

保健体育科学習指導案

授業日時：令和3年11月8日（月）
授業学級：2年Bコース 16名
（男子：8名 女子：8名）

I 全校研究テーマ

「問いを生み、自分なりの解決方法で、自分なりの答えにたどり着く研究」

II 保健体育科研究テーマ

「仲間との関わり合いや ICT 機器の活用から自己の課題を発見し追究していくには」
～「かかわる」「わかる」「できる」体育学習を目指して～

IV テーマ設定の理由（研究の経過）

1 研究テーマ設定の理由

保健体育科においては、自ら運動する意欲を培い、生涯にわたって積極的に運動に親しむ資質や能力を育成していくこと、さらには基礎的な体力を高めることが重視されている。しかしながら、運動に興味を持ち活発に運動する生徒と、そうでない生徒に二極化していたり、今までの運動経験の中から、苦手意識を持ってしまって積極的に運動に取り組めない生徒が多くなってきたりしている。このような現状においては、生徒の願いが生かされ、生徒の実態に応じた授業が実践されていく中で、生徒が基礎技能をもとにして仲間同士でのアドバイスや話し合い、ICT 機器の活用を通して、自分の課題を追究していったほしいという願いがある。

「表現力」を高める活動にも工夫しながら取り組んでいきたい。自己や仲間の課題について思考し判断したことを言葉や文章及び動作などで表したり、仲間に理由を添えて伝えたりする活動を通して、自分の考えや意見を「他者に伝える力」を育てていきたい。

仲間と関わることが多い教科の特性から、仲間との関わりの中で楽しさを味わいながら自己の課題を発見したり、ICT 機器を活用し客観的に自己の技能を見たりしながら課題追究していく力をつけたりすることを願い、本テーマを設定した。

2 研究の内容（授業づくりの視点）

（1）教材の良さを生かした単元展開の工夫

単元の構想では、最終的に目指す生徒の姿を明確にした上で、全体の指導計画を組み立てていく。特に、ICT を活用し、習得した技能や知識を使って動いて試しながら、自分、またはチームの課題を解決していく活用の段階を効果的に位置付ける。それらの段階のなかでは、目指す動きに迫る関わり合いにより、学びを深めていく姿を大切にしたい。

（2）1 時間の授業展開の改善

- ・全体で共有した学習課題を、グループ（個）で具現化する場を位置づける。
- ・学習の足跡が見える板書の工夫をし、より明確な学習課題を毎時間把握できるようにする。

（3）課題解決のための手だて

- ・学習カードを用いて、チームの課題と個の課題が、毎時間明確に分かるようにする。
- ・チェックカードを用いてチームの状況を記録し、課題を見付けてアドバイスし合う。

V 学習指導案

1 単元名 「ダンス」

2 単元設定の理由

(1) 運動の特性や魅力と年間計画での位置付け

ダンスの特性は、仲間とともに感じを込めて踊ったり、イメージを捉えて自己を表現したりすることを楽しさや喜びを味わうことのできる運動であること、他者とのコミュニケーションを豊かにすることを重視する身体表現である。また、様々なダンスが世代や人種及び障がいの有無等を超えて世界の人々に親しまれている。ダンスを学ぶ際には、表現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ることができるようにすることが大切である。

2年生の「ダンス」では、昨年の経験を踏まえ、自由な動きを取り入れられるようにする。そのために指導の際は、型にはめることなく考えられるように助言していく。その中には、踊ることの楽しさがあり、仲間と一つのを創る楽しさがある。

(2) 生徒の実態

体を動かすことが好きな生徒が多く、運動に対して、積極的な取り組みができる。何人かは、リーダー的な存在で周りを引っ張ることができる。しかし、自分やチームの課題解決のために練習や試合に考えを深められない生徒もいる。また、ダンス経験者は数名いるが、ダンス教室等で習うようなダンスではなく、授業では、自由な動きでリズムにのって楽しむということを伝えておく。また、運動が好きでも、ダンスの振り付けを覚えることが苦手な生徒もいるので、自信を持って堂々と踊れない生徒もいる。ダンスは振り付けを覚えなければならないというものではなく、リズムに乗り体を動かす楽しさを感じる授業にする工夫をしたい。また、ダンスの単元を通して、自分や仲間の課題を見つけ解決することで、自信を持って表現する力をつけたい。

