    | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 2 たいていの運動は上手にできます                     | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 3 練習をすれば必ず技術や記録は伸びると思います              | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 4 努力さえすれば、たいていの運動は上手にできると思います         | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 5 運動をしているとき、先生が励ましたり応援してくれます          | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 6 運動をしているとき、友達が励ましたり応援してくれます          | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 7 一緒に運動しようと誘ってくれる友達がいます               | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 8 運動の上手な見本として、よく選ばれます                 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 9 一緒に運動する友達がいます                       | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 10 運動について自信をもっているほうです                 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 11 少し難しい課題でも、努力すればできると思います            | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 12 できない運動でも、あきらめないで練習すればできるようになると思います | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

2. 次の表はマット運動の授業でおこなう技の一覧です（自分が学習していない技も含まれている場合もあります）。各技の習得状況と、おこない方のポイントについて1～5の中から選んで○をつけてください。

技の習得状況について

- 5・・・何回やってもできる
- 4・・・できる
- 3・・・補助等があればできる
- 2・・・できたことがない
- 1・・・やったことがない

おこない方のポイントについて

- 5・・・よくわかる
- 4・・・少しわかる
- 3・・・あまりわからない
- 2・・・わからない
- 1・・・やったことがない

|            |           |           |
|------------|-----------|-----------|
| 前転         | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 開脚前転       | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 補助倒立前転     | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 後転         | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 開脚後転       | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 側方倒立回転（側転） | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 倒立ブリッジ     | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 頭はね起き      | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 片足平均立ち     | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 頭倒立        | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 補助倒立       | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 伸膝前転       | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 倒立前転       | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |
| 跳び前転       | 5 4 3 2 1 | 5 4 3 2 1 |

|   |                     |                     |
|---|---------------------|---------------------|
| しんしつてうてん<br>伸膝後転                              | ----- <br>5 4 3 2 1 | ----- <br>5 4 3 2 1 |
| こうてんとうりつ<br>後転倒立                              | ----- <br>5 4 3 2 1 | ----- <br>5 4 3 2 1 |
| そくほうとうりつつかいてんと<br>側方倒立回転跳び 1/4 ひねり<br>(ロンダート) | ----- <br>5 4 3 2 1 | ----- <br>5 4 3 2 1 |
| ぜんぽうとうりつつかいてん<br>前方倒立回転                       | ----- <br>5 4 3 2 1 | ----- <br>5 4 3 2 1 |
| ぜんぽうとうりつつかいてんと<br>前方倒立回転跳び                    | ----- <br>5 4 3 2 1 | ----- <br>5 4 3 2 1 |
| かたあししょうめんすいへい だ<br>片足正面水平立ち                   | ----- <br>5 4 3 2 1 | ----- <br>5 4 3 2 1 |
| じ<br>Y字バランス                                   | ----- <br>5 4 3 2 1 | ----- <br>5 4 3 2 1 |
| とうりつ<br>倒立                                    | ----- <br>5 4 3 2 1 | ----- <br>5 4 3 2 1 |

3. 今回のマット運動の授業で、観察シート（演技構成シートも含む）を使用して取り組んだ技のうち、特に一生懸命に取り組んだ技を5つ選び、その技のポイントやコツについて、分かったことを具体的に書いてください。

| わざめい<br>技名 (観察シートを使用した技) | わざ<br>技のポイントやコツ |
|--------------------------|-----------------|
| わざめい<br>技名:              |                 |
| わざめい<br>技名:              |                 |
| わざめい<br>技名:              |                 |
| わざめい<br>技名:              |                 |
| わざめい<br>技名:              |                 |

4. 共生の意義を説明できますか？あてはまる答えを1～4の中から選んで○をつけてください。

|        |          |            |             |
|--------|----------|------------|-------------|
| 4. できる | 3. 少しできる | 2. あまりできない | 1. まったくできない |
|--------|----------|------------|-------------|

