

第2学年 保健体育科学習指導案

日 時：令和5年11月22日（水）公開授業Ⅲ

対象生徒：滝沢市立滝沢中学校 2年3組 34名

授業者：倉田 和大

1 単元名 武道 柔道（東京書籍 新しい体育実技）

2 単元の目標

- (1) 技ができる楽しさや喜びを味わい、基本動作や基本となる技ができるようにする。
相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて投げたり抑えたりするなどの攻防をする。
- (2) 柔道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすることや分担した役割を果たそうとすること、禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ることできるようにする。
- (3) 柔道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

3 単元について

(1) 生徒について

生徒は第1学年時に取り組んだ内容である。受け身(後ろ受け身、横受け身、前受け身、前回り受け身)と固め技(抑込 技:けき固め、横四方固め、上四方固め)を学習した。初めての武道ということではほとんどの生徒が授業そのものに新鮮さを感じながら意欲的に授業に臨んでいた。2学年では投げ技の学習が中心となるため、けがのことを気にしている生徒が少なからず見られる。また、受け身の習得については概ねできているものの、一方であまり上手にできなかったと感じている生徒もいた。このことは、これからの指導に向けて特に配慮を要すると考える。また、技について、固め技については、できたと感じている生徒と、あまりできなかったと感じている生徒もいた。技の習得について覚えてほしいと多くの生徒が思っている一方で、その難しさや危険性を感じている生徒もいる。安全指導や、保健分野（傷害の防止）との関わりをもちながら指導したいと考えている。

(2) 教材について

武道は我が国固有の文化であり、武道に積極的に取り組むことを通して伝統的な考え方を理解し、相手を尊重して練習や試合ができるようにすることを重視する運動である。特に、試合などで高ぶる気持ちや興奮を抑えるなど、自己を制御するとともに相手を尊重する態度を形に表す「礼法」を重要視している。また、試合を行う者同士の関係は敵同士ではなく仲間同士であり対立的な関係ではないという考え方があり、試合の勝敗のみにこだわることは慎むべきだという伝統的なものの見方、考え方がある行動様式をもっている。我が国の文化や伝統の上に相手を尊重する生徒の育成を図り、また、相手と直接組み合せて攻防し、相手を投げたり安全に受け身をとったりすることに楽しさや喜びを味わわせ、柔道の面白さを感じさせたい。

(3) 指導について

柔道の授業では前時の復習が基本となる。そこで、次のような段階を踏まえた指導を行う。まず、技の習得に向けて前年度の受け身の習得が絶対条件になるため、技の練習の中でお互いに協力しながらしっかりと受け身を行わせる。次に、技の習得に向けて落下の怖さに徐々に慣れさせるために、簡単な崩しの基本を安定した低い姿勢でゆっくりと行わせて覚えさせる。さらに「取」と「受」の役割の中で正しい基本動作が行えるよう練習をさせる。その基本動作に向けては、3人一組のグループを作り、仲間の客観的な視点や自分の姿を映像で振り返りながら互いに気付いたところを述べあって練習させるように工夫したい。

また、次のことに留意して指導に当たる。投げ技の学習では、一人で行う受け身から相手に投げられて行う受け身へと変わるので、少しでも恐怖心を取り除き安全に受け身ができるように指導したい。それには正しい組み方と安定した姿勢で投げ、相手が受け身をする瞬間に引き手となる袖を離さず、少し引き上げることがポイントとなる。また、相手あつての攻防であることから相手を尊重し、安全面に注意を払いながら学習に取り組みせるようにしたい。さらに、礼法の指導では、毎回の授業の中で習慣化を図るようにする。授業の形態として男女教習で行っていることについて、これまですべての授業(運動領域)で男女共習授業を行ってきており、教習で行うことが何よりも自然であり、お互いにより刺激となってより内容の濃い授業が展開できること。男子は女子の、女子は男子の動きを見たり、一緒になって練習したりする中で性差を超えて協力し、お互いに配慮したりできるようにしたり、技の習得だけではない意義のある学びの場ができると考えている。

