

# 自ら考え、主体的に取り組む体育学習の創造 ～「わかる」⇔「できる」生徒の育成を目指して～

飯塚 誠吾 秋山 知洋 片平 蛍

## 1 はじめに

中学校においては、本年度から新学習指導要領が全面実施された。昨年度まで行ってきた教育課程の見直しや整理してきた学習内容を実際に行い検証しながら、より良い内容を再検討していく必要がある。それは、改訂の主旨を具体的にどのように教育課程に反映させ生徒の実態に合わせた内容を吟味していくか、指導計画や内容、活動方法の変更や改善をどのように図っていくかである。

保健体育科では、以前より学習指導要領の改善・改訂の主旨やねらいを先取りする形で研究に取り組んできているので、昨年度までの研究を生かし、また、継続した形で研究を構築していくことを進めていきたい。

## 2 研究の方向性

### 1) 研究の経緯について

本校の保健体育科では、平成19年度から平成22年度まで「学習内容の明確化・構造化」を目標に研究を進めてきた。これは、体育学習においてすべての子どもたちが身に付けるべき「技能」「態度」「知識、思考・判断」の内容を明確にし、どのように整理すべきかを目指した研究であり、新学習指導要領の改訂の要点とも一致したものである。

そして、整理した学習内容（新学習指導要領に示された内容を焦点化したもの）をさらに分析的にとらえ、『毎時間の授業において核（コア）となる学習内容を明確にすること』の重要性を見いだすことができた。これは、全体研究のテーマであった「かかわりを生かした学習過程の工夫」につながるとともに、保健体育科の目標である「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力」を育成するためにも重要な要素であった。また、新学習指導要領において「生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する基礎を培う」ために体系化された学習内容を、横への広がりや縦への深まりを視点として構造化しようとしたことは、発達の段階を考慮しながら、弾力的な領域等の取り上げ方や指導計画を作成する上で有意義であった。

昨年度より全体研究テーマを「自ら問う力を育む授業の創造」とし思考力・判断力・表現力等の育成を目指した3カ年計画が始まった。保健体育科でも各単元のどの場面で「問い」を持たせる場面を仕組んでいくのかやその「問い」を生徒自らが主体的に考えるための指導の在り方について検討してきた。その結果、教材・教具の工夫や応用的・発展的な練習等でその「問い」を持たせる場面設定が意図的・計画的に授業に取り組むことができることが分かった。

### 2) 本年度の主題設定の理由

保健体育科では、昨年度から3年間の研究主題を「自ら考え、主体的に取り組む体育学習の創造」とした。

これは、全体研究において「生徒が学習に対する意欲をもち、主体的に学習していく中で、基礎的・基本的な知識及び技能の習得と思考力、判断力、表現力等の育成がバランスよく構成されるような授業が、本校が目指すべき授業のあり方」であることが示されたこと。また、来年度から全面実施となる新学習指導要領の改訂の方向性にも合い、昨年度まで継続して進めてきた保健体育科の研究の流れも生かすことができることからである。

さらに、年度ごとにサブテーマを設け研究を焦点化しようと考え、1年次においては、「問う」というキーワードから「わかる」、技能の学習が中心となる体育学習ということで「できる」というキーワードを用い、それらが相互に関わり合うことを意識し、『「わかる」⇔「できる」生徒の育成を目指して』というサブテーマを主題に加えて設定することとした。

### 3) 目指す生徒像について

研究主題やサブテーマに沿って、以下のように生徒像を設定した。

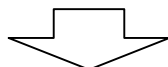
<p>保健体育科として目指す生徒像</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○主体的に学習に取り組むことができる生徒</li><li>○探求心をもって誠実に学ぶことができる生徒</li><li>○互いの良さを認め、豊かなかかわりが体験できる生徒</li></ul>
--

## 3 全体研究とのかかわり

全体研究においては、「自ら問う力を育む」ことについて「ある情報・知識を得たとき、それをそれだけのものとして鵜呑みにすることが気持ちの上でできず、根拠を確かめ、他の知識と関連づけて吟味した上でなければ気持ちがわるい、不安だという感情をもち、それに動かされて問わざるを得ないという状態にまで高まることが大切である。」などと解説している。