5. 現在では、共生の視点をもつことが求められています。共生の視点をもつことで体育の授業では具体的にどのような行動が出現されると思いますか？

6. 協力の意義を説明できますか？あてはまる答えを1～4の中から選んで○をつけてください。

4. できる      3. 少<sup>すこ</sup>しできる      2. あまりできない      1. まったくできない

7. 協力の視点をもつことで、体育の授業では具体的にどのような成果<sup>せいがか</sup>が生まれると思いますか？

8. 観察シート（演技構成シートも含む）は、活用<sup>かつよう</sup>できましたか？1～4の中から選んで○をつけてください。

4. よく活用<sup>かつよう</sup>できた      3. 活用<sup>かつよう</sup>できた      2. あまり活用<sup>かつよう</sup>できなかった      1. 活用<sup>かつよう</sup>できなかった

9. 観察シート（演技構成シートも含む）は、技のポイントが分かることに役立<sup>やくだ</sup>ちましたか？1～4の中から選んで○をつけてください。

4. 非常に役立<sup>やくだ</sup>った      3 役立<sup>やくだ</sup>った      2. あまり役立<sup>やくだ</sup>たなかった      1. 役立<sup>やくだ</sup>たなかった

10. 観察シート（演技構成シートも含む）は、課題<sup>かだい</sup>が分かることに役立<sup>やくだ</sup>ちましたか？1～4の中から選んで○をつけてください。

4. 非常に役立<sup>やくだ</sup>った      3 役立<sup>やくだ</sup>った      2. あまり役立<sup>やくだ</sup>たなかった      1. 役立<sup>やくだ</sup>たなかった

11. 観察シート（演技構成シートも含む）は、成果<sup>せいがか</sup>が分かることに役立<sup>やくだ</sup>ちましたか？1～4の中から選んで○をつけてください。

4. 非常に役立<sup>やくだ</sup>った      3 役立<sup>やくだ</sup>った      2. あまり役立<sup>やくだ</sup>たなかった      1. 役立<sup>やくだ</sup>たなかった

12. 見本動画は、活用<sup>かつよう</sup>できましたか？1～4の中から選んで○をつけてください。

4. よく活用<sup>かつよう</sup>できた      3. 活用<sup>かつよう</sup>できた      2. あまり活用<sup>かつよう</sup>できなかった      1. 活用<sup>かつよう</sup>できなかった

13. 見本動画は、技のポイントやコツが分かることに役立<sup>やくだ</sup>ちましたか？1～4の中から選んで○をつけてください。

4. 非常に役立<sup>やくだ</sup>った      3 役立<sup>やくだ</sup>った      2. あまり役立<sup>やくだ</sup>たなかった      1. 役立<sup>やくだ</sup>たなかった

14. 見本動画は、課題<sup>かだい</sup>が分かることに役立<sup>やくだ</sup>ちましたか？1～4の中から選んで○をつけてください。

4. 非常に役立<sup>やくだ</sup>った      3 役立<sup>やくだ</sup>った      2. あまり役立<sup>やくだ</sup>たなかった      1. 役立<sup>やくだ</sup>たなかった



15. 見本動画は、<sup>みほんどうが</sup>成果が分かることに<sup>せいか</sup>役立ちましたか？ 1～4の中から<sup>なか</sup>選んで<sup>えら</sup>○をつけてください。

4. 非常に<sup>ひじょう</sup>役立<sup>やくだ</sup>った 3 役立<sup>やくだ</sup>った 2. あまり役立<sup>やくだ</sup>たなかつた 1. 役立<sup>やくだ</sup>たなかつた

16. 自分を<sup>じぶん</sup>撮影した動画は、<sup>さつえい</sup>活用<sup>どうが</sup>できましたか？ 1～4の中から<sup>なか</sup>選んで<sup>えら</sup>○をつけてください。

4. よく活用<sup>かつよう</sup>できた 3. 活用<sup>かつよう</sup>できた 2. あまり活用<sup>かつよう</sup>できなかつた 1. 活用<sup>かつよう</sup>できなかつた

17. 自分を<sup>じぶん</sup>撮影した動画は、<sup>さつえい</sup>技の<sup>どうが</sup>ポイントや<sup>わざ</sup>コツが分かることに<sup>わか</sup>役立ちましたか？ 1～4の中から<sup>なか</sup>選んで<sup>えら</sup>○をつけてください。

