

# 保健体育科 学習指導案

指導者 北 館 俊 二

- 1 日 時 令和3年10月28日(木)
- 2 学 級 2年3・4組男子 3組13名 4組13名 計26名
- 3 単元名 武道(柔道)

## 4 単元で育成する資質・能力

### (1) 教材観

武道は、武技、武術などから発生した我が国固有の文化であり、相手の動きに応じて、基本動作や基本となる技を身につけ、相手を攻撃したり相手の技を防御したりすることによって、勝敗を競い合い互いに高め合う楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。また、積極的に取り組むことを通して、武道の伝統的な考え方を理解し、相手を尊重して練習や試合ができるようにすることを重視する対人的な技能を基にした運動である。

### (2) 生徒観

明るく素直で仲の良い集団であり、体を動かすのが好きな生徒が多い。その反面、1学期に実施した新体力テストやバスケットボールの授業を見ていると、身体能力は平均以下の生徒が多いように感じた。特に、見たり聞いたりしたことを体でどう動かせば良いか分からない生徒が多い。

柔道に関しては、1年次では新型コロナウイルス感染症の影響もあり、受け身の練習と礼法のための授業となったので、柔道着の着用、技の習得や相手との攻防については全く経験していない生徒たちである。したがって、ほぼ1年生が習う授業を考えていかなければならない。生徒に柔道について事前に聞いたところ、『技をかけてみたい』『〇〇と対戦してみたい』と前向きな発言をする一方、『投げられたら痛そうだ』『怖い』という答えも多く、生徒にとっては柔道の授業に対して不安を抱えているようである。

### (3) 指導観

保健体育科では「仲間と協力し、継続して努力することによって得られる達成感を味わえる授業」を作りたいと考えている。そこで、「学習規律の徹底」「仲間を大切に作る集団作り」を大切にしたい授業に取り組んでいる。

柔道は対人的な技能を基にした運動である。しかし、前提として礼法を大切にし、相手に対して尊重する態度を育てることを重視したい。そして、体の動かし方が分からない生徒が多いので、受け身等の基本的技能を習得することで柔道に対する不安を取り除きたい。授業では、生徒同士でのアドバイスや、個々が工夫して練習に取り組むようにし、柔道は楽しい運動であることを学ばせたい。

## 5 単元の目標

- (1) 次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開することができるようにする。
- ア 柔道では相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、投げたり抑えたりするなどの簡易な攻防をすることができるようにする。(知識及び技能)
- (2) 攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。(思考力、判断力、表現力等)
- (3) 武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、一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや、禁じ手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。  
(学びに向かう力、人間性等)

## 6 単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<p>○知識</p> <p>①武道には技能の習得を通して、人間形成をはかるという伝統的な考え方があることについて、言ったり書き出したりしている。</p> <p>②武道の技には名称があり、それぞれの技を身につけるために技術的なポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。</p> <p>③試合の行い方には、ごく簡易な試合におけるルール、審判及び運営の仕方があることについて、言ったり書き出したりしている。</p> <p>○技能</p> <p>①くずしでは、相手の動きに応じて相手を不安定にし、技をかけやすい状態をつくることができる。</p> <p>②取りは「押さえ込みの条件」を満たして相手を抑えることができる。</p> <p>③取りはけさ固めや横四方固めで相手を抑えることができる。</p> <p>④受けはけさ固めや横四方固めで抑えられた状態から相手を体側や頭方向に帰すことができる。</p> <p>⑤取りは体落としをかけて投げ、受けは受け身を取ることができる。</p> <p>⑥取りは小内刈りをかけて、受けは受け身を取ることができる。</p> <p>⑦取りは小外刈りをかけて、受けは受け身を取ることができる。</p>	<p>①提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。</p> <p>②提示された練習方法から、自己の課題に応じて動きの習得に適した練習方法を選んでいる。</p>	<p>①相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。</p> <p>②禁じ技や危険な動きをしないなど、健康や安全に留意している。</p>

