

## 研究報告書 資料編

### 仲間と共に達成する楽しさを味わう保健体育科の指導の工夫 — 器械運動領域にサポート活動を取り入れて —

特別研修員 山田 雅彦（藤岡市立東中学校）

研究の検証授業（中学校1年生「器械運動」）で使用した本時案、学習カード等が掲載してあります。

#### 1. 本時案

- ①第2～5時（見通し1） 2ページ
- ②第6～11時（見通し2） 3ページ
- ③第12～13時（見通し3） 4ページ

#### 2. 見通し1「もっと大きくダイナミックに」（例：前転） 5ページ

○アドバイスカード

#### 3. 見通し2「もう少しでできそうな技に挑戦する」（例：ネックスプリング）

○テクニカルシート

○サポートシート 6ページ

#### 4. 学習カード（生徒使用例）

○見通し2

○表紙と評価カード（見通し2） 7ページ

# 1. 本時案

## ①本時の学習(3/13時間目)見通し1

- (1) 目標 技の具体的な評価の視点を示したアドバイスカードを用いてサポート活動を行い、運動に取り組む自分の姿を客観的に捉え、自己の課題をはっきりとつかむ。
- (2) 準備 跳び箱 踏み切り板 ロイター板 ショートマット16枚 ロングマット7枚  
距離調節器 高跳び用スタンド ビート板セフティーマット4枚 ディスプレイ  
ゴムひも VTR 学習資料 学習カード

### (3) 展開

時間	学習活動	支援及び指導上の留意点	評価規準 (評価方法)
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>○用具や場の準備をする。</li> <li>○集合・挨拶をする。</li> <li>○学習内容を確認する。</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>○準備運動をグループで行う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○協力して準備するよう指示する。</li> <li>○本時のねらいや学習の流れを拡大図を掲示して説明する。</li> <li>・アドバイスカードでの相互評価をもとに自己課題をつかみ、グループ毎に自分たちにあった練習方法や練習の場で練習し互いに教え合って学習に取り組むよう指示する。</li> <li>○一つ一つの動きを正確にさせ関節・腱・筋肉をしっかりのばすように指示する。</li> </ul>	
30	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>○「できる技」について、アドバイスカードを用いて仲間同士で協力して課題を確かめ合い、自己の課題をつかむ。</li> </ul> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の力を知り課題を見つける。</li> <li>・アドバイスカードを使って互いに技を見合って判定したり、励まし合ったりする。</li> <li>○技がさらに大きく、ダイナミックになるように練習方法を選んでグループで練習する。</li> <li>○2種目練習したあとで技と技のつながりを意識して連続技を練習する。</li> </ul>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>○「できる技」について、自己の課題が確認できるようにグループ内で、アドバイスカードをもとに見合い、判定し合いながら進めるように、指示する。</li> </ul> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>○「できる技」の中から2種目選び前半と後半に分け練習するよう指示する。</li> <li>○技がさらに大きく、ダイナミックにできるように、パソコンソフトや学習資料を使って完成フォームをイメージさせる。</li> <li>○2種目練習したあとで自分のできるいくつかの技を組み合わせ、つながりを意識して連続技を練習するよう伝える。</li> <li>▲取組が消極的な生徒へは、練習の仕方を支援したり、グループ内のサポート活動に積極的にチャレンジするよう助言する。</li> </ul>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>・アドバイスカードを活用して的確に判定をし合おうとしている。</li> <li>【思考・判断】(行動の観察・カードの記述)</li> <li>・技の系統性や補助の仕方を理解している。</li> <li>【知識・理解】(行動の観察)</li> </ul> </div>
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>○後片付けをする。</li> <li>○本時のまとめをする。</li> <li>・活動を振り返り、自分の力を知り、本時の反省と次時の課題を学習カードに記入する。</li> <li>・次時の学習を知る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○グループで協力して手早く片付けられるように指示する。</li> <li>○めあてが達成できた生徒にはみんなで認め合うようにさせ意欲を喚起する。</li> <li>○練習の工夫ができたグループについても発表し次時の活動の参考とさせる。</li> </ul>	

