

授業改善のイメージ(保健体育科)

本年度の研究テーマ 見通しと振り返りの往還による授業改善

～「思考力・判断力・表現力等」の評価方法の充実～

授業改善を行う領域・内容

各領域において発生する課題に対して、合理的な解決に向けて取り組み方を工夫する力を養う。

設定理由

保健体育の授業において学習者が「わかる」「できる」の実感を得ることで、運動や活動の「楽しさ」につなげることができる。ただし、そのためには基礎的な知識や技能の習得と、活用のためのプロセスを経ることが重要である。そのため、本研究では、学習者の学びにおいて生じる課題を解決するために知識を活用したり、応用したりすることを通して、思考して判断したことを他者に言葉や文章および動作などで表現することができるような活動場面を設定する。それによって、学習者自身の「わかる」「できる」の実感に結びつけることを目的としている。

授業改善の方針

(1) 課題を発見し、合理的な解決を促すための見通しを持った単元計画の作成

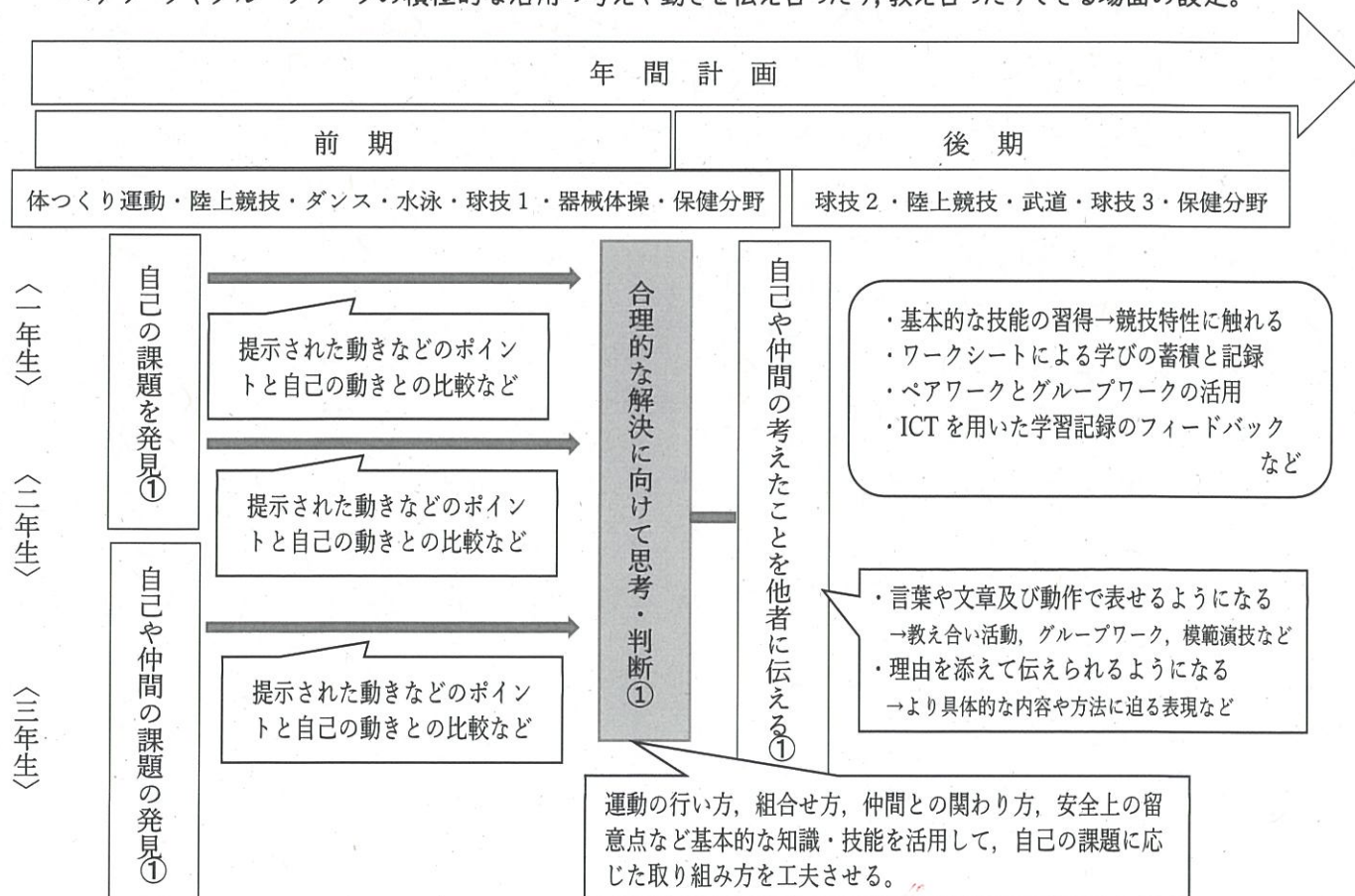
- ・解決の方法を授業者が示すためには深い教材理解が必要→授業改善の視点を増やせる。
- ・見通しを持った単元計画の作成→評価の観点を明確にし、授業における評価の方法を具体化する。

(2) 「思考・判断」を促し、視点を明確にするためのワークシートの工夫

- ・領域の学習内容に即したワークシートの作成→自分の考えを具体化できるように視点を明確にする。

(3) 学習活動をスムーズに進行するための授業規律の徹底

- ・持ち物の準備や管理、集団行動などの授業規律の徹底→道具の管理や行動の迅速化が時間を生み出す。
- ・ペアワークやグループワークの積極的な活用→考えや動きを伝え合ったり、教え合ったりできる場面の設定。



前期の成果

(1) 課題の発見のために活動に対して視点や目標を持って取り組むことができた。

2年生の〈水泳：平泳ぎ〉では、「自身の現時点での泳力を測り、課題を解決するための練習を進める。」際に、スムーズなキックによって水中の推進力を得る事や、プルからのコンビネーションを連動させることを目指して学習に取り組んだ。元々の自身の泳力を基準にしているため目標設定がしやすかった。

(2) 自己の動きに対して動画資料や技能の高い学習者を見本にするなどして、課題を明確にすることができた。

2年生の〈陸上競技：リレー〉では、ワークシートに技能のポイント写真を写真やイラストを添付することで、どのような動きがスムーズなバトンパスにつながるかを考えながら学習することができた。また、1年生の〈器械運動：マット運動〉では、技能のポイントを授業者が押さえる以外にも、学習者から「この時に足を開く」、「重心が前に向かうようにする」などの考えを取り込み、技のポイントとして掲示した。

3年生の〈水泳：背泳ぎ〉では、背浮きの姿勢に恐怖感を感じる学習者もいるなど、広い内容で学習方法を設定する必要があった。ビート板を抱えながら浮く練習から始まり、ペア学習で背浮きの姿勢を補助してもらうなどして、技能の形態に慣れることから始めた。また、1年生の〈器械運動：マット〉においても、練習のための場（坂道マットや足打ちゴムの設定など）を工夫することで、自己の課題に応じた学習を選択することで、練習方法にもペアやグループごとの工夫が見られた。特に、段階的な指導（スモールステップ）は初めての学習活動にも前向きな姿勢が見られる効果があった。

(3) 話し合い、教え合いの場面を通して、共に学び合う姿が増えた。

前期の学習において、様々な場面でペア・グループ学習の場面を設定した。その中で、運動の行い方、組み合わせ方、仲間との関わり方などを共に意見を伝えながら取り組む様子や、撮影した動画から意見を伝え合ったり、実際の試技の様子を話し合ったりする姿がよく見られるようになった。以降の球技の学習においても交流を通しての意見交換が多く出ている。

