

# I 体育「チームマット運動を発表しよう」(1組)

## 1 学習の概要

運動好きな児童が多く、与えられた運動課題に対して意欲的に取り組みます。器械運動に関しては、昨年の学習発表会の組立体操で、ブリッジ・補助倒立・バランス系の技に取り組み、新しい技ができることやみんなで演技を成功させる喜びを知りました。しかし、マット運動については経験が少ないので、体育は好きでもマットが嫌いな児童がいます。嫌いな理由は、「練習してもできない」「痛い」「怖い」「気持ち悪くなる」などでした。好きな理由は、「技ができたときうれしい」「バランス技が楽しい」など達成感を感じていることでした。

6年1組の児童は、グループ活動で助け合い協力して学習を進めていくことが得意なので、一人では意欲が継続しない児童もチームマットでは助け合ったり補助し合ったりして、すすんで学習に取り組み続けました。

また、スポーツミラーやタブレットPC・デジタルカメラなどのICT機器を使うことで、自分たちの動きを直接見て、自分の技やグループの演技の上達に役立ちました。



楽しくチームマット



スポーツミラーを活用

## 2 ねらい

- マット運動のきまりを守り、安全に気を付けながら、協力して運動する。
- 自己の学習課題を明確にして、運動の場や練習の方法を工夫する。
- 自己の能力に適した技を選び、その発展技に取り組んだり、同じ技を繰り返したり、技を組み合わせたたりする。

## 3 取り組み

### (1) 技の確かめと挑戦

- ・ 今できる技を確かめ、練習の仕方を工夫して、もう少しでできそうな技に挑戦する。

「前転・ブリッジ・片足水平立ち・後転・頭倒立・V字バランス・開脚前転・壁倒立・側方倒立回転・開脚後転・補助倒立・ロンダート・とび前転・倒立・ヘッドスプリング・伸膝後転・倒立前転・ハンドスプリング」

- ・ 学習カードで自己評価する。「楽しく運動できましたか」「めあてに向かってできましたか」「練習のしかたを工夫しましたか」「友達と教えあいができましたか」「約束を守り、安全にできましたか」

### (2) チームマットへの挑戦

- ・ まず、できる技を考える！

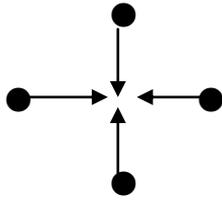
「グループ全員ができる技、2～3人ができる技、一人しかできない技」

- ・ 技の組み合わせを考える ⇒ 練習 ⇒ 修正 の繰り返し！

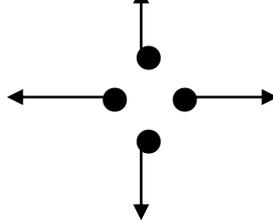


タブレットPCやデジカメで技の確認

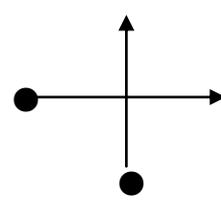
<あつまる>



<ひろがる>



<まじわる>



- ・フィニッシュ(結び)をキめる！

### (3) 演技の完成

- ・バランス技を入れることで、リズムの変化をつけることができる。
- ・バランス技と他の技の組み合わせで技能レベルの差がフォローできる。
- ・立ち方、歩き方、方向変換のしかたなどちょっとした工夫で格好よくなる。
- ・ジャンプの活用で、移動や方向をかえることが同時にできる。
- ・合図をすることによって、技に入るタイミングがはかれる。
- ・場所を十分に生かした動きをつくるようにする。



技や隊形移動を工夫



学習カードの活用



技の組み合わせ



リズムや方向の変化

### (4) 達成感を味わうチームマット発表会

チームマットのよい演技の条件とは、「メリハリがあり、大小・強弱などのリズム変化がある」「つながりがスムーズで、次の運動へスムーズに入る工夫がされている」「技が正確であり、連続の中ひとつひとつの技がしっかりとできている」であることを確かめ、発表会を行いました。最後の話し合いで、お互いのよさを認め合いました。



いざ、練習の成果を！



1・2年生にも発表

## 4 まとめ

友だちの技や演技に関心をもち、教え合いや話し合いの活動が活発になりました。その結果、技を正確に美しく行う意識が自然に生まれました。マット運動が苦手な児童も、チームマットの演技で喜びを共感し合うことができました。ICT機器は、自分の技やグループの演技の上達に役立ちました。自分のよいところを発見したり、問題点を見付けたりして、一人一人が学習課題の解決に継続的・意欲的に取り組むことができました。