▲努力を要する生徒への支援

## ②本時の学習(7/13時間目) 見通し2

(1) 目標 補助の仕方を示したサポートシートや練習方法の段階を示したテクニカルシートを用いて、運動のこつを押さえながら教え合い、もう少しでできそうな技に挑戦し、個に応じた技能を高める。

(2) 準備 跳び箱 踏み切り板 ロイター板 ショートマット16枚 ロングマット7枚  
距離調節器 高跳び用スタンド ビート板セイフティーマット4枚 ディスプレイ  
ゴムひも VTR 学習資料 学習カード

### (3) 展開

時間	学習活動	支援及び指導上の留意点	評価規準 (評価方法)
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>○用具や場の準備をする。</li> <li>○集合・挨拶をする。</li> <li>○学習内容を確認する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○協力して準備するよう指示する。</li> <li>○本時のねらいや学習の流れを拡大図を掲示して説明する。</li> <li>・「もう少しでできそうな技」について自己課題をつかみ、グループ毎に自分たちにあった練習方法や練習の場で練習し、互いに教え合って学習に取り組むよう指示する。</li> <li>○一つ一つの動きを正確にさせ関節・腱・筋肉をしっかり伸ばすように指示する。</li> </ul>	
30	<ul style="list-style-type: none"> <li>○がんばればできそうな技に挑戦して楽しむ。</li> <li>○「もう少しでできそうな技」についてテクニカルシートを用いて、運動のこつを押さえ練習方法を工夫し、サポートシートに基づいた場の工夫や補助の仕方を生かして挑戦する。</li> <li>・テクニカルシートに基づいてグループで系統的な段階練習をする。</li> <li>・サポートシートに基づいて互いに補助し合いながら、練習する。</li> <li>・自分の力を知り課題を見つける。</li> <li>・アドバイスカードを使って互いに技を見合ったり、励まし合ったりする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○各自の課題に応じた練習の場を選ぶように実態に応じた場を準備する。</li> <li>○「もう少しでできそうな技」についてテクニカルシートに基づいて系統的な段階練習をするようアドバイスする。</li> <li>○サポートシートに基づいて補助の仕方を安全かつ的確にできるように支援する。</li> <li>○互いに教え合いやすい温かい雰囲気をつくるために友だちの技を見たら、必ず声をかけるよう助言する。</li> <li>○できるようになったら、できる技をつながりを考えて組み合わせ、連続技を練習するよう伝える。</li> <li>▲練習の様子を観察し、技能が伸びない生徒には、個別指導をする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自己の能力に応じた練習方法を選択している。</li> <li>【思考・判断】(行動の観察・学習カードの記述)</li> <li>・互いに補助し、励まし合い教え合いながら取り組んでいる。</li> <li>【関心・意欲・態度】(活動の観察・学習カードの記述)</li> </ul>
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>○後片付けをする。</li> <li>○本時のまとめをする。</li> <li>・活動を振り返り、自分の力を知り、本時の反省と次時の課題を学習カードに記入する。</li> <li>・次時の学習を知る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○グループで協力して手早く片付けられるように指示する。</li> <li>○めあてが達成できた生徒にはみんなで認め合うようにさせ意欲を喚起するよう支援する。</li> <li>○練習の工夫ができたグループについても発表し次時の活動の参考とさせる。</li> </ul>	

