

# 第3学年保健体育科（体育分野）学習指導案

日時 令和3年11月2日（火）5校時

学級 宮古市立河南中学校 3年C組 27名

授業者 教諭 吉田 滉

## 1 単元名 器械運動（跳び箱運動） 第3学年

## 2 内容のまとめり 第3学年 「B 器械運動」

## 3 単元の目標

(1)

- ・技の名称や行い方、体力の高め方などについて理解できるようにする。【知識】
- ・既習技を滑らかに行うことができるようにするとともに、発展技ができるようにする。【技能】

(2)

- ・自己や仲間の課題を発見し、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)

- ・器械運動に自主的に取り組むとともに、よい演技を讃えたり、互いに助け合い教え合ったりできるようにする。【学びに向かう力、人間性等】
- ・健康や安全を確保して運動できるようにする。【学びに向かう力、人間性等】

## 4 単元について

### (1) 生徒について

ア 3年C組は運動が好きな生徒が多く、意欲的に授業に取り組む学級である。1年生でマット運動、2年生で跳び箱運動を履修しており、基本的な技を滑らかに行うことを中心に学習している。

イ 事前に行った意識調査では、以下のようになった。

- ・「運動が好き・どちらかと言えば好き」・・・ 71%
- ・「跳び箱運動が好き・どちらかと言えば好き」・・・ 42%
- ・「跳び箱運動が不得意・どちらかと言えば不得意」・・・ 58%
- ・「跳び箱運動が好き・どちらかと言えば好き」と回答した生徒に対して行った「どんなときに楽しいと感じますか」という質問に対して、「出来なかった技や跳べなかった高さが跳べたとき」、「新しい技ができたとき」、「教え合って活動しているとき」など、達成感やできるようになるために協力して活動することに楽しさや喜びを感じている生徒が多い。
- ・「跳び箱運動が嫌い・どちらかと言えば嫌い」と答えた生徒は、「人前で跳びたくない」、「怖い」、「やり方がわからない」、「できない」など、恐怖心やできないことから跳び箱運動に対するマイナスイメージを持っている。

アンケート	5 (好き・得意)	4	3 (普通)	2	1 (嫌い・不得意)
運動が好き	10人 (42%)	7人 (29%)	3人 (4%)	2人 (8%)	2人 (8%)
跳び箱が好き	6人 (25%)	4人 (16%)	2人 (8%)	6人 (25%)	6人 (25%)
跳び箱が得意	3人 (4%)	3人 (4%)	4人 (16%)	6人 (25%)	8人 (33%)

※アンケート時3名欠席

ウ 苦手意識を持つ生徒が、跳び箱運動の楽しさや喜びを感じることをできるよう工夫が必要である。

## (2) 教材について

- ア B 器械運動は、マット運動、鉄棒運動、平均台運動、跳び箱運動で構成され、機械の特性に応じて多くの「技」がある。これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。
- イ 第3学年では、技ができる楽しさや喜びを味わい、運動観察の方法や体力の高め方などを理解するとともに、自己に適した技で演技することができるようにする。その際、技などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み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ことが大切である。

## (3) 指導について

- ア 跳び箱運動は、その技の特性から「できる」「できない」が明確に表れるため、苦手意識を持つ生徒に対する配慮が特に大切である。
- イ 苦手意識を持つ生徒は授業に対する意欲を持てなかったり、練習を避けてしまったりすることがあるため、①アンケートや学習シートから個々にあった目標を持たせたり、見通しを持たせたりすること。②観察や学習シート等から生徒の躓きを分析し、その克服のための練習の場を設けること。③ペアやグループ学習を有効に使い、楽しく安全に学習に取り組めるようにするなどして、生徒が意欲的に学習に取り組めるようにしていきたい。

## 5. 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
<b>知識</b> ①技と関連させた補助運動や部分練習を取り入れることにより、結果として体力を高めることができることについて、具体例を挙げながら、言ったり書きだしたりしている。 ②技の行い方は技の課題を解決するための合理的な動き方やポイントがあり、同じ継投の技には共通性があることについて、具体例を挙げながら、言ったり書きだしたりしている。	<b>技能</b> ①踏み切りから上体を前方に振り込みながら着手する動き方、突き放しによって直立姿勢に戻して着地するための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかに安定して跳び越すことができる。 ②着手後も前方に回転するための勢いを生み出す踏み切りの動き方、突き放しによって空中に飛び出して着地するための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかに安定して跳び越すことができる。 ③学習した基本技を発展させて、一連の動きで跳び越すことができる。	①選択した技の行い方や技の組合せについて、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えたり、記述したりしている。 ②体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに器械運動を楽しむための活動の方法や修正仕方を見つけている。	①器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 ②よい技や演技に賞賛の声をかけるなど、仲間の努力を認めようとしている。 ③練習の補助をしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。

