

# 保健体育科 学習指導案

公開学級 第1学年 1組 (27人)

場所 体育館2階

授業者 野原 佳希

## 1 単元名

武道 「空手道」

## 2 本時のねらい

これまでの学習を活かし、仲間との協働的な学びを通して、前後左右の敵を想定した技の組合せを工夫するなどして、課題を合理的に解決することができる。

## 3 本時の展開 (9/12)

過程	学習内容	研究に関わる手立て
導入	<p>1 W-up</p> <p>2 課題提示 課題解決の見通しをもつ ●</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>前後左右の敵を想定し、オリジナル形Ⅱをつくろう。</p> </div> <p>【学習形態】 ペア→小集団 【組合せ数】 5以上→12以上</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・左右からくる敵に対して、どうやって技を出せばよいのだろう。</li> <li>➡動画を見て、足さばきを確認しよう。</li> <li>➡相手ペアの技を取り入れて、組み合わせてみよう。</li> </ul>	<p><b>研究内容2-①</b></p> <p>生徒のやる気を引き出す課題設定の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ペア(2or3人)から小集団(4or5人)に人数が増えたこと、技の組み合わせ数が5以上から12以上に増えたことなど、適度抵抗のある課題を提示することで、生徒の主体性、「やってみたい」という思いを引き出す。</li> </ul>
展開	<p>3 前半練習 組合せを考える</p> <p>A: ペアで考えた動きを見せ合う</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➡その技の組み合わせがいいね。取り入れてみよう。 ●</li> </ul> <p>B: 動画(ロイロノート)で動きを確認</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➡左方向の動きはこうすればいいのか。</li> </ul> <p>C: 他グループの動きを観察、交流</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➡あの動きを真似したい。前蹴りを入れてアレンジしてみよう。</li> </ul> <p>4 中間交流会 小集団同士で交流(1G-2G・3G-4G・5G-6G)</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>&lt;交流の視点&gt;</p> <p>①前後左右からくる敵に対応できる技を組み合わせているか。</p> <p>②次の技へスムーズにつながることができているか。</p> </div>	<p><b>研究内容2-②</b></p> <p>自己調整を促すための手立ての工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・既習内容、掲示物、ICT機器(ロイロノート)から、課題を合理的に解決するための方法を、自分たちで考えて選択することができるようにする。</li> <li>・中間交流会では、交流の視点を明確にして交流を行うことで、相手グループに対して的確なアドバイスをすることができる。また、アドバイスを受けて、後半練習を行うことで、さらなる自己調整に期待する。</li> </ul>
終末	<p>5 後半練習 組合せの再思考&amp;形練習</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・組合せの再思考</li> <li>➡2Gの動きがとてもスムーズだった。技の順番を考え直してみよう。</li> <li>・形練習</li> <li>➡足さばき、技の正確性に気を付けて練習しよう。 ●</li> </ul> <p>6 最終交流会 小集団同士で交流(1G-2G・3G-4G・5G-6G)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・動画を撮影し、中間交流会後の変容を伝え合う。</li> </ul> <p>7 まとめ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・動画を見返して次時の課題をつかみ、見通しをもつ。</li> <li>・学習カードに本時の振り返りを記入する。</li> </ul> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p><b>本時のまとめ</b></p> <p>仲間と意見を出し合い、オリジナル形の組み合わせを考えることができた。前後だけでなく、左右の動きを組み合わせると、足さばきが難しく、スムーズに次の技につなげることができなかった。次の時間は、足さばきを重点的に練習したい。</p> </div>	<p><b>研究内容2-③</b></p> <p>自己の変容を実感するための手立て</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・動画を撮影し、自分たちの動きを客観的に捉えさせることで、前時や中間交流会前後と比べて、どのような変化があったのかを視覚的に確認することができる。</li> <li>・最終交流会では、中間交流会と同一グループによる評価を行う。同一グループでの評価を位置付けることで、自他の変容をより実感することができる。</li> </ul>
自己の変容を実感	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p><b>評価規準</b></p> <p>前後左右からくる敵を想定し、小集団での協働的な学びを通して、受け技と突き技の組合せを考え、演舞することができる。</p> <p>(思考・判断・表現)</p> </div>	

## 終末 第12時 成果発表会

練習の成果を發揮し、仲間とともに演武しよう。

- ・全体の前で1Gずつ、演武を披露する。
- ・仲間の演武を見て、評価シートを記入する。
- ・発表会終了後、評価シートを見て振り返りを行う。
  - 〇〇さんの中段突きは、力強さを感じた。
  - 〇〇さんのキレのある足さばきや発声から気合を感じた。
  - 〇〇さんは、仲間に対して手本を見せながら、細かい部分までアドバイスをしていた。

### 終末時の手立て

- ゲストティーチャーの活用
  - ・第1時で招いたゲストティーチャーを再度活用し、オリジナル形 ver.2 を披露する。
  - ・仲間からの評価だけでなく、講師の方からも講評をいただき、単元を通して付けてきた技能に自信をもつことができる。

