

### 第3学年保健体育科学習指導案

日時 平成22年 9月 2日 5校時  
場所 葛巻町立江刈中学校 体育館  
学級 3年A組(男8名 女10名 計18名)  
指導者 教諭 工藤 吉幸

#### 1 単元名 からだづくり運動 ダブルダッチ

#### 2 単元について

##### (1) 教材について

本単元は、自己の体に関心を持ち、自己の体力や生活に応じた課題をもって、体の調子を整えるなどの体ほぐしをしたり、体力を高めたりすることをねらいとしている。

ダブルダッチは最近メディアなどでも取り上げられ、子どもたちがあこがれるのに十分なパフォーマンスを見せている。自分もやってみたい、できるようになりたいという動機付けは高い教材と言える。見た目には難しそうに見えるが、迎え縄での縄跳びができればほぼ跳べるようになる。走ることに跳躍を兼ね備えた全身運動であり、調整力も養うことができる運動である。またうまく跳べるようになったときの喜び、新しい技に挑戦してできたときの達成感、さらにはグループとしての成就感も味わえる運動である。しかし、中には苦手意識を持つ生徒もいる。

そこで今回は音楽をつけて、リズムに合わせて跳ぶことや、各自の能力に応じて跳び方を工夫するなど視点を変え、ダブルダッチの楽しさを味わうことのできる展開を工夫したい。

##### (2) 生徒について

生徒は今までの学習により基本的なダブルダッチの技をマスターしており、縄には全員が入ることができる。全体的な雰囲気として男女の仲も良く、運動好きな生徒が多いが、多くは球技をやりたがり、走運動や基本的な体力作り等の取り組みには消極的な場面が見られる。特別支援学級の女子生徒がいるがその子は膝のけがのため1学期は見学をしたり、音楽係、あるいは補助係として活動させていた。

今回は4グループに分かれての活動となるが、各自が自分のできる技をしっかりとこなし、グループ全体の流れの中で演技することを通し、集団の中での関わり合いを通し、運動する意欲を高め、一緒に活動する喜び、楽しさを味わわせたい。

##### (3) 指導にあたって

自己の運動能力に応じ、技を選択させ取り組む中で、運動に対しての取り組み方等を身に付けさせるとともに、運動の楽しさを覚えさせたい。

生徒は基本的な跳び方及び回し方ができるので、さらにそれを応用し、グループ全体の技として成立できるよう話し合いを深め、さらに高度な技への挑戦をさせたりしながら意欲を高めさせていきたい。

#### 3 単元の指導計画と評価計画

##### (1) 単元の目標

自己の体に関心を持ち、自己の体力や体験に応じた課題をもって、取り組むことができる。

##### (2) 単元の評価規準

関心・意欲・ 態度	体づくり運動に興味・関心を持ち進んで学習しようとする。 仲間と積極的に交流し、体を動かす楽しさや心地よさを味わおうとする。
思考・判断	自己の目標、グループの目標を考えながら、練習を工夫している。 目標と照らし合わせながら達成状況を判断している。 学習カードによる反省を生かし、練習に取り組もうとしている。
知識・理解	行う技のポイント等を理解している。 行う技の練習方法や演技の構成の仕方を理解している。

(3) 指導計画 (評価計画を含む)

主な学習内容		評 価 規 準			時数
		運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動についての知識・理解	
ダ	オリエンテーション	ダブルダッチに興味を持ち、取り組む意欲を持つことができる。	グループ分けをしっかりと行うことができる。		1
ブ	練習1 出だしのポーズからフィニッシュまでの技の順番決めとその練習。	互いに協力し励まし合いながら、体を動かす楽しさを体感している。	行いたい技の順番等を決定している。	技のポイントが理解できアドバイスできる。	2
ル	中間発表会		行いたい動き方を理解し、運動を調節しようとしている。		3
ダ	練習2 苦手部分の矯正。 技と技のつなぎ方の工夫 失敗した場合の対応方法。		学習カードによる反省等を生かした練習をしている。		4
ツ	発表会	他のグループとの交流の中で体を動かす楽しさや心地よさを感じている。	学習カードにしっかりと記入し他グループの評価ができる。	技の難易度を理解し評価できる。	5 6 7
チ					8

4. 本時の学習

本時の授業内容

既習技の組み合わせと練習

(1) 目 標

技の順番を決め、フィニッシュまで通することができる。

(2) 具体的評価規準

観 点	具体的な評価規準		
	A：十分満足できる	B：概ね満足できる	C：「努力を要する」と判断された生徒への具体的な対応・手立て
関心・意欲・態度	声を掛け合いながら学習に取り組むことができる。	互いに協力し励まし合いながら学習できる。	自分ができることを考えさせ、行動させる。
思考・判断	自分で動きを調節でき、流れの中で表現しようとしている。	行いたい技の動き方を理解し、運動を調節しようとしている。	リズムの取り方等を指導する。

(3) 「学び合い」の3つの要素の取り入れについて

① 作業的な学習

本時は資料等を見ながら、フィニッシュ技を決めさせ、練習を行う。この場面ではダブルダッチだけではなくフィギュアスケート、ダンス、新体操等のフィニッシュの場面など様々な資料を与え、考えさせる場面としたい。

② 小グループでの話し合い

本時では、練習時間の中、最後のフィニッシュの決め方の場面、学習カード記入場面等で小グループの話し合いを設定する。失敗場面における原因分析などをしっかりと行えるようにしたい。

③ 表現の共有と交流

小グループでの話し合いや、グループ毎の反省等を記入する場面で個人の意見や、感想がしっかりと出せるように指導していきたい。

(4) 展開

過程	学習活動		指導上の留意点	評価規準 (評価方法)
導入 10分	1 準備運動 ・ランニング ・体操 ・補強運動 2 挨拶 3 本時の課題の確認		1 リーダーの指示のもと、しっかりと走り、体操もできるようにさせる。 2 健康観察、欠席者の確認をする。	
			フィニッシュ技を決め、最後まで通せるように練習に取り組もう	
展 開 35分	4 班練習 ①既習技の練習 ・出だしから順番に練習する。 ②フィニッシュポーズを決める。 ・グループ毎に話し合いをしてフィニッシュポーズを決め、練習に取り組む。 5 音楽に合わせて練習 ・音楽に合わせて練習を行う。	グ 作	4 ①既習技の復習をさせる。 ア 失敗した場合、原因がターナーなのかジャンパーなのかを考えさせ、助言する。 ・ターナーの場合 リズムが悪いのか、回し方が悪いのか等 ・ジャンパーの場合 出入りのタイミング、跳ぶ位置等 ②資料等を参考にオリジナルなフィニッシュを考えさせ、練習に取り組ませる。 ・DVDや写真を示し、イメージを持てるように指導、助言する。 5 失敗しても流れを切らさずに、最後まで流すことを指示する。	【関】互いに協力し励まし合いながら学習できる。 (観察、学習カード) <b>活用させたい知識・技能</b> 技の成否のポイントの理解 【思】行いたい技の動き方を理解し、運動を調節しようとしている。 (観察、学習カード)
終末 5分	6 本時のまとめ 7 次時の予告 8 挨拶	表 グ	6 本時のふりかえりをさせる。 ①整理運動、健康観察 ②学習カードへの記入、発表 7 次回は中間発表会を行うことを話す。	

作…作業的な学習

グ…小グループでの話し合い

表…表現の共有と交流