

保健体育科学習指導案

日 時 平成24年11月9日(金) 公開授業Ⅱ
生徒 2年3、4組女子 計33名
授業者 T1：石山 陽子 T2：新里 敏彦

1 単元名 F 武道(1) 柔道

2 単元について

(1) 単元について

柔道の基本理念は嘉納治五郎により提唱、確立されたもので人間形成をする「道」であり、それらが「精力善用」と「自他共栄」という柔道の精神に通じる。技能を学ぶ過程において、自らを律し鍛え、創意工夫を凝らしながら己の完成を図り、尊敬、礼節、友愛、忍耐、自信、挑戦などの精神が培われる運動である。

柔道の特性は、相手と直接組み合い、相手の動きに応じて相手の力をうまく利用しながら技を競い合うところに楽しさがある。また、中学校で初めて学習する内容であるため、基本動作や基本となる技を確実に身につけ、それらを用いて相手の動きの変化に対応した攻防ができるようにすることが求められる。

第2学年では、技ができる楽しさや喜びを味わい、基本となる技ができるようにすること、礼に代表される伝統的な考え方を理解し、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ことなどが大切である。

(2) 生徒について

2年3、4組の生徒は指示されたことをそれぞれがしっかり行い、真面目な態度で学習している。しかし、思春期の女子に特有な友人関係の問題等により、体育の授業の中では、声を出したり体を思いきり動かしたりすることに抵抗を示す生徒も多い。

体育の学習に対する意識調査では、体育の学習が「好き」は64%、「どちらとも言えない」が22%、「嫌い」が14%である。運動に抵抗を感じている生徒が若干いるものの、楽しんで学習しようとする生徒が半数以上を占めている。また、今回初めて学習する柔道については、「やってみたい」23%、「どちらとも言えない」45%、「やりたくない」32%であった。「やりたくない」の理由には、「痛そう」「怖い」が多数で、柔道の学習に不安を抱く生徒も多い。

そこで、楽しく安全に柔道の動きに慣れるためのゲームなどを工夫するなどして、心の解放を図り、痛みや怪我への恐怖心を緩和させることで、柔道の持つ面白さ、楽しさ、達成感を味わうことができるようにすることが大切である。

(3) 指導にあたって

本校は昨年度、震災の影響を受け柔剣道場が使えず、武道に取り組めなかったこともあり、2年生女子はすべての生徒が柔道未経験である。

指導にあたっては、上記の実態から、柔道の精神である「相手は自分の技を高めてくれる大切な存在、助け合い、感謝し、敬意を払うべき存在であること」に重点を置き、お互いを認め合いながら基礎・基本の内容をしっかりと身につけさせたい。また、明るく楽しい雰囲気の中で仲間と組み合わせたり畳の上に転がったりして、十分に体を動かしながら、柔道の特性に触れさせたい。

さらに、本校の研究に関わって、技を習得するためのポイントや方法を知り、自分や仲間の体の使い方がどうなっているか伝えたり、教え合ったりすることを通して、思考力・判断力を養い、仲間の良さに気づき、互いを尊重しようとする心を育てていきたい。

3 単元の目標

- (1) 伝統的な行動の仕方に留意して相手を尊重し、分担した役割を果たし、健康・安全に気を配って学習に積極的に取り組むことができる。【関心・意欲・態度】
- (2) 技を習得するための練習や課題に応じた運動の行い方を工夫することができる。【思考・判断】
- (3) 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攻防することができる。【技能】
- (4) 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する。【知識・理解】

4 単元の評価規準

【観点1】 運動への 関心・意欲・態度	【観点2】 運動についての 思考・判断	【観点3】 運動の技能	【観点4】 運動についての 知識・理解
柔道の伝統的な行動の仕方を守ろうとし、相手を尊重することや、禁じ技を用いないなど、健康・安全に気を配り、学習に意欲的に取り組もうとしている。	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たり、練習や簡易な試合で、課題に応じた運動の取り組み方を工夫したりしている。	簡易な攻防を展開するための、相手の動きに応じた基本動作から基本となる技ができる。	技の名称や行い方、関連して高まる体力、試合の行い方などについて理解している。