4 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
知① 技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 知② 柔道に関連して高まる体力について、学習した具体例を挙げている 技① 横受け身、後ろ受け身、前回り受け身ができる。 技② 相手の体制を不安定にする崩しや相手の動きに応じた体の移動ができる。 技③ 取は基本となる投げ技をかけて投げ、受は受け身をとることができる。 技④ 相手の動きに応じた基本動作や投げ技の基本となる技を用いて投げたり受けたりする攻防が展開できる。	① 仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 ② 提供された練習方法から課題に応じた練習方法を選び、仲間の課題や出来栄を伝えることができる。 ③ 体力や技能の程度、性別の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や簡易な試合を行う方法を見付け、相手に伝えることができる。	① 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。 ② 分担した役割をはたそうとし、健康・安全に気を配ることができる。

5 単元計画 (11 時間)

		1	2	3	4	5	6	7	8	9本時	10	11
学習の流れ	0 10	オリエンテーション ☆学習計画の確認 ・武道を学習する意義 ・伝統的な考え方 ・高まる体力を理解する ・学習計画とルール (安全上の留意点) ・グループ編成と役割の確認、援助の仕	集合、整列、挨拶、健康観察準備運動、補助運動、受け身									
	45	☆安全の確保について学習する ☆基本動作と受け身、既習技の確認を復習する	【復習】 概習技のポイント ・基本となる技 ○まわし技系 ○支え技系 ○刈り技系					○得意技の選択練習 ○モニターで自分の動きを確認 ○実践練習			試合 (投げ技) ・転がったら一本 ・主審、計時係による運営	
	50	【学習の振り返り】 本時の反省会 (8, 9, 10は3人で) 次時の確認 整列、挨拶	動きの中で技ができる楽しさを味わう ・崩し、体さばき ・かかり練習 ・約束練習					簡単な試合の怪我や事故防止を考えて仲間に伝える。				
評価機会	知	①							②			総合的評価
	技			①		②	③				④	
	思				②					①	③	
	態		①					②				

6 本時の指導 (9時間目/全11時間)

(1) 目標 技ができる楽しさや喜びを味わい、基本動作や基本となる技ができるようにする。

(2) 評価規準

観点	B おおむね満足できる	Bに到達させるための手立て
思考 判断 表現	課題に応じた練習方法を選び、仲間の課題や出来栄を伝えることができる。	<ul style="list-style-type: none"> ・ペアでの話し合い ・モデルの提示 (生徒による) ・巡視

(3) 展開

段階	学 習 活 動	指導上の留意点 ◇対話に関わる指導 ●評価
導 入 15 分	1 集合，整列，挨拶，健康観察 準備運動，補助運動，受け身 2 課題把握 【学習課題】 ☆動きの中で，自分の得意技を磨こう。（発展的約束練習）	得意技が磨かれた姿を教師と生徒で共有する
展 開 30 分	3 投げ技の選択練習 (1) 3人1組のグループ学習を行う。 (2) 3パートでローテーション ①実践ゾーン（畳） ②練習・確認ゾーン（畳） ③モニターゾーン（TV前） 4 課題に応じた練習 ・①②③を自由選択	・選択した技ごとに編成されたグループを確認する。 ・5分ごとのローテーション ●課題に応じた練習方法を選び，仲間の課題や出来栄を伝えることができる。 （思考・判断・表現②） ◇課題となりうるポイントについてアドバイスを行う。 ※課題の例を仲間と共有できる
終 末 5 分	5 振り返り (1) 本時の反省会（3人で共有） (2) 次時の確認 (3) 整列，挨拶 (4) 次時の予告 技をただ力任せにかけようとしてもうまくかからない。崩しや体さばきが大事なことが分かった。	反省の方法を伝える ・結果 ・考察 ・課題 ○投げ技を使って，簡易な試合を行う事を伝える。

(4) 板書計画

【学習課題】 ☆動きの中で，自分の得意技を磨こう。（発展的約束練習）

◎基本となる技

- まわし技系（大腰 背負い投げ）
- 支え技系（支えつり込み足，膝車）
- 刈り技系（大外刈り 大内刈り）

◎選択練習

※選択練習の配置を紙板書で掲示

【重要】 崩し 体さばき（赤文字）