## 6. 指導と評価の計画

※網掛けは記録に残す評価

時	主な学習活動	評価規準			
		知識	技能	思判表	態度
1	オリエンテーション 活動の仕方と既習技の確認をしよう	① 学習シート			① 観察
2	既習技の確認と発展技の練習をしよう① (開脚跳び→開脚伸身跳び)			② 学習シート	① 観察
3	既習技の確認と発展技の練習をしよう② (抱え込み跳び→屈伸跳び)		① 観察	② 学習シート	
4	既習技の確認と発展技の練習をしよう③ (台上前転、頭跳ね跳び→前方倒立回転跳び)		② 観察	② 学習シート	
5	中間発表会 規定の技を演技しよう。		①② 観察	② 学習シート	
⑥ 本時	自己に適した技を選択し、練習しよう① (開脚伸身跳び、屈伸跳び、前方倒立回転跳び)			① 学習シート	③ 観察
7	自己に適した技を選択し、練習しよう② (開脚伸身跳び、屈伸跳び、前方倒立回転跳び)			① 学習シート	② 観察
8	自己に適した技を選択し、練習しよう③ (開脚伸身跳び、屈伸跳び、前方倒立回転跳び)		①② 観察	② 学習シート	
9	自己に適した技で演技しよう 単元を振り返り、まとめ	② 学習シート	③ 観察		

## 7. 本時の指導（6時間目/9時間）

### （1）目標

- ①参考動画や友人の動きと自己の動きを比較して、自他の課題を見つけ、改善すべきポイントと今後の練習の在り方について伝えたり、記述したりできる。 【思考力、判断力、表現力等】
- ②ペアやグループでの練習を通して、自他のよさや課題について考え、助け合ったり教え合ったりしながら、よりよく学習に取り組もうとしている。 【学びに向かう力、人間力等】

### （2）評価規準

評価の観点	B「おおむね満足である」と判断される状況	支援を要する生徒への手立て
【思考力・判断力・表現力】	技の合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントを伝えたり、記述したりしている。	合理的な動きに着目させ、表現の仕方の例を示しながら、考えをまとめさせるようにする。
【主体的に学習に取り組む態度】	ペアやグループで助け合ったり教え合ったりしようとしている。	合理的な動きに焦点を絞って、考えさせることを通して、生徒が他者の課題を見つけられるようにする。

### （3）UDの視点に関わって

- 焦点化・・・①前時の場面を振り返り、本時の課題を端的に示す。  
②振り返りでは、変容を踏まえて自己の課題をまとめることができるようにする。
- 視覚化・・・①タブレットを用いて、視覚的に捉えたり比較したりできるようにする。  
②練習場所や練習の仕方を視覚的に示す。
- 共有化・・・①個人やグループで気づいたことやアドバイスを小集団で共有する。  
②振り返りで、今日の学びを全体で共有する。

**(4) 本時の展開**

段階	学習内容	指導上の留意点・評価	UDの視点
導入 15分	<u>1 準備、集合、挨拶、健康観察</u> <u>2 準備体操</u> <u>3 サーキット</u> ・助走から踏切・着地の動き ・切り返す動き ・回転・跳ねる動き ・体を支える動き <u>4 前時の確認と本時の課題把握</u>	・それぞれの技に関連している動きであることを確認した上で行う。	<b>視覚化①</b> <b>焦点化①</b>
仲間や参考の動画と自分の動きを比較し、自分の課題を見つけよう			
展開 30分	<u>5 場所の使い方の確認</u>  <u>6 各活動場所での練習①</u> ・ロールマット ・3～4段 縦横 ・5段 縦（開脚伸身跳び） ・5段 横（屈伸跳び） ・5段 横（前方倒立回転跳び）  <u>7 グループ内での観察・交流①</u>  ・小集団で動きを確認し、合理的な動きや適した練習場所などについてアドバイスをし合いながら活動する。 ・タブレットで記録を残したり、比較したりしながら練習を行う。  <u>8 各活動場所での練習②</u>  <u>9 グループ内での観察・交流②</u>	・補助の仕方など安全に関することを中心に説明する。  ・前時の課題から、課題解決につながる練習場所や練習の仕方を確認する。  <b>◆【思・判・表①】</b> 選択した技の行い方や技の組み合わせについて、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えたり、記述したりしている。 <b>◆【態度③】</b> ペアやグループでの練習を通して、自他のよさや課題について考え、助け合ったり教え合ったりしながら、よりよく学習に取り組もうとしている。  ・出来栄だけでなく、観察・交流①との変容を踏まえてアドバイスするように助言する。	<b>視覚化②</b>   <b>共有化①</b>
終末 5分	<u>10 振り返り</u>  <u>11 次時の確認</u>  <u>12 挨拶、片付け</u>	・自分の動きや仲間の動き、参考動画を比較し、成果や課題についてまとめさせ、発表できるようにする。	<b>共有化②</b>

(5) 場の設定

