

第2学年組 保健体育科 学習指導案

指導者 安来市立伯太中学校 三浦 稔

1 単元名 武道（柔道）

2 単元の目標

- (1) 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、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。 【関心・意欲・態度】
- (2) 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。 【思考・判断】
- (3) 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ができるようにする。 【技能】
- (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などが理解できるようにする。 【知識】

3 基盤

(1) 教材観

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。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運動である。武道は、中学校で初めて学習する内容であるため、基本動作と基本となる技を確実に身につけ、基本動作や基本となる技を用いて、相手の動きの変化に対応した攻防ができるようにすることが求められる。また、技能の上達に応じて、基本となる技を用いた自由練習やごく簡単な試合で攻防を展開することを発展させて、得意技を身に付け、自由練習や簡単な試合で攻防を展開できるようにすることをねらいとしている。したがって、第1学年及び第2学年では、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。また、武道の学習に積極的に取り組み、伝統的な行動の仕方を守ることなどに意欲をもち、健康や安全に気を配るとともに、礼に代表される伝統的な考え方などを理解し、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ことが大切である。生徒自身が魅力を感じ、柔道の特性に触れる良い機会とし、身に着けた得意技などが決まった時の達成感や喜びを経験させたい。

(2) 生徒観 ～省略～

(3) 指導観

本単元では、はじめに基本動作と受け身、既習技の復習を確実にやりたい。その後、第1学年で身につけた既習技の系統性に配慮しながら新しい技を取り扱い、約束練習を通して、相手の投げ技に対応した受け身を確実に身につけさせたい。また、後半は身につけた技を多く発揮でき、得意技を獲得できるようにしたい。また、最後の時間は技の

発表会を行いたい。本校では「武道」の学習は柔道の学習を行っている。1, 2年のみで行い、3年では行っていない。特に柔道は、相手と直接組み合って攻防を展開する運動なので、相手を尊重することや、危険な動作や禁じ手を用いないことなどの安全の確保を十分に行った上で、相互の協力、助け合いを重視した中での技能向上を図りたい。

本時の学習では、指定された既習の技の中から、自分に合った技を選択して「得意技」とし、グループ学習の中で、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘し合うことで、思考力を高めることを目指したい。その方法として、「受」の生徒からの視点補助者として「観察している」生徒からの視点の2つの視点から振り返ることができるように、チェックシートを用意し、技ごとに観察の視点をしばっていくとともに、話し合いがスムーズに行えるようにしていきたい。グループ学習については、1年次も同様に3人または4人での形態をとっており、学習をすすめてきたが、助け合いの活動に留まっている。2年次は言語活動が充実するように、単元全体の中にも、積極的に話し合いの場面を多く取り入れていきたい。グループの編成についても、体格差、選択する技の種類とともに、中心となって話し合いが進められる生徒の」配置等にも気を配りたい。補助的な教材として、既習技のモデルとなるべく、各技の手本となるVTRを用意し、イメージを膨らませたい。その際、指定した技のVTRが自由に見られるよう、映像機器を3台配置したい。授業会場のスペースが狭く、動きながら投げ技を行う際に、危険がないように十分に注意することと、時間と場所を有効に使うため、本時については時間でローテーションする形態で授業を行っていききたい。

4 単元の評価規準

●：第2学年の評価規準 ○第1学年の評価規準 ◎第1, 2学年共通の評価規準

①運動への関心・意欲・態度	②運動についての思考・判断	③運動の技能	④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大切にしようとしている。 ●分担した役割を果たそうとしている。 ●仲間の学習を援助しようとしている。 ◎禁じ手を使わ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。 ◎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。	◎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。	○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。 ○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だしたりしている。 ◎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。 ◎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。 ●試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。

