

第3学年 保健体育科学習指導案

日 時： 平成17年11月1日(火)6校時

学 級： 3年1・2組男子(1組19名2組18名計37名)

場 所： 第2体育館

指導者： 教諭 菅原 清隆

1 単元名 武道(柔道)

2 単元について

(1) 教材観

柔道は直接的な格闘形式の対人的スポーツとしての特性を持つものであり、対人的技能が技能の中核となっている。したがって柔道では、基本動作を確実に身につけて、対人的技能を習得させ、技能の程度に応じた練習や試合ができるようにすることが、ねらいの重点となる。また、伝統的な行動の仕方を身につけるようにすると共に、規則やマナーを守って、相手を尊重しながら自己の能力を発揮し、公正な態度で技能を競い合い、楽しさと喜びが味わえるような練習や試合ができるようにすることも、もうひとつの側面として大切なねらいである。さらに、中学生段階では、初めて柔道に接する生徒が大多数であり、また、精神的にも肉体的にも発育発達の著しい時期であり、個人差も大きい時期でもあるので、健康・安全への配慮を十分に行いながら、柔道の基本技能を身につけることができるように指導し、柔道の楽しさやよさを味わえるようにすることがあげられる。

学習指導要領では、柔道の技能の内容 イ 対人技能 (ウ) 技の連絡変化 とあげられている。個人の技能段階にもよるが、実際の試合になるとひとつの技にばかりとらわれる傾向があるので、より実践的な技能として技の連絡変化を学習させていきたい。そのことによって、崩しと体さばきの重要性も同時に学ぶことができ、より確実な技能習得を目指すことができる。

(2) 生徒の実態

第3学年男子は、私が3年間変わらず一緒に担当した学年である。精神的にも肉体的にも著しく成長した姿を3年目にしようやく感じることができるようになった。体力面では、新体力テストの全国の総合評価の平均点が48.9点のところを、学年平均が49.8とやや上回るだけという結果であることから、平均的な体力であることがわかる。特に3年1・2組は、1組は50.6と平均をやや上回っているが、2組は46.2と大きく落ち込んでいる。A判定の生徒は1組では4人で、2組では3人である。学級の中で体力の低い生徒が多い傾向がある。柔道に関しては、柔道部員が何人かいるので授業の中でよい模範を示すことができながら展開してきた。1年生のときはほとんど受身ばかりの技能練習であったが、固め技を取り入れながら進めていった。2年生から投げ技と固め技を多く習得させた。しかし、崩しができていないのに技をかける生徒が多く、修正に多くの時間をとった。試合は柔道部員が指導できることもあって、礼儀を重んじて展開することができた。全体として、柔道が好きではあるが、体力が低く思うように技を習得できない生徒も多い。受け身が3年間できちんと身につかず、崩しと体さばきを練習どおりに試合で発揮できない生徒がいるなど課題は多い。

(3) 指導観

今回は、投げ技の連絡変化を中心に技の習得を図り、試合で実践的に発揮できるように指導したい。また、伝統的な礼儀や相手を尊重して試合や練習を進めることができるようにしていきたい。体力的に不安のある生徒がいるが、基本技能の受身と崩しと体さばきをしっかり練習して、技の連絡を図っていききたい。また、背負い投げを安全に行うようにするために、マットレスを用意して練習するなどの工夫を取り入れていきたい。

3年間一緒に担当してきた学年であるので、3年目の集大成を發揮するのだという思いを生徒に感じさせたい。そのために、学習のはじめは基本技能の反復練習をスピーディーに行うようにする。そして、投げ技、固め技の分解練習をしてから、打ち込みを行い技術の習得を図っていく。後半は、個人や団体戦の試合を組み、公正公平な態度を發揮して展開できるようにしたい。緊張感のある試合運営をして、達成感を持たせたい。

3 単元の指導目標と及び単元の評価計画

単元の指導目標		礼儀作法や相手を尊重する態度を重視すると共に、自己の体格や体力に適した技の中から得意技を身につけ、相手の動きに対応した攻防を展開して練習や試合を楽しむ。
単 元 の 観 点 別 評 価 表	運動への関心・意欲・態度	得意技を用いて、相手の動きに対応した攻防や勝敗を競い合う柔道の楽しさを味わおうとする。礼儀作法や相手を尊重する態度を身につけ、自分自身を律する態度をとろうとする。勝敗や結果を受け入れようとする。服装や練習場の安全を確かめ、禁じ技を用いないなど練習や試合をするうえでの安全に留意しようとする。
	運動についての思考・判断	基本動作と対人的な技能との関連を図る。得意技を見につけることができるよう、練習や試合の中で素早く崩す方法を見つける。試合では、試合形式や体重別などを踏まえ、それぞれ判定基準などを選ぶ。
	運動の技能	正しい基本動作で相手と攻防することができる。自分の体力や体格に応じて得意技を身につけ、対人的技能を高めることができる。得意技を用いながら相手の動きに対応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	柔道の特性や学習の進め方、基本動作や技の構造、自分と相手の課題にあった練習や試合の仕方、練習計画の立て方を知る。柔道の礼儀作法、試合の運営やルール、審判方法を知る。

