

保健体育科学習指導案

指導学級：2年 3組 34名
 指導場所：体 育 館
 指導者：教諭 岩城 靖一郎
 教諭 柳 威 史

1 単元名 器械運動

2 単元について

(1) 器械運動の特性について

器械運動は、マット、鉄棒、平均台、跳び箱などの器械を使った「技」で構成され、懸垂、支持、回転、ひねりなどの非日常的な動きで自分自身の体をコントロールする運動である。また、学習を進めていく中で、自己の動きや仲間の動きを観察し合うことが求められ、仲間と協力する態度や動きの良さ・美しさを見分ける能力を身に付けることができる。

マット運動・跳び箱運動は、今できる技の出来映えを高めたり、新しい技に挑戦したり、技を組み合わせる中で、楽しさや喜びを感じることでできる運動である。また、単一技や組み合わせ技を発表する中で、自己や仲間の努力やよい演技を認め合う態度も身に付けることができる。そして、運動の形態や技術の類似性、難易度などによって技が系統的に分類されており、自己の技能・体力に応じた学習計画を立てやすく、効率的に学習を進めることができる。

(2) 生徒の実態について（アンケート結果 調査対象・総数 2年生90名） 平成22年度9月実施

ア 器械運動の授業は好きですか。		はい(32人 36%)	いいえ(58人 64%)
好きな理由		好きではない理由	
できない技ができるようになると嬉しい (26人 29%)	友だちと協力しながら、練習できる (20人 22%)	難しい動きが多い (36人 40%)	ケガをしたことがある、ケガをしそうで怖い (16人 18%)
できない人に教えてあげたら、できるようになってくれたことがある (1人 1%)	友だちにほめられたことがある (1人 1%)	練習してもなかなかできない (14人 16%)	個人的な運動だし、楽しくない (12人 13%)
イ 器械運動では、どのような目標をもち取り組みたいですか。(複数回答可)			
得意な人に教えてもらって、自分ができるようになりたい。		(52人 58%)	
自分の体力を、総合的に高めたい。		(38人 42%)	
まずは、どんな技があるのかを勉強したい。		(26人 29%)	
より難易度の高い技に挑戦したい。		(23人 26%)	
器械運動についての知識を高めたい。		(18人 20%)	
器械運動が不得意な人に技のコツや動きを教えてあげたい。		(10人 11%)	

生徒は、全体的に素直で保健体育の授業に意欲的に取り組むことができる。器械運動においては、好きな生徒もいるが、器械運動が非日常的な難しい動きを多く含んでいることや、ケガをするという危機感や不安感、そして、「個」として活動する場面が多く楽しくない、という理由から好きでない生徒の方が多い。しかし、技ができるようになりたいという学習意欲は感じられる。一方で、好きと答えた生徒の大半が、友だちと協力しながら、課題を解決できたときに喜びを感じていることから、ペアやグループの編成を工夫し、教え合い活動を通して意欲的に学習に取り組むことができるようにしていきたい。

(3) 指導に当たって

まずは、用具や場の安全に十分留意しながら、ケガのないように授業を進めていきたい。導入時には、ペアで体ほぐし・体づくりの運動を行わせ、スムーズに主運動へとつなげさせたい。そして、課題を学習カードで確認し合い、終末時に課題の達成状況を確認させ、次時の学習への意欲を高めさせたい。また、技のポイントを示した掛け図や、技の動きを確認できるICT機器を活用して、生徒が意欲的に活動できる授業を展開していきたい。

3 単元の学習目標

- (1) 技ができる楽しさや喜びを味わい、その技が滑らかによりよくできる。(技能)
- (2) 器械運動に積極的に取り組むとともに、健康・安全に気を配り、お互いに協力して教え合いながら、よい演技を認めようとする事、分担した役割を果たそうとする態度を身に付ける。(態度)
- (3) 器械運動の特性や成り立ち、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。(知識・思考・判断)

