

保健体育科学習指導案

日時 平成24年10月9日(金) 第1校時

8:45~9:35

対象 第3学年A組 女子16名

授業者 世田谷区立駒沢中学校教諭 栗橋 亜紀子

場所 格技室

1単元名

「器械運動（マット運動）」

2単元目標

- ・マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技、発展技を行うこと、それらを構成し演技すること。
- ・器械運動に自主的に取り組むとともに、よい演技を讃えようすること、自己の責任を果たそうとすることなどや、健康・安全を確保することができるようとする。
- ・技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

3単元の評価規準

観点	ア 関心・意欲・態度	イ 思考・判断	ウ 技能	エ 知識・理解
単元の評価規準	・器械運動の楽しさや喜び味わうことができるよう、よい演技を讃えようすること、自己の責任を果たそうとすることなどや、健康・安全を確保して、学習に自主的に取り組もうとしている。	・生涯にわたって器械運動を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。	・器械運動の特性に応じて演技するための、自己に適した技を身に付けている。	・技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法、発表会や競技会の仕方を理解している。
学習活動に即した具体的な評価規準	①器械運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 ②よい演技を讃えようとしている。 ③自己の責任を果たそうとしている。 ④互いに助け合い教え合おうとしている。 ⑤健康・安全に確保している。	①自己の課題に応じて、学習する技の合理的な動き方の改善すべきポイントを見付けている。 ②自己の課題に応じて、適切な練習方法を選んでいる。 ③自己の技能・体力の程度に応じて、目指す技や技の組み合わせ方を見つけていく。 ④仲間と学習する場面で、仲間の動きと自己の動きの違いなどを指摘している。 ⑤健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選んでいる。 ⑥器械運動を継続して楽しむための自己に適した関わり方を見付けている。	①マット運動では回転系や巧技系の技で構成し演技するための、滑らかに安定した基本的な技、条件を変えた技、発展技のいずれかができる。 ②器械運動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。 ③運動観察の方法について、理解したことを言ったり書きだしたりしている。 ④発表会や競技会の仕方について、学習した具体例を挙げている。	

4指導観

(1) 単元観

- ・器械の特性に応じて多くの「技」がある。これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。
- ・技が自己に適した技で演技することが求められる。

(2) 生徒観

① 運動や学習への意識に関するアンケート調査結果（調査対象：3学年女子43名）

項目	回答	「好き」「はい」	「嫌い」「いいえ」
あなたは運動が好きですか	33人		10人
それはなぜですか		<ul style="list-style-type: none"> ・できたときの達成感 ・体を動かすとすがすがしい ・友達と一緒に何かをやることが楽しい 	<ul style="list-style-type: none"> ・得意ではないから ・動くのが嫌い ・疲れる
あなたはマット運動が好きですか	28人		15人
それはなぜですか		<ul style="list-style-type: none"> ・できないけれど、新しいことに挑戦することが楽しい ・柔軟性が高くなるから ・みんなでできるから ・たくさんの技があり、できるとかなり気持ちがいい 	<ul style="list-style-type: none"> ・体が動かない ・できたら楽しいけれど、できなかつたら嫌 ・体が痛くなる
補助倒立ができますか	35人		8人

② 調査結果について

- ・3年生ともあり、運動の楽しさを知っている生徒が多い。運動が嫌いと答えた生徒の中には、好きな運動と嫌いな運動があると言っている生徒もいる。
- ・運動が好きと答えている生徒でも、マット運動が嫌いと答えている生徒は体の柔軟性が低いことがある。
- ・3年間通して行っている基本的な技の補助倒立はできる生徒が多い。

③ 調査をふまえて

- ・運動の特性をしっかりとつかみ、楽しさを教えていきたい。
- ・女子は柔軟性がつきやすいので、授業の中でストレッチを効果的に入れる。
- ・グループ活動を取り入れ、仲間と一緒に活動できるようにする。

5年間指導計画における位置付け（第3学年）

月	体育分野	保健分野
4	集団行動、体育理論（スポーツテスト） 体つくり運動	
5	陸上競技（短距離走・リレー）	
6	体育理論	
7	水泳	健康な生活と疾病の予防
9	器械運動（マット）	
10	球技（ソフトボール）	
11	陸上競技（長距離走）	
12	球技（バレーボール）	
1・2	球技（バスケットボール）	
3	ダンス	