### 学習後の生徒の姿 (調整型自力解決)

「空手」の学習は初めてだったが、基本となる技を身に付けることができた。技を身に付けるにあたって、見えない相手の動きを想定して、受け技、攻め技を行うことが大切であると分かった。

また、礼法を身に付け、相手を尊重する心構えについても理解することができた。今後の生活にもつなげていきたいと思う。

### 保健体育科における調整型自力解決

- 生涯にわたって運動に親しむことのできる資質・能力。
- 課題の合理的な解決に向けて、既習学習や自身の経験等を活用して思考が凝らせる力。
- また、これらの内容が身体を用いて表現できる力。

## 単元の課題

技ができる楽しさや喜びを味わい、武道の特性や成り立ちなどを理解するとともに、

基本となる技を用いて簡易な形を演武しよう。

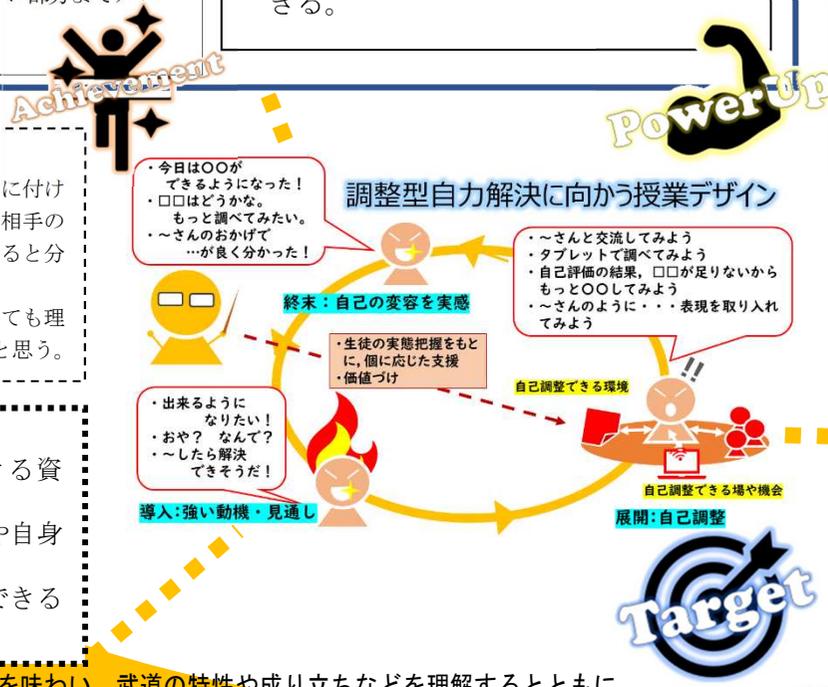
## 導入 第1時 【本物に触れる】

空手の魅力について知ろう。

- ・空手の歴史について学び、日本古来の文化であることを知る。また、空手の学習を通して、新たな技能を身に付ける喜びを味わうとともに、相手を尊重する礼法を身に付けることも大切であることを理解する。

### 導入時の手立て

- ゲストティーチャーの活用
  - ・空手道連盟から講師を呼び、空手の歴史や魅力について教えてもらう。また、模範演武(本物に触れる)をしてもらい、強い憧れを抱かせる。



## 展開 第2時-第11時

### 第9-11時 オリジナル形 ver.2 (小集団 4or5人) (本時)

- ・始め、終わり部分は全員共通
- ・前後左右の敵を想定し、④以降の動きを考える

### 第7-8時 オリジナル形 ver.1 (ペア 2or3人)

- ・始め、終わり部分は全員共通
- ・前後の敵を想定し、④以降の動きを考える

### 第5-6時 基本形 (小集団 4or5人)

- ① 気を付け、礼、「基本形」 → 構え(基本姿勢) → (前)縦手刀受け  
 → ②(前)右手 中段突き(四股立ち) → ③(前)左手 中段突き(四股立ち)  
 → ④(後)左手 下段受け(前屈立ち) → ⑤(後)右手 中段突き(前屈立ち)  
 → ⑥(前)左手 縦手刀受け(前屈立ち) → ⑦(前)右手 中段突き(前屈立ち)  
 → ⑧(前)左手 中段突き(前屈立ち) → ⑨(前)右足 中段前蹴り(前屈立ち)  
 → ⑩(前)右手 中段突き(前屈立ち) → 構え(基本姿勢) → 気を付け、礼

### 第2-4時 基本技能の習得

- # 立ち方 (結び立ち・四股立ち・前屈立ち)
- # 突き技 (中段突き)
- # 受け技 (下段・中段・上段・縦手刀受け)
- # 足さばき
- # 礼法 (座礼・左座右起・立礼)

### Unit を通した手立て

- ICT 機器、ロイロノートの活用
  - ・カメラ機能を使い、ペアや小集団で考えた形の順番を記録し、次時へとつなげる。
  - ・基本技能を映像にまとめ、いつでも見返すことができるようにする。
- 自由記述型ポートフォリオ
  - ・学習カードは既定のものではなく、自由に記載することができるようにする。