

保健体育科授業案

日時 平成29年10月27日(金)公開授業Ⅰ
生徒 2年C組 男子17名 女子18名
授業者 村岡愛司
授業場 中学校体育館

1 単元名 器械運動「跳び箱運動」

2 単元の目標

自己の習熟度に応じた技能段階を選択し、仲間との学習を通して互いの動作を指摘しあいながら、技の動き方のポイントを見付け、技の出来栄を追求したり、技ができる楽しさや喜びを味わったりすることができる。

3 単元について

(1) 単元観

次期学習指導要領では、学んだことを実生活や実社会で生かし、運動の習慣化につなげること、技能や知識、思考力・判断力・表現力等、公正・協力・責任・参画等の態度をバランスよく育むこと等について、更なる充実を図ることが示されている。また、2020年に開催される東京オリンピック・パラリンピック競技大会を契機に、運動やスポーツへの関心を高め、「する、みる、支える、知る」などの多様なスポーツとの関わり方を楽しめるようにしていくことも求められている。つまり、単に運動が「できた・できない」という結果を求めるような短絡的な捉えではなく、運動の過程（パフォーマンス）や技能習得に向けた段階的な運動学習において、仲間の運動を互いに観察しあうこと、補助や幫助、アドバイス等で支えあうこと等を通して課題を解決していくことが、運動が持つ構造的な特性や運動の魅力をより深く味わうことにつながる。そして、このような経験の積み重ねが生涯に渡って多様なスポーツへの関心を高め、運動に親しむ素地を形成していくものと考えられる。

跳び箱運動は、支持跳躍運動によって物的障害（跳び箱の高さ）に挑戦し「跳び越すこと」（結果）に運動の価値をおく克服型と空中局面の出来栄や優雅さ（過程）に運動の価値をおく達成型との二つの側面がある。学習指導要領では、小学校は「技ができること」、中学校は「技がよりよくできること」が示されていることから中学校では後者の価値の側面が強い。したがって、技の出来栄や優雅さに価値を置いて単元を構成するのが一般的である。しかしながら、器械運動は特に生徒のレディネスに差があり、例えば繰り返し系の基本技である「かかえ込み跳び」は、仮に跳べても空中でバランスを崩し着地が不安定になるなど、まったく跳び越せない生徒が多いのが現実である。特に跳べない生徒に上述した“過程”の価値を追求させることが困難であることは容易に想像できる。以上のことから、単元を構成するに当たっては「跳べない」「もう少しで跳べる」「跳べる」など生徒それぞれの習得段階に応じた運動の価値付けや課題を提示する必要がある。そして、跳び箱運動の価値が、「跳び越すこと」（結果）を課題とすることから、跳び箱運動が身体を空中局面へ誘う機会として捉え、空中局面の出来栄や優雅さ（過程）を追求することに移行していけることが望ましい。さらに「跳び越す」という単独の運動構造から助走、踏み切り、第一空中局面、着手（腕支持）、第二空中局面、着地の6つの局面に対して生徒一人一人が運動への意味づけをしながら仲間と身体を動かし、見合い、支えあうことで、跳び箱運動をする楽しさを味わうことができ、自ら学ぶ意味を創造しながら自律的に学習に向かうと考えた。

(2) 目指す生徒像

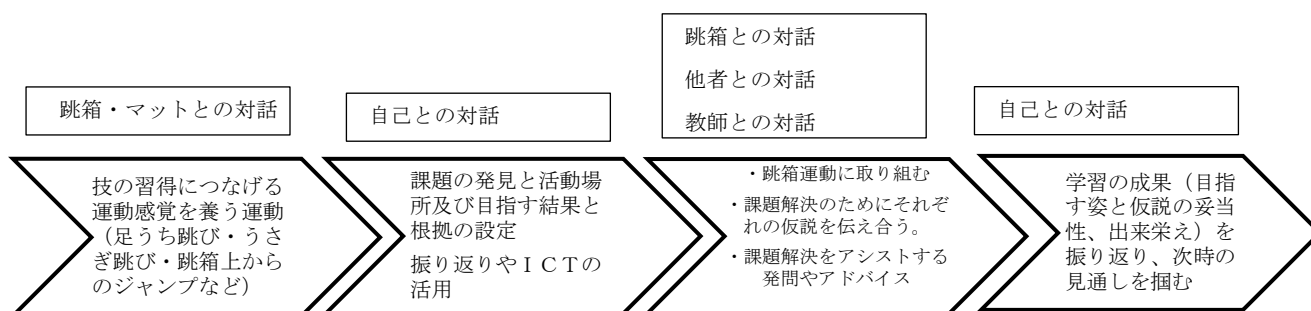
対象学級の

しかしながら、表2に示した技能実態調査によれば技能にばらつきが見られる。そこで、生徒の実態を踏まえ基本技の習得に主眼を置いた単元構成、習得段階に応じた運動の価値付け、課題提示をするとともに以下に記述する手立てを講じることで課題解決的な思考を促し、より自律的に学習に取り組めるようにしたい。