4. 非常に<sup>ひじょう</sup>役立<sup>やくだ</sup>った 3 役立<sup>やくだ</sup>った 2. あまり役立<sup>やくだ</sup>たなかつた 1. 役立<sup>やくだ</sup>たなかつた

18. 自分を<sup>じぶん</sup>撮影した動画は、<sup>さつえい</sup>課題<sup>どうが</sup>が分かることに<sup>かだい</sup>役立ちましたか？ 1～4の中から<sup>なか</sup>選んで<sup>えら</sup>○をつけてください。

4. 非常に<sup>ひじょう</sup>役立<sup>やくだ</sup>った 3 役立<sup>やくだ</sup>った 2. あまり役立<sup>やくだ</sup>たなかつた 1. 役立<sup>やくだ</sup>たなかつた

19. 自分を<sup>じぶん</sup>撮影した動画は、<sup>さつえい</sup>成果が分かることに<sup>せいか</sup>役に<sup>やく</sup>立ちましたか？ 1～4の中から<sup>なか</sup>選んで<sup>えら</sup>○をつけてください。

4. 非常に<sup>ひじょう</sup>役立<sup>やくだ</sup>った 3 役立<sup>やくだ</sup>った 2. あまり役立<sup>やくだ</sup>たなかつた 1. 役立<sup>やくだ</sup>たなかつた

20. ペアの<sup>なかま</sup>仲間と<sup>かか</sup>関わること（<sup>ほじょ</sup>補助や<sup>じょげん</sup>助言≪<sup>しょうさん</sup>称賛や<sup>はげ</sup>励ましを含む<sup>ふく</sup>）等<sup>とう</sup>）ができましたか？ 1～4の中から<sup>なか</sup>選んで○をつけてください。また、<sup>ぐたいてき</sup>具体的に<sup>かか</sup>どのような<sup>あ</sup>関わり合いがありましたか？

4. よく<sup>かか</sup>関わる<sup>あ</sup>ことができました 3. <sup>かか</sup>関わる<sup>あ</sup>ことができました 2. あまり<sup>かか</sup>関わる<sup>あ</sup>ことができなかつた 1. <sup>かか</sup>関われ<sup>あ</sup>なかつた

<sup>ぐたいてき</sup>具体的な<sup>かか</sup>関わり<sup>あ</sup>合い

21. グループの<sup>なかま</sup>仲間と<sup>かか</sup>関わること（<sup>ほじょ</sup>補助や<sup>じょげん</sup>助言≪<sup>しょうさん</sup>称賛や<sup>はげ</sup>励ましを含む<sup>ふく</sup>）等<sup>とう</sup>）ができましたか？ 1～4の中から<sup>なか</sup>選んで○をつけてください。また、<sup>ぐたいてき</sup>具体的に<sup>かか</sup>どのような<sup>あ</sup>関わり合いがありましたか？

4. よく<sup>かか</sup>関わる<sup>あ</sup>ことができました 3. <sup>かか</sup>関わる<sup>あ</sup>ことができました 2. あまり<sup>かか</sup>関わる<sup>あ</sup>ができなかつた 1. <sup>かか</sup>関われ<sup>あ</sup>なかつた

<sup>ぐたいてき</sup>具体的な<sup>かか</sup>関わり<sup>あ</sup>合い



27. 今回のマツト運動の授業では、単元の最後に動画による発表会を行いました。楽しく取り組みましたか。1～4の中から選んで○をつけてください。また、回答の理由を記載してください。

4. 楽しかった 3. 少し楽しかった 2. あまり楽しくなかった 1. 楽しくなかった

上で1～4と回答した理由

28. マツト運動の授業について、動画による発表会と実際に演技をする発表会のどちらがよいですか。1～4の中から選んで○をつけてください。また、回答の理由を記載してください。

4. 動画による発表会 3. 実際に演技する発表会 2. どちらでもよい 1. どちらもいや

上で1～4と回答した理由

29. 最後の質問です。(ここまで頑張ってくれてありがとう！)

ペアの仲間にメッセージを書きましょう！

グループの仲間にメッセージを書きましょう！