前期の課題

(1) 単元を通して身につけさせたい力を明確にする。

各学年の授業において、単元を通して身につけさせたい力を明確にすることが求められる。単元プランに設定した単元の目標を達成するための学習活動とするには、授業において評価する観点と評価の場面の設定が的確かどうかを考えていくことが重要である。2年生の〈水泳：平泳ぎ〉では、より効率よく進める泳ぎ方について、身体の動かし方やコンビネーションなどを見直し、練習方法を選択する場面で学習者の取り組む練習が適切かを見取る場面が設定できなかった。授業者や学習者同士で自身の学びの手段を見直す機会を持てると更に、学習者の学びが深まると考えられる。

(2) 評価の方法がワークシートに依るところが多い。

ワークシートの記入内容が具体的であるか、または根拠が示されているかが評価の基準となった時に、文章表記が苦手と感じている学習者に対して評価方法の多様な面も求められる。「自己の課題を発見する」ための発問や、視点を明確にすること、さらに活動時における学習者の発言をお互いに伝え合い、発見し合う視点を持たせることも有効であると考えられる。

(3) 活動時間の確保と評価場面の設定。

話し合いや教え合いの場面を設定し、ワークシート等に記述などの時間を設定した時に、学習者の運動時間の減少が見られることがあった。1年生の〈器械運動：マット運動〉において、自身の課題の合理的な解決に向けて学習を進める中で共に学ぶ学習者からアドバイスや声かけを受けて、さらに練習を深めたいところで練習時間が足りなくなる場面があった。その授業における評価の観点を明確にし、実際の学習の様子（発言や行動、運動時の姿）からチェックできるようにすると評価材料の確保にも繋がると考えられる。

後期の成果

(1) 課題に対して合理的な解決に向けた活動場面の設定の効果。

2年生の〈球技：バスケットボール〉では、基礎基本の技能を習得するためのドリルや、それを活用したドリルゲームを実践した。それによって、ゲームを成立させるために必要な技能に対する学習者の修得状況を把握でき、より明確に自身の課題をつかむことができた。解決に向けて、チームで練習を工夫したり、お互いにアドバイスを伝え合ったりする場面も見られるようになった。

(2) 技能の習得ポイントを明記した学習における視点の広がり。

2年生の〈球技：ソフトボール〉のワークシートにおいて、基本的な技能の習得状況をチェックできる「技能レベル」を設定した。自身の技能の習得状況を記録するだけでなく、技能のポイントを共有することで、他者の技能から学ぶや改善点を見つけるための材料となった。また学習者の思考・判断の場面を学習者同士が見取り合えるように、授業の課題において視点を共有した。

(3) 学習活動のルーティンを形成することによる切り替えの徹底。

2, 3年生の〈球技：ソフトボール〉では「ペアでウォーミングアップ→チームで課題解決のための練習→ミニゲームで実践→チームでミーティング」という学習の流れが形成されることによって、活動への切り替えがスムーズになった。また、使用する用具をあらかじめグループ分設定し、個人の学習用具をチームボックス等で管理することで活動の準備等も手際よく進められ、それぞれの活動の時間確保にもつながった。

後期の課題

(1) 学習者の学習状況に即した課題の設定。

運動経験に乏しい学習者も多く、基本的な技能の習得を図る場面を設定することが大切となる。ただし、学習内容では技能を身に付けるための課題の設定や、身に付けた技能を生かした学習活動を組み込むことによって、単元を通して題材の特性に触れる機会を確保しなければならない。また、学習者同士が教え合い、伝え合う場面の設定はどの題材においても重要である。

(2) 単元を通したワークシートの活用。

ワークシートの内容については、技能のポイントを記載したり、学びの視点を明確にさせたりなど一定の効果は感じられた。単元を通して、学習者の記録を蓄積させるためにはワークシートの活用が効率的である。しかし、Google classroom を用いたワークシートの活用が不十分だった。3年生の〈器械運動：マット運動〉において、技の撮影動画の提出などはさせたが、学習状況の把握については、紙媒体と ICT のワークシートを活用していくことが求められる。

(3) ペア・グループワークの活用と運動量の確保。

保健体育の教科的特性において、ペア・グループワークは活動において必須である。技能の習得だけでなく、思考・判断を促進させるための話し合いや伝え合い活動はもとより、用具の準備・片づけなどをスムーズに行うことで運動量の確保にもつながる。2年生の〈球技：ソフトボール〉では、「伝え合う」ことをテーマに単元後半の学習に取り組んだが、場面の設定次第では運動量の減少も見られた。また、Chromebook を用いる際も時間が必要以上にかかる様子が見られた。

来年度に向けて

今年度の本校の研究テーマである〈見通しと振り返りの往還による授業改善～「思考力・判断力・表現力等」の評価方法の充実～〉において、保健体育科では、自己の課題に気づくための発問や、合理的な解決に向かわせるための手立てについて研究を進めた。授業で取り扱う題材の特性と学習者の状況を踏まえて構成した。保健体育の授業の特性上、技能のポイントを教え合ったり、作戦や気がついたことを伝え合ったりする場面は設定し易くはあった。来年度は、課題に向かわせるための発問と、ワークシートの作成における ICT のさらなる活用が求められる。また、単元プランを作成することによって、単元を通したゴールを設定し、見通しをもった授業計画を立てることも継続していきたい。

作成者：木梨 祐司(きなし ゆうじ)・浅井 宏章(あさい ひろあき)・下川 拓己(しもかわ たくみ)

単元プランシート（ 保健体育科 1年）

実施時期 6月

単元名		陸上競技（短距離走・リレー）
単元の目標		(1) 滑らかな動きで速く走ることやバトンの受渡しでタイミングを合わせることができる。 (2) 動きなどの自己の課題を発見し、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ている。 (3) 積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナー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、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどをしたり、健康・安全に気を配ったりしている。
評価 規 準	知・技	①短距離走やリレーの特性や成り立ち、技術の名称や行い方について理解している。 ②加速してバトンを受けることのできるタイミングで走り始めることができる。
	思・判・表	①加速してバトンを受けるための自己の課題を発見することが出来る。 ②タイミングの良いバトンパスについて気付いたことを他者に伝えている。
	主体	①陸上競技の授業に積極的に取り組もうとしている。 ②一人ひとりの技能の差や、仲間の挑戦を認めている。

	学習内容	評価計画		
		知・技	思・判・表	主体
1～2	○早く走るためのポイントを理解し、50mのタイムを計測する。 ○加速走を行い、リレーでのチームの目標を立てる。	①		
				①
3～6	○チームで試しのリレーを行い、課題点の発見と目標値の設定を行う。 ○タイミングのあったスムーズなバトンパスの方法を確認し、チーム内で練習を行うなかで自己の課題を発見する。 ○走り始めのタイミングに着目し、自己に合ったスタートのタイミングを見つける。 ○記録を計測し、修正点を話し合う。 修正点をもとにグループでの練習を行う。		①	
		②	①	
			②	②
			②	
7	○最終のタイム計測を行う。	②		①
外	定期テスト	①テスト		

評 価 基 準（思考・判断・表現等について）		
	B	A
①	自己の課題について技能のポイントを視点に説明している。	自己の課題について複数の技能のポイントを視点に説明している。
②	仲間のバトンパスについて気付いたことを技能の母音とを視点に伝えている。	仲間のバトンパスについて気付いたことを ICT 機器やワークシート、ジェスチャー等を活用しながら伝えている。

単元プランに基づいた授業実践について(前期)

保健体育科 浅井

生徒の学習の様子(1年陸上競技)

①授業の実践

陸上競技(リレー)

最初のチームのタイム	最後のチームのタイム

自分のバトンパスにはどのような課題があると感じますか？

それを解決するためにどんなことを意識して練習をしましたか？

他の人のバトンパスを見て、気が付いたことを書きましょう(良かったところ、上手なところ)

「走る速度を落とさないスムーズなバトンパス」をできるようにすることを目標に活動を行った。単元を通して4人1組のチーム練習することで、お互いに課題を認識し、練習の中で自然発生的に伝え合い・教え合いの場が生まれることを意図として授業を展開した。

