保健体育科（特別支援学級）学習指導案

日　時　令和６年１月31日（水）
　　第５校時　13：30～14：20
対　象　特別支援学級Ｆ組　17名
学校名　練馬区立中村中学校
授業者　教諭　　小池　　勲
会　場　１階　　格　　技　　室

1　単元名

B 器械運動　（ア マット運動）

2　目標

【知識及び技能】

基本的な技を発展させ、滑らかに行い、それらを組み合わせることができるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】

自分の能力に適した技を選び、技の動き方のポイントを見つけ、練習の進め方を工夫できるようにする。

【学びに向かう力、人間性等】

積極的に取り組むとともに、よい演技を認め、分担した役割を果たそうとする。

3　単元について

（1）教材観

マット運動は、主として回転技・倒立技を身に付けたり、新しい技に挑戦したりするときに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。また、自分の能力に適した技を選び、それらの技を繰り返し練習したり組み合わせたりするなど、新たな課題に挑戦する中で、仲間とともに教え合い、励まし合いながら、楽しさやできる喜びを味わえる運動でもある。

本単元では、目標の達成に向け器械運動の学習に積極的に取り組み、よい演技を認めることなどに意欲をもち、健康や安全に気を配るとともに、技の行い方や練習の仕方などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫することが大切である。

（2）生徒観

２、３年生はマット運動の既習の知識があり、一部の生徒はおおむね基本的な技能が付いているといえる。しかし、生徒によって個人差があり、１年生と同様に基本から指導が必要な生徒も見られる。

Ｆ組の生徒を総じて見ると、体を動かすことが好きな生徒が多い。しかし、運動能力に個人差があり、段階的な指導や習熟度別の指導などの配慮が必要となる。また、集中力が長く続かない生徒や些細なことでイライラしてしまい、授業の継続が難しくなってしまう生徒、一度の話では理解が難しい生徒など個々の特性も様々である。そのため、複数の教員や学校生活支援員と連携を図り、個別の支援を行っていくことが重要といえる。

（3）指導観

指導にあたっては、基本となる回転技に取り組み、自己の能力に適した技が安定してできるようにするとともに、発展技にも挑戦できるようにする。その際には、友達の動きを見て技のポイントに気付き、伝え合いながら意識して練習できるようにする。マット運動は、柔軟性が要求される運動であり、体を痛めたりうまく回れなかったりする等の理由から、生徒が苦手意識をもちやすい。より安全に留意した学習環境の工夫や無理をさせない指導が重要な手だてとなる。グループ学習を積極的に入れることで、「できた」、「分かっ

た」、「楽しかった」と言える喜びや、仲間とともに意欲的に取り組む姿勢などを養っていく。また，ICT 機器を積極的に活用し、技の改善すべきポイントを見いだすことができるようにさせたい。

4　評価規準

ア　知識・技能	イ　思考・判断・表現	ウ　主体的に学習に取り組む態度
①基本技である前転や後転が安定してできる。 ②基本技のポイント等を理解している。 ③組み合わせた回転技や発展技ができる。	①回転技の習得に向けて、その解決方法を知るとともに、自分の課題に合った練習の方法を選んでいる。 ②友だちの動きから、技のポイントを見付けアドバイスをしている。	①マット運動に進んで取り組もうとしている ②きまりを守り、安全に気を配っている。 ③マットの準備や片付けで、分担された役割を果たそうとしている。

5　指導計画

時	目標	学習内容・学習活動	評価規準（評価方法）
第１時	・楽しく、安全にマット運動行う方法を知る。	・準備の仕方 ・ケガ防止指導 ・体操【中中体操プラス】 ・前転、後転、開脚前転、開脚後転 ・振り返り【スプレッドシート】	ア－①（観察） ウ－①（学習シート）
第２時	・基本技をきれいに回転する方法を知る。	・体操【中中体操プラス】 ・前転、後転、開脚前転、開脚後転 ・振り返り【スプレッドシート】	ア－①（観察） ウ－①（学習シート）
第３時	・グループ学習を通して技を身に付ける。	・体操【中中体操プラス】 ・技を選択して挑戦【動画】 ・振り返り【スプレッドシート】	ア－②（観察） イ－①（観察）
第４時	・グループ学習を通して技を身に付ける。	・体操【中中体操プラス】 ・技を選択して挑戦【動画】 ・振り返り【スプレッドシート】	ア－②（観察） イ－①（観察）
第５時	・技を連続して行う方法を知る。	・体操【中中体操プラス】 ・連続技を選択 ・連続技の練習【動画】 ・振り返り【スプレッドシート】	イ－②（観察） ウ－②（観察）
第６時 （本時）	・グループ学習を通して連続技を身に付ける。	・体操【中中体操プラス】 ・連続技の練習【動画】 ・振り返り【スプレッドシート】	イ－②（観察） ウ－③（観察）
第７時	・練習の成果を発揮し、発表する。	・体操【中中体操プラス】 ・挑戦する連続技を練習 ・発表【動画】 ・振り返り【スプレッドシート】	ア－③（観察） ウ－③（観察）

6　本時

（1）目標

グループ学習を通して、自己の能力に適した連続技を行うことができる。

（2）展開

時間	○学習内容　・学習活動	指導上の留意点・配慮事項	評価規準（評価方法）
導入 10 分	○整列、出席確認、挨拶、体調の把握。 ○本時の説明 **グループ学習を通して連続技を成功させるには？** ○準備運動 補強運動	・人数の確認を行い、生徒の体調を把握する。 ・本時のねらいと流れを確認する。 ・【中中体操プラス】を行う。 ・主運動に備えて体を温めさせる。	
展開 35 分	○基本技の確認 ○グループ学習 ○片付け	・前転、後転、開脚前転、開脚後転を行う。 ・倒立前転に挑戦（補助あり） ・グループに分かれ、各マットで連続技の練習を行う。 ・【必要に応じてタブレットで撮影をし合いグループ内でアドバイスをし合わせる。】 ・技能ポイントについては、技に応じてポイントをいくつか記したプリントを参考にさせる。 ・各グループに教員と支援員を配置し、生徒たちの補助など、安全を確保する。また、生徒同士では解決できない課題が出た場合には、アドバイスやヒントとなる言葉掛けを行う。 ・ケガをしやすい事例について再度注意をし、グループごとに片付けさせる。	イ－②（観察） ※グループの他の生徒の練習を見ているとき ウ－③（観察）
まとめ 5 分	○本時のふり返り ○本時の評価 ○挨拶、解散	・授業開始時の隊形で整列をさせる。 ・けが人、具合の悪い生徒がいないか確認する。 ・本時の振り返りを行う。 ・本時の良かったことなどを伝える。 ・【スプレッドシートに振り返りを記入】	

7　授業観察の視点

・授業の中で ICT の活用が効果的に行われていたか。

・教員間の連携・協力は適切であったか。

・チーム練習の際、生徒同士の教え合い活動は活発であったか。