

第2学年 保健体育学習指導案

日 時 平成20年10月 9日(金) 5校時
学 級 2年 AC組女子(A組16名・C組17名)
場 所 岩手町立沼宮内中学校体育館
授業者 府 金 文 子

1. 単元名 器械運動 『マット運動』

2. 単元の目標

- (1) マット運動の特性に興味・関心を持ち、自ら進んでマット運動を楽しむことができる。
- (2) 安全に留意して、グループ内で互いに教えあい、協力しあって活動することができる。
- (3) 自己の技術課題に向かい、意欲的に挑戦し進んで学習に取り組むことができる。

3. 単元について

器械運動は、マット、鉄棒、平均台、跳び箱などを使った「技」によって構成されている運動で各運動種目の「技がよりよくできる」こと、そして、そのできる技を組み合わせて発表することをねらいとし、「自己の体の動かし方の工夫」や「練習の仕方の工夫」によって、ねらいの達成に取り組む運動である。

器械運動には日常生活の中では経験できない形態の運動が数多くあり、身体を支える(支持)・回る(回転)・平衡(バランス)などの運動により、技に挑戦できるようになった・更に高度な技や、技の組み合わせが美しくできるようになったとき、『技の達成』『できばえ』に最大の喜びが見出される。

しかし、逆さまの状態になるなど、不安感や恐怖感を伴う場合もあり、個人差が生じる運動ともいえる。グループ内でお互いの能力を理解した上で、『教えあい、学びあい活動』を活発に行い、マット運動を楽しみながら、個々の技能の習得・向上を図ることはもちろん、仲間のよさを確かめ合える授業にしたい。

4. 生徒の実態

対象学級の生徒は、運動能力に個人差はあるものの、学習課題をしっかりと聞き活動するなど授業に対する姿勢は良い。しかし、自分自身の技の習得のために努力しようとするが、わからないことを聞いたり、お互いにアドバイスをしあうことで高めあっている意識は低いように感じられる。

事前に行ったマット運動に関するアンケートの結果、マット運動が「好き」・「どちらかというところ好き」と答えた生徒は12名、「どちらかというところ嫌い」・「嫌い」と答えた生徒が19名となった(欠席2名)。「好き」・「どちらかというところ好き」の理由として多かったのは『技ができるとうれしいから』と『仲間と協力してできるから』ということだった。「どちらかというところ嫌い」・「嫌い」と答えた理由でもっとも多かったのが『体が上手に使えず、うまくできないから』であった。

技のできる・できないという結果にこだわらず、グループ内での活動を有意義なものにし、お互いに高めあえる仲間作りから、個々の技の習得につなげていきたい。

5. 本単元における、「教えあい・学びあう活動」について

本校の研究主題「教えあい・学びあい活動」に取り組むために、今回のマット運動ではグループ内での活動を取り入れ行った。マット運動における技の習得のために、「自己の体の動かし方の工夫」、「練習の仕方の工夫」によって課題解決を図りたいが、技の反復練習だけで自己の課題を見つけ、技の習得につなげることは難しい。よって、グループ内でお互いの技を見て、どのような体の使い方をすればいいか発見し、交流し合い、よい動きを真似ることによって個々の技能の習得・向上につなげていきたい。

グループ内での交流が活発になるように、学習カード・評価カードを工夫し、お互いに技を見合う場面を意図的に設け、アドバイスをしあえるようにしたい。また、感想発表を通して、お互いの意見交流を図り、「教えあい、学びあい活動」のよさを生徒自身が感じられるようにしたい。

6. 単元の評価規準

(1)運動や健康・安全への関心・意欲・態度

- ①マット運動の特性に関心を持ち、楽しさや喜びを味わえるようにすすんで取り組もうとする。
- ②練習や発表会では、補助し合い、教え合いながら互いの成果を確かめ、協力して学習に取り組もうとする。
- ③安全に留意して活動しようとする。