こうした視点は、保健体育科の技能の習得・活用過程や身体活動を通した学習においても重要であるし、「問うべき問いがある」という点は、これまで研究してきた「学習内容の明確化・構造化と核（コア）となる学習内容」と考え方や方向性が同じであると言える。そこで、全体研究における以下の具体的な研究の視点を、保健体育科として次のように読みかえて具現化しようと考えている。

<p>全体研究で示された具体的な研究の視点</p> <ul style="list-style-type: none"><li>A) 生徒につけさせたい力とそれらを育むために生徒にもたせたい問い（問うべき問い）</li><li>B) 生徒に問いをもたせる教材のあり方（教材研究）</li><li>C) 生徒に問いをもたせるための教師の役割</li><li>D) 生徒の問いをどう見取るか（表現活動・評価）</li></ul>
--



<p>保健体育科としてのとらえ方</p> <ul style="list-style-type: none"><li>A) 学習内容の明確化と思考力・判断力・表現力の育成につながる学習内容について</li><li>B) 主体的な体育学習のための学習過程や活動の工夫</li><li>C) 体育学習への教師のかかわり方</li><li>D) 生徒の問いをどう見取るか（表現活動・評価）</li></ul>
---

なお、これらの視点についての研究を行う際、「技能の学習を中心とすること」、「身体活動を主とした動きながらの学習であること」、「活動場所が教材によって変化すること」などの保健体育科の特徴を念頭に置き研究を進めようと考えている。また、基礎的・基本的な学習内容から発展的・応用的な学習内容に進む段階で生徒が主体的に考え判断し表現できる活動が多く見られることが分かり、B) の項目の学習過程や活動の工夫により「問い」を持たせることができると考えている。（現時点では以上のような捉え方で研究を進めていくが研究の深まりにより随時訂正していくことを考えている。）

## 4 今年度の研究の目標及び内容

昨年度行ってきた「①単元構造の分類・整理」「②学習過程及び教材・教具の工夫」「③評価規準及び評価計画の見直し」を基に単元構造の分類・整理及び評価規準・評価計画の見直しに伴う年間計画作成を行っていく。中でも②・③の部分で「問い」を持たせるため及び「問い」を見取るための手立てとして個人カードの作成に重点を置き研究を進めていく。昨年度の研究における①～③は以下の通りである。。

### ①について

体育学習（実技指導）にあたり、各単元及び種目の特性により分類（仲間との連携が必要な種目と個人的技能の発揮が主な種目）を行い単元構造をパターン化していきたい。例えば球技のようなチームプレーの学習を必要とする種目に関しては、単元の流れを表1のような形で進めていくことで生徒たちが学習の流れ全体を把握し、次にどのよう

な学習が成されるかが明確になり学習活動がより意欲的かつスムーズに展開できることが予想される。このことが学習者である生徒に対して学習内容を身に付ける一つの手立てとなり、主体的に学習に取り組む態度を養うことにつながると考え単元構造の分類・整理をしていきたい。

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
5	W-up・挨拶・健康観察・本時の確認										
10	オリ	基礎練習①									
15	エン	基礎練習②									
20	テー	ゲーム的要素を取り入れた練習 (タスクゲーム)									
25	ショ	パターン練習							リーグ戦		
30	ン	簡易ゲーム① (タスクゲーム)		簡易ゲーム② (タスクゲーム)							
35											
40		片付け・自己評価・反省・まとめ									
45		片付け・自己評価・反省・まとめ									
50		片付け・自己評価・反省・まとめ									

表1. 球技における授業計画

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
5	W-up・挨拶・健康観察・本時の確認										
10	オリ	基礎練習									
15	エン	基礎練習									
20	テー	技能獲得のための部分練習							記録会 発表会		
25	ショ	技能獲得のための合わせ練習									
30	ン	記録取り・通し練習・対人練習									
35		片付け・自己評価・反省・まとめ									
40		片付け・自己評価・反省・まとめ									
45		片付け・自己評価・反省・まとめ									
50		片付け・自己評価・反省・まとめ									

