

平成24年度釜石市立釜石中学校 釜石市授業交流会 保健体育科指導案

<p>【自己課題】 ①基礎・基本の明確化を行い、授業を構想する際のキーワードをあげる。 ②話し合う場面を設定し、練習や作戦等を考える。 ③補強運動を取り入れ、体力向上を図る。</p>			
1.実施日	11月9日(金)	2.授業者・学級	平田善一 1年3,4組3組女15名、4組女15名 計30名
3.教科名	保健体育	4.単元名	武道 (柔道)
5.単元の目標	<p>(1) 相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技を用いて、投げたり、抑えたりするなどの攻防を展開することができるようにする。 (2) 柔道に積極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守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすることなどや、禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ることができるようにする。 (3) 柔道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解し、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。</p>		
6.単元の評価規準	<p>【運動への関心・意欲・態度】 ・柔道の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。</p> <p>【運動についての思考・判断】 ・技を身につけるための運動の行い方のポイントを見つけている。 ・仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見つけている。</p> <p>【運動の技能】 ・相手の動きに応じた基本動作や受け身ができる。 ・基本となる投げ技で、投げたり、受けたりできる。</p> <p>【運動についての知識・理解】 ・柔道の特性や伝統的な考え方を理解している。 ・基本動作や基本となる技の名称や行い方を理解している。</p>		
7.単元(章)の指導計画	1 柔道の特性・歴史 2 基本動作(受け身) 3 基本動作(体さばき・受け身) ④ 投げ技(膝車) 5 投げ技(支え釣り込み足)	6 投げ技(体落とし) 7 固め技・基本動作 8 固め技(けさ固めの抑え方) 9 固め技(けさ固めの応じ方) 10 学習のまとめ	
8.本時の指導目標	投げ技(膝車)の投げ方と受け方を身につけることができる。 [技能、思考・判断]		
9.本時と【自己課題】との関わり	① 技の名称や拡大図を利用し、技の投げ方や受け方のポイントが理解できるようにする。 ② 2人組、4人組(グループ)での話し合いを持って、技の確認ができるようする。 ③ 柔道の基本動作を取り入れ、体力の向上を図る。		

保健体育科学習指導案

日時 平成24年11月9日（金） 4校時

学級 1年3, 4組 女30名

授業者 平田善一

- 1 単元名 武道（柔道）
- 2 本時の目標 投げ技（膝車）の投げ方と受け方を身につけることができる。
- 3 本時の展開

段階	学習内容	学習活動	指導上の留意点 評価の観点
導入 10分	1. 集合、整列、挨拶 2. 準備運動・補強運動 3. 学習課題の設定	・整列（正座）・挨拶（座礼）・出欠確認・体調、安全確認 ・準備運動を行う。 ・柔道に適した基本動作を行う。	・礼儀正しく、座礼を行っているか確認する。 ・準備運動をしっかり行わせる。 ・安全に配慮しながら、取り組むように意識させる。
膝車の投げ方と受け方を身につけよう。			
展開 33分	4. 課題追求① 「受」の練習 ○横受け身 ・四つん這い ・腕引き ・右膝をついた姿勢 5. 課題追求② ○膝着の膝車 ○中腰の膝車 ○立った姿勢での膝車	・「受」の練習について説明をする。 ・2人組で、「受」－「取」を交代で行う。 ・右膝をついた姿勢では、「取」は右前さばきで体をさばきながら左手をひく。「受」は自分から転ぶようにして、受け身をする。 ・DVDを見て、膝車の投げ方と受け方を確認する。 ・2人組で、「受」－「取」を交代で行い、お互いに教え合う。 ・4人又は6人グループ内で、膝車の投げ方と受け方の技を発表し、できばえがどうか確認し合う。	・恐怖心をいだかないように、低→高、弱→強、易→難等、段階的な指導をする。 【思考・判断】 ☆「取」－「受」の安全について、お互いに考えながら取り組んでいる。（観察） ・膝車の投げ技と受け方について、説明する。 【思考・判断】 ☆膝車の投げ方と受け方のポイントを見つけている。（学習カード）
まとめ 7分	6. 本時のまとめ 7. 整理運動 8. 次時の確認	・本時の授業の感想を含めて、理解したこと等を発表する。 ・使った部位をしっかりほぐす。 ・次回の学習内容を確認する。	・本時の学習で理解したこと等を確認させる。