7 学習内容の指導と評価の展開 ○は主に「指導に生かす評価」 ◎は主に「記録に残す評価」

	評価基準と評価方法	学習活動
1	知識の① (◎) 【記述】	オリエンテーション ・学習の見通しやルールを確認する。 ・柔道の特性や成り立ち、学習の仕方について学習する ・柔道着の着方や準備運動の仕方等を確認する。
2	知識の②③ (◎) 【記述】	礼法・基本動作・受け身の学習 ・礼法を理解する ・体さばき、進退動作等の基本動作を理解する ・前受け身、横受け身、後ろ受け身、前回り受け身を理解する ・低い姿勢からの投げで受け身を取る ・簡易ゲームの中で技の攻防をする 固め技（袈裟固め、横四方固め）の学習 ・固め技のかけ方と逃げ方が理解できる。 ・簡易ゲームの中で技の攻防をする。
3	技能の①②③④ (○) 【観察】	
4		
5	思考・判断・表現の① (○) 【記述・観察】	
6		
7	知識の② (◎) 【記述・観察】	
⑧ (本時)	技能の⑤ (○) 【観察】  主体的に学習に取り組む態度の① (○)	手技（体落とし）の学習 ・体さばき、くずしを理解する ・投げられたら前回り受け身を取る
9	知識の② (◎) 【記述】	足技の学習（小内刈り、小外刈り） ・体さばき、くずしを理解する ・技に応じた受け身を取る
10	技能の⑥⑦ (○) 【観察】	
11	知識の③ (◎) 【記述】	簡易な試合 ・右組のみで行う ・転がったら一本
12	主体的に学習に取り組む態度の② (◎) 【記述・観察】	

8 本時の達成目標

- ・くずし、体さばきを使って体落としをかける

9 評価場面での生徒の記述例

十分満足できる (A)	概ね満足できる (B)	努力を要する生徒への手立て(C)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・くずしと体さばきのタイミングが分かった</li> <li>・釣り手が高く最短距離で投げると技が決まりやすい</li> <li>・右足を出す場所は相手のすねの前にする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・姿勢が大切だとわかった</li> <li>・右足を出す</li> <li>・自分の前に投げる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・くずし、体さばき、手の使い方、投げる方向を理解させる。</li> <li>・体を傾けないことを理解させる。</li> </ul>

1 0 振り返り場面での生徒の記述例

十分満足できる (A)	概ね満足できる (B)	努力を要する生徒 (C)
○知識 ・体さばきやくずしでタイミングよく投げる。 ・投げの姿勢での引き手と釣り手の位置から最短距離で投げることで技が決まりやすい。	○知識 ・姿勢が傾くと技をかけにくい ・投げる方向は自分の下に向ける。	○知識 ・くずし、体さばき、手の使い方、投げる方向が合うと小さな力で投げるができることを理解させる。

1 1 本時の展開

段階時間	学習活動	評価の観点・評価方法 指導上の留意点◇・繰り返しの視点◆
導入 (15)	1 準備運動 ・体操 ・受け身 2 固め技試合 3 前時の復習	◇体が温まるように、リーダーを中心に準備運動ができるようにする。 ◇周囲との距離を取って安全に行わせる ◆前時に学習した技のかけ方を、学習カードを確認してポイントを意識しながらできるようにする
くずしと体さばきを使って体落としをかけよう		
展開 (5)	4 本時の学習課題・流れの確認	
(5)	5 体落としのポイントを共有する	【把握】 受けを前にくずし、左後ろさばきで体を開き受けの右足外側に自分の右足を出して手の押し（釣り手）と手の引き（引き手）で投げる
(15)	6 自分の課題を見つけ、課題に合った体落としができるように練習する	◇回して投げてしまう⇒釣り手を最短距離で投げる ◇前に投げるができない⇒右足のつく位置 ⇒引き手とくずしの方向 ⇒体を密着できない
(5)	7 タブレットや友人からのアドバイスで本時の技の出来映えを確認する	【知識】 自分の課題を解決するための合理的な動き方のポイント例を挙げている。【記述・観察】
まとめ (5)	8 学習カードに本時のまとめを記入する	◇見つけたポイントを具体的に記入するように促す