表2. 陸上競技・水泳・器械運動・武道における授業計画

### ②について

保健体育科として毎時間の学習過程や活動の工夫について、①の単元構造の分類・整理に伴い学習内容を明確にし、生徒が主体的に学習に取り組むための教材や場の工夫を行う。例えば、球技のゴール型を例にすると「ゴール前のスペースに走り込むこと」を学習する授業では、『空間（スペース）を認識し、ゴール前の空いている空間（スペース）を見つけ出し移動すること』が学習の中心となるが、それを学ぶには「相手ディフェンスの位置」「入るタイミング」「スピード」「フェイク」などの様々な要素が関連してくる。その様々な要素を加味し工夫したゲーム（ルールや場所、用具などを考慮）を取り入れることで、生徒たちの学習意欲が高まり、積極的に学習に取り組むための場や教材が見いだせると考える。従来の学習過程では、ある技能について、教えたことを反復練習や応用練習の中で身に付けることが多かったが、本研究では、教え込むのではなく、自ら考える場や共に活動する仲間へ指示やアドバイスができる場面（そのアドバイスによって自分の動きや考えを振り返る）を設定することで、研究主題に迫っていききたい。また、研究副主題にある「わかる」⇔「できる」生徒の育成も視野に入れ模索していききたい。

### ③について

平成23年7月に文部科学省国立教育政策研究所より示された学習活動に即した評価規準の設定について以下のように示されている。「運動の技能」は領域の内容ごとに学習指導要領の解説の例示を手がかりに設定すること。「運動への関心・意欲・態度」については、健康・安全に対する体育固有の指導内容が示されているので、その内容を知識として理解させることが大切であるということ。また、態度と技能における評価は、指導後に一定の学習期間及び評価期間を設ける必要があること。「運動の思考・判断」は、知識の内容を確実に指導した上で知識を活用する場面を設定し、思考力、判断力を高めた上で評価をすることが大切であると示されている。このことから、一昨年度までの研究の「学習内容を明確にし、基礎・基本の定着を図る」ことが先ほどの知識の理解と考え、その基礎基本を大切にしながら学習過程に沿った評価規準及び評価計画の見直しを行い、評価の妥当性や信頼性を高める工夫をしていきたい。具体的には、どの時間のどの場面で生徒の評価を行うのか、①の表の中に分かりやすく示していきたい。また、国立教育政策研究所より示された評価に関する事例の中に、「関心・意欲・態度」「思考・判断」「知識・理解」について、領域で共通した内容が示されているので領域で共通して設定することができると考えている。このことを踏まえ、年間指導計画の整理を行っていききたい。

以上のことから昨年度の研究結果を踏まえ本年度は年間計画の作成及び「問い」を持たせ（思考力）それを見取るための個人カードの作成に重点を置き研究を進めていく。

## 5 研究計画

### ○1年次

- ① 単元構造の分類・整理する。
- ② 学習過程及び教材・教具の工夫を行う。
- ③ 評価規準及び評価計画の見直しを行う。

### ○2年次

1年次の②・③に伴う「問い」を持たせるため及び「問い」を見取るための手立てとして工夫した個人カードの作成

### ○3年次・・・研究の検証とまとめ

- ・本校の保健体育科でどのような特色を盛り込んでいくのかを考えながら，第1・2学年の必修教科について年間の指導計画を作成する。また，第3学年における選択制授業について選択する領域での種目の検討及び年間の指導計画の作成を行う。
- ・指導と評価の一体化を目指した学習内容に対する評価規準の見直しを行う。

## 《参考文献》

2008年3月告示「中学校新学習指導要領保健体育科」文部科学省

2009年1月 体育科教育，大修館書店「新学習指導要領」のキーワードから学ぶ 鈴木理

2010年4月 体育科教育，大修館書店 授業における学習規律とは何か 栗原昭徳

1. 単元名 「武道」～柔道～

2. 単元目標

- 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。
- 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。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ことに積極的に取り組めるようにする。
- 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。

