

第2節 中学校保健体育科学習指導案

「全学年合同授業・約束組手競技会」(10時間)

日時：平成 年 月 日()

場所：B中学校体育館

対象：1～3年男女(18名)

指導者：T 1

1 単元名 空手道

2 単元について

(1) 運動の特性

① 一般的特性

ア 空手道には、全ての基礎となる「基本動作」、高度な技能を組み合わせ構成された「形」、相手に対する二人が相手の動きに応じて互いに自由に攻め合い、攻防の技能を競い合う「組手」がある。特に「形」においては、性別・年齢・場所を問わず個人の体力に応じて誰でも行うことができる生涯スポーツである。

イ 「組手」においては、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ができる。

ウ 沖縄において独自の徒手空拳の武術として形成され、日本・世界へと普及発展した武道であるため、伝統的な行動の仕方を守ることが重視される。

エ 空手道を学習することで敏捷性、平衡性、柔軟性などの向上が期待できる。

機能的特性：運動の技術構造に着目した特性・・・(イ)

構造的特性：運動の身体的効果に着目した特性・・・(ア・ウ)

効果的特性：運動を行う者の欲求や必要を充足する機能を持っているかに着目した特性(エ)

② 生徒からみた特性

ア 「基本動作」や「形」ができるようになったり、よりよくできるようになったときに楽しさや喜びを感じることができる。

イ 仲間と協力して取り組んでいるときに楽しさを感じることができる。

ウ 試合に勝ったときに楽しさや喜びを感じることができる。

エ 必要以上の反復が続くと、きついと感じてしまう。

オ 闘争的なイメージがあるため、運動の二極化がおこりやすい。

カ めあてとの関連性を図った練習方法の工夫や、計画的な学習の見通しがもてると楽しみ方が増えてくる。

(2) 教材観

日本の伝統的な文化として発展した武道は、伝統的な礼儀作法や相手の動きに応じた動作を身に付け、攻撃したり防御したりして、技を競い合うところに楽しさがある。

空手道は、琉球王国時代において、中国との国交・貿易を通じ様々な過程を経て、独自に創造・発展してきた武道である。当時の「手(ティー)」は、二度の武器に関する政策等により、武器を持つことを制限され、主に士族の間で、秘密裏に研究され、「唐手(トーディー)」として発展してきたとされている。

また、明治から昭和初期にかけて、「唐手(からて)」から「空手(からて)」として国内に普及する過程においては、日本古来の武道の精神を継承しながら、術から道に発展した沖縄を発祥とする我が国固有の武道である。

学習指導要領においては平成24年度から、全国の中学校において武道が必修化され、我が国固有の文化として「伝統的な行動の仕方」と相手を尊重するなどの「礼儀作法」が、重要視されている。

(3) 生徒の実態

へき地校の為、保健体育(体育実技)の学習は全学年男女合同授業で行われているが男女・学年の隔たりなく3学年を中心に意欲的に活動することができる。

運動に関するアンケート調査では、運動が好きと答えた生徒が100%、授業以外での運動・スポーツの実施状況週3日以上90%、また、部活動加入率が95%、新体力テストA判定者が38%と、保健体育の学習以外でも積極的に運動に親しむことができる生徒が多い。

そこで、B中学校保健体育科においては、各単元を通して生徒一人一人が運動の特性を味わいながら各運動領域の技能の向上を高めることを柱の一つとして授業を展開している。

学習に関しては、各単元で単元計画表を配布し、計画的な学習の見通しやそれに伴う学習カードを使用した“めあて”“課題”の設定、ICT機器(タブレット等)を用いての運動分析、グループやペアでの練り合いや学び合いも経験済みである。

武道の領域に関しては、小学校では取り扱いがなく1、2学年にとっては初めての単元である。また、3学年は1学年の際に履修済みで、基本動作・基本となる技・形を内容として取り上げた。