5 指導計画と評価計画（全11時間：本時9／11）

（1）指導と評価計画

時間	学習のねらい	おもな学習活動	評価規準（評価方法）
1	<p>☆学習計画を確認する</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 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、援助の仕方 	<ul style="list-style-type: none"> ・ オリエンテーション ・ VTR 学習 	<p>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。 （知識、理解）</p> <p>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。 （知識、理解）</p>
2	<p>☆安全の確保について学習する</p> <p>☆基本動作と受け身、既習技(投げ技)の確認を復習する</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 補強運動 ・ 基本動作と受け身 ・ 復習（投げ技） 膝車、大腰、送り足払い 	<p>③禁止手を使わないなど健康安全に留意している。 （関心・意欲・態度）</p>
3	<p>☆基本動作と受け身、既習技(固め技)の確認を復習する</p> <p>☆安全に留意して学習する</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 抑え込みの条件と抑え方、応じ方 ・ 復習（固め技） 袈裟固め、横四方固め 	<p>③禁止手を使わないなど健康安全に留意している。 （関心、意欲、態度）</p> <p>③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。 （思考、判断）</p>
4	<p>☆新しい技を習得し、動きの中で技ができる楽しさを味わう<1></p> <p>☆仲間の学習を援助する</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 抑え込みの条件と抑え方、応じ方 ・ 新しい投げ技 支え釣り込み足 	<p>①相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防を展開するための相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技、得意技ができる。 （技能）</p>
5	<p>☆新しい技を習得し、動きの中で技ができる楽しさを味わう<2></p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 抑え込みの条件と抑え方、応じ方 ・ 新しい投げ技 体落とし（大腰との関連技） ・ 新しい固め技 上四方固め 	<p>①相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防を展開するための相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技、得意技ができる。 （技能）</p>

6	<p>☆新しい技を習得し、動きの中で技ができる楽しさを味わう<3></p>	<ul style="list-style-type: none"> ・固め技による相手との攻防 簡単な試合形式で行う ・新しい投げ技 小内刈り 	<p>①相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防を展開するための相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技、得意技ができる。 (技能)</p>
7	<p>☆新しい技を習得し、動きの中で技ができる楽しさを味わう4 ☆投げ技のコツ、チェックポイントを確認する</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・固め技による相手との攻防 ・これまでの投げ技振り返り 	<p>②仲間の学習を援助しようとしている。 (関心・意欲・態度)</p>
8	<p>☆学習した技を利用して相手との攻防を楽しむ<1> ・得意技を見つける ☆課題に応じた練習方法を選ぶ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・固め技による相手との攻防 ・得意技を選択、グルーピングを行う。 	<p>②仲間の学習を援助しようとしている。 (関心・意欲・態度)</p> <p>①課題に応じた練習方法を選んでいる。 (思考・判断)</p>
9 本 時	<p>☆学習した技を利用して相手との攻防を楽しむ<2> ・得意技を磨く ☆課題に応じた練習方法を選ぶ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・グループで技に磨きをかけていく。 	<p>②仲間の学習を援助しようとしている。 (関心・意欲・態度)</p> <p>①課題に応じた練習方法を選んでいる。 (思考・判断)</p>
10	<p>☆学習した技を利用して相手との攻防を楽しむ<3> ・得意技を磨く ☆分担した役割を果たす ☆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つける</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・グループで技に磨きをかけていく。 ・簡単な試合形式を行う。 	<p>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。 (思考・判断)</p>
11	<p>☆試合の行い方について理解する ☆学習の振り返り</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・技の発表（試合形式） ・学習の振り返り 	<p>① 分担した役割を果たそうとしている。 (関心・意欲・態度)</p> <p>① 試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 (知識・理解)</p>