3. 評価基準

	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
内容のまとめりごとの評価規準	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・安全に留意して、学習に積極的に取り組もうとしている。	武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している。	武道の特性に応じて、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ている。	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、試合の行い方を理解している。
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> <li>・柔道の学習に積極的に取り組もうとしている。</li> <li>・相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。</li> <li>・分担した役割を果たそうとしている。</li> <li>・仲間の学習を援助しようとしている。</li> <li>・禁じ技を用いないなど健康・安全に留意している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・課題に応じた練習方法を選んでいる。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・柔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。</li> <li>・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。</li> <li>・柔道に関して高まる体力について、学習した具体例を挙げている。</li> <li>・試合の行い方について学習した具体例を挙げている。</li> </ul>
学習活動における具体的評価規準	<ul style="list-style-type: none"> <li>①柔道の学習に積極的に取り組もうとする。</li> <li>②相手を尊重し合うための独自の作法、所作を守ることに取り組もうとする。</li> <li>③分担した役割に積極的に取り組もうとする。</li> <li>④仲間とともに投げたり投げられたりしながら、柔道の楽しさを味わおうとする。</li> <li>⑤健康や安全に留意して練習や試合をしようとする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①技を身につけるための運動の行い方のポイントを見つけている。</li> <li>②課題に応じた練習方法を選んでいる。</li> <li>③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ている。</li> <li>④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。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①相手の動きに応じた基本動作ができる。</li> <li>②投げ技・固め技の基本となる技ができる。</li> <li>③投げたり抑えたりするなどの攻防を展開できる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①柔道の特性や成り立ちを理解できる。</li> <li>②技の名称やかけ方が分かる。</li> <li>③関連して高まる体力が理解できる。</li> <li>④簡単な試合におけるルール、審判や運営の仕方を理解できる。</li> </ul>

4. 学習の展開（第1学年及び第2学年）

<第1学年> 礼儀作法を覚え、基本動作を身につける。

時間・段階		主な学習活動・ねらい	教師の支援
1	学	<p>初エンターション</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○全12時間の学習計画や進め方、毎時間の学習過程を理解する。</li> <li>・準備運動→課題確認→練習→反省の学習過程を理解し、素早く行動できるようにする。</li> <li>・学習のねらいや道すじを理解する。</li> <li>・用具（マット・タイマー等）の準備、片付け方を理解する。</li> <li>○柔道の特性を理解し、歴史や礼法、柔道着の着方について理解する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○単元計画や毎時間の流れ、個人カードの記入方法等を説明する。</li> <li>○教科書の資料やプリントを用い説明する。</li> <li>○ビデオを用い、実際の試合を見ながら攻防についての理解を深める。</li> </ul>
2 3	習 I	<p>ねらい①</p> <p>礼法や基本動作の習得と受け身の定着を図る。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○礼法や基本動作を理解し、より良くできるようにする。</li> <li>・座礼、立礼について理解する。</li> <li>・姿勢、組み方を理解する。</li> <li>・進退動作について理解する。</li> <li>・崩しと体さばきについて理解する。</li> <li>・受け身について理解する。</li> <li>○2人組で実際に組み、基本動作を確認する。</li> <li>・ゆっくりとした動作からはじめ、スムーズに行えるようにする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○礼法の目的、方法を理解させ、正しい礼法を徹底する。</li> <li>○基本動作を確認し、対人で技能を学ぶ習慣を身につけさせる。</li> <li>○基本動作について、生徒に意識させたい視点やポイントを整理し、動作の目的を説明する。</li> <li>○お互いの成果を共有しあい、互いの動きについてアドバイスするように促す。</li> </ul>
4 5 6 7 8	学 習 II	<p>ねらい②</p> <p>崩しを意識しながら、固め技・投げ技を身につけ、練習やゲームができるようにする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○固め技の基本動作を理解し、より良くできるようにする。（袈裟固め・横四方固め）</li> <li>・2人組で技をかけ合い、基本動作を身につける。</li> <li>・固め技を使い、簡単なゲーム（立ち膝から相手を崩して押さえ込む）を行う。</li> <li>○投げ技の基本動作を理解し、より良くできるようにする。（膝車・体落とし・大外刈り）</li> <li>・2人組で技をかけ合い、基本動作を身につける。</li> <li>・基本動作と投げ技の関連について理解する。</li> <li>・グループ内で相手を変えながら練習することができる。</li> <li>・投げ技を使い、簡単なゲームを行う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○対人での実際の動きをイメージし、基本動作を身につけさせる。</li> <li>○最初は、ゆっくりとしたやり方で、崩し、体さばき、受け身の感覚を身につけさせる。（特に崩しを意識させる）</li> <li>○基本動作を理解したところで、素早く技に入れるよう繰り返し練習させる。</li> <li>○グループの仲間と協力して、練習方法を工夫したり互いの動きについてアドバイスし合ったりすることができるように促す。</li> </ul>
9 10	学 習 III	<p>ねらい③</p> <p>学習の成果を生かし簡易ゲーム（技のかけ合い）ができるようにする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○今まで行った投げ技を理解し、かかり練習や約束練習を行う。</li> <li>・覚えた技を繰り返し練習し、技を身につける。</li> <li>○学んだ技を使い、簡易ゲームを行う。</li> <li>・崩しを意識して、審判をつけた簡単なゲームを行う。（安全に配慮したルールで）</li> <li>・自分が身につけた技について、課題を持つことができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○反復練習を多く行い、学んだ技を身につけるよう促す。</li> <li>○注意事項・禁止事項を確認・徹底させ生徒の安全に対する意識を高めさせる。</li> <li>○ルールや審判の方法を覚えるように促す。</li> </ul>

