

保健体育科学習指導案（3年2組）

1 単元名 柔道（領域 武道）

2 単元設定の理由

(1) 教材観

①学習指導要領上の位置付け

[知識及び技能]

(1) (ア)柔道では、相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技、連絡技を用いて、相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防をすること。

[思考力、判断力、表現力等]

(2)攻防などの自己や仲間の課題を発見し、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。

②単元の価値

柔道は、日本から発生した固有の文化であり、相手と直接組み合って、相手の動きに応じて、基本的な技を用いて相手を攻撃したり防御したりすることによって、互いに「美しい一本」を目指して勝敗を競い合い、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、相手を尊重する姿勢や相手との攻防を通して、安全を考えた取り組み方を自ら工夫して行うことができるため、本単元を学習する意義は大きい。

③単元の系統性

- ・前単元の「器械運動」の中で、「跳び箱運動」や「マット運動」を通して、身体の動かし方が「運動の出来栄え」が、「運動の美しさ」につながることを理解してきた。
- ・次単元の「球技」では、本単元で学習した内容を基にして、技の「美しさ」から相手と攻防する楽しさや喜びにつなげていきながら種目の特性を深く理解し、仲間と技能を高めていく。

(2) 生徒観（男子17名、女子17名 計34名）

①既習の学習内容や活動

- ・1年次の柔道では、礼儀の重要性や相手に応じた基本動作、受け身の原理・固め技を行いながら、安全に配慮して相手と攻防し、学習してきた。2年次の柔道では、相手の動きに応じた基本動作や固め技・投げ技の簡易な攻防を中心に、問いをもち、仲間と課題を解決しながら学習してきた。

②本単元に関わる生徒の実態

- ・知識及び技能について、受け身・投げ技に関して、「自信がある、ほぼ自信がある」と答えた生徒は27名、「わからない・うまくできない」と答えた生徒は7名であった。
- ・思考力、判断力、表現力等について、投げ技「大腰の投げ方」について練習方法を自ら考えてできる、「ポイントを発見して仲間に伝えることができる」等と答えた生徒は32名であった。複数の視点から説明できると回答した生徒は28名であったが、授業中に表現できていない。

(3) 指導観

- ・問いに対する課題発見・課題解決・問いに対する答えを見つけていく過程を通して、投げ技の原理を自ら進んで学び、仲間と交流・協力しながら知識を深め、思考力・判断力・表現力を高めながら、相手との攻防を楽しみ柔道の醍醐味を味わうことができるようにする。その際、「安全配慮」や「相手への尊敬」、「相手との攻防」、「身体の動き」などの複数の視点で自分や相手の動きを考え、投げ技の基本となる技ができるようにする。
- ・課題解決につながる情報の具体化には、ワークシートや動画スロー再生機材で「可視化」を行う機会を設けて練習の取り組み方を工夫できるようにしていく。

3 単元の目標

- ・投げ技や固め技の特性・美しさを味わい、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫しながら自己や仲間の課題を発見し、自己の考えたことを伝え合うとともに、相手との攻防を楽しむことで柔道の醍醐味を味わうことができる。

4 指導と評価の計画（別紙参照）

5 本時の展開（2／7）

(1) 目標

- ・体落としの特性や美しさを味わい、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫しながら自己や仲間の課題を発見し、自己の考え方を伝え合うことができる。

