

## 保健体育科 学習指導案

三原市立第三中学校  
指導者 教諭 山田 清志

1 日 時 : 令和元年11月21日(木) 5校時(14:00~14:50)

2 場 所 : 格技場

3 学年・学級 : 2年1, 2組 男子42人

4 単 元 名 : 柔道

### (1) 単元観

本単元は、中学校学習指導要領(平成29年告示)解説保健体育編の「F 武道」の内容を取り上げている。武道は、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、勝敗を競い合い、互いに高め合う楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

また、武道に積極的に取り組むことを通して、武道の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対人的な技能を基にした運動である。

第2学年では、「技ができる楽しさや喜びを味わい、武道の特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開することができるようにする。その際、攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにすることが大切である。」と示されている。

### (2) 生徒観

第2学年の生徒は、昨年度も柔道を学習している。技能面については、基本的な受身と固め技を学習し、単元の終末に受身の実技テストを実施している。実技テストには、後受身、横受身、前回り受身の3種目があり、30点満点のうち、平均27点で概ね満足な結果であった。27点以下の生徒が学年で9名おり、これらの生徒の技能を高めることができるような手立てを考える必要がある。

知識面では、礼儀作法及び受身の技能ポイントについて、学期末試験での正答率が70%で、知識面については課題があった。また、柔道の学習後1年が経過しているため、学習内容を忘れていた生徒がさらに多いことも想定される。そのため、単元を通して、昨年度、学んだことを復習しながら授業を受け、新たな知識と技能を身に付ける必要がある。

### (3) 指導観

#### ア 保健体育科柔道の指導について

中学校学習指導要領（平成29年告示）解説保健体育編から、柔道の指導では、知識の理解を基に運動の技能を身に付けたり、運動の技能を身に付けることで一層知識を深めたりするなど、知識と技能を関連させて学習させる。

知識と技能を関連させて学習させるための手立てとして、言語活動とワークシートを工夫する。

受身や投げ技の練習では、技能ポイントを知識として定着させるために、ワークシートや大型テレビに動きを比較するための図やヒントなどを示す。与えられた情報から、技能ポイントについて自分の考えをワークシートに書き、仲間との交流を通して、「頭をつかない」「片足体重」「膝の裏」など、技能習得に関連するキーワードを全体で確認する。グループ練習では、全体で確認したキーワードを使って互いにアドバイスすることで知識と技能を関連付けた学習にする。授業のまとめでは、仲間との交流を通して、自分の考えが広まったことや、めあての達成度を示した自己評価をもとに振り返りを書かせることで、深い学びにつなげたい。

習得した知識と技能を活用して、単元の終末に「簡易な攻防を展開する試合」を取り入れる。「簡易な攻防を展開する試合」とは、「取り」と「受け」が相互に学習した技を出し合うなど、決められたルールの中で実際の試合形式に近い攻防を展開することである。攻防が展開できる場の設定や動きを限定することで安全面を確保し、技能の習得を図る。

言語活動とワークシートを工夫し、生徒の主体的な学びを促すことで、本単元の目標が達成できると考える。

#### イ 生徒指導の三機能とユニバーサルデザインを関連付けた指導について

本単元では、生徒の学ぶ意欲を育て、主体的な学びを促すために、生徒指導の三機能とユニバーサルデザインの授業づくりを関連付けた授業を展開する。

「生徒指導の三機能」とは、「自己決定の場を与える」「自己存在感を与える」「共感的人間関係を育成する」ことであり、先行研究で示されているように、生徒指導の三機能を授業に生かすことにより、学習意欲を向上させる。

「ユニバーサルデザインの授業づくり」とは、誰にでも「わかる、できる」と実感できる授業を展開し、主体的な学びを促す授業づくりのことであり、先行研究で示されているように、授業をユニバーサルデザイン化することで生徒の主体性を促す。

中学校学習指導要領（平成29年告示）解説保健体育編において示されているように、「障害のある生徒などについては、学習活動を行う場合に生じる困難さに応じた指導内容や指導方法の工夫を計画的、組織的に行う」「日常生活とは異なる環境での活動が難しい生徒が、不安を解消できるよう、学習の順序や具体的な内容を段階的に説明する」などの配慮を行う。