<第2学年>相手の動きに応じて、取はタイミング良く技を出すことができる。

受けは動きの中で、あらゆる場面にに応じて受け身を取ることができる。

時間・段階		主な学習活動・ねらい	教師の支援
1	学 習	<ul style="list-style-type: none"> <li>○目標の確認</li> <li>・最後に行う試合の中で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ようにする。</li> <li>○全10時間の学習計画や進め方、毎時間の学習過程を理解する。</li> <li>・準備運動→課題確認→練習→反省の学習過程を理解し、素早く行動できるようにする。</li> <li>・学習のねらいや道すじを理解する。</li> <li>○グループづくりを行う。</li> <li>○1年次に学んだことを復習する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○目標を確認し、単元計画の終末の様相を確認する。</li> <li>○単元計画や毎時間の流れ、個人カードの記入方法等を説明する。</li> <li>○身長・体重等を考慮しながら、男女とも10人組(4グループ)に分かれるように指導する。</li> <li>○1年次に学んだことを思い出しながら、基本動作及び技の復習を行う。</li> </ul>
2 3 4	I	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>ねらい① 基本動作の定着と1年次に覚えた技の復習。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>○2人組で組み、基本動作を確認する。</li> <li>・ゆっくりとした動作からはじめ、スムーズに行えるようにする。</li> <li>○1年次に行った技(投げ技・固め技)の復習を行う。(膝車・大外刈り・体落とし・袈裟固め・横四方固め)</li> <li>・ゆっくり正確に取と受を行う</li> <li>・既習技を移動やステップ(進退動作・体さばき・崩し等)を踏みながら行う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○基本動作を確認し、対人で技能を学ぶ習慣を身につけさせる。</li> <li>○基本動作について生徒に意識させたい視点やポイントを整理する。</li> <li>○動きながら技の特性をつかむよう意識させる。</li> <li>○お互いの成果を共有しあい、互いの動きについてアドバイスするように促す。</li> </ul>
5 6 7 8	学 習 II	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>ねらい② 移動やステップをしながら取と受を行い、スムーズに安定した技の練習を行う。審判方法を学ぶ。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>○投げ技の基本動作を理解し、より良くできるようにする。(支え釣り込み足・小内刈り・大腰)</li> <li>・2人組で技をかけ合い、基本動作を身につける。</li> <li>・移動やステップ(進退動作・体さばき・崩し等)をしながら取と受を行い、スムーズに行えるようにする。</li> <li>○投げ技の基本動作を理解し、素早くスムーズに行えるようにする。</li> <li>・2人組で技をかけ合い、素早く技をかけられるようにする。</li> <li>・グループ内で相手を変えながら練習することができる。</li> <li>○簡単な試合でルールや審判、運営の仕方を行えるようにする。</li> <li>・投げ技から投げ技、投げ技から固め技といった技の連続を行えるようにする。</li> <li>・技の連続を意識して、審判をつけた簡単な試合を行う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○対人での実際の動きをイメージしながら、各技の基本動作を身につけさせる。</li> <li>○基本動作を理解したところで、移動しながらスムーズに安定して技に入れるよう意識しながら繰り返し練習させる。</li> <li>○グループの仲間と協力して、練習方法を工夫したり互いの動きについてアドバイスし合ったりすることができるように促す。</li> <li>○審判の方法を学ぶよう促す。</li> </ul>
9 10	学 習 III	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>ねらい③ 学習の成果を生かし、試合ができるようにする。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>○試合の運営を行う。</li> <li>・ルールや審判の方法を理解し、試合を運営することができる。</li> <li>・学んだ技を相手に応じて試合で発揮することができる。</li> <li>・仲間の試合を見て、アドバイスができる。</li> <li>・試合を楽しむ中で、自分が身につけた技について課題を持つことができる。</li> <li>・学習のまとめができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ルールや審判の方法を確認する。</li> <li>○安全に試合を楽しめるようなルールを設定する。</li> <li>○体育学習における振り返りの大切さを身につけさせる。</li> </ul>