(2) 展開

学習活動と予想される生徒の反応	指導上の留意点及び支援・評価
<p>1 本時の問いをつかむ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手技の投げ技は、難しそうだなあ。 ・体落としは、どんな原理で投げることができるんだ？ 払い腰と同じ？ 	<ul style="list-style-type: none"> ○投げ技の種類について、振り返りシートを活用して前時までの学習内容を思い出させる。 ○受け身や抑え込み、投げ技に関する授業を通して学んできたことを振り返り、本時の学習につなげていく。
<p>問い：体落としは、どのようにして相手を投げることができるのだろうか。</p>	
<p>2 体落としの原理について、「受取」双方で作り上げる「柔道形」の練習を通して、「体落としの美しさ」を考える。</p> <p>＜受の考え＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ・このように投げられると受け身がとれるなあ。 ・大腰と違って投げられ方が難しい。 ・今まで腰に乗っていたが、なんか違う感覚だな。 <p>＜取の考え＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ・大腰や払い腰と違って技に入るポイントがまた違うなあ。なぜだろう？ ・もっと美しく、スムーズに投げたい！ <p>＜観察者の考え＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ・○○さんはなぜあんなに美しく、そして綺麗な投げができるんだ？ ・最初はゆっくり意識して練習し、次はタイミングよく繰り返し練習だな！ <p>3 受は膝立ち、取が有利な状況での簡易な攻防を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手や下半身の使い方に変化が出たな。 ・相手がこらえるときにまた大変だ！ ・うまくできたが、まだまだ美しさが足りないな！ ・柔道形から攻防までやりたいな！ <p>4 本時のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○本時の問いを通して、ポイントを発見し、仲間と多くの課題を解決しながら表現してきたことをまとめる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○「柔道形」の考えを参考に投げ技の美しさを考えさせることで、投げ技を「取」だけでなく「受取」双方で作り上げる「作品」であるという位置づけになるようにする。 ○安全面の配慮として、受け身の仕方についても確認させる。 ○腰技「大腰、払い腰」での既習事項を生かし、技のポイントには、①引き手、②釣り手、③体さばきがあることや、A相手なし、Bスモールステップ（段階やスピード）、Cタスクゲームで練習を行ったことを思い出させながら、比較・関連ができるようにする。 ○体格が同じ2人組⇔小グループの活動を取り入れ、実演する2人を客観的に観察する視点を設けることで、賞賛・意見交流させることで、重要なポイントを発見したり、生み出したりすることができるようにする。 ○腰技→手技の原理を理解し（意識性）、繰り返し練習（反復性）することで、生徒の考えをお互いに表現したり、実技教科書や動画スロー再生動画資料等、生徒の観察記述をもとに根拠を明確にさせたりしながら、お互いに解決できるようにしていく。 ○自分の考えをなかなか表現できない生徒に対しては、動画資料等でキーワードを表現できるよう支援する。 ○受は膝立ち、取は有利な状況からの簡単なルールを定めた攻防を行うことで、変容した点やまだまだ不足している点を自ら気付いて考えていくことで次時への問いへつなげていく。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>【思考・判断・表現】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手技「体落とし」の原理を学ぶことを通して、課題を発見・改善する練習を行いながら、複数の視点でポイントを伝え合うことができる。（ワークシート、発言） </div> <ul style="list-style-type: none"> ○本時の「問い」に対する「答え」を、課題⇔改善・解決の流れを通してホワイトボードで整理し、本時のまとめを行う。
<p>＜振り返り＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時の問いを通して、受け取り双方で作る「柔道形」の練習をしながら「体落とし」の原理やポイントを発見・課題解決して学ぶことができたな。相手との立ち姿勢の攻防でもできるようにしたい。 ・動画スロー再生・読み物資料等、2の活動で私の技を観察したり、アドバイスしてくれた生徒等の情報を共有したりしながら、自分では見えないポイントや「つまずき」を解決するための「気づき」が生まれたな。 	
<p>＜「思考力、判断力、表現力等」育成のための具体的な手だて＞</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) 「問い」を用いた課題解決や運動の取り組み方の工夫 (2) 課題解決につながる情報を具体化し、練習方法（ポイント・コツ）を改善していく工 	

指導と評価の計画 保健体育 3年 単元(題材)「柔道」(全8時間計画)

