

保健体育科学習指導案

指導者 安芸高田市立美土里中学校

教諭 山田 祥之

- 1 日 時 平成25年10月22日(火) 5校時 13:30~14:20
- 2 学 年 第1学年 22名(男子8名, 女子14名)
- 3 場 所 柔剣道場
- 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付け、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、勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。特に柔道は、自分と相手の体格や体力に応じて攻防の仕方を工夫し、相手の動きや力を利用して相手を投げたり、抑え込んだりできるところに魅力がある。また、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。

(2) 生徒観

本学級の生徒は、入学当初から人の話を聞かなかつたり、友達に対して思いやりに欠ける言動や自己中心的な態度をとったりする生徒がいるなどの課題が見られる。

体力面においては、男子が走力や瞬発力に課題があり、新体力テスト総合5段階でDの生徒が8名中4名いる。1年生は柔道を今年度から実施するが、事前アンケートの結果からもほとんどの生徒は柔道経験がないことがわかる。柔道に対してのイメージは、「強そう」「かっこいい」という興味や関心を抱いている反面、「けがが多そう」「痛い」「怖い」というマイナスイメージを持っている生徒が多い。

また、柔道の授業を通して、「力を付けたい」という意識や「危険なときに身を守る」といった護身のためという意見もある。しかし、柔道の授業を通して、武道特有の行動様式を学ぶことを期待している生徒は少ない。

【事前アンケート結果】 生徒数22名(内回答数21名)

No	質問項目	答え	理 由
①	柔道の経験がありますか。	はい 1名 いいえ 20名	
②	柔道に興味や関心がありますか。	はい 3名 いいえ 12名 どちらとも言えない 6名	
③	柔道からどんな印象を受けますか。	良い印象	筋肉がつく。力がつきそう。 自分の身が守れる。強くなれる。かっこいい。護身術。連れていかれそうになった時に生かせる。
		悪い印象	けがが多そう。痛い。怖い。危ない。 投げ技が痛い。
④	柔道の授業を通して、どんな力を身に付けたいですか。	どんな人にも勝てるようになりたい。強くなりたい。襲われたりしても自分の身を守る力をつけたい。負けてもがまんすること。どんな人にも勝てるようになりたい。危険なときに対応するために、技を覚えて力をつける。けがをしない。自分の身や命を守る。	

(3) 指導観

指導に当たっては、3年間の見通しを持って武道の特性に応じた指導を行うことが大切である。単に技能の向上や競い合いによる勝利の喜びを求めるだけでなく、伝統的な行動の仕方を身に付けさせるなど、柔道の良さに触れさせたい。そのためには、生徒一人一人に柔道の技ができる楽しさや喜びを味わせるとともに、技の構造や柔道特有の考え方、動作、礼法などの伝統的な行動の仕方について、形の指導に終わるだけでなく、その意義などについても説明しながら、意欲の向上を図っていききたい。

また、技能においては、3年間の発達段階を踏まえ、第1学年及び第2学年では安全面に十分配慮しながら、習得させたい技を易しい技に限定し、その中で基本動作と関連した技の指導を丁寧にを行う。そして、技のかけ方（崩し、体さばき、技のかけ）の一連の流れを理解できるようにするために、生徒同士の関わり合い（グループ活動）や視聴覚機器を活用しながら、見本の動きと自らの動きを視覚的に比較させることで、生徒が自主的に課題を見付け、解決できるようにする。

6 単元の目標

- (1) 次の運動について、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。
 - ア 柔道では、相手の動きに応じた基本動作から、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展開すること。
- (2) 武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、分担した役割を果たそうとすることなどや、禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ることができるようにする。
- (3) 武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し、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。

7 単元の評価規準（○数字：第1学年の評価規準、・：第2学年の評価規準、○：技能においては共通）

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
<ul style="list-style-type: none"> ・ 武道の学習に積極的に取り組もうとしている。 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。 ・ 分担した役割を果たそうとしている。 ②仲間の学習を援助しようとしている。 ③禁止技を用いないなど、健康・安全に留意している。 	<ul style="list-style-type: none"> ①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。 ②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。 ・ 学習した安全上の留意点を他の練習場面に当てはめている。 	<ul style="list-style-type: none"> ○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る。 	<ul style="list-style-type: none"> ①武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。 ②武道の伝統的な考え方について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 ③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。 ・ 武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。 ・ 試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。