単元前の実態調査では、地域活動での空手道経験者が39%(18名中7名)、未経験者で単元の空手道に対し興味関心があると答えた生徒は0%であった。また、空手道のイメージとして「厳しそう」「修行」「殴り合い」といった闘争的な面をイメージしている生徒が多い。1、2学年にとっては初めての単元であるため技術習得をはじめ、単元自体に不安があるようである。

(4) 指導観

本単元は、全学年男女合同の複式授業、また、履修状況が異なる学年での領域の取り扱いとなっている。全学年、同時の複式授業を行うが3学年と1、2学年とでは“ねらい”“評価”等は異なる。単元「武道」は、他の運動領域とは異なり単元自体を好きではない生徒が多く事前の実態調査では苦手・楽しくないといったマイナスのイメージを持っている生徒が多い。

レディネス調査を行い、実態をしっかりと把握しながら、少人数の良さを生かし、学習目標の達成のために生徒一人一人が運動の特性を味わえる学習過程を展開していく。空手道の特性を味わう授業づくりを行うには、運動の合理的な実践を通して、「今持っている力」を少しずつ発展させていくステージ型の学習過程が望ましいと考える。そのステージ型学習過程のなかで、「かかわり合い」の三つの視点を持って指導の工夫を図っていく。そのような展開が充実した学習活動へとつながり、運動の特性を味わうことができるのではないかと考える。

3 学習目標

生徒一人一人が目標や毎時間のめあてを意識して、「かかわり合い」を重視した活動を展開し、空手道の特性を味わい「伝統的な行動の仕方」を身に付け、「礼儀作法を尊重」する態度を養い、「技能の向上」を図る。

- (1) 種目の特性に触れ、場の安全に留意して仲間と協力しながら公正・公平な態度でルールを守り、楽しむことができる。 【関心・意欲・態度】
- (2) 課題を見付け、その解決に向けて工夫することができる。 【思考・判断】
- (3) 基本動作と基本となる技、約束組手を身に付けることができる。 【技能】
- (4) 課題解決に向けて合理的な練習方法を理解し、試合の運営や審判ができる。 【知識・理解】

4 学習のねらい

生徒一人一人がともに「かかわり合い」ながら、安全面に対する心得を理解し、基本動作と基本となる技、約束組手を身に付け、練習方法を工夫しながら技能を高め、学習活動を楽しむ。

- (1) 基本動作と基本となる技、約束組手を身に付けることができる。 【技能】
- (2) 安全面に留意して、ルールやマナーを守り公正・公平な態度で取り組むことができる。 【態度】
- (3) 課題を見付け、その解決の為に練習を工夫して取り組むことができる。 【思考・判断】

時間	学習内容	関・意・態	思・判	技能	知・理
1	オリエンテーション	○	—	—	—
2	基本動作：礼法・立ち方 基本となる技：突き・受け・蹴り	○	—	—	—
3	基本動作：礼法・立ち方・進退動作 基本となる技：突き・受け・蹴り [約束組手]	—	○	—	○
4	[約束組手] グループ内競技会	—	○	○	—
5	活動計画会	○	○	—	—
6	課題解決学習①	○	—	—	—
7	課題解決学習② 研究授業	—	○	—	—
8	課題解決学習③	—	—	○	—
9	[約束組手] 競技会	—	—	○	—
10	まとめ	○	○	—	—