5 指導計画（10時間）

時数	学 習 内 容	活 動 内 容
1 2	○オリエンテーション ○ウォーミングアップの仕方 ○柔道の動き慣れ	・学習の目標 ・礼法、歴史、特性 ・授業の約束、安全のための約束 ・柔道衣の着衣の仕方 ・準備運動、ストレッチ、サーキットを知る ・体ほぐし（動物歩き、相撲遊び）
3 4	○受け身の習得	・受け身の意義 ・後ろ受け身、横受け身（安全への配慮、ポイント、手の位置、足の動かし方） ・ひざ立ち崩しから受け身（約束練習）
5 ⑥ 7 8	○固め技への挑戦	・けさ固め（抑え方） ・けさ固め抑えのポイント <本時> ・横四方固め（抑え方とポイント） ・けさ固め、横四方固め（逃げ方） ・ひざ立ち崩しから抑え込み練習
9 10	○簡易試合の実施	・固め技大会準備（ルールの確認、審判、組み合わせ・対戦作り、練習） ・大会・学習のまとめ（評価、感想等）

6 本時について

(1) 目標

- ① けさ固めで相手を抑えるポイントを見つけることができる。 【思考・判断】

(2) 本時の指導構想

本時は、前時で行ったけさ固めの手や足、体の位置等、抑えの形を確認し実際に攻防を行う。抑えきるポイントを仲間と共に考えさせ、言葉でそれを表現し伝え合うことにより更に技の習得に迫りたい。

(3) 本時の評価規準

評価規準	概ね満足できると判断できる状況【B】	十分満足できると判断できる状況【A】	評価の方法
【観点2】 けさ固めで相手を抑えるためのポイントを見つけている。	けさ固めで相手を抑えるポイントを見つけている。	けさ固めで相手を抑えるポイントを具体的に見つけている。	学習カード 観察

努力を要する生徒(C)への支援の手立て

【観点2】 ・グループの仲間の意見から、考える視点を促し、自分の意見を持たせる。
--

(4) 展開

過程	学習内容と活動	指導上の留意点 ※評価	備考
導入 10分	1 着替え、整列 2 黙想、あいさつ 3 ウォーミングアップ 4 学習課題と流れの確認 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-top: 5px;">けさ固めで相手に逃げられないためのポイントを見つけよう</div>	<ul style="list-style-type: none"> ・グループごとに健康観察を行い、互いの健康状態を把握させる。 ・一つひとつの体操を確実に行わせる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ T 1 : 生徒指示 T 2 : 施設の安全点検 着衣の点検 ・ T 1 : 支援・演示 T 2 : 全体観察
展開 32分	5 けさ固めの練習Ⅰ (形の復習) 6 けさ固めのポイントの発見 (1) 個々で考える (2) グループで考えを深める (3) 全体で確認する 7 けさ固めの練習Ⅱ (ポイントを意識した攻防)	<ul style="list-style-type: none"> ・けさ固めの形を確認する。 ・グループ内でペアを組み攻防を行わせる。 ・模範図を見て、実際の動きを想起しながら考えさせる。 ※観点2 ・他にポイントはないかをグループで話し合わせる。 ※観点2 ・グループで見つけたポイントを発表させ、それらを収束し、ポイントを絞る。 ・ポイントを意識して、攻防を行わせる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・けさ固め模範図 ・ T 1 : 演示・支援 T 2 : 巡視 ・けさ固め模範図 ・抑えるポイント <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-top: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> ○首を固定する ○相手の右手肘から肩にかけて絞る </div>
終末 8分	8 学習のふり返り 9 クールダウン 10 次時予告 11 黙想、あいさつ、着替え	<ul style="list-style-type: none"> ・抑えのポイントを、学んだ言葉を使って記入させる。 ※観点2 ・横四方固めに取り組むことを伝え、見通しを持たせる。 ・怪我や体調不良者の有無を確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習カード ・ T 1 : 全体把握 T 2 : 個別支援