8 指導と評価の計画（本時は、8時間目／全10時間）

次	学 習 内 容	評 価				
		関	考	技	知	評 価 規 準
1 ～ 2 時間	【はじめ】 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・柔道授業の進め方や約束事の確認をする。 ・基本動作と受け身を習得する。 </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ オリエンテーション （柔道を学ぶ意義、柔道の特性と歴史、学習の進め方、安全事項の確認） ○ 柔道着の扱い方 ○ 礼法（立礼、座礼） ○ 投げ技の基本動作と受け身の習得 <ul style="list-style-type: none"> ・姿勢、組み方、進退動作、体さばき ・受け身、基本動作からの受け身 				○	①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。
		○				○
3 ～ 5 時間	【なか1】 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・相手の動きに応じた基本動作と受け身を習得する ・固め技の抑え方を習得する </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ 基本動作（体さばき）から投げ技の関連 投げ技マイスターの活用 <ul style="list-style-type: none"> ・体さばきから受け身 ○ 固め技の習得 <ul style="list-style-type: none"> ・抑え技（けさ固め・横四方固め） ・抑え技の簡易試合 	○				③禁止技を用いないなど、健康・安全に留意している。
			○			
6 ～ 8 時間	【なか2】 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・投げ技を習得し、学習した技ができる楽しさを味わう ・学習した固め技を使用して相手との攻防を楽しむ </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ 投げ技（体落とし）の習得 <ul style="list-style-type: none"> ・崩し、体さばき～受け身 ・技の行い方、受け方 ・かかり練習と約束練習 				○	③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。
			○			
9 ～ 10 時間	【まとめ】 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・発表会を通して、単元の成果の確認をする。 </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ まとめ <ul style="list-style-type: none"> ・技の発表会 ・学習の成果と課題のまとめ 	○				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。
				○		

9 本時の展開

(1) 本時の目標

- 体落としの投げ方を身に付けることができる。(技能)
- 見本との比較から、課題を見付けることができる。(思考・判断)

(2) 本時の評価規準

- 取は後ろさばきから体落としをかけて投げ、受は横受け身を取ることができる。(技能)
- 見本との比較から動きの違いを見て、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。(思考・判断)

(3) 準備物 テレビ, デジタイマー, 体さばきシート, 学習カード

(4) 学習の展開

	学習内容	指導上の留意点 (◇) (◆「努力を要する」状況と判断した生徒への指導の手だて)	評価規準 (評価方法)
導入	1 整列, 挨拶 ○正座 ○黙想 ○座礼 2 本時の目標の確認	◇ 礼法や姿勢を正しく行うようにする。 ◇ 見学者に対する学習の補助と視点を指示。 ◇ 前時の課題を踏まえ, 本時の目標を十分確認するようにする。	
	体落としの投げ方を身に付けるために, 見本との比較から課題を見付けよう!		
展開	3 準備運動と補助運動 4 抑え技簡易試合	◇ 安全に留意しながら, 関節等を中心に行う。 ◇ 抑え技簡易試合 (40秒×5本) を通して, 身に付けた「けき固め」, 「横四方固め」を試行できるようにする。	
	5 体落としの説明	◇ 前回練習した体落としのかけ方のポイントや安全に対する留意点を確認する。 取 腰が入りすぎて, 同体で倒れない。 右ひじが背負い投げのようにならない。 受 受が腰を落としたりしない。 足を交差して受け身をとらない。	
	6 体落としのかかり練習 (グループ別練習)	◆ 視聴覚機器を活用し, 見本と生徒自身の映像を比較させ, 動きの違いに気づかせ課題を明確にするよう支援する。 ◇ グループで話し合い, 違いについて課題をまとめる。 ◇ 各グループのまとめを発表する。 体落としを上手にかけるためには, 引き手とつり手を使って, 相手の姿勢を崩してから, 投げることが大切であることを理解する。 ◇ かかり練習では, 崩しを体感しながら取り組むようグループ内で助言するよう指導する。	考 「思考・判断」 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 (行動観察, 学習カード) 表 「技能」 取は後ろさばきから体落としをかけて投げ, 受は横受け身を取ることができる (行動観察)
言語活動の充実	課題: 「見本と比較してどこが違うか明らかにしよう。」		
	7 体落としの約束練習 (グループ別練習)	◆ 力まかせに技をかけようとしている生徒には, 仲間の姿を見ながら確認するよう支援する。	

ま と め	<p>8 整理運動</p> <p>9 整列, 挨拶</p> <p>○本時の反省と次回の予告</p> <p>○正座 ○黙想 ○座礼</p>	<p>◇ 使った筋肉をリラックスさせながら, 行うようにする。</p> <p>◇ 自己評価カードを活用し, 振り返るようになる。</p> <p>◇ 心を落ち着かせ, 仲間への感謝の気持ちをもたせる。</p>	
-------------	--	---	--