ICT機器を活用して、お手本動画や自分の動きの確認、これまでの自分の学びを一つの端末で見られるようにした。屋外の活動では、ネットワーク環境等で活動に支障が出ることもあった。

スプレッドシートを活用してのワークシート

②課題発見から解決までの場の設定

○上手なグループと自分のバトンパスを比較し、自分の課題を発見



比較



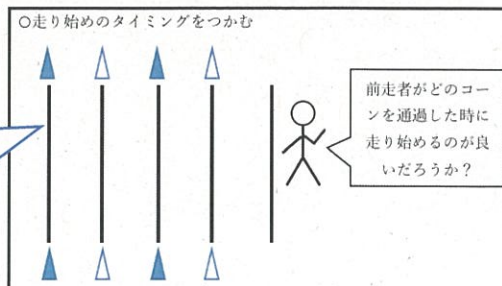
グループ内で動画を撮影し、自己の課題を発見する。

自分のバトンパスにはどのような課題があると感じますか？
タイミングが揃っていないために十分に加速ができていないように感じる。
走り始めのタイミングが少し遅いことが原因かも

課題となる場面とその要因を予測して書いている

【自己の課題に応じた練習方法の選択】

複数の場から自己(チーム)の課題に合わせて練習の場所を選択し、実践する。練習の成果を授業後に振り返ることで、毎時間課題を再設定していく。



単元プランシート(保健体育科 2年)

実施時期 6 月

単元名		水泳(平泳ぎ)
単元の目標		学習してきた泳法を見直して、効率よく泳げる方法を見つけよう。 ～1分間チャレンジを目指して～
評価 規 準	知・技	①水泳の各種目において用いられる技術の名称や運動局面の名称があり、それぞれの技術や局面で、動きを高めるための技術的なポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。(知) ①蹴り終わりで長く伸びるキックをすること。(技) ②肩より前で、両手で逆ハート形を描くように水をかくこと。(技) ③プルのかき終わりに合わせて顔を水面上に出して息を吸い、キックの蹴り終わりに合わせて伸び(グライド)をとり進むこと。(技)
	思・判・表	①提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。 ②提供された練習方法から、自己の課題に応じて、泳法の習得に適した練習方法を選んでいる。
	主体	①用具等の準備や後片付け、計測などの分担した役割を果たそうとしている。 ②一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。

	学習内容	評価計画		
		知・技	思・判・表	主体
1次 (1時)	目標を理解し、自己の力に応じた単元のめあてを設定する。また、めあての達成に向けて具体的な練習などを考える。 ⇒自身のこれまでの習得状況を理解する。	①(知) ワークシート		
2次 (2～4時)	自身の現時点での泳力を測り、課題を解決するための練習を進める。その際にキックやプルからのコンビネーションを連携させることを目指し、グループ学習を形成する。 ⇒提示されたポイントをおさえて練習をできるようにグループ学習やエリア別練習などを提示する。	①②③(2～3時) 観察 エリアチェック	①(4時) ワークシート	
3次 (5～8時)	1分間チャレンジを通して、より効率よく進める泳ぎ方について、身体の動かし方やコンビネーションなどを見直し、練習方法を選択する。 ⇒最終的な測定まで行う。	①②③(8時) 測定	②(6時) ワークシート 観察	①(5時) 観察 ワークシート ②(7時) 観察 ワークシート

評価基準		
	B	A
①	提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。	提示された動きのポイントやつまずきの事例に留まらず、仲間の課題や出来映えをに対して動きを交えたり、わかりやすく伝えたりしている。
②	提供された練習方法から、自己の課題に応じて、泳法の習得に適した練習方法を選んでいる。	自己の課題に応じて、練習方法を組み合わせたり、新たに考え出したりしている。

単元プランに基づいた授業実践について(前期)

保健体育科 木梨

生徒の学習の様子(2年生水泳)

①授業での実践

[illegible]

水中で足の動きを
確認しているペア

授業のワークシート

ワークシートや動画資料を用いて、基本的な技能と習得のための練習方法について学び、実践する。

課題を解決するための練習を進める際にキックやプルからのコンベクションを連携させることを目指し、グループ学習を形成する。

自身ではわかりづらい技能の課題を知るためにペア学習で互いの動きを見取りさせる。

事前に習得状況を振り返り、レベルアップのポイントを押さえている。

②ワークシートでの取り組み

平泳ぎの練習について自分の練習・レベルアップのポイントを考えてみよう									
現在の泳力（自己分析）		練習のポイント、気を付けたことなど							
									
授業の記録									
※記録のところで、自分が練習したエリア（道具・泳法・距離）と距離を書く ★（30秒チャレンジ泳力チェック）をした場合は 30秒：0m と書く									
回数	日にち	学習した泳法	記録（エリア・距離（m））	感想					
例	7/8	平泳ぎ	クロール 道具：2.5×3	キックをたくさん練習した。次回は泳法に挑戦する。					
1	／	平泳ぎ	クロール	：					
2	／	平泳ぎ	クロール	：					
3	／	平泳ぎ	クロール	：					
4	／	平泳ぎ	クロール	：					
5	／	平泳ぎ	クロール	：					
6	／	平泳ぎ	クロール	：					
7	／	平泳ぎ	クロール	：					
学習の記録									
※あてのよめの達成のために、自分が工夫した内容を自由に書く（練習方法・上手な人の観察・アドバイスなど）									
☆自分の取組を振り返りましょう。									
よくできたー◎ できたー○ がんばろうー△ を記入しましょう									
項目	日にち								
①授業・練習の準備・準備運動の安全確認など									
②自分の泳ぎの達成や目標に向けて努力ができた									
③自分の練習を見つめ、解決しようとした									
④自分のためにそして練習方法を工夫しようとした									
⑤自分の学習のポイントを整理につなげたことなど									
⑥練習を止めた。必要の練習を止めたことなど									
水泳の授業を通して、身につけたこと、考えたこと、工夫したことを書きましょう（最後の授業後）									

平泳ぎの練習について自分の練習・レベルアップのポイントを書えてみよう

現在の泳力（自己分析）	練習のポイント・気を付けたいことなど
・手と足が同時にでている ・足があまり足になっている → 平泳ぎをきんたんと泳げない	・足があまり足にならないように、しっかりとひざを曲げて足をひくつける ・息を吐いて足と手を同時にださないように泳ぐ

授業の記録

★（30秒チャレンジ）泳力チェックをした場合は 30秒：0m と書く）

回数	日	学習した泳法	距離：25×3 道具：25×3	感想
1	7/8	平泳ぎ クロール	泳法：25×3	キックをたたく練習をした。水は泳ぎに慣れた。
2	6/2	平泳ぎ クロール	泳法：90	水は泳ぎに慣れた。キックをたたく練習をした。水は泳ぎに慣れた。
3	6/2	平泳ぎ クロール	泳法：100	水は泳ぎに慣れた。キックをたたく練習をした。水は泳ぎに慣れた。
4	6/2	平泳ぎ クロール	泳法：150	水は泳ぎに慣れた。キックをたたく練習をした。水は泳ぎに慣れた。
5	7/1	平泳ぎ クロール	：	水は泳ぎに慣れた。キックをたたく練習をした。水は泳ぎに慣れた。
6	7/1	平泳ぎ クロール	：	水は泳ぎに慣れた。キックをたたく練習をした。水は泳ぎに慣れた。
7	7/1	平泳ぎ クロール	：	水は泳ぎに慣れた。キックをたたく練習をした。水は泳ぎに慣れた。

学習の記録

初めての授業のために、自分が学んだ内容を自由に書く（練習方法・上手な人の経験・アドバイスなど）

- ・上手な人は手と足が同時に動いていない、一足だけをかくだけとみえてる、一足だけをかくだけとみえてる、一足だけをかくだけとみえてる
- ・練習のときは足をしっかりとひくつけることと、足が曲がらないように泳ぐこととを意識して泳ぐことができた

