

第3学年保健体育科学習指導案

日 時 平成24年10月11日(木)

学 級 3年A・B組 男子29名、女子40名 計69名

場 所 宮野目中学校体育館

授業者 沢口 等 (T1)

玉山 朋世 (T2)

1 単元名 武道(柔道)

2 単元について

武道は、武技、武術などから発生したわが国固有の文化として伝統的な行動の仕方が重視される運動である。第3学年では、相手の動きの変化に対応した攻防が展開できるようにすることをねらいとし、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫したり、健康や安全を確保しながら、相手を尊重して練習や試合ができることを重視する。

3 生徒の実態

3年A・B組は、男子29名、女子40名、計69名の集団である。1年次より授業に対してまじめに取り組む姿勢があり、仲間を思いやる気持ちやお互いに助け合う気持ちを持った生徒が多く、男女分け隔てなく様々な場面でコミュニケーションが取れる学年である。しかし、目標に向かい最後まで粘り強く取り組むことが苦手な生徒が多い。そこで、ペア学習やグループ学習の学習形態を用いて、柔道の特性である「直接相手と組み合う」体験を通して、「礼儀作法」や「精力善用」、「自他共栄」の精神を養っていききたい。さらに、互いに一本を目指して、粘り強く高め合う安全な柔道を指導したい。

男子は、1年次・2年次において自他共栄の精神などを学び、技能に関しても、基本動作の習得から技の習得、崩し・体さばき・掛け・投げの一連の動作をスムーズにタイミングよく行うことを学んできた。基本動作の受身に関しては潔く正確に行うことを学んだ。

女子は、初めての柔道であり不安が大きいと思われる。基本動作の受身から段階的な指導を行うことで、不安を取り除きながら技の習得をさせていきたい。

4 単元の目標と評価規準

	単元目標	単元の評価規準
運動への関心・意欲・態度	伝統的な行動の仕方に留意して、互いに相手を尊重し、練習や試合ができるようにするとともに、勝敗に対して公正な態度がとれるようにする。また、禁じ技を用いないなど健康・安全を確保して練習や試合ができるようにする。	・武道の特性に関心を持ち、その楽しさや喜びを味わうことができるよう自ら進んで計画的に運動しようとする。 ・自己の責任を果たし仲間と協力して練習や試合をしようとする。 ・勝敗に対して公正な態度で臨もうとする。 ・健康や安全を確保して活動しようとする。
運動についての思考・判断	自己の能力に応じた技を習得するための計画的な練習の仕方や試合の仕方を工夫することができるようにする。	・自分の能力に応じた課題を見つけ、その解決に向けて練習や試合を工夫することができる。 ・グループの特色を生かし、練習の仕方や試合のルールの設定、役割分担などを工夫することができる。
運動の技能	自己の能力に応じて基本となる技を用いて、相手の動きに対応した攻防を展開して練習や試合ができるようにする。	・基本動作、基本となる技を身につけ練習や試合に生かすことができる。 ・相手の能力を考慮し、自分の能力を最大限に生かした練習や試合をすることができる。
運動についての知識・理解	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、体力の高め方などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を理解できる。	・武道の特性や技能、学び方を理解できる。 ・試合や審判規定、審判法について理解できる。 ・自分の能力や相手の能力に応じた動きが理解できる。

5 単元の指導計画

	学習活動
第1時	柔道の特性と学習のねらい、学習の進め方について理解する
第2時	礼法・基本動作・受け身を習得する
第3時	受身・投げ技（支え系）の技能を習得する
第4時	受身・投げ技（払い系）の技能を習得する
第5時	受身・投げ技（まわし系）の技能を習得する
第6時	受身・投げ技（刈り系）の技能を習得する
第7時（本時）	受身・身につけた技を使って練習ができる
第8時	受身・約束練習で既習の技能を高める
第9時	受身・投げ技（まわし系）の習得、約束練習・自由練習で既習の技能を高める
第10時	受身・約束練習・自由練習で既習の技能を高める
第11時	受身・固め技（袈裟固め、横四方固め）の技能を習得する
第12時	受身・約束練習・自由練習で既習の技能を高める