(3) 指導観

以上を踏まえ、跳び箱運動の技能が「できる・できない」に偏ることなく、模範教材や自己の動作から情報を取り出す力（教材・教具との対話）、意図している結果を達成するために既習技能を組み合わせる力（自己との対話）、互いの動きについて仮説を立て、動作を指摘しあったり、体現したりするアウトプット力（仲間との対話）が重要と捉える。したがって、思考を高めたり深めたりできるように、以下に示す、一単位時間の中にそれぞれの「対話」と関連付ける学習過程を取り入れた単元構成をする。以下に、研究に関わる具体的な手立てを述べていく。

対話的な学びを育む学習過程の工夫（1 単位時間）～A-①



本単元における「見方・考え方」と「対話的な学び」との関係性

課題解決に向けての「目指す姿とその仮説」を伝え合う活動～I

まず生徒に模範動作と自分の動作の比較を通して、本時で目指す姿と、その実現に向けた仮説を立てさせることで「運動の視点」を明確にする。目指す姿と仮説の具体例として、例えば目指す姿が「着地をピタッととめる」とするならば、仮説は「着手時に突き放しを強くし、胸を斜め上に向けるように意識すれば着地をピタッととめることができるだろう」といったイメージである。そして、目指す姿が同じ仲間と仮説を共有し、試行場面において、自ら立てた仮説について運動言語やオノマトペ（運動のニュアンス）等を用いて互いの運動感覚（コツ）を伝え合うことで、「なるほど」や「ためしてみようかな」や「こうしたらどうか」などの思考が働き、その過程で、新たな気付きから自分の見方が更新されたり、補強されたりしていくと考える。また、仲間と共有した情報（技能ポイント）が小集団に閉じることなく、いつでも、どこでも見られるように掲示することで自己動作の改善の参考にできるようにする。

4 評価規準

関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
㉗ 学習の仕方を知り、意欲的に学習を進めようとしている ㉘ 互いに助け合い教え合おうとする ㉙ 健康・安全を確保しようとする	㉗ 目指す姿に仮説を立てて取り組むことができる ㉘ 仲間に対して、技術的なポイントを指摘することができる	㉗ 切り返し系の基本技をよりよくできる ㉘ 回転系の基本技をよりよくできる ㉙ 切り返し系や回転系の発展技をよりよくできる	㉗ 技術の名称や歴史を理解している ㉘ 跳び方の技能ポイントを理解している

5 学びの過程のデザイン (全 10 時間)

下支えする主体的な学び	学習活動	手立て
主に 2 時間目～6 時間目 対話的な学びを育む学習過程の工夫 (1 単位時間) ○ 教具との対話 ○ 自己との対話 ○ 他者との対話 ○ 教師との対話 A-①	1 時間目 ○ 学習のねらいと学習の進め方を理解し、単元の見通しを持つ 跳箱運動の価値 (克服型・達成型) を理解する。体操 (鞍馬) の演技を視聴する ○ 視聴覚教材を用いて跳箱の技能構造 (助走、踏切、空中局面、着手、着地) を知る ○ 腕支持感覚 (足打ち跳び、馬跳び、うさぎ跳び) を養う 知ア	
ICT を用いて模範動作と自己の動作を比較し、自己の状態を知り、目標 (やるべきこと) を明確にして課題意識を持つ。 A-②	2 時間目～4 時間目 【跳べる段階】 A 関ア、イ、思ア、イ 【もう少しで跳べる段階】 B 【跳べない段階】 C ★ 基本技を習得する (切り返し系) ○ 開脚跳び ○ かかえ込み跳び 【達成型】: 技の出来栄え、優雅さを味わう。 A: 大きな空中局面と静止した着地 A: 「突く着手」での「切り返し」の習得 【克服型】～跳び越すことを目標にする。 B: 「かく着手」による重心移動の習得 C: 腕支持感覚と「かく着手」による重心移動の習得 技ア、知イ	目指す運動に対する「仮説」を持たせ運動言語やオノマトペ (運動のニュアンス) 等を用いて互いの運動感覚 (コツ) を伝え合う I
技能の完成形 (目標とすべき技能の姿) を擬似体験させたり、運動の原理や身体動作の方法を追求できるような発問をする。 A-②	5～6 時間目 ★ 基本技を習得する (回転系) ○ 台上前転 A: 大きくなめらかな前転と静止した着地 B: ある程度の高さで安全に回る C: マット上で直進的な前転をする。低い高さで安全に回る。 思ア、イ、技イ、知イ	
対話的な学びで得られたことを試行し、動作を吟味したり再構築したりする活動をする。 B-①	7 時間目～9 時間目 ★ 基本技をより美しくできるようにする。 ○ 開脚跳び ○ かかえ込み跳び ○ 台上前転 ★ できそうな発展技に挑戦する ○ V 字跳び ○ 首はね跳び ○ 前方倒立回転跳び 関ウ、技ウ 前半は基本技、後半は発展技に取り組む	
主に 7 時間目～9 時間目 対話的な学びを育む学習過程の工夫 (1 単位時間) ○ 教具との対話 ○ 自己との対話 A-①	10 時間目 基本技 (発展技) の実技テストを行なう。単元の振り返りを行なう。(VTR 視聴)	