4 単元の学習計画及び評価規準

時間	学習の内容		評価規準				
			運動や健康・安全への 関心・意欲・態度	運動や健康・安全に についての思考・判断	運動の技能	運動や健康・安全につ いての知識・理解	
1	オリエンテーション ・ 器械運動の特性の理解 ・ 授業の全体計画 ・ 学習の見通しや約束事の確認 ・ マット運動の単一技の確認・練習 回転系（接転技群・ほん転技群） ・ ICT機器等の活用の仕方		・ 器械運動の楽しさや喜びを味わえるように進んで学習に取り組もうとする。 ・ 自己や仲間の体調の変化に気を配ろうとする。	・ 学習についての見通しをもとうとしている。 ・ 学習した安全上の留意点を当てはめ考えながら練習を行っている。	・ 小学校で学習した基本的な技を身に付けている。	・ 器械運動の特性や成り立ちを理解する。 ・ 学習の進め方や単位時間の流れなどを理解する。 ・ 器械・器具の安全な設置の仕方や、技の難易度と起きやすいけがの事例などを理解する。	
2 . 3	マット運動 単一技 ・ 接転技群 ・ ほん転技群	ねらい	ねらい 今できる技がもっと滑らかにできるようになる。 ねらい 練習すればできそうな技に挑戦する。 ねらい 練習した技を組み合わせ、みんなの前で発表する。	・ 技がよりよくできたり、自分に適した新しい技を習得したりする楽しさや喜びを味わおうとする。 ・ 自分の係や役割を果たそうとする。 ・ ペアで教え合ったり、協力したりしながら進んで学習に取り組もうとする。 ・ 仲間の努力やよい演技を認めようとする。	・ 自己や仲間の課題を確認し、技能の向上につながる練習を工夫して行っている。 ・ 練習の進め方や場づくりの方法を選んだり、仲間との教え合いを工夫している。 ・ 仲間の動きを観察し、指摘することができる。 ・ 視覚教材を有効に活用しながら、練習を行っている。	・ 体をマットに順々に接触させて回転することができる。 ・ 基本的な技の一連の動きを滑らかにして静止したり、回ることができる。 ・ 踏み切り、着手、突き放し、着地といった基本的な技の一連の動きを滑らかにして跳び越すことができる。	・ 系、技群、グループの視点によって分類されている技の名称を理解する。 ・ 系、技群、グループにより、主として高まる体力要素が異なることを理解する。 ・ 視覚教材や学習カードの活用の仕方を理解する。
4 . 5	跳び箱運動 ・ 切り返し系 ・ 回転系	ねらい		・ 自己や仲間の安全に留意して練習しようとする。	・ 自己の技能や体力の程度に応じた技を選択している。 ・ 学習した技の組み合わせ方を見付けることができる。	・ ある程度できる技は、同じ技を繰り返したり、条件を変えたりして演技することができる。 ・ ある程度できる技や新しく身に付けた技を組み合わせ、演技することができる。	・ それぞれの技の局面で技術的なポイントがあることを理解する。 ・ 練習の仕方や場づくりの方法、練習計画の立て方、技の出来映えの確かめ方を理解し、知識を身に付けている。
6 . 7 . 8 (本時) . 9	選択制 跳び箱&マット マットのみ 跳び箱のみ 学習の内容 単一技 発展技 の組み 合わせ	ねらい					
10	発表会 グループ活動(7人~8人) ・ 採点を行う ・ 優勝者の決定	ねらい		・ これまで学習し、練習してきたことを発表しようとする。 ・ 仲間の努力やよい演技を認めようとする。 ・ 技を発表する際に、個の良さが生かされるようにみんなで楽しもうとする。		・ 自己の課題達成度に応じた技の難易度を選んで挑戦することができる。 ・ みんなの前で堂々と発表し、組み合わせた技を滑らかに演技することができる。	・ 採点方法や基準を理解している。 ・ 単元を振り返り、自己評価を正しく行うことができる。

5 本時の実際 (8 / 1 0)

(1) 題材名 「器械運動 (マット運動・跳び箱運動) 」

(2) 学習目標

- ア 安全に気を配りながら，各自の課題に挑戦し，技ができる楽しさや喜びを味わうとともに，仲間の努力やよい演技を認め合いながら，積極的に学習に取り組むことができる。(関心・意欲・態度)
- イ 自己・他者の運動を主観的・客観的に観察し，お互いに教え合いながら課題の解決を目指して，活動の仕方を考え，工夫することができる。(思考・判断)
- ウ マット運動・跳び箱運動において，それぞれの基本的な技，条件を変えた技，発展技を滑らかにを行い，それらを組み合わせて演技することができる。(技能)