目標	投げ技や固め技の特性・美しさを味わい、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫しながら自己や仲間の課題を発見し、自己の考えたことを伝え合うとともに、相手との攻防を楽しむことで柔道の醍醐味を味わうことができる。				
評価規準	<p>【知識・技能】 相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技、連絡技を用いて、相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防をすることができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 攻防などの自己や仲間の課題を発見し、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。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 柔道に自主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大切にしようとする、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保することができる。</p>				
過程	時間	目標・ 問い	学習活動	振り返り	評価項目 (方法・観点)
つかむ	1	<p>◎基本となる投げ技や固め技の特性を味わい、学習に積極的に取り組むことができる。</p> <p>どのような投げ技と固め技で攻防を楽しむことができるのだろうか？</p>	<p>○投げ技や固め技の特性を系統的に考え、共通点や相違点を考える。</p> <p>○基礎練習をしながら基本となる技を高めて攻防を楽しむ。</p>	<p>☆まわし技系、支え技系、刈り技系の投げ技や基本となる投げ技と返し方もあるから攻防がおもしろそうだな。でも、投げ技は受け身を十分できるように安全にやらないと！</p> <p>☆この技がうまくできるようにして、試合で勝てるようになりたい！</p>	<p>【主体的に学習に取り組む態度】 技の特性や歴史について知り、基本となる技を高めながら生徒一人一人がお互いに関わり合い、基礎的な攻防を楽しむことができる。</p> <p>(観察、ワークシート)</p>
追究	3 (本時)	<p>◎技の原理を学ぶことを通して、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫しながら自己や仲間の課題を発見し、自己の考え方を伝え合うことができる。</p> <p>○○○(投げ技・固め技)は、どのようにして相手を投げる(抑える)ことができるのだろうか。</p>	<p>○自分の技が成功した瞬間や、うまくできなかった瞬間を考えてポイントを2人組やグループで考えて伝え合う。</p>	<p>☆技のかけ方がうまいな。技が美しい！相手と簡易な攻防をしていくときに、やはり相手の力も利用すべきだな。</p> <p>☆うまく技に入ることができなかった。タイミングをつかむ練習打ち込みをしよう。</p>	<p>【思考・判断・表現】 投げ技・固め技の原理を学ぶことを通して、課題を発見・改善する練習を行いながら、複数の視点でポイントを伝え合うことができる。</p> <p>(観察、ワークシート)</p>
すすめる	1	<p>◎自由練習や簡易な試合を通して状況を設定して攻防を展開するなど投げ技・固め技の特性や連続技を身に付けることができる。</p> <p>どんな連絡技が自分の勝利につながるのだろうか？(part1)</p>	<p>○状況を判断しながら相手を投げたり抑えたりすることができるように「攻守とも膝つきの姿勢」「攻撃有利な姿勢」からの簡易な試合や自由練習を行う。</p>	<p>☆攻める方法がなかなか見つからなかったけれど、2つや3つの技を組み合わせて攻めていくと案外通用するからいいかも。相手の逆をつく、相手をだますとか実技の教科書で発見したよ。</p> <p>☆「相手が膝つきから」などの攻撃有利な練習したらうまく攻めることができるようになったよね。</p>	<p>【知識・技能】 攻撃有利な状況や簡易な試合を通して、攻撃の時間や判断する時間を作りだし、自分や敵の動きを把握する機会をもちながら攻防できるようにする。</p> <p>(観察・ワークシート)</p>

	1	<p>◎積極的に自分の得意技についての課題を修正し、仲間と関わり合いながら課題を解決しながら練習を工夫して行うことができる。</p> <p>試合に勝つためにどんな練習が自分の得意技を高めるために必要だろうか？</p>	<p>○投げ技や固め技の特性を分析した動きを紹介し、その動きを取り入れた基礎トレーニングや攻撃有利な状況の練習を工夫して行う。</p>	<p>☆前時の授業を生かして練習を工夫して行おう。前時の練習で修正できたことが勝利につながったな。</p> <p>☆相手を崩した時の判断が遅くて相手に防御されたけれど、相手が崩れた直後に、2つ目の技で連絡技をしたら落ち着いて相手を投げることができたよ。成功回数が増えて勝てるようになったよね。</p>	<p>【思考・判断・表現】</p> <p>攻撃有利な試合を工夫しながら行わせ、攻撃する機会を数多く作り出し、連絡技を活用した攻撃パターンを複数の視点でポイントを伝え合うことができる。</p> <p>(観察、ワークシート)</p>
追究する	1	<p>◎自分や敵の状況を判断し、相手の動きの変化に応じてながら連絡技をしながら相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの試合を行うことができる。</p> <p>試合中、どんな連絡技が自分の勝利につながるのだろうか？(part2)</p>	<p>○相手を崩したり、抑えたりすることなど、相手の動きに応じて判断し、自ら進んで試合で勝利することができるよう簡易な攻防や試合を行う。</p>	<p>☆自分の動きだけでなく、相手の動きに応じて攻撃したら、投げる回数が増えたよ。</p> <p>☆練習で繰り返し同じ技を練習したり、相手の動きに応じた連絡技の練習を行いながら試合に臨んだことで、自分や相手の動きが理解でき、試合で自分からよく動いて相手を投げそうなチャンスを作っていたよ。</p>	<p>【知識・技能】</p> <p>簡易な攻防や試合を行わせることで相手に応じた動きや相手を崩して攻撃しようとする時間を作り、自分や相手の動きを把握し、すべてを活用する機会を数多く持ちながら攻防している。</p> <p>(観察・ワークシート)</p>
まとめる	1	<p>◎自ら問いを生み出し、試合の勝利をめざして柔道を楽しもうとしている。</p> <p>どの技をどのような状況で、相手を攻撃しながら柔道を楽しむことができるか？</p>	<p>○附中ミニ柔道大会を実施し、体格別でリーグ戦を行い、優勝目指して本気で勝敗を競い合う。</p>	<p>☆今までの問いを振り返り今度は自分で問いをもって試合の勝利につなげることができた。</p> <p>☆私の問いである「どうしたら自分らしい攻撃ができるか？」を实践できた。今まで練習した得意技が通用した。</p>	<p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>自ら問いを生み出し、実践につなげることによって、試合の充実感や達成感を得ている。</p> <p>(観察・ワークシート)</p>