▲努力を要する生徒への支援

### ③本時の学習(13/13時間目)見直し3

(1) 目標 グループごとに練習の成果を発表し合い、アドバイスカードを用いて技のつながりや技のできばえを確認し、自分の学習の成果を客観的に捉え、互いに認め合う。

(2) 準備 跳び箱 踏み切り板 ロイター板 ショートマット16枚 ロングマット7枚  
距離調節器 セイフティーマット4枚 VTR 学習資料 学習カード

#### (3) 展開

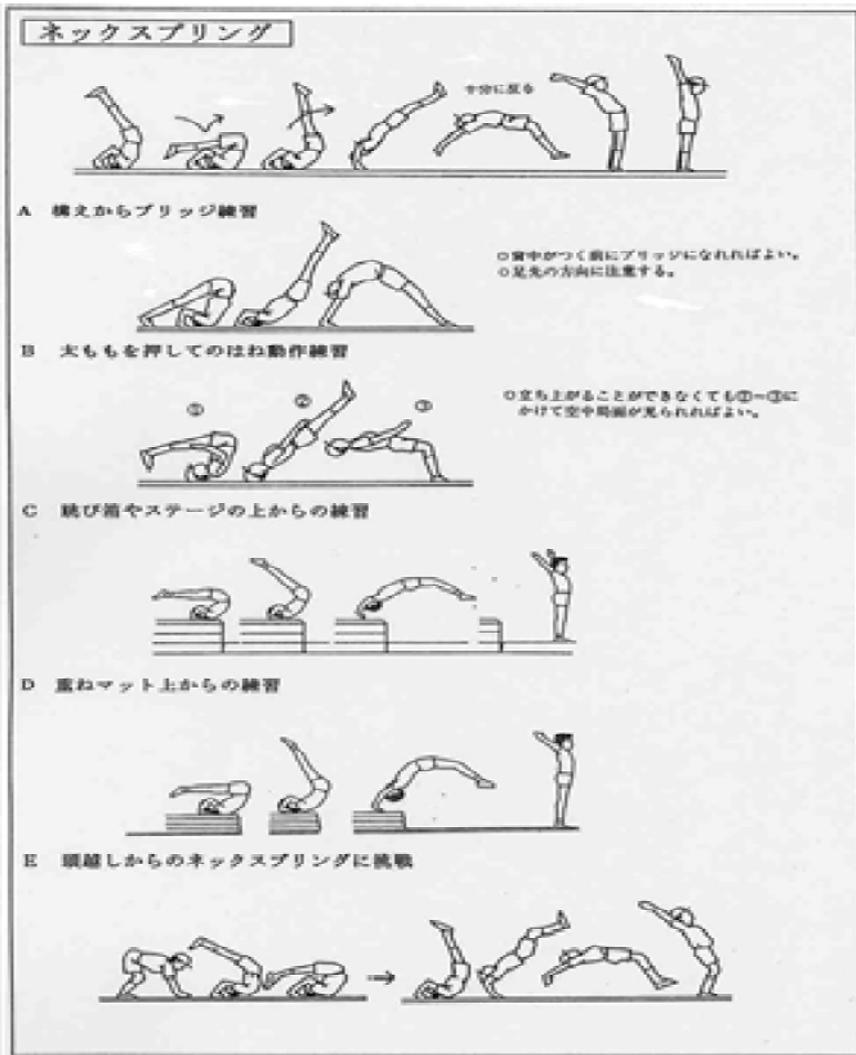
時間	学習活動	支援及び指導上の留意点	評価規準 (評価方法)
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>○用具や場の準備をする。</li> <li>○集合・挨拶をする。</li> <li>○学習内容を確認する。</li> <li>○準備運動をグループで行う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○協力して準備するよう指示する。</li> <li>○本時のねらいや学習の流れを説明する。 ・グループごとに発表会形式で練習の成果を発表し合い、アドバイスカードを用いて技のつながりや技のできばえを判定し相互評価、自己評価するよう指示する。</li> <li>○一つ一つの動きを正確にさせ関節・腱・筋肉をしっかりのばすように指示する。</li> </ul>	
30	<ul style="list-style-type: none"> <li>○発表会を行う。</li> <li style="border: 1px solid black; padding: 2px;">○仲間との練習の成果を発表し合い、アドバイスカードを用いて練習で向上した技を確認し、認め合う。</li> <li>○グループ内で互いに技を見合ったり、励まし合ったりし、アドバイスカードに記入する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li style="border: 1px solid black; padding: 2px;">○アドバイスカードを用いて互いのできばえを見合うことを確認する。</li> <li>○一人一人の良かった点について賞賛の言動をとるよう助言する。</li> <li>○互いに教え合いやすい温かい雰囲気をつくるために友だちの技を見たら、必ず声をかけるよう助言する。アドバイスされたことを学習カードに記入するよう指示する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li style="border: 1px solid black; padding: 2px;">・仲間の良さを認め合う。 【関心・意欲・態度】 (学習カードの記述)</li> <li>・新しい技や連続技ができる。 【技能】(学習カードの記述)</li> </ul>
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>○後片付けをする。</li> <li>○単元のまとめをする。 ・学習への取り組みを振り返り、自分の力を知り、本単位を通しての反省と課題を学習カードに記入する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○グループで協力して手早く片付けられるように指示する。</li> <li>○意欲や態度、学習の進め方、友だちとのかかわりなどが自己評価できるように学習カードを工夫する。</li> <li>○めあてが達成できた生徒にはみんなで認め合うようにさせ意欲を喚起するよう支援する。</li> </ul>	

