

4 指導計画 18M(6時間) **が本時**

学習活動	子どもの意識 [一人の子どもの意識を中心に示している]
<p>第1次 今できる技を知る 3M(1時間)</p>	
<p>学習内容 ・マット運動への関心(関) ・基本的な技(技)</p>	
<p><input type="checkbox"/> 「チャレンジマット」をする (3M)</p>	<p>・5年生でやったマット運動をするのだね。8つの技があるよ。楽しみな。まずは、前転をしよう。うまくできたよ。次は、開脚前転に挑戦だ。一度は立てたけど、マットにおしりをつけてしまったよ。どうしてかな。A君が勢いをつけて回ったらいいと教えてくれたよ。やったあ、できたぞ。勢いをつけるといいのだね。楽しいな。今度は、壁倒立に挑戦だ。難しいな。どうすれば、足が上がるようになるのかな。前転は得意だけど、壁倒立は苦手だと分かったよ。1番得意な技は、開脚前転だよ。もっと練習して、いろいろな技がうまくなりたいな。</p>
<p>第2次 安定した回転技や倒立技を行う 6M(2時間)</p>	
<p>学習内容 ・練習方法の工夫(思) ・安定した回転技・倒立技(技)</p>	
<p><input type="checkbox"/> 安定した回転技を行う (3M)</p> <p><input type="checkbox"/> 安定した倒立技を行う (3M)</p>	<p>・今日はどんな技をするのかな。僕が得意な回転技だね。前転(後転)、開脚前転(後転)などがあるよ。やってみよう。やっぱり簡単にできたぞ。あれ、A君の前転は膝が伸びて僕よりも美しく見えるよ。同じ前転なのに、どうしてかな。A君に聞いてみよう。あごを引いて回り、つま先まで伸ばすといいと教えてくれたよ。まねをしてやってみよう。A君が「いいね」と言ってくれたよ。大きな前転ができてうれしいな。技のポイントを考えながらやるのが大切だと分かったよ。</p> <p>・倒立技をしよう。壁倒立や側転があるね。壁倒立が苦手だからがんばるぞ。まずは、壁登りから挑戦だ。足の位置が高くなるほど、腕に力がかかって難しいな。どうしよう。A君が、床に手を付く位置を広げたらいいと教えてくれたよ。確かに、やりやすくなったよ。今度は、みんなに補助してもらって、補助倒立をしてみよう。みんながいるから、安心してできたよ。向こうで、前転の後、連続で側転をしている人がいるよ。すごいな。僕も、技と技を組み合わせさせてやってみたいな。</p>
<p>第3次 安定した組み合わせ技を行う 9M(3時間)</p>	
<p>学習内容 ・技の組み合わせ方の工夫(思) ・安定した組み合わせ技(技)</p>	
<p><input type="checkbox"/> 安定した組み合わせ技を行う① (3M)</p> <p><input type="checkbox"/> 安定した組み合わせ技を行う② (3M)</p> <p><input type="checkbox"/> 安定した組み合わせ技を行う③ (3M)</p>	<p>・技と技を組み合わせるのだね。僕は、開脚前転をした後にとび前転をしよう。繰り返し練習したからうまくなってきたよ。よし、連続でやってみよう。どちらの技もうまくできたけど、技と技の「つなぎ」がスムーズではないな。A君が、一度ジャンプをして体勢を戻すといいと教えてくれたよ。この技、いいね。みんなも試してごらんよ。</p> <p>・「つなぎ」を工夫すると楽しかったね。今日は難しい技にも挑戦してみよう。倒立前転—後転—とび前転の連続技をしてみよう。でも最初のつなぎが難しいな。みんなが、前転の後、足を交差して着地すると、スムーズに後転がしやすいと教えてくれたよ。試してみよう。本当だ。楽しいな。もっといろいろな組み合わせ技をしてみよう。</p> <p>・みんな組み合わせ技がうまくなってきたね。体育館の中央に発表マットがあるから、グループのみんなで行こうよ。他のグループが注目しているよ。がんばろう。これまでの練習の成果が出せたね。組み合わせ技がうまくできるようになって、マット運動がもっと楽しくなったよ。これからもみんなといろいろな運動を楽しみたいな。</p>