6 本時の指導

(1) 本時の目標

- ① 技能チェックに従い学び合い、相互評価ができる。（思・判）
- ② 習得した技能（安全な投げと安全な受身）で、練習ができる。（技能）

(2) 本研究との関わり

男女分け隔てなく協力できるよさをペア学習・グループ学習の形態で生かす。既習事項のスキルを体育用語や励ましの言語を使いより高いレベルに変化させる表現活動[表現1・2]を行わせたい。また、学び合い（コミュニケーションとしての表現）ができる場[表現3・4]を意図的に設定することで、苦手なものを克服するための気持ちを持ちつづけるための具体的な手段（例えば教え合いや称賛等）を獲得するように指導したい。

(3) 本時の評価規準

	A 十分満足できる	B おおむね満足できる	C 努力を要する生徒への援助
関心・意欲・態度	自ら積極的に取り組み、教え合いを大切に、自己の責任を果たしている。	教え合いに参加し、自己の責任を果たしている。	自己の責任を果たすように指導する。
思考・判断	柔道の言語や練習の行い方、運動観察の方法などを工夫した取り組みをしている。	体育の言語や練習の行い方、運動観察の方法などを工夫している。	用いる言語や行い方、運動観察の方法などをアドバイスする。
技能	自他の能力に応じて基本となる技を用いて、相手の動きに対応した安全な攻防を展開して練習ができる。	基本となる技を用いて、相手の動きに対応した練習ができる。	基本となる技を相手の動きに合わせてかけるタイミングを指導する。場に合った受身を確認する。
知識・理解	自分の能力や相手の能力に応じた動きを理解している。	技の正しいかけ方と自分に合った受身の仕方を理解している。	安全性について確認させる。

(4) 本時の展開

	学 習 活 動・内容		指導上の留意点・評価
導 入	1 あいさつ・健康観察 2 準備運動 表現 1	正しい座礼をする。 体づくり運動、補助運動、受け身等を行う。	T 1 : 礼法が正しくできるようにこえをかける。 T 2 : 正しい行い方ができるように声をかける。
展 開	身につけた技能を使って練習をしよう		
	3 ペア学習 ・受身：横受身 表現 3 4 男女混合グループ学習 ・体落としの練習 表現 2	同性ペアで、交互に評価やアドバイスを 行う。 低から高へのレベルから自分に合った レベルを選択して横受身をする。 ペアで教え合いながら安全に行う。 1 組ずつ技のチェック表をもとに練習 を行い、他の組はアドバイスを 行う。 改善点や良い点を声で指摘し合いなが ら、または付箋紙にアドバイスを書 く。 自他の能力に合った練習をする。	T 1 : 全体指示をする。 T 1・T 2 : 安全なやりかたを 選択するように支援する。 称賛や励まし、適切なアドバイ スになるように支援する。 評価：技のチェック表に従い学 び合いができたか。 T 1・T 2 : アドバイスや称賛 を促すように支援する。
終 末	6 まとめ 表現 4 7 あいさつ・健康観察	うまくできるようになったこと、自分 の技を上達させてもらったことにつ いて学習カードにまとめる。 堂々と発表する。 正しい座礼をし、気持ちを落ち着ける。	T 2 : 学習カードに適切にまと められるように支援する。 T 1 : アドバイスの内容と変わ れたことを発表できているか確 認する。 T 1 : 気持ちの切り替えを促す。

受け身と体落としを組み合わせた学習

3年 組 番氏名 _____

_____年 月 日

チェックカード

		チェック項目	できばえ
くずし	取	引き手は、ひじを天井に引き上げるように引いているか つり手は、ひじで相手の左わきを突き上げているか 両膝を軽く曲げているか	A—B—C A—B—C A—B—C
	受	両足を平行に開いているか 腰を引いていないか	A—B—C A—B—C
つくり	取	右足のかかとを軽く上げているか 左右の足を相手の一足長手前に置いているか 小さな前回りさばきで、さらに相手をくずしているか	A—B—C A—B—C A—B—C
	受	両足を畳につけているか 取の腰にバランスよく乗っているか	A—B—C A—B—C
かけ	取	踏み出した右足に体重をかけているか 両手はハンドルを回すように動いているか 相手の帯の高さより自分の帯の位置が低くなっているか 右足のつま先は投げる方向を向いているか 引き手を放していないか (残心)	A—B—C A—B—C A—B—C A—B—C A—B—C
	受	自分から積極的に受け身を取っているか	A—B—C

アドバイス

	うまくできるようになったこと、自分の技を上達させてもらったことについての感想
--	--