5 学習の道筋

3 学年

ねらい1 安全面やマナーに対する心得を理解し、基本動作と基本となる技、約束組手を正確に身に付ける。

ねらい2 基本動作や基本となる技がよりよくできよう練習を工夫しながら課題練習や約束組手を行う。

ねらい3 仲間と協力して競技会の運営や審判を行い、約束組手競技会を楽しむ。

1・2 学年

ねらい1 安全面やマナーに対する心得を理解し、基本動作と基本となる技、約束組手を身に付ける。

ねらい2 基本動作や基本となる技ができよう練習を工夫しながら課題練習や約束組手を行う。

ねらい3 安全面に留意して、公正・公平な態度で約束組手競技会を楽しむ。

全10時間(学習の流れ→) 【 時間計画表 *ステージ型 】

時間	1	2～4	5	6～8	9	10	
10	オリエンテーション	出席確認及び健康状態の確認 → 前時までの活動を振り返る → 本時のめあての確認等					学習のまとめ
20		ねらい1 めあて1	活動計画会	ねらい2 めあて1	ねらい3 めあて1		
30		安全やマナーに対する心得を身に付けよう めあて2		課題解決に向けて練習を工夫し今できる技をよりよくできるようになろう めあて2	仲間と協力して約束組手競技会を行おう めあて2		
40		基本動作 (姿勢・立ち方・進退動作) 基本となる技 (突き・受け・蹴り) 約束組手		約束組手や自由練習を楽しもう	約束組手競技会を楽しもう		
評価	本時の活動を振り返る → 次のめあての確認【自己評価・相互評価】等						
評価	<診断的評価> → ← <形成的評価> →<総括評価>→						

6 学習指導の展開

時間	学習のねらい及び学習内容・活動	教師の指導・支援	評価の観点
50 × 1	オリエンテーション(一斉授業) 学習の全体計画について理解する (1)空手道の歴史や特性について理解する (2)学習の流れについて理解する (3)学習目標、学習のねらいについて理解する (4)学習の進め方について理解する (5)評価規準、評価場面、評価方法について理解する (6)学習カードの記入の仕方や学習資料の活用する方法を理解する (7)グループを編成して役割分担をする (8)本時の活動を振り返り評価・反省をする (9)次時のめあてを確認する	<ul style="list-style-type: none"> 全体計画について理解させる 空手道の歴史や特性について理解させる 1時間あたりの流れを理解させる 評価規準、評価方法、評価場面を明確に知らせる 学習カードの意義、学習資料等の必要性を理解させる 	説明をしっかりと聞こうとする 【関・意・態】 学習の進め方を理解している 【知・理】
50 × 3	ねらい1 (一斉授業・個別学習・グループ学習) 安全面やマナーに対する心得を理解し、基本動作と基本となる技、約束組手を身に付ける(1, 2年)/ 正確に身に付ける(3年) (1)用具の準備、安全確認をする (2)準備運動をする (3)集合、出席状況、健康状態の確認をする (4)本時のめあてについて確認する (5)めあて1 安全面やマナーに対する心得を身に付けよう (6)めあて2 基本動作：姿勢、立ち方、進退動作 基本となる技：突き、受け、蹴り 約束組手 (7)本時の活動を振り返り評価・反省をする (8)次時のめあてを確認する	<ul style="list-style-type: none"> 学習の進め方を理解させる。 用具の準備、活動場所の安全、マナーについて指導する 特性にふれるための「かかわり合い」を意識した積極的な活動ができるように支援する 礼儀作法の尊重について指導する 基本動作と基本となる技、約束組手を身に付けることができるように指導・支援する 学習の記録がまとめられるように支援する 	特性にふれようとする 【関・意・態】 基本動作と基本となる技、約束組手の習得のために練習の仕方を工夫している 【思・判】 基本動作と基本となる技、約束組手を身に付けることができる 【技能】 学習の進め方を知り礼儀作法の尊重について理解している 【知・理】
50 × 1	活動計画会(一斉授業・個別学習・グループ学習) ねらい1の活動を振り返り、課題を設定する (1)ねらい1で使った学習資料を準備する (2)ねらい2の活動を振り返る (3)めあて1 グループや個人の課題を設定しよう ・グループ：全体的な取り組み ・個人：自己の体力に応じた技 (4)めあて2 課題解決に向けた練習計画を立てよう (5)めあて3 課題別練習による学び方を理解しよう (6)各グループの課題と練習計画を発表する (7)本時の活動を振り返り評価・反省をする (8)次時のめあてを確認する	<ul style="list-style-type: none"> ねらい1の学習活動について振り返り、課題を設定しやすいようにワークシートを作成する ICT 機器で撮影したグループ内競技会の動画を利用してこれまでの活動の振り返りや課題設定の手立てとする 課題別練習における学び方を指導する グループ活動が円滑に進められるように机間巡視をして指導・支援する <課題設定と練習計画> <ul style="list-style-type: none"> 個人の課題が自己の体力に応じたものになるように机間巡視をして指導・支援する 	グループでの話し合い活動に積極的に参加しようとする 【関・意・態】 グループや個人の課題を設定して、課題解決のための練習計画を立てることができる 【思・判】