(2)運動や健康・安全についての思考・判断

- ①自分の能力に適した技の習得のために練習の仕方を工夫している。

(3)運動の技能

- ①技のポイントを押さえスムーズにできる。
- ②自分の能力にあった技を身につけ、スムーズな連続技ができる。

(4)運動や健康・安全についての知識・理解

- ①マット運動の特性や学び方、技の系統性や発展性を知っている。

7. 指導計画における評価規準と評価方法

単元	学習項目	時数	評価規準 (7. 評価規準との関連)	評価方法
● マット運動 (計12h)	① オリエンテーション	1 h	(1)関心・意欲・態度・・・① (4)知識・理解・・・①	自己評価カード
	② 技のポイントを理解する 前転グループ 後転グループ 倒立グループ	4 h	(1) 関心・意欲・態度・・・①・②・③ (2) 思考・判断・・・① (3) 運動の技能・・・① (4) 知識・理解・・・①	自己評価カード 学習プリント
	③ できない技への挑戦 できる技はよりよくする。 (課題グループごとに 分かれて練習)	3 h 本時 (2/3)	(1) 関心・意欲・態度・・・②・③ (2) 思考・判断・・・① (3) 運動の技能・・・①	自己評価カード 学習プリント
	④ 技構成を考える。 練習	2 h	(1) 関心・意欲・態度・・・①・③ (2) 思考・判断・・・① (3) 運動の技能・・・②	自己評価カード 連続技学習プリント
	⑤ 発表会	2 h	(1) 関心・意欲・態度・・・②・③ (3)運動の技能・・・②	自己評価カード 連続技学習プリント

8. 指導の評価と展開

(1) 本時の目標

『 できない技にも挑戦し、完成に近づけよう 』

- ・ 仲間と協力し合いながら練習しよう。
- ・ 技のポイントを理解して練習しよう。

(2) 本時の具体的評価規準

	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手立て)
関心・意欲・態度	マット運動の特性に興味・関心を持ち、お互いの成果を確かめあい協力しながら、すすんで学習に取り組もうとする。	マット運動の特性に興味・関心を持ち、協力して楽しく学習しようとする。	意欲を持たせられるように声かけをする 仲間との活動ができるように支援する。
運動の技能	技のポイントを押さえ、スムーズにできる。	技のポイントを押さえ、スムーズにできるようにしている。	基本練習を大切に、スムーズに技が行えるようにする。

(3)本時の展開

段階	学習内容	学習活動	教師の指導・支援	評価
導入 15分	学習準備	○学習グループごとに協力して準備をすることができる。	・協力して速やかに準備させる。	
	1. ウォーミングアップ 2. 全体ミーティング	○ウォーミングアップを行う。 ・ランニング ・体操 ・パートナーストレッチ ○集合してミーティングを行う。 ・あいさつ・健康状態の確認。 ・前時までの自己の課題の想起。 ・本時の課題をつかむ ・今日の目標を学習カードに書く。	・ケガ防止のためにしっかり体を伸ばすように指示する。 ・可動域を広げられるようにする。 ・出欠・健康状態を確認する。 ・前時までの自己の課題を想起させる。 ・本時の学習課題を把握させる。	
できない技にも挑戦し、完成の近づけよう				
展開 27分	3. 習った技の復習	○補助練習 ・学習グループごとに行う。	・個々で体の使い方の確認を行わせる。 ・グループごとに協力して行わせる。	
	4. 課題別グループごとの練習 * 前半	○課題別グループごとに練習 前転グループ 後転グループ 倒立グループ ・練習の仕方を工夫し、お互いに協力しながら行う。 ・お互いにアドバイスしあう。そのアドバイスを意識しながら自己の技の習得・向上につなげる。	・安全に気をつけ、協力して練習を行わせる。 ・課題別に練習の工夫ができるようにアドバイスする。 ・お互いにアドバイスしあいながら積極的に練習に取り組ませる。	◎協力しあいながら、すすんで練習しようとしているか。
	* 後半	○前半でやっていない課題別グループで練習		
	5. 練習した技を学習ペアで評価	○学習ペア同士で、練習した技をお互いに見せあい、技能のポイントに沿って評価する	・技のポイントを理解して評価させる。	◎技のポイントをつかんでスムーズにできる。
終末 8分	6. 全体ミーティング	本時の学習のまとめ ・感想や学習の反省を書く ・感想や反省の交流 ・全体のまとめと次時の予告	・反省をきちんとまとめさせる。練習の工夫・教えあい活動ができたか。 ・交流を通じて感じたことを次に生かさせる。	

(4) 評価

- ・仲間と協力して、すすんで練習しようとしているか。
- ・技のポイントを理解し、技がスムーズにできているか。