「生徒指導の三機能」と「ユニバーサルデザインの授業づくり」を関連付けた授業を展

開するために、「授業作成シート」を作成し、指導上の留意点に、ユニバーサルデザイン化された学習活動に生徒指導の三機能が生かされている場面を明記する。

これら二つの視点を取り入れた本時案を作成することで、指導の視点を明確にし、どの生徒にとってもわかりやすい授業を展開する。

(4) 単元の目標

- 技ができる楽しさや喜びを味わい、柔道の特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開することができる。
- 攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができる。
- 柔道の学習に積極的に取り組み、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、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなど意欲をもち、禁じ技を用いないなど健康や安全に気を配ることができる。

[中学校学習指導要領（平成29年告示）解説 保健体育編]

(5) 単元の評価規準

ア 知識・技能	イ 思考・判断・表現	ウ 主体的に学習に取り組む態度
①技の名称や行い方について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 ②相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技ができる。	合理的な解決に向けて、運動の取り組み方を工夫している。	分担した役割を果たし、禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配っている。

(6) 本単元において育成しようとする資質・能力とのかかわり

本校が、重点的に育成しようとする資質・能力は次の六つである。

知識	①将来に通用する基礎学力
スキル	②課題発見・解決力 ③人間関係形成能力
意欲・態度	④チャレンジ精神 ⑤耐える力
価値観・倫理観	⑥人としての思いやり

この中でも、本単元では、次の点に重点を置くものとする。

【スキル】②課題発見・解決力

投げ技に関連する学習課題を発見し、課題解決に向けて工夫して練習に取り組むこと

ができる。

5 指導と評価の計画（全6時間）

時	学習内容	主な学習内容			資質・能力の評価
		知 技	思 判 表	態 度	
1	○ 受身と固め技の復習			○ ウ 分担した役割を果たし，禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配っている。	人としての思いやり
2	○ 八方向の崩し（本時）	○		ア 八方向の崩し方ができる。	課題発見・解決力
3	○ 崩しから投げ技につながる動きの練習		○	イ 合理的な解決に向けて，運動の取り組み方を工夫している。	課題発見・解決力
4	○ 膝車のかけ方	○		ア 膝車のかけ方を理解している。	課題発見・解決力
5	○ 大外刈のかけ方	○		ア 大外刈のかけ方を理解している。	課題発見・解決力
6	○ 学習した技を使って簡易試合	○		ア 簡易試合で学習した技をかけている。	将来に通用する基礎学力

6 本時の展開 (2 / 6)

(1) 本時の目標

相手の姿勢を八方向に崩すことができる。

(2) 観点別評価規準

ア 八方向の崩し方ができる。

(3) 学習の展開

	活動内容 ●観点の評価	○指導上の留意事項 【授業のUD化】 生徒指導の三機能 ※配慮を要する生徒への手立て
導入	1 礼→体操→受身練習を行う。	○全員が参加できる活動にするために、毎時間の受身練習をグループでドリル化し、ルールを明確にして見通しが持てる活動にする。【視覚化・焦点化】決 存 共
	2 電子黒板の動画を見て本時で何を学ぶのか考える。	○電子黒板で「人が歩きながら石につまずいて転倒する動画」を見せて、「人が転倒するときの条件」について考えさせる。生徒の身近な生活と結び付けることで、学習意欲を高める。 【学習内容の視覚提示】決
展開	3 人が転倒するときの条件について個人思考する。	○ワークシートに自分の考えを書かせる。決 存
	4 全体で意見交流をする。	○「体重移動、片足体重、ひっかかる、油断する、見えない」などのキーワードが出ている生徒を取り上げ、投げ技に入る前の崩しにつながるキーワードを全体で確認する。【ヒントの提示】存 ※意見が出ない場合には、動画のひっかかる瞬間を静止画にして、見る視点を絞らせることで、片足体重などの意見を引き出すようにする。
	5 転倒する方向は全部でいくつあるか確認する。	○転倒する方向はいくつあるか、実際に体を動かしながら三人組で意見交流させる。【動作化】共 存 決
	6 八方向の崩しについて	○八方向考えることができたグループを紹介し、本時は、