<p>50 × 3 【本時】</p>	<p>ねらい2 (グループ学習・個別学習・一斉学習) 課題解決に向けて、仲間と協力して練習を工夫しながら、自己の体力に応じた技を身に付けグループ内での約束組手競技会を楽しむ</p> <p>(1) 用具の準備、安全確認をする (2) 集合、出席状況、健康状態の確認をする (3) 本時のねらいについて確認する (4) 準備運動をする (5) めあて1 課題解決に向けて練習を工夫して、自己の体力に応じた技を正確に身に付けよう (6) めあて2 仲間と協力してグループ内約束組手競技会を行おう (7) 学習資料を活用する (8) 本時の活動を振り返り評価・反省をする (9) 次時のめあてを確認する</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・学習の進め方を理解させる ・用具の準備、活動場所の安全マナーについて指導する ・特性に関心を持ち「かかわり合い」を意識した積極的な活動ができよう支援する ・伝統的な行動の仕方と礼儀作法の尊重について指導する ・課題解決に向けてミーティングで活発な意見交換ができるように指導・支援する ・課題別練習における学び方を意識させ活動を行わせる ・競技会を通して仲間の演技の良さや課題を見付けられるように指導する ・練習時に公正な態度がとれるように指導する ・学習の記録がまとめられるように指導する 	<p>特性を味わうことができる 【関・意・態】 課題を設定し解決に向けて練習方法を工夫することができる 【思・判】 基本動作、基本となる技、約束組手が正確にできる 【技能】 課題解決のために練習の仕方を知っている 【知・理】 伝統的な行動の仕方について理解している 【知・理】</p>
<p>50 × 1</p>	<p>ねらい3 (グループ学習・個別学習・一斉学習) 身に付けた技を使って、自由練習や試合を楽しむ</p> <p>(1) 用具の準備、安全確認をする (2) 集合し、出席状況、健康状態の確認をする (3) 本時のねらいについて確認する (4) 準備運動をする (5) めあて1 仲間と約束組手競技会を行おう (6) めあて2 約束組手競技会を楽しもう (7) 本時の活動を振り返り評価・反省をする (8) 次時のめあてを確認する</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・学習の進め方を理解させる ・用具の準備、活動場所の安全、マナーについて指導する ・特性に関心を持ち、味わえるように指導する ・3学年を中心に競技会の運営や審判を行えるように支援する ・伝統的な行動の仕方や礼儀作法が試合の中でいかされるように指導する ・公正、公平な態度で競技会を行えるように指導する ・学習の記録がまとめられるように指導する 	<p>特性を味わうことができる 【関・意・態】 自己の体力に適した技を習得するため練習の仕方を工夫している 【思・判】 基本動作、基本となる技、約束組手が正確にできる 【技能】 課題解決のために練習の仕方を知り、ルールや運営方法を理解している 【知・理】</p>
<p>50 × 1</p>	<p>学習のまとめ(グループ学習・個別学習・一斉学習) <u>学習活動について振り返り、評価と反省をする</u></p> <p>(1) 出席状況、健康状態の確認をする (2) めあて1 これまでの学習活動を振り返ろう (3) 学習カード等を参考に自己評価・相互評価を行う (4) 授業の感想を記入する (5) 総括的評価を行う(アンケートによる質問紙法)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・学習の全活動を振り返り、相互評価や自己評価ができよう指導支援する ・学習の記録がまとめられるように指導する ・次の学習につながるように総括をする 	<p>意欲的に取り組み全活動を振り返ろうとする 【関・意・態】 学習の全活動を振り返ることができる 【思・判】</p>