6 単元の指導計画と評価計画（時間扱い）→3評価規準から設定

時間	学習計画・内容	評価計画・方法
1	ガイダンス・基本動作につながる動き	ア① ア⑤ (行動観察・学習ノート)
2	前転・後転系の技	イ① エ① (行動観察・学習ノート)
3	技をつなぐ	ア③ イ③ (行動観察・学習ノート)
4	技にメリハリをつける	イ② エ② (行動観察・学習ノート)
5	技に磨きをかける	ア② ウ① (行動観察・学習ノート)
6	自分の連続技を考えよう	ア① エ② イ① (行動観察・学習ノート)
7 【本時】	自分と仲間の連続技をチェックしよう	ア④ イ④ エ③ (行動観察・学習ノート)
8	プレ発表会	ウ① エ④ (行動観察・学習ノート)
9	苦手な技を練習し、完成度を高めよう	ア④ イ⑤ (行動観察・学習ノート)
10	発表会	ウ① ア⑥ (行動観察・技能チェック)

7 指導に当たって

(1) I C Tの活用

- ・現代的なリズムの音楽を活用し、体操やウォーミングアップができるように工夫した。音楽を使用することにより生徒が次何をやるべきかがわかりやすく、楽しく体操することができる。
- ・自分の演技を見ることができるソフトを使用し、改善点を見つけ適した練習を考えることができる。

(2) 場の工夫

- ・撮影場所を設け、連続技を自分で見られるようにする。

(3) 学習形態の工夫

- ・マット運動が得意な生徒と苦手な生徒が混合になるようにグループを組んだ。

(4) 小学校との系統制

- ・小学校では器械、器具を使用し、遊びの中から動きを見つけていく。また自己の能力にあった技を選び、場を工夫したり、補助具を使用し技ができることや、技を繰り返したり組み合わせることを学習している。中学校ではこれらの学習を受けて技がよりよくできることや自己に適した技で演技することについて追求させていく。

8本時（全10時間中の第7時間目）

（1）本時のねらい

- ・互いに助け合い教え合おうとしている。
- ・仲間と学習する場面で、仲間の動きと自己の動きの違いなどを指摘し、自分に適した技を演技することができます。
- ・運動観察の方法について、理解したことを話したり書きだしたりすることができる。

（2）本時の展開

	学習活動	指導上の留意点・配慮事項	ICT	評価規準
はじめ	<ul style="list-style-type: none"> ・集合、整列、挨拶 ・本時の学習内容の確認 ・連続技の動画を見る ・準備運動、ウォーミングアップ 	<ul style="list-style-type: none"> ・出欠、忘れ物や服装を確認し、指示を与える。 ・本時のねらいを説明する。 ・関心を高めるために連続技の動画を見せ、連続技について全体に発問し、考えさせる。 	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="flex: 1;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">パソコン</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">・動画を見せる</div> </div> <div style="flex: 1;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">音楽機器</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">・準備運動の際に音楽をかける</div> </div> </div>	
なか	<ul style="list-style-type: none"> ・連続技を練習する ・自分の動きを撮影して、班で見てアドバイスをし合う 	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">つまずき支援</div> <ul style="list-style-type: none"> ・連続技が決まっていない生徒には個別にアドバイスをし、連続技を考えさせる。 ・お互いの動きを見合い、よい動きを中心に言語活動させる。 	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="flex: 1;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">パソコン・動画</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">ソフト</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">・自分の動きを撮影して見せる</div> </div> </div>	ア④、イ④ (観察)
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・集合 ・ノート記入 ・本時のまとめ ・安全確認 ・挨拶 	<ul style="list-style-type: none"> ・動画を見た際にどのような点に気付いたか発問し、考えさせる。 		エ③ (観察・ノート)

（3）授業観察の視点

＜ねらい＞ 発問は生徒の思考を深め、考えを引き出すことができていたか。

道徳授業学習指導案

日時 平成24年10月9日（火）第4校時

11:45~12:35

対象 第2学年B組 39名

授業者 世田谷区立駒沢中学校教諭 栗橋 亜紀子

場所 2年B組教室

1 日時 平成24年10月9日（火） 第4校時

2 主題

2-（3）友情、信頼

3 主題設定の理由

（1）ねらいとする価値について

ライバルとは、ただ実力が伯仲しているだけでなく、互いに相手を認め合う気持ちが通じ合った間柄を指す。互いに切磋琢磨し、時には精神的な支えにもなるライバルは、スポーツだけでなく、あらゆる分野において、人間の成長を促してくれる。友情も同じであろう。

