

第3学年 保健体育科学習指導案

日 時 平成21年11月17日(火) 5校時
場 所 奥州市立江刺東中学校体育館
生 徒 3年男子 35名
授業者 佐藤 工

1 単元名 武道「柔道」

2 単元について

(1) 教材観

第1学年及び第2学年の「基本動作や基本となる技ができるようにする」ことをねらいとした学習を受けて、第3学年では、相手の動きの変化に応じた攻防を展開できるようにすることを学習のねらいとしている。

したがって、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技を高めることによって得意技を身に付けることができるようにする。また、武道の学習に自主的に取り組み、相手を尊重し、武道の伝統的な行動の仕方を大切にすることや、自己の責任を果たすことなどに意欲をもち、健康や安全を確保するとともに、見取り稽古の仕方などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫することができるようにすることができる教材である。

(2) 生徒観

元気な生徒が多く、35人全員が運動部に所属していた。保健体育の授業については、好き77%、普通23%、嫌い0%であり、好きな理由は「体を動かすことが好きだから・いろいろなスポーツができるから・みんなで楽しく運動ができるから・自分が今までできなかったことができるようになるから・ストレス発散になるから」等をあげており、どの競技・種目も積極的な生徒たちである。

柔道は中学1・2年で経験しており、柔道の授業をするにあたって、「痛い」「怖い」「苦しい」「怪我をしそう」という不安を抱いている生徒は5分の1程度いるが、それ以上に「楽しみだ」「早くやりたい」「うまく技をかけられるようになりたい」など期待している生徒の方が多いアンケート結果であった。

1学期に行った陸上・水泳競技では、記録の測定場面で意欲的に何度もチャレンジする生徒が昨年度と比べてとても増えた。1・2年時より筋力や持久力がついてきたということも当然あるが、どのように自分の体を使えば早く走れる(跳べる・泳げる)のかということを考えることができるようになってきたことが大きな原因であると思われる。今後も、気付きを大切にした授業を展開し意欲的に学習する生徒を育てていきたい。

(3) 指導観

柔道は、自分の体格や体力に応じて、相手の動きを利用しながら、投げたり、抑え込んだりすることによって、楽しさや喜びを味わうことができ、また、基本動作や対人的技能を身につけ、自分の得意技を習得して、その技を使って練習や試合ができるようになると、一層楽しさや喜びを感じ

ることができる教材である。

本校の研究主題は、「意欲をもって学習する生徒の育成～気付きのある指導過程の工夫を通して～」であるが、得意技を習得する場面において、崩しの重要性に気付き、崩しが上手くできたときに相手に対して技が効果的に決まるという楽しさや喜びを味わうことによって、さらに意欲的に学ぶ生徒を育成できるものと考えている。

3 単元の目標

- (1) 柔道に自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする
こと、自己の責任を果たそうとすることなどや、健康安全を確保することができるようにする。(関
心・意欲・態度)
- (2) 自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。(思考・判断)
- (3) 柔道の技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、相手の動きの変化に応じた基本動作から、基
本となる技、得意技や連絡技を用いて攻防が展開できるようにする。(運動の技能)
- (4) 柔道の伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方、運動観察の方法などにつ
いて理解できるようにする。(知識・理解)