		学 習 活 動 内 容											
時間		1	2	3	4	5	6	7	8	9・10			
0		柔道着に着替える・挨拶・健康観察・準備運動・補強運動											
5	オリエンテーション	受け身練習① (大きな音で)			受け身練習② (①+良いタイミングで)			受け身練習③ (②+素早い対応)					
10	・目標確認	(後ろ受け身・横受け身・2人組の回転横受け身)						技の練習① (スムーズに膝車・小内刈り・大外刈り)					
15	・学習の進め方(約束確認・グループ作り等)	固め技の練習 (けさ固め・横四方固め)			崩し・固め技のゲーム								
20		既習技の復習① (約束練習)			新しい技の習得① (系統別に既習技から新技への連絡を意識させスムーズに行う練習)			技の練習② (スムーズな技の連続を意識して)					
25		膝車 大外刈り 体落とし											
30	・受け身練習	既習技の復習② (移動やステップしながら)			新しい技の習得② (前後にステップしながら支え釣り込み足→回りながら支え釣り込み足・前後にステップしながら小内刈り→回りながら小内刈り・前後にステップしながら大腰)			目標の確認					
35		膝車 大外刈り 体落とし						試合 (個人でのリーグ戦)					
40	・既習技の復習	簡易試合① (固め技のゲーム:立ち膝から崩しを意識して)			簡易試合② (安定さ・タイミングを意識する・審判方法を学ぶ)		簡易試合③ (得意技を習得する・審判方法を学ぶ)		・審判はグループ内で行う、時間は2分間				
50		反省・まとめ・健康観察・挨拶											
	関意態	①柔道の学習に積極的に取り組もうとする。			②相手を尊重し合うための独自の作法, 所作を守ることに取り組もうとする。			③分担した役割に積極的に取り組もうとする。			④仲間とともに投げたり投げられたりしながら, 柔道の楽しさを味わおうとする。		
	具体の評価				①技を身につけるための運動の行い方のポイントを見つけている。			②課題に応じた練習方法を選んでいる。			③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ている。		
	技能				①相手の動きに応じた基本動作ができる。(受け身)			①相手の動きに応じた基本動作ができる。(体さばき・崩し)			③投げたり抑えたりするなどの攻防を展開できる。		
	知識理解	①柔道の特性や成り立ちを理解できる。						②技の名称やかけ方が分かる。			④簡単な試合におけるルール, 審判や運営の仕方を理解できる。		

○かかり練習 (打ち込み) : その場で, または移動しながら同じ技を繰り返し練習し, 崩し, 体さばき, かけ方などを身に付けること。

○約束練習: 相手とあらかじめかける技や動きを約束して練習し, 体さばき, 技のタイミングなどを身に付けること。

○自由練習 (乱取り) : 互いに動きながら, 練習で覚えた技を出し合って攻防する

※固め技ゲーム: 抑え込みの条件<①相対している②相手の背中が畳についている③足が絡まれている>

試合 : 一本の条件 <①背中が畳についている②強さがある③高さがある>

## 5. 本時の授業

(1) 日時 平成24年10月6日(土) 10:10~11:00 (50分間)

(2) 場所 山梨大学教育人間科学部附属中学校 桐華館 (格技場)

(3) 対象 2年1組 (男子20名 女子20名 合計40名)

(4) 題材 武道 ~柔道~ (全10時間計画の5時間目)