上手な人のポイントを具体的に書いており、意識して練習をしたいところを具体的に書いている。

保健体育科学習指導案

令和6年9月20日(金)

第4校時 13時10分～14時00分

1年C組 36名

指導者 浅井 宏章

- 1 単元名 「技のエキスパートになろう」
器械運動：マット運動

2 単元設定の理由

(1) 教材について

・器械運動は、マット運動、鉄棒運動、平均台運動、跳び箱運動で構成され、器械の特性に応じて多くの「技」がある。これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。マット運動は回転系と技巧系の技から構成されており、自己の体重を体で支えたり、体を回転させたり、バランスを取ったり、逆さになったりする等、日常生活では経験しない動きを行うことを通して、柔軟性や平衡性、筋力といった体力を高めることができる。

・マット運動は、「できる」「できない」がはっきりするため、苦手意識を持ちやすい運動である。しかし、同じ系統の技や局面ごとの動きを習得する練習を通して、段階的に技能を高めていくことができる。「できるようになる」までの道筋が見えやすい運動でもあり、自己の課題に応じて練習を選んだり、お互いの技を見合ってアドバイスしたりする活動を通して、それに関連した技の高め方についての考え方を深めることができる。

・個人で行う運動であるが、グループやペア活動などを通して、お互いの技を見合ってアドバイスしたり、仲間の練習を補助したりすることで技能を高め、一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を認め、励まし喜び合うことに楽しさを感じることができる。

(2) 学習者について

・本学級の学習者の体力テストの結果より、昨年度の大分県平均を上回った種目は男女ともに(2/8)であった。小学校までの習い事を通して運動経験がある学習者は一定数いるものの、体育の授業の様子から様々な動作において動きが硬く、ぎこちなさを感じる人が多い。

・本学級は、何事にも意欲的に取り組む学習者が多い。運動することが苦手と答える学習者は(16/36)いるものの、体育が苦手と感じている学習者に関しても、何度もできるように挑戦する姿が見られ、粘り強く活動に取り組むことができる。一方で、これまでの練習を選んで行う場面では、自己やグループの課題に応じた練習ではなく、周りの雰囲気に合わせて練習を選ぶなど、発見した課題を克服するための練習を根拠を基にして選択することに課題が見られた。

・これまでの体育の授業においてグループ活動の中で積極的に自分の意見を伝える場面が見られた。自分の決められた役割を果たすために、主体的に行動をしようとする学習者が多い。お互いの技能を見合うときは、良い演技などに拍手を送るなど、仲間の良さを認める場面が多く見られた。一方で、仲間が失敗すると笑ったりからかったりするなど、運動が苦手と感じている学習者が技に挑戦しようとするのを躊躇うような場面が幾度か見られた。

(3) 指導について

・補強運動や技の練習の場面では、支持感覚や逆さ感覚など、日常では身に付けづらい様々な感覚や必要最低限の筋力を獲得するための動きを取り入れていく。その際、単に腕立て伏せなどをするのではなく、ペア活動やゲーム感覚の活動を取り入れることを通して自然と感覚や筋力が高まっていくようにしていく。

・1年次では、自己の能力に応じて提示された技の中から一つ選び、「技のハンドブック」を作成することを主な活動として設定する。ハンドブックには「お手本動画」「技のポイント」「生じやすいつまずきと練習方法」を位置付けるようにし、作成に必要な情報を獲得するために、自分の課題を発見したり、課題解決のために練習を選んだり、互いに出来栄を見合い、教え合ったりする活動を行っていく。また、単元を通して出来栄(技の大きさ・体やひざなどの伸び・滑らかさ)の向上に視点を置き、全ての学習者が最後まで粘り強く課題の克服に向けた練習に取り組めるようにする。

・単元を通してグループで活動を行うように時間を設定する。話し合ったり、技を見合ったりする活動を積極的に取り入れ、教え合いをすることができる環境の中で、個人の技能の差を認めたり、失敗しながらも何度も挑戦する姿を応援したりすることの素晴らしさを感じられるようにしていきたい。

様式2 単元プランシート

単元プランシート (保健体育科 1 年)

実施時期 9 月

単元名		「技のエキスパートになろう」器械運動 (マット運動)
単元の目標		(1) マット運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うこと、(条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを組み合わせることが) できるようにする。(知・技) (2) 技などの自己の課題を発見し、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ようにする。(思・判・表) (3) 器械運動に積極的に取り組むとともに、(よい演技を認めようとする、) (仲間の学習を援助しようとする、) 一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする。(主体)
評価 規 準	知・技	技①接転技群の運動について、体をマットに順々に接触させ、回転を高める動き方で基本的な技の一連の動きを滑らかに行うことができる。 技②ほんでん技群の運動について、全身を支えたり突き放したりするための着手の仕方、回転力を高めるための動き方、起き上がりやすくするための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして回転することができる。 知①マット運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて言ったり書いたりしている。
	思・判・表	①滑らかで出来栄の良い技にするための自分の技の課題を発見している。 ②自己の課題解決に向けた練習方法を選んでいる。 ③提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間に課題や出来栄を伝えている。
	主体	①場づくりや課題解決のための練習に積極的に取り組もうとしている。 ②良い技や演技に称賛の声を掛けるなど、仲間の努力を認めようとしている。 ③場や器具の扱いなどの安全に留意している。

	学習内容	評価計画		
		知・技	思・判・表	主体
1 次 (4 時)	○オリエンテーション【1】 ○基本的な技の動きの習得【1～3】 ・前転系 (前転, 開脚前転) 【1】 ・後転系 (後転, 開脚後転) 【2】 ・支持系 (側方倒立回転, 倒立前転) 【3】 ○基本的な技を練習し、以降の授業で極める技を決定する。【4】	技①		
		技①		②
		技②		①
			①②	
2 次 (5 時)	○自分の選んだ技のお手本動画を撮影するために自分の技を磨く。【5～8】 ・技の出来栄をグループ毎に見合い、交流することを通して、自分の課題を発見し、改善に向けた練習を行う。 ・自分の技の出来栄を向上させるための自己の課題を見つける ・自己の出来栄の向上に向けた練習方法を選び、練習を行う ・スライドに載せる動画の撮影を行う。 ○技の解説スライドの作成をする【9】		①	
			②	
			③	
			③	
		知①		
3 次 (3 時)	○自分の苦手な技を選び、友だちが作った解説スライドを基に練習を行う。【10・11】 ○身につけた技能を、3つ選び技能チェックを行う。【12】		①	①
			②	③
		技①②		②

評 価 基 準 (思・判・表)		
	B	A
①	技のポイントや出来栄の視点に応じた自己の課題を書き出している。	技のポイントや出来栄の視点に応じた自己の課題を改善すべき根拠とともに書き出している。
②	自己が選んだ技の課題に応じた練習方法を自己の課題と関連付けて選んでいる。	自己が選んだ技の課題に応じた練習方法を、これまでの活動の成果や練習選択の妥当性を基にして選んでいる。
③	技のポイントや出来栄を視点に仲間の課題を伝えている。	仲間の課題を、技のポイントや出来栄を視点に CB や模倣、ワークシートなどを活用して伝えている。

指導と評価の計画

学習評価の流れ		1	2	3	4	5	⑥	7	8	9	10	11	12	
	10	オリエンテーション	健康観察・本時のねらいの確認・準備運動・補強運動											
	20		後転系の技	支持を伴う技	技能習得に向けた練習Ⅰ	課題の発見と解決の練習 ・選択した技の習得 ・出来栄への向上 グループ内での交流	技のハンドブックの作成 ・CBを活用してのスライド ・お手本動画撮影	技術習得に向けた練習Ⅱ	練習					
	30									前転系の技	練習 技能チェック			
	40													
	50	整理運動・学習の振り返り・次時の確認												
評価機会	知識									①				
	技能	①	①	②									①②	
	思・判・表				①②	①	②	③	③		①	②		
	態度		②	①							①	③	②	