（2）生徒について

中学生の人間関係は、かなりの広がりをもってくる。クラスや学校の様々な集まりを通じてできた仲間集団が、中学生にとって大きな影響を与えるようになる。自分に対する仲間の態度や評価が、中学生の自己概念に大きな影響を及ぼし、自己嫌悪のもとになったり、自信や自尊心の高揚につながったりする。生徒同士の間に生まれる信頼と友情は、生徒の人間的な成長にとって何ものにもかえがたいものである。友達のよさを発見し、信頼を基盤として成り立つ友情が人間としての生き方の自覚を深めるうえで尊いものであるかを実感させてていきたい。

（3）資料について

本資料は、小学生のころから一緒にバスケットボールを続けてきた「ぼく（純）」と康夫の友情の物語である。おとなしい康夫に対して主導権を握っていた純は、自分よりも先にレギュラーになった康夫に対して素直に接することができなくなる。しかし、康夫の「純がいなかつたらレギュラーになれなかつた。」という言葉で純は我に返る。この資料で、友情とは、親しい関係だけではなく、同等の立場の上において成り立つものであること、互いのよさを認め、互いに補い高め合う関係であることを押さえ、友情の大切さを学ばせたい。

4 生徒の様子

この時期の生徒は、日々の友人関係が円満であることを強く願っている。そのことが無批判的な同調を招き、表面的な付き合いに終始することにつながることがある。時に、激しい口論になってもぶつかり合い、高め合うような場面があつてもいいはずであるが、これを避けようとする傾向にある。

5 使用資料

副読本「きみがいちばんひかるとき 16 友達はライバル」光村図書

6 本時の指導の流れ

【ねらい】 友情が互いに同等の立場の上に成り立つものであることを理解し、互いを補い高め合う友情をはぐくんでいこうとする心情をはぐくむ。				
	学習指導	発問と予想される生徒の反応など	ＩＣＴ	留意点
導入	1 「友達はライバル」という言葉から、友達とのかかわりを振り返る。	<p>①友達をライバルと思ったことがありますか。また、どうしてそう思ったのですか。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・個人技のスポーツでは友達でもライバルだ。 ・いつも勝っていた競技で負けたとき。 	テレビ	<ul style="list-style-type: none"> ●バスケットボールの試合を見せ、興味を高める。
展開	2 「友達はライバル」を読んで、支え合い高め合う友情について自分の考えを深める。	<p>①「ぼく」が「康夫のシュートがきまるのをねたましく見ていい」たのはなぜでしょう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の方が上手だと思っていたので焦った。 ・康夫は自分が選ばれたことを申し訳ないと思っていた。 <p>②康夫はどんな思いで「純がいなかったら、レギュラーにもなれなかった」と言ったのでしょうか。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・純と一緒に練習をしてきたことで実力がついたと思っている。 ・退部しないで、またいっしょに練習しよう。 <p>③「ぼく」は康夫の言葉によって、どんなことに「はっと気がついた」のでしょうか。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・康夫が自分を支えてくれただけでなく、自分も康夫を支えていたこと。 	書画カメラ	<ul style="list-style-type: none"> ●「ぼく」と康夫のかかわりを整理して板書し、「ぼく」にとって康夫はどのような存在であったのかをとらえる。 ●「ぼく」の康夫への気持ちの変化が表れている表現をとらえる。 ●康夫が別れ際にぼつんと言った言葉から、康夫の気持ちを読み取る。 ●互いに認め合い、高め合うことが友情なのであることに気付かせたい。
終末	3 友達がいたからがんばれた経験を振り返る。 4 これから友達とのかかわりを考える	<p>①友達がいたから「がんばることができた」と思うことを思い起こしてみましょう。友達はあなたをどのように支えてくれましたか。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・部活動でもめたとき、「相手の気持ちも考えてあげよう」と忠告してくれた。 <p>②これからどのように友達とかかわっていこうと思いますか。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・苦しいこともいっしょに乗り越えたい。 		<ul style="list-style-type: none"> ●なるべく具体的に語らせたい。 ●自分の思いを発表させ、学級に広めさせたい。

7 評価：友情は互いに対等な立場の上に成り立っていることに気付き、友達を大切にしようとする心情が高まったか。

16 友達はライバル

2年 組氏名

1. 康夫はどんな思いで、「純がいなかったら、レギュラーにもなれなかつた」と言ったのでしょうか。

.....

.....

.....

.....

2. 「ぼく」は康夫の言葉によって、どんなことに「はっと気がついた」のでしょうか。

.....

.....

.....

.....

3. 友達がいたから「がんばれた」と思うことを思い起こして、友達はあなたをどのように支えてくれたか書きましょう。またあなたはどのように友達を支えていこうと思うか書きましょう。

.....

.....

.....

.....