	<p>て、全体で確認する。</p> <p>7 三人組で八方向の崩しを練習する。</p>	<p>投げ技に入る前の八方向の崩しができるようになることを確認する。【めあての提示】<b>決</b></p> <p>○ワークシートで相四つの組み方と八方向の崩しの名称を確認し、活動で使う語句をそろえることで理解を促進させる。【モデルの提示】<b>決</b></p> <p>○「取り」「受け」「見取り」の役割を分担し、自分の考えを伝えたり、相手の意見を聞いたりしながら活動させることで、理解を深めさせる。 【学習形態の工夫】<b>共 決</b></p> <p>○八方向の崩しができているグループは、あまり力を入れなくても相手の姿勢を崩すことができる手や足の動きについて考えさせる。 【視点の提示】<b>決 存</b></p> <p>○崩すときに両手で道着をしっかり掴んでいたりと、ひじを曲げて足を使うことで、体全体で相手の姿勢を崩したりしている生徒がいた場合には全体に紹介し、動きのイメージをもたせる。【モデルの提示】<b>存 決</b></p> <p>※ひじを曲げて、力強く両手を動かすことが理解できない生徒には、「腕相撲をするときは、どのような腕の形になるか考えてみよう。」と問うことで思考を促す。</p> <div data-bbox="359 1294 1276 1523" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>●八方向の崩しができる(行動観察)</p> <p>A : ひじを曲げて下半身を使い、力強く八方向に崩している。</p> <p>B : 八方向に崩している。</p> <p>C : 仲間の指示を聞きながら、八方向に崩している。</p> </div>
<p>まとめ</p>	<p>8 本時のふりかえりをする。</p>	<p>○投げ技と崩しがどのようにつながっているかを考えてワークシートの振り返りを書かせることで、学習したことを意識化させ、次時の学習意欲を高める。 【振り返りでの言語化】<b>存</b></p>

## ユニバーサルデザインと生徒指導の三機能を関連させた授業作成シート

過程	授業のユニバーサルデザイン化	生徒指導の三機能を生かした授業
	○指導上の留意事項 【UDの指導・支援項目】	●生徒指導の三機能 ・具体的な手立て
導入	<p>○電子黒板等を活用して、学習内容の見せ方を工夫している。【学習内容の視覚提示】</p> <p>○単元全体の流れを掲示やワークシートで生徒に提示し、見通しをもたせている。【視覚化】</p> <p>○ゲーム・クイズ形式・間違い探し・教材を隠すなど、全員が参加できる活動を仕組んで、意欲を高めている。【視覚化・焦点化】</p> <p>○めあてを、常に見える位置に提示するなど工夫している。【めあての提示】</p> <p>○活動の流れを黒板やワークシートに示し、見通しをもたせるように工夫している。【本時の流れの確認】</p> <p>○活動内容や課題解決すべきことを身近な生活に結び付けて、イメージをもたせている。【焦点化】</p> <p>○既習事項を確認するなど、知識・技能のスパイラル化を図っている。【スパイラル化】</p> <p>○取り組もうとしていることを肯定的に評価し、意欲を高めている。【肯定的評価】</p>	<p>●自己決定の場を与える</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・本時のめあてや活動内容をノートやワークシートに書かせたり、発表させたりしている。</li> <li>・導入の思考場面で、自分の考えをペアやグループ、全体で発表させている。</li> </ul> <p>●自己存在感を与える</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・既習事項を確認する活動を仕組み、肯定的な評価をしている。</li> <li>・個人や学級の学習環境が整っている場合に、肯定的な評価をしている。</li> </ul> <p>●共感的人間関係を育成する</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・導入の発問に対して、ペアやグループで思考させ、互いに意見交流をする場面を設定している。</li> <li>・活動に対して意欲的ではない生徒に対して、共感しながら手立てを与えている。</li> </ul>
展開	<p>○ヘルプカードやヒントカードなど、わからないと言える環境づくりを仕組んでいる。【視覚化】</p> <p>○思考の時間を確保したり、タイマーで時間を提示するなど、授業に空白の時間をつくらぬ工夫をしている。【視覚化・共有化】</p> <p>○やり方等の理解をそろえ、解決できるイメージをもたせる。【モデルやヒントの提示】</p> <p>○活動のルールを提示し、全員の理解をそろえている。【視覚化】</p>	<p>●自己決定の場を与える</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・一人で調べたり、考えたりする時間を十分に与えている。</li> <li>・自分の考えをみんなの前で発表する場を設けている。</li> <li>・自分の考えやノートの取り方を指導している。</li> <li>・興味・関心をもつように、資料や教材提示を工夫している。</li> <li>・思考場面や観察場面で、考えたり、観たりする視点を示している。</li> <li>・多様な考えを生むような発問を工夫している。</li> </ul> <p>●自己存在感を与える</p>