具体的な指導内容と「単元の評価規準」

知識及び技能		思考力、判断力、表現力等	学びに向かう力、人間性等
知識	技能		
マット運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解すること。	接転技群の運動について、基本的な技の一連の動きを滑らかに行うこと。	器械運動の特性を踏まえて、技や技の組合せ方などの改善についてのポイントを発見すること。	練習の進め方や場づくりの方法を選んだりする学習などに積極的に取り組むこと。
① マット運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて言ったり書いたりしている。	① 接転技群の運動について、体をマットに順々に接触させ、回転を高める動き方で基本的な技の一連の動きを滑らかに行うことができる。	① 滑らかで出来栄の良い技にするための自分の技の課題を発見している。	① 場づくりや課題解決のための練習に積極的に取り組もうとしている。
	ほとんてん技群の運動について、基本的な技の一連の動きを滑らかにして回転すること。	技や技の組合せ方について発見した課題を、合理的に解決できるよう知識を活用したり、応用したりすること。	個々の体力や技能の違いに応じた技や技の出来映え、技の繰り返しや組合せに挑戦することを認めようとする。
	② ほとんてん技群の運動について、全身を支えたり突き放したりするための着手の仕方、回転力を高めるための動き方、起き上がりやすくなるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして回転することができる。	② 既習事項の練習方法から、つまずきに応じた練習方法を選んでいる。	② 良い技や演技に称賛の声を掛けるなど、仲間の努力を認めようとしている。
		自己の課題について、思考し判断したことを、言葉や文章などで表したり、他者にわかりやすく伝えたりすること。	器械や器具や練習場所などの自己や仲間の安全に留意して練習や演技を行うこと。
		③ 提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間に課題や出来栄を伝えている。	③ 場や器具の扱いなどの安全に留意している。

様式3 本時の指導

(1) 本時の位置づけ (6/12)

(2) 題材 技の出来栄を高めるために課題に応じた練習を選ぼう。

(3) 本時のねらい

自己の選んだ技の出来栄をより高めるために、技のポイントや出来栄の視点、練習方法のメリットデメリットなどを関連付けて練習することを通して、練習方法を選ぶことができるようにする。

(4) 展開

時間	学習活動	学習内容及び指導上の留意点	評価
7	1. 本時の学習内容を確認する。	○来た学習者から順次器具の準備をさせる。 ○挨拶、健康観察、準備体操を行わせる。 ○補強運動を行わせる。	
技の出来栄を高めるための、課題に応じた練習を選ぼう。			
10	2. グループ内で個人の課題を話し合い、練習方法を選ぶ。	課題「課題を克服するためには、どのような視点で練習を選べばよいだろうか？」 ○前時までに考えた自分の課題について班で交流させる。 ・交流する中で、新たな課題が出た時はワークシートに書き加えさせる。 ・技のポイントや出来栄の視点を参考にしながら演技を見るようにさせる。 ○自分の課題に合わせた練習方法を選ばせる。 ・練習方法リストを活用し、課題に応じた練習を選ぶことができるようにする。	
28	4. 課題解決のための練習を行う。	○自分の選んだ練習の場に移動させ、練習を行わせる。 ・補助を必要とする練習や支持を必要とする練習は特に注意するよう声掛けと見守りを行う。 ・正しい練習方法になっていない場合は適宜声掛けを行う。 ○練習の成果を確認させる。 ・班の中で動画を撮影させ、前時に撮影した動画と見比べながら、技の変容を確認できるようにする。 ○これまでの練習の成果や練習選択の妥当性についてワークシートに記入させる。 まとめ（練習を選ぶ際の注意点） ・なぜそのような課題が出てきてしまうのかを考える（回転力が足りないから、脚を伸ばして立つことができない等） ・技の成功や出来栄を高めるために優先順位を決める	自己が選んだ技の課題に応じた練習方法を自己の課題と関連付けて選んでいる。思②（ワークシート）
5	5. 整理運動・振り返り・次時の予告を行う。	○整理運動、道具の片付けをさせる。 ○本時の振り返りと次時の予告をする。	

(5) 本時の評価基準

評価基準	
B	A
自己が選んだ技の課題に応じた練習方法を自己の課題と関連付けて選んでいる。	自己が選んだ技の課題に応じた練習方法を、これまでの活動の成果や練習選択の妥当性を基にして選んでいる。

(6) 学習記録計画

<u>めあて</u> 技の出来栄を高めるための、課題を選ぼう。			これまでの授業で 出た練習方法を 掲示
<u>出来栄の視点</u> ・体の伸 - まびとめ ・技の大き	<u>課題</u> どのような視点で練習を選べばいいだろうか？	全体交流の中で 出たものをまと める	
<u>技を成功させるポイント</u> ・勢いの付け方 ・タイミング	練習の場所や方法の掲示		

個人ファイル	・ワークシート ・資料	Chrome book	・お手本動画 ・撮影
---------------	--	--------------------	---

自分で選んだ技を極めよう ～技のエキスパートになろう～

ハンドブック作成に向けて取り組む技は・・・

ここに技のイラストを貼る

○自分の課題を確認しよう（動画を観て、自分の技の課題点を挙げてみましょう）

○グループで技を見せ合い、この時間で解決に取り組む課題を決めよう

	1	2
課題		
選んだ理由		

○どんな練習が効果的だろうか？

練習内容

○中間評価

自分が選んだ練習を して感じて ことや気付いた ことは何ですか？	
この後に取り組む 練習は？	

（ ）組 （ ）番 名前（ ）

ハンドブック作成に向けて取り組む技は・・・

片脚前転



○自分の課題を確認しよう（動画を観て、自分の技の課題点を挙げてみましょう）

足が浮いてる、蹴れていない、勢いが足りない

○グループで技を見せ合い、この時間で解決に取り組む課題を決めよう

課題	1	2
選んだ理由	最後まで起き上がれない	勢いが足りない
選んだ理由	起き上がれないと文にながいかう。	客観的にみると技がグサグサい見聞が変と思われるから

○どんな練習が効果的だろうか？

練習内容 高台とやりかた

○中間評価

自分が選んだ練習をしてみて感じたことや気付いたことは何ですか？	高台をして中柄でやってみると80%以上の成功率でできる became になりました。股の開き具合で起きるが変な感じがかりました。
この後に取り組む練習は？	この後が分は技の見栄え重視で何回か練習したいです。

B

自分で選んだ技を極めよう ～技のエキスパートになろう～

ハンドブック作成に向けて取り組む技は・・・

側方倒立回車



手と足が一直線になるように

○自分の課題を確認しよう（動画を観て、自分の技の課題点を挙げてみましょう）

足が曲がっている、手前に出してはいない（最初）

○グループで技を見せ合い、この時間で解決に取り組む課題を決めよう

課題	1	2
選んだ理由	足が曲がっている	最初に手前に出してない
選んだ理由	足が曲がっているから、悪いから、	手をつけないままから、

○どんな練習が効果的だろうか？

練習内容 側倒立、ゴムひも

○中間評価

自分が選んだ練習をしてみて感じたことや気付いたことは何ですか？	前回に比べたらちゃんと倒立ができていたけど、足がまだ伸びていなかった。
この後に取り組む練習は？	ゴムひもで足ものを伸ばすようにしたい。

A

単元プランに基づいた授業実践について(後期)

保健体育科 浅井

生徒の学習の様子(1年マット運動)

①授業の実践

自分で選んだ技を極めよう ～技のエキスパートになろう～

ハンドブック作成に向けて取り組む技は・・・

ここに技のイラストを貼る

自分の課題を確認しよう(動画を観て、自分の技の課題点を挙げてみましょう)

のグループで技を見せ合い、この時間で解決に取組む課題を決めよう

課題	1	2
選んだ理由		

のどんな練習が効果的だろうか?