(3) 授業設計の視点

ア 基礎的・基本的な知識・技能を定着させる工夫

(ア) 繰り返し行う基礎基本の動きの継続

マット運動では，ゆりかご・倒立，跳び箱運動では，かえるとび・馬とびを授業の導入の段階で繰り返し行わせ，基本的な動きや感覚を身に付けさせる。

(イ) 正しい動きの提示

各技の正しい動きを確認できる I C T 機器を活用した視覚教材と，自分の動きを客観的に見ることができる自動再生装置を併用し，自分の動きを確認するとともに課題意識を高める。

イ 教え合い活動を充実させる工夫

(ア) 教材の工夫

生徒同士が課題解決に向けて互いに教え合えるように，技のポイント等が分かる掛け図や I C T 機器等の視覚教材を，学習する場に応じて適切に設置する。

(イ) 学習カードの工夫

ペアで学習を進めていく中で，導入時により具体的な課題を設定したり，互いに積極的な評価ができるように，技のレベルや達成度を確認できる学習カードを活用する。

(4) 授業の展開 (8 / 10)

過程	時間	学習活動	指導上の留意点と評価 (は評価項目)
導入	15分	1 用具の準備,安全確認をする。 2 あいさつ,出欠確認,健康観察を行う。 3 準備運動,体ほぐしの運動を行う。 ・コートを2周 ・腕や肩を中心にペアで体ほぐしの運動を行う。 4 体づくり運動を行う。 マット...ゆりかご,ペアで補助倒立 跳び箱...かえるとび,馬とび 5 本時の学習目標・学習の流れを確認する。 組み合わせた技をペアで教え合いながら練習し,滑らかに演技ができるようになる。	器械・器具と場の安全を確認する。 出欠の確認,健康状態を把握し,見学者へ運動補助等の指示をする。 体ほぐしの運動をすることにより,仲間と交流し,自他の体と心の状態に気付かせ,調整させる。 視点ア - (ア) 繰り返し行う基礎基本の動きの継続 一つ一つの動きが主運動に必要な要素を含んでいることを意識させながら,行わせる。 安全面に留意しながら行わせ,必要に応じて示範する。 本時の目標を確認し,学習の見通しをもたせる。 学習の進め方や単位時間の流れなどを理解できたか。(知識・理解:観察)
展開	30分	6 前時に組み合わせた技をペアで確認し合う。 7 課題に応じた練習方法や練習場所を選択し,教え合いながら練習を行う。 マットのみ組み合わせ技の練習 マット&跳び箱の組み合わせ技の練習 単一技の練習 8 グループで発表会を行う。 組み合わせた技の発表 単一技の出来映えを発表	ペアで学習課題を確認させるとともに,学習課題を把握させる。 ペアで教え合ったり,協力したりしながら進んで学習に取り組もうとしているか。 (関心・意欲・態度:観察) 視覚教材を有効に活用しながら練習を行っているか。(思考・判断:観察) 視点ア - (イ)・視点イ - (ア) 正しい動きの提示・教材の工夫 意図的・計画的に巡回し,積極的に具体的な指導・助言・賞賛を行う。 仲間の努力やよい演技を認めようとしているか。(関心・意欲・態度:観察) ある程度できる技や新しく身に付けた技を組み合わせ,演技することができるか。 (技能:観察)
終末	5分	9 整理運動を行う。 10 本時を振り返り,自己評価を行い,レベル表を基に次時の課題を確認し,学習カードに記入する。 11 次時の学習内容を確認する。 12 健康観察,あいさつ,後片付けを行う。	首,肩,背中などの上半身を中心にしっかりと行わせる。 自己の技能や体力に応じた技の組み合わせを選択しているか。(思考・判断:学習カード) 視点イ - (イ) 学習カードの工夫 本時のまとめをし,次時の課題をもたせる。 健康状態を確認し,元気のいいあいさつで授業を終わらせ,後片付けをさせる。

