

C-1 指導案

保健体育科学習指導案

石川県立七尾高等学校・教諭

指導日時・教室 平成 21 年 1 月 8 日 (木) 5 限目 教室名 第一体育館
対象生徒・集団 普通科 1 年生 19 人 (13 H 男子 19 人)
科 目 名 体育 (単位数 3)

1 単元名 器械運動

2 単元の目標

- ① 器械運動に関心を持ち、仲間と協力し、教え合い励まし合って意欲的に取り組もうとする。
【関心・意欲・態度】
- ② 自己や仲間の課題を発見し、課題解決の方法を選んだり、見つけたりしている。
【思考・判断】
- ③ 自己の能力に応じた技を身につけ、技能を高め、演技することができる。
【運動の技能】
- ④ 技の確かめ方、補助の仕方、練習の計画的な行い方を理解し、知識を身に付けている。
【知識・理解】

3 指導に当たって

(1) 生徒の状況

1 年 3 組は、男子 19 名で内 17 名が運動部に所属しており、体育の授業には積極的に元気に参加するクラスである。体操部経験者はいないが、多くの生徒が器械運動に興味関心を持ち取り組んでいる。

(2) 指導方針・方法

器械運動の基礎基本を指導すると同時に、補助の方法や安全指導を行い、初めて行う種目や技を「できる」ようになるために自ら考え、工夫して取り組むように指導する。また、グループ学習の中で、互いに補助し合い、教え合って信頼関係を高め、達成感や満足感が共有できる活動になるように指導する。

(3) 教材選定の理由

器械運動は、「できる」「できない」が明確に分かれる競技であるが、「できた」時の満足感や達成感は、努力し、頑張った分だけ大きくなる。また、できる生徒は、難度の高い技や連続技に挑戦させ、レベルアップするための探求心を高める教材と考え、選定した。

4 単元の指導計画 (総時数 22 時間)

第一次	オリエンテーション、器械運動ビデオ	(1 時間)
第二次	種目の基礎・基本	(6 時間)
：	1 時	マット運動
：	2 時	跳び箱運動
：	3 時	鉄棒運動
：	4 時	鉄棒運動 . . . 本時
：	5 時	平行棒運動
：	6 時	平行棒運動

第三次	グループ学習、連続技	(5 時間)
第四次	習熟別学習、連続技	(5 時間)
第五次	選択制学習、規定演技	(5 時間)

5 本時の指導と評価の計画 (第 二 次 第 4 時)

(1) 本時のねらい

・仲間と協力して、教え合い励まし合って意欲的に取り組もうとする。

【関心・意欲・態度】

・鉄棒運動のけ上がりができる。

【運動の技能】

(2) 本時の展開

時間	学習内容	生徒の学習活動	教師の指導・留意点	評価規準 【観点】 (評価方法)
導入 15分	集合・挨拶 本時のねらいと学習内容の確認 準備運動 補強運動	<ul style="list-style-type: none"> 集合・挨拶をする 本時のねらいと内容を理解する 準備運動をする サーキットトレーニングをする 補強運動をする 	<ul style="list-style-type: none"> 整列し、挨拶をさせ、健康状態の確認をする 本時のねらいと流れを説明し、注意点を確認させる 全員に大きな声を出させ、元気よく行わせる 怪我防止の意識を持たせ、体力・筋力向上を図る 	
展開 30分	倒立歩行 鉄棒運動	<ul style="list-style-type: none"> 補助倒立をする 倒立歩行の練習をする 前時の復習をする け上がりの練習をする 仲間のできばえを観察し、補助し合い、教え合う 	<ul style="list-style-type: none"> 基本姿勢を確認する 個に応じた指導をし、自己の記録を更新させる 安全に留意させる 技のポイントの説明し、順番に指導する 振り出しや蹴るタイミングをつかませる 高鉄棒、低鉄棒に分かれ、技術指導をする 	<ul style="list-style-type: none"> け上がりができる 【運動の技能】 (観察) 仲間と協力し、教え合い・励まし合って意欲的に取り組んでいる 【関心・意欲・態度】 (観察)
まとめ 5分	整理運動 本時のまとめ 次時の予告 挨拶	<ul style="list-style-type: none"> ストレッチをする 本時のねらいを振り返る 基本の姿勢・動きを確認する 挨拶をする 	<ul style="list-style-type: none"> 本時のねらいを振り返らせる ポイントを確認する 怪我の確認をする 	