

## 保健体育科学習指導案

指導者 大竹市立小方中学校  
花本 幸次

- 1 日 時 平成 22 年 11 月 5 日（金）10:40～11:30
- 2 学年・学級 第 2 学年 1 組（男子 14 名，女子 21 名，計 35 名）
- 3 場 所 廿日市市スポーツセンター（柔道場）
- 4 単 元 名 武道「柔道」
- 5 単元について

### （1）単元観

武道は、武技、武術などから発生した我が国固有の文化であり、相手の動きに応じて、基本動作や基本となる技を身につけ、相手を攻撃したり、相手の技を防御したりすることによって、勝敗を競いあう楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

柔道は相対する二人が、直接組み合って互いの動きの中で投げたり、固めたりして、勝敗を競う競技である。

したがって、伝統的な行動の仕方を守ることなどに意欲を持たせ、健康や安全に気を配らせるとともに、礼に代表される伝統的な考え方などを理解させ、課題に応じた運動の取り組み方を工夫させることが大切である。

### （2）生徒観

本学級の生徒は明るく体を動かすことが好きな生徒が多く、体育実技に対する興味・関心は高い。しかし、体育実技の苦手意識から、興味・関心が低い生徒もいる。また、男子のよさ女子のよさを発揮させるために男女共習で学習を進めているが、男女の関わりや教え合いはまだ希薄である。

### （3）指導観

指導にあたっては、礼儀・礼法を重んじる競技であることを十分理解させ安全に留意して練習や試合ができるようにするとともに、自他の安全を守る能力や公正な態度を育成する。また、体育に対する興味・関心や体力の差が大きくなってきているため、個々の生徒に、それぞれの課題をつかませながら、個の能力に応じた指導や支援をする。

さらに、本単元を通して男女の関わりを深めるよう工夫したい。

## 6 単元の目標

- （1）武道の楽しさや喜びを味わうことができるよう、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守るとともに、安全に留意して学習に積極的に取り組むことができるようにする。
- （2）柔道を豊かに実践するための学習課題に応じた運動の取り組み方を工夫することができるようにする。
- （3）柔道の特性に応じて、攻防を展開するための基本動作や基本となる技を身に付けることができるようにする。
- （4）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が理解できるようにする。

## 7 単元の評価規準

ア 運動への 関心・意欲・態度	イ 運動についての 思考・判断	ウ 運動の技能	エ 運動についての 知識・理解
柔道の学習に積極的に取り組もうとしている。 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。 仲間の学習を援助しようとしている。 禁じ技を用いないなど健康・安全に留意している。	技を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けている。 課題に応じた練習方法を選んでいる。 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。	基本となる受け身が出来る。 投げたり抑えたりするなどの攻防を展開するための相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技が出来る。	柔道の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 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。 試合の行い方について学習した具体例を挙げている。

## 8 単元の指導と評価の計画（全11時間）

次	学 習 内 容	評 価 計 画					
		関 ア	思 イ	技 ウ	知 エ	評 価 規 準	評価方法
1 次	オリエンテーション ・特性，ねらい ・学習の進め方 ・留意事項の確認 ・体づくり考案 (1時間)					ア 柔道の学習に積極的に取り組もうとしている。 エ 柔道の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。	学習カード 行動観察
2 次	基本動作 ・礼法 ・受身 ・固め技 (2時間)					ア 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。 ウ 攻防を展開するための相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技ができる。	学習カード 行動観察
3 次	ねらい1 投げられたときに正確な受身がとれ、危険なことから避けられるようにする。 (2時間)					ア 仲間の学習を援助しようとしている。 イ 課題に応じた練習方法を選んでいる。 ウ 基本となる受け身ができる。	学習カード 実技テスト
4 次	ねらい2 習った技で得意技を身につけることができるようにする。 ・グループ別の課題練習 ・約束練習 ・自由練習 (3時間) 本時(2/3)					ア 禁じ技を用いないなど健康・安全に留意している。 イ 技を身につけるための運動の行い方のポイントを見付けている。 ウ 攻防を展開するための相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技ができる。 エ 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。	学習カード 行動観察
5 次	試合 得意技を用いながら、相手の動きに対応した試合ができるようにする。 ・体重別個人戦 (2時間)					ア 柔道の学習に積極的に取り組もうとしている。 ウ 投げたり抑えたりするなどの攻防を展開するための相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技ができている。 エ 試合の行い方について学習した具体例を挙げている。	学習カード 行動観察

6 次	まとめ 学習カードを参考にしながら、これまでの学習活動を振り返り、学習全体のまとめをする。 (1時間)				イ 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。	学習カード 確認テスト
--------	---	--	--	--	--------------------------------------	----------------

9 本時(7/11時間)の展開

(1) 本時の目標

仲間と協力しながら、得意技の行い方のポイントを見付けよう。

(2) 評価規準

技を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けることができる。

(3) 準備物

学習カード デジタルタイマー

(4) 学習の展開

	学習活動	指導上の留意事項	言語活動の視点にかかわる工夫	評価規準「評価方法」
導入 (10分)	1 準備運動	・柔道に適した準備運動を正確に行わせる。 ・からだの各部位を意識してほぐすように助言する。	大きな声で返事やはっきりとした言葉で指示したり、かけ声をかける。	
	2 ねらいの確認	・本時のねらいを説明する。		
仲間と協力しながら、得意技の行い方のポイントを見付けよう。				
展開 (30分)	3 各グループに分かれて技の研究	・場所を考えたり安全に留意して行うように指導する。 ・正確に技に入り、相手を安全に投げられるように指導する。	良かった点、改善点をはっきりと丁寧な言葉で言う。	技を身に付けるための運動の行い方のポイントを身に付けている。 〔思考・判断〕 (学習カード)
	4 約束練習 自由練習	・相手の動きや技に応じた攻防や競い合う必要性を知り意欲を持たせる。		
まとめ (10分)	6 学習カード記入	・成果と課題を振り返る。 ・本時のまとめ、次時の予告をする。	他者評価を積極的、肯定的に行う。	