(2) 指導内容及び「学習活動に即した評価規準（第2学年 武道；柔道）

運動への 関心・意欲態度	運動についての 思考・判断	運動の技能	運動についての 知識・理解
<p>【学習内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> • 用具の準備や後片付け、審判など分担した役割に積極的に取り組もうとしていること。 <p style="text-align: center;">↓</p> <p>① 分担した役割を果たそうとしている。 【評価規準】</p> <ul style="list-style-type: none"> • 仲間の練習相手を引き受けるなど、学習課題の解決に向けて仲間の学習を援助しようとしていること。 <p style="text-align: center;">↓</p> <p>② 仲間の学習を援助しようとしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 危険な動作や禁止技を用いない、畳を整え隙間をなくす、他の組との間隔を充分にとって活動するなど、自己や仲間の安全に留意していること。 <p style="text-align: center;">↓</p> <p>③ 禁止手を用いないなど健康安全に留意している。</p>	<p>【学習内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> • 課題に応じた練習方法を選んでいること。 <p style="text-align: center;">↓</p> <p>① 課題に応じた練習方法を選んでいる。 【評価規準】</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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こと。 <p style="text-align: center;">↓</p> <p>② 仲間と協力する場面で、分担に応じた協力の仕方を見付けている。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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こと。 <p style="text-align: center;">↓</p> <p>③ 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。</p>	<p>【学習内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> • 正しい姿勢、組み方から崩しと体さばき、受け身を関連付けて行うことができること。 • 相手の動きに応じた基本動作から、投げ技の基本となる技を用いて自由練習や簡単な試合で攻防ができること。 • 固め技の基本となる技や簡単な技の入り方を用いて、自由練習やごく簡単な試合で抑えたり返したりする攻防ができること。 <p style="text-align: center;">↓</p> <p>① 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。 【評価規準】</p>	<p>【学習内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> • 学習した技の名称やそれぞれの技を身に付けるための技術的なポイントについて、学習した具体例を挙げていること。 <p style="text-align: center;">↓</p> <p>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。 【評価規準】</p> <ul style="list-style-type: none"> 柔道を継続することで高まる体力要素について、学習した具体例を挙げていること。 <p style="text-align: center;">↓</p> <p>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。</p> <ul style="list-style-type: none"> • ごく簡単な試合におけるルール、審判の仕方について、学習した具体例を挙げていること。 <p style="text-align: center;">↓</p> <p>③ 試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。</p>

(3) 学習過程と評価機会とその方法

次	第1次		第2次							第3次		
	1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
学習活動	10	オリエンテーション	用具、柔道衣の確認、あいさつ、伝統的な行動の仕方、健康観察、本時の学習の見通し									
	20	VTR学習	準備運動、補強運動、基本動作と受け身(後ろ受け身、横受け身、前回り受け身)									
	30	グループ編成	抑え込みの条件と押さえ方、応じ方 ・条件を満たして自由に抑える ・約束練習、攻防		○固め技による相手との攻防 ・段階的な試合 ・協力の仕方 ・安全確保			得意技を磨く ・動きの中でかける技と受け身 ・学習課題の解決に向けて、仲間に助言する活動 ・自由練習の延長のごく簡単な試合		技の発表・学習のまとめ		
	40	基本技能の確認	技の復習 ・投げ ・固め		☆新しい技 ○固め技(受・取) ・上四方固め ○投げ技(受・取) ・支え釣り込み足 ・体落とし ・小内刈り			得意技をみつけよう				
			整理運動、本時の振り返り、次時の連絡、あいさつ									

評価方法	関・意・態	③	③	③	②			②	②	②	①	①
	思・判			③						①	②	
	技能		①	①	①	①	①					
	知・理	①②										③

○は評価、●は指導の機会

6 本時の学習

(1) ねらい

○課題に応じた練習方法を選んでいる。

(2) 準備

・学習カード、技チェックシート、模範VTR

(3) 展開

過程	学習活動	○教師の支援 ☆評価
導入 13分	○集合、整列、挨拶、健康観察 ○本時の学習内容を知る ○準備運動、補助運動、受け身	○健康状態を観察し、体調の悪い生徒については無理をさせないよう配慮する。 ○本時の流れと課題を知らせ、見通しをもって学習できるようにする。

展開 29 分	○投げ技の選択練習	・選択した技ごとに編成されたグループを確認する。
	☆得意技を磨こう。(動きの中で、発展的約束練習)	
	・3人1組のグループ学習を行う。	○3パートでローテーションしていく ①実践ゾーン(畳) ②練習・確認ゾーン(フロア、固い畳) ③模範VTRゾーン(TV前) ☆課題に応じた練習方法を選んでいる。 (思考・判断①)
終末 8 分	○本時の反省会(3人で) ○次時の確認 ○整列、挨拶	○投げ技を使って、簡易な試合を行う事を伝える。

(4) 本時の評価

	十分満足できると判断される生徒の具体例	概ね満足できると判断される生徒の具体例	支援を必要とする生徒への指導の手当て
課題解決についての思考・判断	・課題に応じた練習方法を適切に選んでいる。	・課題に応じた練習方法を選んでいる。	・学習カード等を使って、課題を明確にするとともに、提示した練習方法のねらいを伝える。

7 本時の視点

- ・課題解決にむけての練習方法は適切であったか、言語活動を中心としたグループ学習は効果的だったか。