▲努力を要する生徒への支援



### 3. 見通し2「もう少しでできそうな技に挑戦する」(例: ネックスプリング)

#### ○テクニカルシート

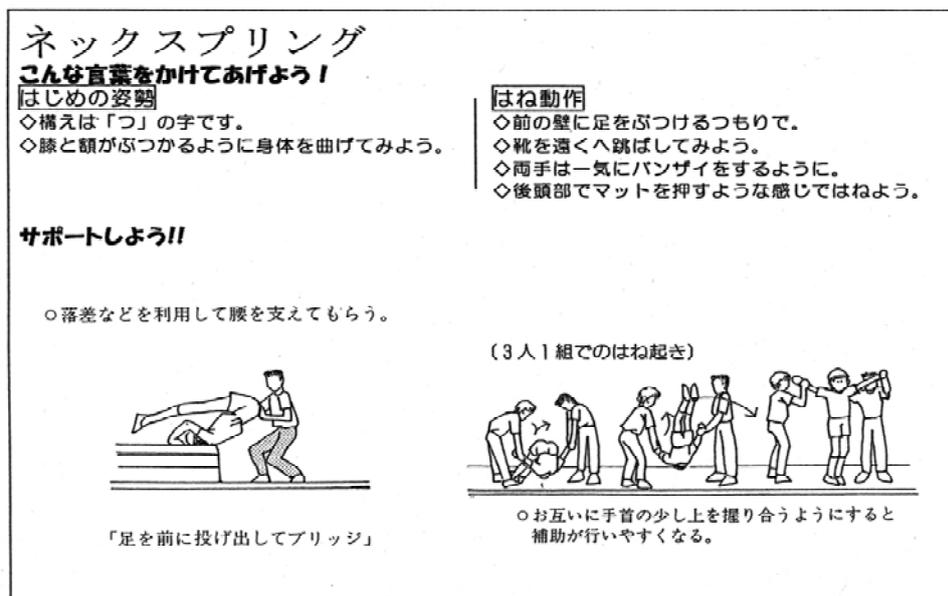


**見通し2**  
 「もう少しでできそうな技に挑戦する」

できるようになるための段階的な練習方法をアルファベット順に紹介。

※生徒はこの中から自分のレベルに応じた練習法を選択して取り組んだ。

#### ○サポートシート



「補助の仕方  
 「言葉かけ」  
 「技のコツ」  
 を示した

4. 学習カード(生徒使用例)

○見通し1

○見通し2

○見通し3(グループ別発表会)

連続技にチャレンジしよう!

アドバイスカードを貼付

○授業の評価(例:見通し2)

事前に「めあて」を記入して提出

事前に自分の選んだ練習方法やサポートの仕方の記号を記入。

挑戦する種目を記入

本時の反省と感想「うまくいったこと・うまくいかなかったこと・友達とのサポート活動について」等を記入する。

活動内容

今日のグループ

藤岡市立東中学校

1年 組 番( )

◎形成的授業評価(毎時間3段階の自己評価)

「協力」の項目→「サポート活動」として細かく分けた(1~6)

「成果」の項目→「学習の確かめ」の1・2・3

「意欲」の項目→「学習の確かめ」の4・5

「学び方」の項目→「学習の確かめ」の6・7