小単元の評価計画（4時間扱い）

時間	学習内容	評価場面 (方法)	評価規準	観点	具体的評価規準		C (努力を要する生徒への支援)
					A (十分満足である)	B (概ね満足できる)	
1/4	技の連続変化	整列・あいさつ かかり練習 約束練習 かかり練習 約束練習	礼儀作法や相手を尊重する態度を重視して練習する。 崩しや体さばきを伴って投げ技をかけることができる。	関心 技能	常に相手を尊重し自分を律して礼儀作法を守り、率先して練習に取り組もうとしている。 崩しや体さばきをスムーズに利用して投げ技の連絡変化させることができる	相手を尊重して礼儀作法を守り、練習に取り組もうとしている。 崩しや体さばきを利用して投げ技の連絡変化させることができる。	相手への非礼を自分のこととしてとらえさせて、心の乱れが練習に現れることを指導する。 技をかけるタイミングを崩しや体さばきを伴わせて指導する。

2/ 4		かかり練習 約束練習 打ち込み練習	技の連絡変化を意識して様々な技に挑戦することができる。	思考	いろいろな技の連絡変化に挑戦して、崩しや体さばきを伴って技をかけることができる。	いろいろな技の連絡変化に挑戦することができる。	技を解説した掲示物を利用して個別指導を行う。
3/ 4		約束練習 打ち込み練習	技の連絡変化を意識して、正しい基本動作で相手との攻防ができる。	技能	体さばきの方向を考えて技の連絡変化を用いたりして、動きの中で自ら工夫して得意技をかけることができる。	自分の得意な進退動作と体さばきで、動きの中で得意技をかけることができる。	示範して技の連絡を指導する。体さばきを意識させて技をかけるように指導する。
本 時 4/ 4	技の連絡変化の仕上げ	自由練習	自己の課題を解決するための方策を考え、試合運営の仕方や審判方法を理解する。	知識	自己評価や助言、学習カードから課題を見出し、次の学習の見通しを立てようとしている。審判を的確に行うことができる。	自己評価や学習カードを生かして、課題を見出そうとしている。審判を行うことができる。	学習カードや資料を使って自己の課題を考えさせる。審判方法を指導する。

4 本時の指導

(1) 研究主題との関わり

ア 基礎・基本の重点

基礎体力の向上を目指すため、筋力トレーニングを導入に取り入れた。ウォームアップに活用することができる。柔道の基礎基本として、受け身と崩しと体さばきがあるが、これも練習の中に必ず取り入れていく。

イ 課題解決を図るための指導過程の工夫

技の連絡変化を中心に課題の解決を図りたいので、約束練習を多く行うことで技能の定着を図り、自由練習で実際の試合を意識して練習させていく。

ウ 評価を生かした指導の工夫

学習カードを活用して生徒の自己評価を前向きにとらえ、アドバイスとして返していく。生徒各自の技の習得状況をグラフに表して掲示し、学習意欲を高める。

エ 定着を図る工夫

背負い投げなどの投げ技を身につけるための練習の場にマットレスを置いて、恐怖心を取り除く工夫をする。技の解説を掲示して、生徒がすぐにフィードバックできるようにする。安全面から、攻め(かけ)が投げっぱなしにならないように気をつけさせる。

(2) 展開

段階	学習過程	学習内容・学習活動	指導上の留意点	評価
導入 12分	課題の設定	1 整列・あいさつ 2 準備運動 ・筋力トレーニング ・受け身・崩し・体さばき 3 本時の授業課題を確認する。	・健康観察と見学者へ指示 ・礼儀を重んじるように指導する。 ・短時間でテンポ良くに行わせる。 ・紙板書で提示する。	礼儀作法や相手を尊重する態度を重視して練習する。
展開 30分	課題の追究	投げ技の連絡変化 4 投げ技の約束練習 ・大内刈りから体落とし ・大内刈りから大外刈り ・小内刈りから背負い投げ ・内股から体落とし グループ内で相互評価をして今後の課題を考える。	投げ技の連絡変化を意識しよう。	
	課題の解決	5 投げ技の打ち込み練習 ・2回打ち込み、3回目で技をかける。 グループ内で相互評価をして今後の課題を考える。 6 投げ技の自由練習 ・1分30秒間自由に技をかける。同時に4組で行う。1組1回を目安に行う。 グループ内で相互評価をして今後の課題を考える。	・2人組で、3回ずつ技のかけ方を練習する。攻めと受けの役割をはっきりさせる。 グループ内の教え合いを多く行わせる。 ・受けの生徒に回数を大きな声で数えさせる。 ・背負い投げはマットレスを敷いて行っても良い。 ・実際の試合と同じ気持ちで気合いを入れて行わせて安全に気を付けさせる。 ・本時の目標が達成できたかについて振り返らせ学習カードに記入させる。	崩しや体さばきを伴って投げ技をかけることができる。 技の連絡変化を意識して様々な技に挑戦することができる。 技の連絡変化を意識して、正しい基本動作で相手との攻防ができる。
終末 8分	振り返り	7 学習カードで自己評価と今後の課題の確認 8 カード記入内容の発表 9 整列・あいさつ	・本時の目標が達成できたかについて振り返らせ学習カードに記入させる。 ・他人の良かったところの共有化を図ると共に、課題についても相互に確認し合う。 ・各自の課題を確認するように話して、次時に生かす。	自己の課題を解決するための方策を考えることができる。 知識