

保健体育科学習指導案

日 時 平成18年11月7日(火) 4校時
 場 所 紫波町立紫波第三中学校 体育館
 学 級 1年B組 男子15名 女子11名 計26名
 授業者 菊池 孝幸
 共同研究者 柏館 秀一 山根 章広 早坂 将

1. 単元名 「体づくり運動」(体ほぐしの運動)

2. 単元について

体ほぐしの運動は、自分の体に気付き、体の調子を整えたり、仲間と交流したりすることをねらいとした運動であり、生涯を通じて豊かなスポーツライフを実現して行くための基礎的な運動である。また保健体育科における今日的な課題である、心と体の一体化を目指し、生徒の心身共に健全な育成を促す運動であるとも言える。すべての運動において他者とのかかわりを持つことは重要な要素であるが、この体ほぐしの運動においても、仲間と共に楽しい運動の体験を共有することで、生徒が主体的に運動にかかわろうとする情意面での高まりが育てられ、生徒相互の望ましい人間関係を育てることができる教材である。

3. 生徒の実態

1年B組は、素直で前向きな生徒が多い。運動能力が特別に優れている生徒が多いというわけではないが、ほぼ全員が『できなくてもがんばる』という姿勢で授業に取り組むことができている。事前の運動に関するアンケートでは、8割の生徒が運動することが好き(どちらかといえば好き含め)と答えている。しかし、運動に対しての思いや楽しいと感じるときを聞くと、仲間とのかかわりの中で運動を楽しんでいくという価値観が身についている生徒が少ない。生徒の授業に対する前向きな姿勢を生かしつつ、運動での『仲間とのかかわり合い』を通して、運動に対する意欲や意思・感情などの情意面をさらに高めていきたい。

4. 指導構想

体ほぐしの運動は、仲間と運動を共有する中で他者とのかかわりを重視し、共感的なコミュニケーションを作っていく学習であるといえる。他の運動領域の学習とは異なり、できる・できないにとらわれることなく、「仲間とやってみる」ことや「仲間と体験する」ことに主眼をおいて授業に臨ませたい。そこで、生徒に運動自体に対する興味・関心を持たせるために、『仲間とのかかわり合い』に重点をおき、授業を構想していきたいと考える。

【ほぐし1】では異質グループ活動にし、「誰とでも楽しく運動」することを意識させ、【ほぐし2】では同質グループ活動にし、「もっと楽しく運動」することを意識させていきたい。言い換えると【ほぐし1】では、生徒は“与えられて運動する=楽しむ”次元から、【ほぐし2】では生徒が“自ら運動する=楽しむ”といった高次元への発達を促すことで、情意面での向上を図りたいと考える。

5. 指導目標

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
運動における心身の調和と心の健康などについて関心を持ち、仲間と協力しながら体づくり運動に意欲をもって取り組もうとする。	自己の体力や能力に応じて、体づくり運動の行い方を工夫したりするとともに、運動における心身の調和や心の健康などについて、深く見詰めたり考えたりすることができる。	体づくり運動の必要性や運動の行い方、運動することによる心身への積極的な効果を理解することができる。

6. 指導計画 (10時間扱い) 本時6時間目

1	2	3	4	5	7	8	9	10
オリエンテーション	ランニング・準備運動						発表会(VTR撮影)	学習のまとめ
	【ほぐし1】 ・いろいろな動き ・リズムに合わせた動き 【ほぐし2】 ・ウォーミングアップを創ろう							

7. 本時の指導

(1) 本時の評価規準

評価規準 【観点】	具体的評価規準		「C 努力を要する」と判断された生徒への具体的な対応・手だて
	「A 十分満足できる」	「B 概ね満足できる」	
お互いの体の状態を意識したり、お互いに気を配ったりしながら、運動を楽しむことができる。 【関心・意欲・態度】	お互いの体の状態を意識し、お互いに気を配ることの気付きから励ましあったり、認め合ったりしながら運動を楽しもうとしている。	お互いの体の状態を意識したり、お互いに気を配ったりしながら、運動を楽しもうとしている。	お互いの体の状態を意識したり、お互いに気を配ったりしながら、運動を楽しめるようにグループ全体に働きかける。
仲間と運動をすることによる心の動きを見つめたり考えたりすることができる。 【思考・判断】	仲間と運動をすることによる心の動きを見つめたり考えたりすることができる、それを運動に活かすことができる。	仲間と運動をすることによる心の動きを見つめたり考えたりしている。	仲間と運動をすることによる心の動きを見つめたり考えたりできるように、考える視点を助言する。

(2) 本時の展開

	学習内容	学習活動 指導上の留意点	評価の観点(方法)
導入 10分	1. 現在の心と体の状態を知る (体ほぐしチェックリスト) 2. 挨拶 3. 準備運動・補強運動 4. 本時の学習課題を確認する	現在の自分の心と体の状態に気付く。 元気よくあいさつ。欠席者・見学者の確認。 グループ毎におこなう。 みんなで学習課題を確認し合う。 前時の学習カードの内容から学習課題を導き出す。	思考・判断 (学習カード) 関心・意欲・態度 (観察)
展開 35分	グループで協力して『楽しい』ウォーミングアップを創ろう。		
	5. 前時までの動きを確認する 6. グループ毎に、ウォーミングアップを考える	グループで前時までの全体の動きを確認する。 グループで話し合いながら動きを構成する。 動きができた都度、グループノートに記入する。 動きが決まらないグループに支援する。 (巡回指導) 既習の動きから、グループの動きを見つけさせるよう働きかける。 グループの動きができない生徒に対して、動きができていない生徒から助言をさせる。 グループ内のみんなの意見を取り入れた動きになるように働きかける。	関心・意欲・態度 (観察)
	7. 他のグループの良いところを見て、互いに高め合う	他のグループの良いところに気付き、よい動きを積極的に取り入れる。 よい動きをしているグループを積極的に賞賛する。	
	8. 本時できた動きを確認する	グループで本時にできた動きを、全員で動いて確認する。	

終 末 5 分	9. 現在の心と体の状態を知る (体ほぐしチェックリスト) 10. まとめ・評価 11. 挨拶	運動を終えた後の、心と体の状態に気付く。 現在の心と体の状態を仲間と交流する。 グループ内で、いい気付きをしている仲間を紹介する。 教師から学習の成果を確認し、授業全体の評価を行う。 元氣よくあいさつ。	思考・判断 (学習カード)
------------------	--	---	------------------

学習カード【運動を終えての心と体の調子はどうですか】

楽しさの内容 (A B) 心の動きの内容 (A B) 体の調節の内容 (A B) 運動のできばえ (C)

『楽しさ』の気付き～追求の場面の設定

運動の心地よさ、満足感、必要性、主体性

運動を通して、他者をかけがえのない存在であることを認め 啓発し合う存在としてかわりあう

= 本質的な運動の楽しさ

運動における『楽しさ』とは

1. 挑戦する楽しさ
2. 気付く楽しさ
3. 成長を感じる楽しさ
4. できたときの楽しさ
5. 認められたときの楽しさ
6. 仲間とやる楽しさ
7. 心地よさ
8. 活動する楽しさ
9. 伝わる楽しさ
10. 一体となる楽しさ
11. 分かる楽しさ
12. できる楽しさ
13. 勝った時の楽しさ
14. 夢中になる楽しさ
15. 自由に表現できる楽しさ

補強運動

1. スキップ
2. かかと上げ
2. ケンケン右
3. ケンケン左
4. サイドステップ
5. サイドステップ
6. 長座ダッシュ
7. 円 ジグザグダッシュ
8. 円 馬とび
9. 円 一周