(5) ねらい・相手の動きに応じた基本動作ができる。(受け身)【運動の技能】

・大腰の特徴を捉え, 技のポイントを見つけている。【運動についての思考・判断】



(6) 本時の展開

時間	学習内容	指導・支援と評価
はじめ 5分	<ul style="list-style-type: none"> <li>○柔道着に着替え、マットを準備する。</li> <li>○着替えた生徒からウォーミングアップを行う。               <ul style="list-style-type: none"> <li>・格技場を5周し、体操、補強運動、を行う。</li> </ul> </li> <li>○グループごとに整列する。</li> <li>○挨拶・健康観察</li> <li>○本時のねらいを確認する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○素早く着替えるよう促す。</li> <li>○安全面から、ウォーミングアップを丁寧に行うよう指導する。</li> <li>○グループで協力してできるように指導する。</li> <li>○落ち着いた雰囲気の中で挨拶ができるようにし、健康観察を行う。</li> <li>○学習カードを活用し、前時の反省を生かしながら、目標・課題を持って取り組めるよう指導する。</li> </ul>
展開 I 5分	<p style="text-align: center;">＜学習内容＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・横受け身：体を横に向け下側の足を前方に、上側の足を後方にして、両足と一方の腕全体で畳を強くたたくこと。</li> <li>・大腰：相手を右前すみに崩し、相手を自分の後ろ腰にのせ、引き手を強く引き、つり手を左わき下から深く入れて、相手の腰をだきよせ、ひざのばねを使いながら腰を支点として投げること。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○基本動作について、生徒に意識させたい視点やポイントを指導する。</li> <li>○ペアと協力しながら安全に行うよう促す。</li> <li>○大きな音でタイミング良く受け身がとれるよう促す。</li> <li>○崩しを意識して相手を倒すよう指導する。(相手の重心の移動や崩しの有効性に気づかせる。)</li> </ul> <p style="border: 1px solid black; padding: 2px;">【評価】相手の動きに応じた基本動作ができる。(受け身)</p>
展開 II 10分	<ul style="list-style-type: none"> <li>○既習技(体落とし)の練習。               <ul style="list-style-type: none"> <li>・技の特徴(まわし技)を意識する。</li> <li>・スピードを意識する。</li> </ul> </li> <li>・受は、様々な場面に応じた受け身を意識する。</li> <li>・受は片ひざ立ち、取は体さばきの練習 2回×2セット。</li> <li>・前後にステップしながらの約束練習 2回×2セット</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○体落としの基本動作・技のポイントを意識させる。</li> <li>○技の特徴と崩しを理解させ、関連性を意識させる。</li> <li>○注意事項・禁止事項を確認・徹底させ生徒の安全に対する意識を高めさせる。</li> <li>○お互いにより良い技を作り上げるよう受けの重要さを意識させる。</li> <li>○反復練習を多く行い、崩し・体さばきを意識しながら、技をかけるよう促す。</li> </ul>
展開 III 23分	<ul style="list-style-type: none"> <li>○大腰の練習。               <ul style="list-style-type: none"> <li>・まわし技の特徴を意識する。</li> <li>・受は、様々な場面に応じた受け身を意識する。</li> <li>・取は、スピードを意識して投げる。</li> </ul> </li> <li>・前後にステップを踏みながらかかり練習 2回×3セット</li> <li>・前後にステップを踏みながら約束練習 2回×3セット</li> <li>・技の特徴を意識する。</li> <li>・受は、様々な場面に応じた受け身を意識する。</li> <li>・取は、スピードを意識して投げる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○大腰の基本動作・技のポイントを意識させる。</li> <li>○技の特徴と崩しを理解させ、関連性を意識させる。</li> <li>○崩しや体さばきをタイミング良く行うよう指導する。</li> <li>○反復練習を多く行い、崩し・体さばきを意識しながら、技をかけるよう促す。</li> </ul> <p style="border: 1px solid black; padding: 2px;">【評価】 大腰の特徴を捉え、技のポイントを見つけている。(個人カード)</p>
まとめ 7分	<ul style="list-style-type: none"> <li>○本時の反省を学習カードに記入する。(技のポイントを記入する。)</li> <li>○本時のまとめをし、次時の学習内容を知る。</li> <li>○健康観察・挨拶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○短時間に素早く行い、本時に学んだ技のポイントを記入できるように指導する。</li> <li>○授業を振り返っての評価と次時の確認を行う。</li> </ul>