練習内容

の中間評価

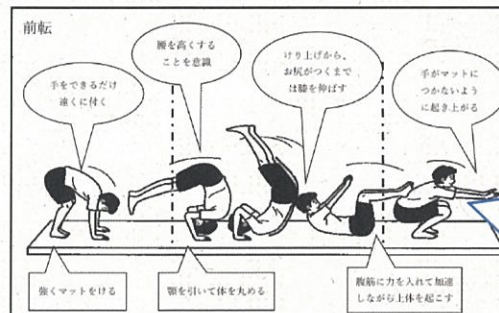
自分が選んだ練習をしてみてもうしたことや気付いたことは何ですか?

この後に取組む練習は?

() 組 () 番 名前 ()

3～6 時のワークシート

「技のエキスパートになろう」を単元のテーマとして活動を行った。マスターしたい技の一つを選び、それを極めるために様々な視点から自分の技を分析し、それに合わせた練習を選んで振り返る活動を繰り返す中で、マット運動における技の習得のプロセスと分析の視点を身につけていった。最終的には、1人1つの技のハンドブックを作成した。



生徒が練習をしていく中で発見した技のポイントを集約して、技のハンドブックを作成。
※丸の吹き出しが生徒の記述内容

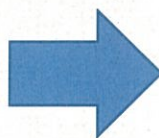
同じ練習場所の仲間同士で練習の補助を行っている。

②課題に応じて練習を選ぶ活動

マット運動練習方法リスト

練習名	技	留意・動き
ゆりかご	前転・開脚前転	マットの上を回る時、スムーズ
	後転・開脚後転	にまわる
坂道	前転・開脚前転	起き上がる時の感覚をつかむ
	後転・開脚後転	
段差	前転・倒立前転	腰を高くして回る感覚をつかむ
高台	開脚前転	起き上がる感覚をつかむことができる
	開脚後転	
壁倒立	倒立前転	倒立の練習
	側方倒立回転	倒立をした時の姿勢を意識
ゴム紐	側方倒立回転	腰があがらない時
		脚が伸びない時
補助	後転	体を丸めるタイミングなどをつかむ
	倒立前転	かむ
動画	すべて	自分の感覚だけでなく、客観的に意識するポイントやタイミングをつかむ

リストをもとに練習を選択



様々な練習方法を試していく中で、どんな技のどの局面の解決に役立つかを入力していき、練習方法リストを作成。

多様な練習方法と、練習場所を確保し同じ練習場所の仲間と教え合いながら活動。

保健体育科学習指導案

令和7年1月29日(水)

第6校時 15時00分～15時50分

2年C組 39名

指導者 木梨 祐司

- 1 単元名 仲間と協力してソフトボールの練習やゲームを成立させよう
～簡易ゲームを通じた競技の特性の習得～
球技:ベースボール型(ソフトボール)

2 単元設定の理由

(1)教材について

・球技は、ゴール型、ネット型及びベースボール型などから構成され、個人やチームの能力に応じた作戦を立て、集団対集団、個人対個人で勝敗を競うことに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。ソフトボールは、ベースボール型に分類され、身体や用具の操作と打撃と走塁での攻撃、ボール操作と定位置での守備などによって攻守を規則的に交代し、一定の回数内で相手チームより多くの点数を競い合うゲームである。また、ベースボール型の学習においては、「打つ」「捕る」「投げる」「走る」といった運動の基本動作を複雑に組み合わせで行うことから、巧緻性や敏捷性を高めることができる。ボールや用具の操作とボールを持たない時の動きに着目させ、学習に取り組ませることが必要である。

・運動の基本動作を組み合わせで行うことやルールとの関係から、普段の運動の中で取り組みにくさを感じさせる教材ではある。しかし、身体や用具の操作などに自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫したり、自己や仲間の考えたことを他者に伝えたりする場面を設定しやすい教材でもある。チームで協力し、攻撃や守備で連携する必要があるため、チームプレイや作戦を工夫することにもつながる。

・球技に積極的に取り組むとともに、ペアやグループ活動などを通して、仲間の練習を補助したり、アドバイスを送ったりすることで、仲間の学習を援助しようとすることができる。これらのことから、仲間とともに楽しみながら課題解決に向かおうとする学習者の姿を養う上で価値がある。

(2)学習者について

・本学級の学習者の体力テストの結果より、昨年度の大分県平均記録を50m走とハンドボール投げにおいて男女ともに大分県平均記録を下回っている。部活動や習い事などで運動経験がある学習者は一定数いるものの、保健体育の授業の様子からも様々な動作において動きにぎこちなさを感じる人が多い。小学校までにティーボールやソフトボールなどは既習しているが、「捕る」「投げる」においては苦手を感じる様子も見られる。

・これまでの活動の様子から、仲間への声かけや交流活動における積極的な意見の発表など進んで仲間とともに学習する様子が多く見られた。一方で、具体的な助言や仲間へのアドバイスなどを自分から伝えることに対して遠慮しがちな姿も見られた。「発信」と「受信」は学年における課題として指導を継続している。

・アンケートでは、「運動が好きですか」という問いに、90%以上の学習者が「好き」「やや好き」と回答している。次に、「体育の授業以外で積極的に運動に取り組んでいる」という問いには、「あてはまる」「ややあてはまる」と回答した学習者が88%となった。運動に対して好意的な学習者は多いが、運動経験の乏しさから苦手意識が根強い意見も少なからずある。ただし、実際にソフトボールの学習に取り組む場面では、運動の楽しさに触れたり、得点を取れることの喜びを感じたりするなど積極的に取り組もうとする姿も見られるようになった。

(3)指導について

・指導においては、練習やゲームのルールや行い方を工夫することで、誰もがソフトボールを楽しむことができるということを理解させたい。そのために、少人数の練習で「打つ」「捕る」「投げる」「走る」といった基本動作を繰り返し練習し、運動の楽しさが実感できるように活動を設定する。また、グループで協力して活動をする中で、技能に対して得意な生徒も、苦手を感じる生徒も共に活動ができるようにする。ルールを工夫することで運動の特性に触れつつ、技能の習得にもつながるような簡易ゲームからメインコートを用いたゲームを通して、種目への理解度の向上を図る。

・今回は男女別の4～5人班で活動を進める。ワークシートの資料やグループ練習などを通して、お互いの課題や出来映えを伝える場面を持つ。ワークシートにはグループの仲間の「Goodポイント」や「Betterポイント」を記述させ、仲間に伝えるための視点を明確にする。ファインプレーやフェアなプレーを見つけて伝えることにも、グループ練習を継続して取り組むことによって、お互いの動きに注視する場面を意識づけさせたい。

・積極的に学習に取り組めるように、ボールやバットはティーボール用の柔らかい素材を使用する。それによって、ボールに対する恐怖心を和らげることができる。安全面に配慮をして、バットの置き方もルールに組み込む。また、チームで継続して活動をする中で、グループ練習をスムーズに実施し、「チームミーティング」を通してお互いの学習を援助できるように指導する。ワークシートや観察シートを用いながら学習評価へとつなげていく。

様式2 単元プランシート

単元プランシート(保健体育科 2年)

実施時期 12月

単元名		球技(ベースボール型(ソフトボール))
単元の目標		仲間と協力して、ソフトボールの練習やゲームを成立させよう ～簡易ゲームを通した競技の特性の習得～
評価 規 準	知・技	①球技には、集団対集団、個人対個人で攻防を展開し、勝敗を競う楽しさや喜びを味わえる特性があることについて、言ったり書き出したりしている。(知) ②球技の各型の各種目において用いられる技術には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。(知) ①投球の方向と平行に立ち、肩越しにバットを振りぬくことができる。(技) ②ボールの正面に回り込んで、緩い打球を捕ることができる。(技) ③投げる腕を後方に引きながら投げ手と反対側の足を踏み出し、体重を移動させながら、大きな動作でねらった方向にボールを投げるができる。
	思・判・表	①提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。 ②練習やゲームの場面で、最善を尽くす、フェアなプレイなどのよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている。
	主体	①球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ②練習の補助をしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。