展開	<p>○課題の解決方法を考えさせたり、提示したりして、解決できるイメージをもたせている。 【モデルやヒントの提示】</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>生徒の実態を把握し、授業のどの場面で、どの生徒を生かすことができるか考えている。</li> <li>役割分担をさせて、一人一人が追究活動に参加するよう促している。</li> <li>生徒が協力して学習できるように、ペア学習やグループ学習などを取り入れている。</li> <li>グループで協力しなければ解決できない学習課題を設定している。</li> <li>つまずきや誤答などを取り上げ、課題解決の方法を思考する上で、みんなのためになったことを評価している。</li> <li>一人一人に丸付けを行ったり、良いところを具体的に評価したりしながら、計画的に机間指導を行っている。</li> <li>授業に意欲を見せない生徒や学業が振るわない生徒も、学習していけるような配慮をしている。</li> <li>発言しない生徒に配慮している。</li> </ul>
	<p>○学習している内容が、他教科や身近な生活と結びつく場面を設定している。【焦点化】</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●共感的人間関係を育成する</li> <li>生徒の発表に対して、うなずきや相づちで応え、共感的に受け入れている。</li> <li>良い姿や頑張っている姿は褒め、好ましくない行為については正すことを心掛けている。</li> <li>相互評価など、お互いのよさを認め合う活動を取り入れている。</li> <li>仲間の発表に対しては、発表者の方を向いて聴かせたり、拍手をしたりするような雰囲気づくりを行っている。</li> <li>生徒同士の発言をつなげ、集団での学び合いとなるようにしている。</li> <li>ペア学習やグループ学習で、課題解決に向けて教え合いの場面を設定している。</li> <li>間違った応答を笑わないように指導している。</li> <li>一人一人を受け入れて褒め、生徒の人間性を認めている。</li> <li>教師主導にならず、生徒のテンポに合わせながら授業を進めている。</li> </ul>
	<p>○教材・教具の示し方を工夫し、観点や視点に気付かせ、考える内容を方向付ける。 【観点や視点の提示】</p>	
	<p>○教材の「なぜ？」を引き出し、学習意欲を高めている。 【観点や視点の提示】</p>	
	<p>○選択肢をつくる、隠す、間違えるなど教材にしかけをつくり意欲を高める工夫をしている。 【観点や視点の提示】</p>	
	<p>○教材を比較・分類・関連付けることで、意欲を高める工夫をしている。 【観点や視点の提示】</p>	
	<p>○相互評価の観点を共有し、考える内容を方向付けている。 【観点や視点の提示】</p>	
	<p>○教師の発問、生徒の発言を板書したり、ホワイトボードを活用するなど、見える化する工夫をしている。 【視覚化】</p>	
	<p>○身体を使わせることで、表現に気付かせたり理解を深めさせたりしている。 【動作化】</p>	
	<p>○先生の話聞くだけの授業にならないように、生徒の活動場面を仕組んでいる。 【動作化】</p>	
<p>○ペアやグループによる話し合い活動等で、言語化させ合い、理解を深めさせる。 【共有化】</p>		
<p>○スモールステップ学習など段階的に達成できる活動を仕組んでいる。 【スモールステップ】</p>		
<p>○取り組んでいる過程をスモールステップで評価し、意欲を持続させている。 【肯定的評価】</p>		
終末	<p>○めあてに対し、発言させたり書かせたりして振り返らせることで、できたことを実感させている。 【振り返りでの言語化】</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●自己決定の場を与える</li> <li>振り返りを発表をしたり、書いたりしている。</li> <li>●自己存在感を与える</li> <li>めあてに対する振り返りや、課題解決に向けて取り組んだ姿など、生徒が活躍した場面を取り上げ、肯定的に評価している。</li> </ul>
	<p>○自己評価・他者評価・相互評価等により、できたことや課題を認識させている。 【肯定的評価】</p>	