

単元名	マット運動	配当時間	5時間
単元の目標	(1) 互いに協力してマット運動を行い、器械器具の使用の仕方を工夫して安全に運動しようとする。 (2) 自分の力に合った技に取り組み、その技ができるようになるための課題解決の仕方を工夫することができる。 (3) 易しい条件の下で新しい技に取り組み、その技がある程度できるようになるとともに、同じ技を繰り返したり技を組み合わせたりすることができる。		
単元を構想する上での留意点	マット運動は日常生活の中ではあまり行われたい動きであり、簡単には習得できないが、努力して技ができるようになったときの喜びは大きく、それが楽しさにもつながる運動である。より多くの技を習得できた達成感を味わえるように、それぞれの技のステップに応じた場を設置し、易しい場でできたことを認め、新たな挑戦課題へと取り組ませていくことが大切である。児童一人一人の課題・技能により対応して指導していくために、学年TT又は、異学年TTの態勢をとって指導できるとよい。 展開例1は基本的な学習活動の例である。学習の仕方が十分慣れていない段階で、もち技も少ない場合は、めあて1にじっくり時間をかけるなど弾力的に学習を進める。展開例2は、集団マットの例である。集団で練習する中で運動のリズムや美しさを習得させる。今ある力を大切にして運動の習熟を図るとともに、一人では味わうことができない集団的達成の喜びを与えることをねらう。		
単元展開例1 … 基本的な学習活動の例			
準備	マット、跳び箱、踏み切り板、ビデオ、技の連続図、学習カード など		
学 習 活 動		留 意 事 項 な ど	
1 マット運動の学習のねらいと内容を理解し、学習の進め方について見通しをもつ。 ○学習のねらいや進め方を知る。 新しい技を身につけ、繰り返したり組み合わせたりして続けて回ろう ○学習カードや資料の使い方を知る。 ○マナーや安全な運動の仕方について知る。 ○グループを編成し、役割を分担する。 ○マット運動に関連した体ほぐしの運動をする。 ○試しの運動をし、めあてをつかむ。 ・前転 ・後転 ・開脚前転 ・開脚後転 ・跳び前転 ・倒立前転 ・側方倒立回転 など		・ビデオや資料などを利用し、技の種類や組み合わせ方を知らせ、学習意欲を高める。 ・器具が速やかに準備できるよう分担しておく。 ・易しい運動で逆さ感覚等を経験させる。 ・できる技を確認させ、次時のめあてをつかませる。	
2～4 マット運動をする。 ○体ほぐしの運動をする。 ○本時のめあてや練習方法を確認する。 ○今できる技を繰り返したり、組み合わせたりして楽しむ。(めあて1) ○技のステップに応じた練習の場で、できそうな新しい技に挑戦する。(めあて2) ○反省し、まとめをする。 ・できばえ ・態度 ・次時のめあての把握 など		・自分から進んで取り組めるように、学習カードやビデオ、連続図などを用意し、学習環境を整える。 ・無理なめあてに取り組んでいないか、安全に気を付けて練習しているかなど観察し、必要に応じて助言する。 評 自分にあつためあてをもって練習する活動を通して、「思考・判断」を評価する。 ・単元のまとめとして発表させる。	
5 発表会をする。 ○体ほぐしの運動をする ○演技種目の練習をする。 ○発表会をする。		・発表するマットに補助具や補助者を置いた易しい場を用意し、完全なできばえでなくてもできたことを認め、連続技の一	

○単元のまとめをする。	つに加えて発表させる。 評 発表会を通して、「技能」を評価する。 ・感想の発表や学習カードによる自己評価などをさせる。
単元展開例2…配当時間6時間，集団マット運動を取り入れた例	
準 備	マット，ビデオ，集団マット運動を行うときにBGMとして使う曲，カセットCDプレーヤー，技の連続図，学習カード など
学 習 活 動	留 意 事 項 な ど
1 集団マット運動の学習のねらいと内容を理解し，学習の進め方について見通しをもつ。 ○学習のねらいや進め方を知る。 友達と調子を合わせて技を繰り返し，集団マットで演技しよう ○学習カードや資料の使い方を知る。 ○マナーや安全な運動の仕方について知る。 ○グループを編成する。 ○マット運動に関連した体ほぐしの運動をする。 ○試しの運動をし，集団マット運動の構成を考える。 ・前転 ・後転 ・開脚前転 ・開脚後転 ・跳び前転 ・倒立前転 ・側方倒立回転 など 2～4 マット運動をする。 ○体ほぐしの運動をする。 ○本時のめあてや練習方法を確認する。 ○集団マット運動のための個人練習をする。 (めあて1) ○集団マット運動のためのグループ練習をする。 (めあて2) ・場面ごとの部分練習をする。 ・通し練習をする。 ・ペアグループでアドバイスし合う。 ○反省し，まとめをする。 ・技の種類 ・タイミングの合わせ方 など 5 発表会をする。 ○体ほぐしの運動をする。 ○集団マット運動の練習をする。 ○発表会をする。 ○単元のまとめをする。	・男子の新体操など集団で演技しているビデオを見せ，簡単な動きでも連続して行っていたり，リズムが合っていたりすると美しいことを理解させ，集団マット運動のイメージを広げる。 ・マットの配置の仕方・運動の方向の例などを知らせ，学習意欲を高める。 ・1グループ6～8人程度。グループの演技を見せ合い，アドバイスし合うペアグループを決めておく。 ・易しい運動で逆さ感覚等を経験させる。 ・できる技を確認させ，演技構成例を基にグループで話し合わせる。 ・集団マット運動の演技に合わせた個人のめあてとグループのめあてを立てさせる。 ・個人練習であっても教え合ったり，励まし合っているグループを紹介する。 ・リズムやタイミングをとるために声を出したり，音楽を生かしたりするよう助言する。 ・前回から伸びた点を賞賛し合うようにさせる。 評 協力して集団マット運動の合わせ方を工夫したり，練習したりする活動を通して，「関心・意欲・態度」「思考・判断」を評価する。 ・単元のまとめとして，学習の成果を発表させる。 ・よかった点を見つけ合うようにさせる。 評 発表会を通して，「技能」を評価する。 ・感想の発表や学習カードによる自己評価などをさせる。