	学習内容	評価計画		
		知・技	思・判・表	主体
1次 (1)	ソフトボールの特性を理解し、ボールの送球を中心とした活動からチーム編成を行う。また、めあての達成に向けて簡易的な練習を実践する。 ⇒自身のこれまでの習得状況を理解する。	①(知) ワークシート		
2次 (2～8)	守備からのボールの捕球や送球、場面設定に応じたバッティング練習などを通して、用具の使用や安全に気をつけた簡易ゲームを実践する。その際に、技能につまずきを感じている仲間に課題の解決に向けた活動を伝え合わせる。 ⇒提示されたポイントをおさえて練習をできるように提示する。また、技能の習得状況のスキルチェックを行う。	①②③(技) (2～7時) 観察 測定 ワークシート ②(知) (6時) チェックシート	①(5,8時) 観察 ワークシート	①(2～4時) ②(5時) 観察 ワークシート
3次 (9～12)	ソフトボールのゲームを通して、技能面だけでなく、フェアなプレイをしている人や、全力で取り組んでいる人などを見付け、お互いに伝え合う場面を認識させる。 ⇒仲間の良さを見付けられるように、視点を明確にして提示する。ゲームの安全な進行を目指す。	②③(技) (12時) 観察 測定	②(9,10時) ワークシート 観察	①(10,11時) 観察 ワークシート

評価基準		
	B	A
①	提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。	提示された動きのポイントやつまずきの事例に留まらず、仲間の課題や出来映えに対して動きを交えたり、わかりやすく伝えたりしている。
②	練習やゲームの場面で、最善を尽くす、フェアなプレイなどのよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている。	練習やゲームの場面で、最善を尽くす、フェアなプレイなどのよい取組を見付け、具体的な場面を取り上げて、理由を添えて他者に伝えている。

指導と評価の計画

		1	2	3	4	5	6	7	8	⑨	10	11	12				
学習 評価 の流れ	10	オリエン テーション	健康観察・本時のねらいの確認・準備運動・補強運動														
			キャッチボール（ノーマルスロー、バウンドキャッチ、 ロングスロー）								キャッチボール（チーム練習）						
	20	ボール キャッチ	ケースバッティング走塁なし ↓走塁ありへ段階上げ	ケースバッティング （走塁なし⇒走塁あり）			①ポジション等説明↓実施 メインコートゲーム	チ ス キ ル チェ ック	ケースバッティング （走塁なし⇒走塁あり）			②学級ソフトボール大会 残塁ルールの説明 メインコートゲーム					
	30			ミニゲーム ルール説明					ミニゲーム ルール説明								
	40	編成 チーム ケースバ ッテ ィン グ		①アウトゾーン ②1～4点得点制 ③投手は攻撃側 ④3球で終了					①フォースアウトルール ②1～4点得点制 ③投手は攻撃側 ④3球で終了								
	50													チームミーティング			
		整理運動・学習の振り返り・次時の確認															
評価 機会	知識	①					②										
	技能		②	③	①			③				①	②				
	思・判・表					①			①	②	②						
	態度		①	①	①	②						①					

具体的な指導内容と「単元の評価規準」

知識及び技能		思考力、判断力、表現力等	学びに向かう力、人間性等
知識	技能		
ソフトボールの特性を知り、技能を構成する運動動作について学習することで、運動の楽しさなどを理解すること。	投球に対して平行に立ち、肩より高い位置にバットを構えて、振りぬくこと。	成功例、つまずき例などの事例や、キャッチボールやバッティング、守備のポイントを提示し、仲間の動きと比較し、伝えること。	球技の学習の特性に触れ、その楽しさを感じることで、個人や集団の活動において積極的に取り組むこと。
①球技には、集団対集団、個人対個人で攻防を展開し、勝敗を競う楽しさや喜びを味わえる特性があることについて、言ったり書き出したりしている。	①投球の方向と平行に立ち、肩越しにバットを振りぬくことができる。	①提示された動きのポイントやつまずき事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。	①球技の学習に積極的に取り組もうとしている。
ソフトボールの技能の名称や行い方、その運動を身に付けるための動作やポイントなどについて理解すること。	転がるボールを待たずに正面に回り込んで、打球を捕ること。	仲間の良いところを見付ける視点を明確にし、練習やゲームを通して、仲間の良い取り組みを見付けることで、お互いの良さを理由を添えて伝える。	仲間の学習を援助することは、練習を補助したり、助言したりすることによって、ともに学びに向かう姿勢を持たせること。
②球技の各型の各種目において用いられる技術には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。	②ボールの正面に回り込んで、緩い打球を捕ることができる。	②練習やゲームの場面で、最善を尽くす、フェアなプレイなどのよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている。	②練習の補助をしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。
	腕を後方に引きながら、投げ手と反対側の足を踏み出して、体重移動をさせながら狙った方向にボールを投げる。		
	③投げる腕を後方に引きながら投げ手と反対側の足を踏み出し、体重を移動させながら、大きな動作でねらった方向にボールを投げる。		

様式3 本時の指導

(1) 本時の位置づけ(9/12)

(2) 題材 球技:ベースボール型(ソフトボール)

(3) 本時のねらい

練習やミニゲームを通して、仲間のファインプレーやフェアなプレイを見つけることで、チームの良いところを伝えあうことができようになる。

(4) 展開

時間	学習活動	学習内容及び指導上の留意点	評価
5	1. 本時の学習内容を確認する。	○挨拶, 健康観察, 準備体操を行わせる。 ○補強運動を行わせる。	
仲間のファインプレーやフェアなプレイを見つけて、チームの良いところを伝えられるようになる。			
5	2. 本時の課題を確認して、視点を明確にする。	課題「仲間のファインプレーやフェアなプレイとはどんな場面だろうか」 ○今日の授業の課題を共有させる ・前時のグッドポイントとベターポイントについて振り返らせる。 ・どんなプレイがファインプレーとフェアなプレイかを共通理解させる。 〈考えられる答え〉 ・難しいプレーができる(ファインプレー) ・スポーツマンシップにのっとる(フェアなプレイ) ○練習やゲームの場面でも積極的に伝え合うことを確認する。	
15	3. チーム練習に取り組む。	○道具の準備をし、所定の位置でチーム練習を始めさせる。(バット、コーン、マーカーなど) ・キャッチボール 基本的な技能として「投げる」「捕る」を練習する。 ・ケースバッティング ピッチャー、キャッチャー、バッター、守備の役割分担をする。 安全に留意して行わせる。 ○終了後にミニゲームのセッティングをさせる。	練習やゲームの場面で、最善を尽くす、フェアなプレイなどのよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている。 思判表② (ワークシート) (観察チェック)
15	4. 2チームでミニゲームを行う。	○ミニゲームのルールを確認する。 ・フォースアウト、道具の管理などを伝える。 ・安全に留意して行うことを確認する。 ○攻守の切り替えなどをすばやくさせる。 ○終了後は片づけをして、チームで整列する。	
10	5. チームミーティング、振り返り、整理運動、次時の予告を行う。	○チームミーティングで本時の記録と見つけたことを伝え合わせる。 ・本時の記録を取り、チームで伝え合わせる。 ・自身の伝え方を振り返らせる。 まとめ(ファインプレーやフェアなプレイを伝えるために) ・まわりの人の動きや声かけがわかるようによく見ること ・練習やゲームなどに真剣に参加する など ○整理運動、次時の予告をする。	

