

保健体育科学習指導案

日 時 平成 28 年 9 月 9 日 (金) 1 校時
会 場 体育館
学 級 2 年 2・3 組 (男子 30 名)
授業者 津志田静徳

1 単元名 A 体づくり運動 イ 体力を高める運動

2 単元について

(1) 生徒観

生徒は保健体育授業に対する興味・関心が高いとともに、体づくり運動への意欲も高い。毎年行われている体力テストの結果から、劣っている体力を分析し、体育授業の始めに行うウォーミングアップを自分たちで意欲的に考え、運動を継続して実践することによって体力向上を図っている。

体力テストでは、A段階の生徒が第1学年では数名であるが、学年が進み第3学年になると半数近くの生徒がA段階となり、さらにD段階やE段階の生徒がいないことから、体力向上に向けた運動に関心を持ち、継続して行うことによる成果が上がってきているといえる。

また、本単元で取り上げる集団行動に関しては、体育祭での3学年種目に取り入れ、授業で身につけた力を発表する機会としている。また、その発表する姿を見ることで、2年生や1年生の集団行動への関心が高くなっていることがわかる。

(2) 教材観

本単元では、体づくり運動の領域として二つの内容を単元のまとまりとして同時に取り上げる。

単元の前半では、毎時間行っているウォーミングアップについて再検討し、体のどこを使っているのか、どこの部位を鍛えているのかということ意識させ、大胆な体の使い方と正しい動きを身につけさせるための運動計画の立て方を学習する。

単元の後半では、巧みな動きを高めるための運動の活用へと発展させて学習をする。この段階では、動きに対応してタイミングよく動くこと、バランスをとって動くこと、リズムカルに動くこと、力を調整して素早く動くことができる能力を高めることをねらいとして集団行動を取り上げて学習する。

これは、体力向上の目標はもとより、仲間との交流を通し、きまりや約束を守る態度、一つのものを創り上げる共通意識、他人を思いやる気持ち、仲間意識、自ら率先して行動しようとする姿勢などを学習する上で、集団行動が最も適した教材と考えるからである。

(3) 指導観

本単元の学習を展開するにあたっては、第1学年で学習した健康や体力の状況に応じて体力を高める必要性を認識させ、学校の教育活動全体や実生活で生かすことができるように学習させたい。そこで、日々の体調の変化や仲間と交流する楽しさを味わったりするとともに、健康の保持増進や運動するための基礎となる体力の要素や高め方を理解させ、運動する意欲の向上が図られるように指導していきたい。

また、関心・意欲を高める工夫として、集団行動を発展的に取り入れ、授業を展開していきたい。そして、集団行動を取り入れた学習を通して、仲間と交流しながら思いやる気持ち等様々な心も育てていけるように指導していきたい。

(4) 研究との関わり

○主体的な学び

自分の考えを深められるように、既習事項や留意点に触れ、視野を広げさせたい。また、明確な学習課題の提示により、見通しをもって授業に臨ませたい。さらに、展開時に自力解決の場面を十分に確保することで、協働的な学びへとつなげたい。

○協働的な学び

自力解決・探究の場面で自分の考えをまとめ、発表し合いながら仲間との交流を深めることで、思考力・判断力・表現力の育成へ迫りたい。また、協働・深化の場面では、新たな気づきや個々の考えを仲間と練り上げるなかでの、自分の考えの変化を大切にさせたい。

○振り返り

授業の振り返りを体育ノートに記入したり発表したりするなど、振り返りを含めた学習整理を大切に指導をすることによって自己学習力を育てていきたい。

3 単元の目標

- (1) 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体力を高め、目的に適した運動を身につけ、組み合わせることができる。 **【運動についての思考・判断】**
- (2) 体づくり運動に積極的に取り組むとともに、分担した役割を果たそうとすることなどや、健康・安全に気を配ることができる。 **【運動への関心・意欲・態度】**
- (3) 体づくり運動の意義と行い方、運動の計画の立て方などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できる。 **【運動についての知識・理解】**

4 指導と評価の計画（7時間）

時間	学習活動	運動への 関心・意欲・態度	運動についての 思考・判断	運動の技能	運動についての 知識・理解
1	○オリエンテーションを行う。 ○体づくり運動の意義を理解する。 ○体ほぐしの運動を行う。 ・ストレッチングを行う。 ・縄跳びを行う。				・体づくり運動の意義について、理解したことを言ったり書き出したりしている。
2	○体力を高めるための運動を行う。 ・体の柔らかさを高めるための運動を行う。 ・力強い動きを高める運動を行う。				・運動の計画の立て方について、理解したことを言ったり書き出したりしている。
3	○体力を高めるための運動を行う。 ・効率よく体力を高めることのできる運動計画を立てる。		・ねらいや体力に応じた効率のよい運動の組み合わせ方を見付けている。		
4	○体力を高めるための運動を行う。 ・効率よく体力を高めることのできる運動計画を立てる。	・体づくり運動の学習に積極的に取り組もうとしている。			
5	○体力を高めるための運動を行う。 ・巧みな動きを高めるための運動（集団行動1）を行う。	・分担した役割を果たそうとしている。			
6	○体力を高めるための運動を行う。 ・巧みな動きを高めるための運動（集団行動2）を行う。		・分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。		
7 (本時)	○体力を高めるための運動を行う。 ・巧みな動きを高めるための運動（集団行動3）を行う。	・仲間と協力して運動に取り組もうとしている。	・学習課題に応じた運動の取り組み方を選んでいる。		