4 単元の指導計画と評価計画

時間	主な学習内容	目標	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
1	オリエンテーション	学習の見通しをもつ。 柔道の歴史や特性、礼法について知る。				柔道の伝統的な考え方や技の名称、練習の方法について理解する。
3	投げ技の基本動作と基本となる技の復習と簡易な試合。 固め技の基本となる技の復習と簡易な試合。	今もっている力で、練習や試合で攻防を楽しむ。	施設や用具の安全確認や自己の体調などに応じた段階的な練習など、健康を維持したり自己や仲間の安全を保持したりする。 相手を尊重し、勝敗にかかわらず、対戦相手に敬意を払おうとする。	健康や安全を確保するために体調に応じて適切な練習方法を選んでいる。	既習の投げ技・固め技を使い、投げたり抑えたりすることができる。	柔道に必要な体力の要素を高めるための補助運動や部分運動について言ったり書き出したたりしている。
5 本時 1/5	技の練習と試合	崩しと体さばきを身につけ、練習や試合で攻防を楽しむ。	練習や試合などで互いに教え合い、自己の役割に責任をもって取り組もうとする。 技を高め勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わい、得意技を身につけることに取り組もうとする。	仲間に対して技術的な課題や有効な練習方法について指摘している。 自己の技能・体力に応じた得意技や連絡技を見つけている。	崩しと体さばきがしっかりできる。 投げ技や固め技の連絡、投げ技から固め技の連絡ができる。 練習や試合で得意技や連絡技を使った攻防ができる。	試合のルール、審判の方法について言ったり書き出したたりしている。
1	まとめ	学習の成果を再確認する。 柔道を継続して楽しむための興味、関心を高める。		武道を継続して楽しむための自己に適したかかわり方を見つけている。		

5 本時の目標

- (1) 崩しを身につけ、得意技が効果的にできるようにする。(運動の技能)
- (2) 練習や試合を自主的に取り組む。(関心・意欲・態度)
- (3) 自己の技能・体力に応じた得意技の崩しを見つける。(思考・判断)

6 本時の指導構想

投げ技を行う際、どうしてもパワーに頼りすぎてしまうケースが多く見受けられ、「柔よく剛を制す」という柔道の醍醐味を理解することができる生徒は少ない。そこで、崩しの重要性に気付かせることにより、しっかりとした投げ技（得意技）を習得させる授業にしていきたい。そして今まで以上に柔道の楽しさや喜びを味わわせることにより、今後もさらに意欲を持って授業に取り組む生徒を育てていけるものと考えている。

7 本時の評価規準

観点	A：十分満足できる	B：おおむね満足できる	C：生徒への支援
関心・意欲・態度	技を高め、得意技を身に付けることに自主的に取り組もうとする。	技を高め、得意技を身に付けることに取り組もうとする。	技の再確認のための個別指導を行う。
思考・判断	自己の技能・体力に応じた得意技の効果的な崩しを見つけている。	自己の技能・体力に応じた得意技の崩しを見つけている。	技に応じた崩しの助言をする。
運動の技能	得意技の効果的な崩しができる。	得意技の崩しができる。	崩しの個別指導を行う。

8 本時の展開

		学習活動及び学習内容	指導上の留意点	形態・教材・教具
導入 10分	気付く	1 準備 ・畳を敷く。 ・柔道着に着替える。 2 準備運動 ・体操 ・ストレッチ 3 挨拶 ・黙想 ・挨拶 4 体づくり運動 ・おんぶ一周 ・押し合い ・引き合い ・うつ伏せ返し 5 受け身の練習 ・2人組うさぎ跳び後ろ受け身 6 学習内容、課題の把握 ・崩しの重要性に気付かせるために模範を見せ、その後、生徒にもやらせてみる。	・畳の隙間に注意 ・帯の結び方に注意 ・筋肉を温めることを意識させる。 ・正しい礼法を徹底させる。 ・健康観察 ・周囲に注意する。 ・頭を打たないように注意する。 ・違いに気付かせる。 ・受けの足は動かさない。	・畳 ・柔道衣 一斉 2人組 一斉
得意技の崩しを身につけよう！				
展開 30分	予想する	7 学習シートに、得意技を記入させ、崩しを考えさせる。	【観点：思考・判断】 (方法：学習シート)	学習シート
	確かめる	8 崩しを利用した得意技の練習 ・受けは足を動かさない。 9 約束練習 ・受けに動いてもらい得意技をかける。	【観点：関心・意欲・態度】 (方法：観察) 〓 【観点：運動の技能】 (方法：観察)	ビデオ
終末 10分	まとめる	10 整理運動 11 学習のまとめ ・自己評価・相互評価 12 挨拶 ・黙想 ・挨拶 13 片付け ・着替え ・畳の片付け	・健康観察 ・崩しの重要性を理解し、今後の約束練習や自由練習に役立てさせる。 ・正しい礼法を徹底させる。	一斉 学習シート