(5) 本時の評価基準

評価基準	
B	A
練習やゲームの場面で、最善を尽くす、フェアなプレイなどのよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている。	練習やゲームの場面で、最善を尽くす、フェアなプレイなどのよい取組を見付け、具体的な場面を取り上げて、理由を添えて他者に伝えている。

(6) 学習記録計画(屋外のため掲示用ホワイトボードなどを使用)

めあて 仲間のファインプレーやフェアなプレイを見つけて、
チームの良いところを見つけて伝えよう。

課題 「仲間のファインプレーやフェアなプレイとは
どんな場面だろうか」

個人ファイル

・ワークシート

ファインプレー

- ・ベースカバーをしている(守)
- ・送球先の指示をしている(守)
- ・1点でも多く取れるように工夫をしている(攻) など

フェアなプレー

- ・判定を正しく伝えている
- ・仲間をはげましたり、相手のよいプレーを賞賛する など

授業者が提示するものと学
習者から出て来るものを共
有する。

単元プランに基づいた授業実践について(後期)

保健体育科 木梨

生徒の学習の様子(2年生ソフトボール)

①授業での実践



グループでキャッチボールの練習をする。ワークシートの技能レベルにチェックをする。



チーム練習で身に付けた技能をミニゲームで活用する。



授業のワークシート

ワークシートには基本的な技能のポイントを「体育実技」より掲載し、習得のための練習方法について学び、実践する。自身の「技能レベル」をチェックすることで、習得状況を把握するだけでなく、習得のポイントと課題について共有する。それをもとにペア・グループ練習での教え合いや伝え合いの場面に活かす。

課題となるポイントを具体的に書いており、伝え合うための内容となっている。

②伝え合う活動のために

授業で仲間のどんな姿に視点を置けるかを共有する。



チームミーティング



仲間の姿から、具体的な場面などを入れて記述している。伝え合いの場面でも活かせるようにさせたい。

○チームの仲間で「ここが素晴らしい!」や「もっとこうなれば良くなる!」を探してみよう。

「ここが素晴らしい!」		「もっとこうなれば良くなる!」	
名前	Good ポイント	名前	Better ポイント
さん	バットを振り回すスピードが速く、ボールを捉えるのが上手だった。	さん	ボールを捉えるのが上手で、ボールを打つのが上手だった。
さん	ボールを捉えるのが上手で、ボールを打つのが上手だった。	さん	ボールを捉えるのが上手で、ボールを打つのが上手だった。
さん	ボールを捉えるのが上手で、ボールを打つのが上手だった。	さん	ボールを捉えるのが上手で、ボールを打つのが上手だった。

○チームミーティングで自分が伝えたいことを取りかえてみよう。

連携をとり、ボールを打つのが上手で、ボールを打つのが上手だった。

○チームミーティングで自分が伝えたいことを取りかえてみよう。

ファインプレー		フェアプレー	
名前	Fine ポイント	名前	Fair ポイント
さん	ボールを捉えるのが上手で、ボールを打つのが上手だった。	さん	ボールを捉えるのが上手で、ボールを打つのが上手だった。
さん	ボールを捉えるのが上手で、ボールを打つのが上手だった。	さん	ボールを捉えるのが上手で、ボールを打つのが上手だった。
さん	ボールを捉えるのが上手で、ボールを打つのが上手だった。	さん	ボールを捉えるのが上手で、ボールを打つのが上手だった。

○チームミーティングで自分が伝えたいことを取りかえてみよう。

キャッチボールの成果で、ファインプレーとフェアプレーをとり、ボールを打つのが上手で、ボールを打つのが上手だった。

単元プランシート(保健体育科2年)

実施時期12月

単元名		E:球技 イ:ネット型(バレーボール)
単元の目標		(1) 球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解するとともに、ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動きによって空いた場所をめぐる攻防をすることができるようにする。 (2) 攻防などの自己の課題を発見し、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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えられるようにする。 (3) 球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとする、仲間の学習を援助しようとするなどをして、健康・安全に気を配ったりすることができるようにする。
評価 規 準	知・技	知①バレーボールにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあること。 技①サーブでは、ボールの中心付近を捉えること。 技②相手の打球に備えた準備姿勢を取る。 技③相手側のコートの空いた場所にボールを返すこと。
	思・判・表	①提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選ぶこと。 ②仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けること。
	主体	①バレーボールの学習に積極的に取り組もうとすること。 ②練習の補助をしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとする。 ③マナーを守ったり相手の健闘を認めたりして、フェアなプレイを守ろうとすること。

時間	学習内容	評価計画		
		知・技	思・判・表	主体
1～3	○オリエンテーション ○基本的な技能の習得 ・アンダーハンドパス ・オーバーハンドパス ・サーブ(アンダーハンドサーブ、フロッターサーブ) ○パスを基本としたラリーゲーム	知①		
		技①		
		技①		①②
4～6	○サーブカットの習得 ・サーブを打つグループとサーブカットをするグループに分けての練習。 ○サーブを主としたミニゲーム			①②
			①	
			②	
7～10	○8対8のゲーム ・リーグ形式 ○スキルチェック ・サーブ、サーブカット			③
		技③		
				③
		技①②		
※	定期テスト	知①		

評価基準(思考・判断・表現について)		
	B	A
①	仲間のサーブ、サーブカットの動作について、気付いたことを自分の言葉で伝えている。	仲間のサーブ、サーブカットの動作について、気付いたことを自分の言葉と共にジェスチャーなどで伝えている。
②	相手コートの空いた場所へ返球する際に、自己や仲間の改善のポイントを発見し、伝えている。	相手コートの空いた場所に返球する際、自己や仲間の改善のポイントを発見し、指示を出しながらわかりやすく伝えている。

単元プランに基づいた授業実践について(後期)

保健体育科 下川

生徒の学習の様子(2年生バレーボール)

①授業での実践



本単元で学ぶバレーボールの技能について、体育実技から抜粋し、技能の習得に向けて、ポイントを押さえながら実践をした。

授業でのワークシート

1. スキルテストで使うサービスは【アンダーハンドサービス or フローターサービス】		
そのサービスを打つために意識したこと	サーブカットの動きで意識したこと	友達の動きで気づいたこと
- 体をひねり、ボールに体重を集せられるように意識した。 - ボールの上をたたくことを意識した。 「アンダーハンドサービス」では、バックスイングを意識し、体重移動に気がついた。	- 正面に入ってカットすること。 - 腕を振らないようにしたこと。 - 素早く足を動かすこと。 - 足との連動を意識した。	- 腕を横から振り上げるのではなく、前から振り上げることが大切。 - 足を踏み出すタイミングとスイングを開始するタイミングを合わせると遠くまで飛ばすことが出来る。

友達の動きを観察することで、互いに技能のポイントについて押さえることができた。

2種類のサービスどちらかを選択させ、どのような打ち方をしたら、相手コートに入るのか考え実践した。体の使い方を言葉に起こすことで、より伝えやすくなった。

②チームでの活動

2. ゲームをする中で意識したことや気づいたこと。		
自分自身が意識したこと	空いた場所に攻撃するために工夫したこと	ラリーを継続するために意識したこと
「お見合いをしないように、誰がとるのかを、お互いに声を出して確認すること。」 「次の人がとりやすいように、なるべくサーブカットは高く上げるようにしたこと。」 「サーブは、体重移動を意識した。」	「ネットの近くやフロントゾーンに落とした。」 「アウトラインのギリギリを意識したこと。」 「常に相手コートの状況を見ること。」	「声を出してお見合いをしないこと。」 「コートの中へ入るべく高くサーブカットを行うこと。」 「ボールだけでなく、周りの状況も見る。」

ゲームの中での目標について、自己や仲間の課題解決のためにどのようにしたら良いのか、記述した。課題が明確になることで、より伝えやすくなった。