5 本時について

(1) 主題

「巧みな動きを高めるための運動」を活用した歩行の学習

(2) 学習目標

- ・学習課題の解決に向けて、仲間と助け合ったり、助言したりすることができる。
- ・学習課題に応じた運動の取り組み方を選ぶことができる。

(3) 評価規準【評価方法】

評価の観点	評価規準	支援を要する生徒への手立て
運動への 関心・意欲・態度	体づくり運動の楽しさや心地よさを味わうことができるよう、仲間と協力して運動に取り組もうとしている。 【観察】	仲間と協力して取り組めるように声かけをする。
運動についての 思考・判断	ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動の組み合わせ方を選んでいる。 【観察・ノート】	既習事項の補足説明をし、運動の取り組み方を工夫するように声かけをする。

(4) 指導の構想

本時は、4つの要素のうち巧みな動きに焦点をあて、動きに対応してタイミングよく動くこと、バランスをとって動くこと、リズムカルに動くこと、力を調整して素早く動くことができる能力を高めることをねらいとして歩くことに重点を置き、安全・正確に、そしてスピーディーに歩行できるようにさせたい。

「課題・見通し」の場面では、本時の課題を確認するとともに、課題解決に向けての授業の流れを提示することで、見通しをもって課題解決に臨ませたい。

「自力解決・探究」の場面では、自分の考えから集団の考えへと意見を交流しながら、課題解決のための手がかりを探らせたい。

「協働・深化」の場面では、それぞれのグループでの学びを共通理解しながら、正確な動きができるようにさせたい。また、動きの一つとして階段歩行を取り入れて発表させたい。さらに、仲間との交流を通して、自分の考えと仲間の考えをすり合わせながら、意欲的に運動に取り組む姿を、主体的な学びをしている生徒としてとらえる。

「学習整理」の場面では、本時の課題解決のための取組を、ノート記入や発表から全体で振り返る場としたい。

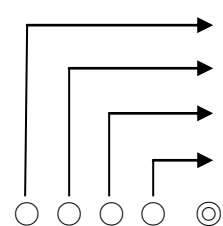
(5) 展開

学習過程	学習活動	学習内容 ・予想される生徒の反応	■指導の工夫・支援●評価 ◇振り返りの場面・活用
課題・見通し 5分	1 前時までの学習を確認する	○歩行時の方向変換についての確認	■学習課題と学習の見通しを提示する。
	2 課題を設定する	○本時の課題把握	
	階段歩行の大切なことを考え、通しの中に取り入れる		
自力解決・探究 10分	3 見通しをもつ	○階段歩行の動きの確認	■考えたことや話し合ったことをノートに記入させる。 【思考・判断】 ●学習課題に応じた運動の取り組み方を選んでいる。
	4 グループで階段歩行の際の大切なことを考える	○グループで大切なことの検討 ・外側の人から方向変換をして進む。 ・1歩間隔で方向変換をして進む。 ・方向変換後一定のリズムで進む。	
協働・深化 25分	5 全体で確認する	○発表・確認	■正確な運動ができるように助言する。 【関心・意欲・態度】 ●仲間と協力して運動に取り組もうとしている。
	6 グループ毎に階段歩行を練習する	○グループ練習 ・決められたところで方向変換をする。 ・次の列の人は4歩間隔で進む。 ・隣の人が見えない瞬間があるので仲間を信じて進む。	
学習整理 10分	7 通しの中に取り入れる	○階段歩行の活用 ・他グループの動きを見て、大切なことに気付く。	■多くの生徒が発言できるようにさせたい。 ◇気づいたことや確認したいことを発表し、ノートに記入させる。
	8 学習のまとめをする	○グループミーティング	
	9 本時の学習を振り返る	○本時の振り返り	

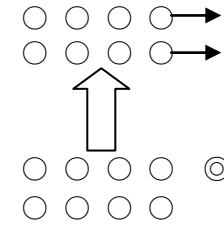
(6) 板書計画

体づくり運動 【集団行動】

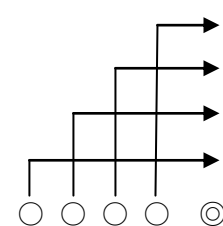
階段歩行の大切なことを考え、通しの中に取り入れる



『先頭右』



『右向け前へ進め』



『階段歩行はじめ』

- ・外側の人から方向変換をして進む。
- ・次の列の人は4歩間隔で進んでいく。
- ・決められたところで方向変換をする。
- ・仲間を信じ思い切って進んでいく。

(7) 「学びのリフレクション」の視点

- 1, 体づくり運動を通して身につけたこと, 気付いたこと, 心に残ったことなどを発表してください。
- 2, 学んだことをどのような場面に活かしていきたいですか。また, さらに関心をもったことがあれば発表してください。