## 6. 指導計画及び評価計画（指導と評価の一体化）

○指導計画について

時間	学習活動内容									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9・10	
0	オリエンテーション									
5	受け身練習①（大きな音で）									
10	目標確認									
15	学習の進め方（座席・練習場・練習方法）									
20	固め技の練習①（前蹴り）									
25	既習技の復習①（前蹴り）									
30	受け身練習②（弱やステップしながら）									
35	既習技の復習②（弱やステップしながら）									
40	既習技の復習③（弱やステップしながら）									
45	簡易試合①（固め技のゲーム、立ち上がりから崩しを意識して）									
50	反省・まとめ・健康観察・挨拶									
間意	①柔道の学習に積極的に取り組もうとする。		②相手を尊重し合うための独自の作法、所作を守ることに取り組もうとする。			③分担した役割に積極的に取り組もうとする。 ⑤健康や安全に留意して練習や試合をしようとする。			④仲間とともに投げたり投げられたりしながら、柔道の楽しさを味わおうとする。	
具	①技を身につけるための運動の行い方のポイントを見つけている。		②課題に応じた練習方法を選んでいる。			③仲間と協力する場面、分担した役割に応じた協力の仕方を見つけている。			④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。	
判	①相手の動きに応じた基本動作ができる。（受け身）		①相手の動きに応じた基本動作ができる。（体さばき・崩し）			②投げ技・固め技の基本となる技ができる。			③投げたり抑えたりするなどの攻防を展開できる。	
断	①柔道の特性や成り立ちを理解できる。		②技の名称やかけ方が分かる。			③関連して高まる体力が理解できる。			④簡単な試合におけるルール、審判や運営の仕方を理解できる。	

### ①＜受け身＞

- ・3時間ごと段階を上げながら行う。

### ②＜固め技＞

- ・毎時間固め技の練習・簡易ゲームを取り入れ、投げ技からの連絡を意識して行う。

### ③＜投げ技＞

- ・既習技は1時間ごと段階を上げながら行う。
- ・新しい技は既習技と結びつけ系統別に段階を上げながら行う。

### ④＜簡易試合＞

- ・1時間のまとめや技の確認を含め、授業の終盤に簡易試合を行う。
- ・9・10時間目にリーグ戦（5人1組）を行う。

○評価計画について

評価規準及び評価計画を作成するに当たり以下の4項目を念頭に置き作成した。

- (1) 学習指導要領に示された内容に合致したものであること。
- (2) 各観点の資質や能力を的確に捉えたものであること。
- (3) 実行可能性があり他の教員と共有可能なものであること。
- (4) 他の評価者が用いても同様の判断が可能なるものであること。

＜評価留意点＞

- ・運動についての思考・判断は、知識の内容を確実に指導した上で知識を活用する場面を設定し、思考力・判断力を高めた上で評価する必要がある。

＜評価期間＞

- ・指導後に一定の学習期間及び評価期間を設ける必要がある。

＜評価見直し＞

- ・評価の妥当性や信頼性を高める工夫が必要である。

7. 生徒の見とりについて（個人カード）

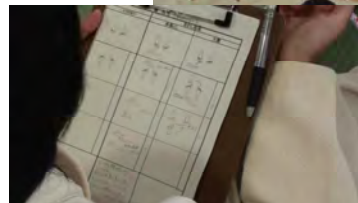
見とりⅠ：技の模範を見て、技のポイントカードに基本形を記入する。  
 ↓  
 かかり練習・約束練習でポイントを押さえ実際に動くことができる。

見とりⅡ：練習を積み重ねていく中で、自分の感覚で表現することができる。  
 （動き・力の方向・ポイントカードでの記述）  
 ↓  
 試合（簡易ゲーム）で生かすことができる。

投げ技ポイントカード：基本形記入後  
 <見とりⅠ>

「柔道」 投げ技ポイントカード

	支え技系		
	標準	支えつり込み足	大外刈り
くずし			
体さばき			
引き手・釣り手			



模範を見てポイントカードに基本形を記入

模範及びポイントカードを元に約束練習・かかり練習で実際に動くことができる

投げ技ポイントカード：発展形記入後  
 （自分の感覚で表現する→赤ペンで記入）  
 <見とりⅡ>

「柔道」 投げ技ポイントカード

	支え技系		
	標準	支えつり込み足	大外刈り
くずし			
体さばき			
引き手・釣り手			



約束練習・かかり練習を積み重ねていく中で自分の感覚で技を表現することができる



ポイントカードを見直しなが  
 ら  
 試合で生かすことができる  
 （自分の技の完成）