6 本時について（4/10時間目）

(1) 本時の目標

かかえ込み跳びの目指す姿に生徒個々が設定した仮説を立てて、仲間と指摘し合いながら練習に取り組むことができる。

(2) 本時における研究の視点

・目指す姿とその仮説を仲間と伝え合う **手立て I**

(3) 本時の展開（○発問、△補助発問、□指示・説明）

主な学習活動（下位目標）	主な働きかけ・ 手立て	【評価】 個に応じた指導
<p>1 足打ち跳びで腕支持動作を、うさぎ跳びで切り返し動作をすることができる。</p> <p>・どうして○君は、何回も足打ちできるんだろうか・・・ ・手、肘、肩が直線的になれば安定して身体を支えることができるぞ。 ・うさぎ跳びでうまく脚をひきつけられないいな ・うさぎ跳びは着手と脚の切り替えをすばやくすればうまく切り返せるぞ</p> <p>2 前時の振り返り（WS等）をもとに本時の目指す姿と仮説を確認し、活動場所を選択することができる。</p> <p>A: 踏み切りを強くして、大きな空中局面するぞ。助走スピードをあげてみよう。 B: 着地はピタッととめるぞ。第二空中局面で頭を下げないようにしよう C: 跳箱の奥に着手するぞ。手だけが前に着いてはだめだ。上体の投げ出しが弱いから遠くに投げ出してみよう</p>	<p>□両腕で自分の体重を支えて、空中で足打ちとびをしよう。</p> <p>□うさぎ跳びで切り返し動作の感覚を養おう。</p> <p>○各局面のポイントはなんでしたか。 □前時を振り返り、本時で目指す姿とその仮説を確認して学習の見通しを持とう。</p> <p>模範と自分の動作を比較して違いを発見しよう A-①</p>	<p>【観察】</p> <p>【WS】</p>
<p>3 仲間と仮説を交流し、互いに動作の感覚を伝えたり、見合ったりして、動作修整をしながらかかえ込み跳びの練習をすることができる。</p> <p>A: スピードをあげすぎると空中局面でバランスを崩す原因になるんだ。第二空中局面を大きくするには第一空中局面の上体の投げ出しが大切だ B: ○君からもらったアドバイスで着地を静止するには着き放した後、身体をまっすぐにするイメージを持つようにするといことがわかったぞ。 C: 着手から足のひきつけをすばやくするためには「トン・パッ」のリズムでするとうまくいったぞ。</p>	<p>□目指す姿が同じ仲間と、互いの動作の方法や感覚を伝えたり、見合いながら練習しよう。</p> <p>○どうすれば課題を解決できるだろうか？ A-① A: 技の見栄えをよくするためにはどこをどうすればいいだろうか？ B: 手と肩の位置関係に着目してみよう C: 腕が邪魔して脚が台上に乗せられないのはどうしてだろう？ 【跳べる段階】 A 【跳べるが着地がとまれない段階】 B 【もう少しで跳べる段階】 B 【跳べない段階】 C</p>	<p>【観察】</p> <p>▲技能の習得には個人差があることから、設定した課題をクリアした生徒には次のステップに行くように適宜働きかける。逆にミスマッチな練習に取り組んでいる生徒には適切な段階での練習を促す。</p>
<p>4 技能の出来栄を振り返り、自分が考えた仮説について、修整を加え、次の時間に向けての見通しをWSに記入することができる。</p> <p>・自分の考えた身体動作がしっくりきた。 ・○君の感覚を試してみたら自分も出来るようになった。次時はこれに○○を組みあわせて運動してみる。 ・次時は○さんの方法で試してみようかな。</p>	<p>課題解決に向けて、目指す姿と仮説（○○すれば○○だろう）を仲間と伝え合おう。 手立て I</p> <p>仲間との交流から得られたヒントや指摘を試してみよう B-②</p> <p>□技能の出来栄を振り返り、目指す姿にどのくらい近づけたか確認しよう。また、自分の考えた仮説が正しかったのかどうかも振り返り、必要に応じて修整を加えよう。</p>	<p>▲気付きや発見などを各段階場所に掲示板を設置し見られるようにする。</p> <p>【WS】</p>