(3) 運動の工夫や指導の手だて

単元導入ではリズムトレーニングで音楽に合わせてジャンプなどをして、リズムに乗って体を動かす楽しさを学ぶ。単元なかではグループ活動を行い、毎時間に前半はこちらで設けた学習課題、後半は各グループで課題を設け、そこに向かい、達成する楽しさや、踊る楽しさ、仲間と一つのものを創る楽しさを知ってもらう。そのために、タブレットを活用し、動画の撮影や見本の動画の活用をする。それらを活用し、自分の動きを客観的に見て、自分やグループの課題を見つけ解決に向け工夫するようにしたい。また、学習カードに、課題の内容を記入し、本時の課題を落とし込めるようにしたい。

3 単元の目標

- (1) リズムの特徴を捉え、変化のある動きを組み合わせ、リズムに全身で踊ることができる。
(知識・技能)
- (2) チームや個人の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組みを工夫している。
また、自分や仲間の考えたことを他者に伝えている。(思考・判断・表現)
- (3) ダンスに積極的に取り組むとともに、仲間の学習を援助しようとする、交流などの話し合いに参加しようとしていること、一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとする
ことなどや、健康・安全に気を配ること。(学びに向かう力・人間性等)

4 評価規準

A 知識・技能	B 思考・判断・表現	C 学びに向かう力・人間性等
①リズムの特徴を捉えている。 ②リズムの取り方や動きで音楽のリズムに同調したり、体幹部を中心としたシンプルに弾む動きをしたりして踊ることができる。	①動きながら話し合いの中で、自分の課題を見つけられている。 ②自分やチームに合った進め方を考えて、仲間との関わり方を見つけている。	①ダンスの学習に積極的に取り組もうとしている。 ②仲間の手助けをしたり助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。 ③話し合いに参加しようとしている。 ④一人一人の違いに応じた表現や交流の仕方などを認めようとしている。

5 単元展開

単元目標：ダンスを通して表現する力と、仲間と作品を作り上げる楽しさを学ぼう！

はじめ（1～2）

学習活動	指導・支援	評価
○オリエンテーション ・授業の進め方 ・学習カード ・グループで作品をつくり、最後に発表すること ○リズムトレーニング ○グループ分け、グループ名決め ①役割を決める ④大まかに計画作成	◇学習を進めるルールを確認し、学習カードの記入の仕方を確認する。 ◇リズムに合わせてジャンプなどの動きで楽しく取り組めるようにする。 ◇タブレット等を活用し、情報収集する。	◆C①
ねらい1：リズムにのって、自由な動きで踊ろう！		
学習活動	指導・支援	評価
○発表練習 ・振り付けは、完全にコピーすることなく、約1分間 曲や、流れに合わせて自由に動くこと。 ○振り返り ・計画通りの練習出来たか。目標は達成出来たか。	◇苦手な生徒が練習しやすい雰囲気づくりを心がけさせる。 ◇タブレット等を上手く活用させる。 ◇タブレット使用を許可するが、関係ないことや、遊びにならないよう注意する。	◆A① ◆B① ◆C②③
学習活動	指導・支援	評価
○フォーメーションづくり ①振り付けが出来たらフォーメーションを考える ②練習 ○リハーサル ①流れが完成しているグループは、実際に発表するステージで、リハーサルをする ②立ち位置等の最終確認	◇学習を進めるルールを確認し、学習カードの記入の仕方を確認する。 ◇簡単な振り付け体と心がほぐれるようにする。 ◇ダンスが苦手な生徒も踊りやすいようにする。 ◇タブレット等を活用し、情報収集する。	◆A② ◆B② ◆C②

なか1（3～6）

なか2（7～9）

ねらい2：みんなで動きを合わせスムーズなフォーメーションを作ろう！



6 本時案

(1) 主眼

リズムに乗り自由な動きで踊れるようになってきた生徒が、タブレットや鏡、電子黒板の機能を利用し、自分やグループを客観的に捉えられる活動を通して、グループの特徴や課題を理解し、フォーメーションを決めながら解決に向け自分たちに合った学習をすることができる。

(2) 本時の位置 (6 / 10)

(3) 展開

学習活動	指導・支援	評価
○単元のまとめ ①作品発表、感想記入 ②学習カードに単元の感想記入 ③感想発表	◇中傷するような言葉は書かないようにさせる。 ◇見ている人も一緒につくる空気感で盛り上げる。	◆C④

段階	学習内容・活動	予想される生徒の反応	○指導 □評価	時間
はじめ	1 準備 ・タブレット・学習カード 2 挨拶 3 本時の課題の確認 ①ルーブリック、計画表の確認 ②進行状況に応じて各グループで課題設定	・リーダーを中心にそれぞれの役割に応じて準備する。 ・あまり時間をかけずに動く。 ・タブレットで遊ぶ生徒が出る可能性がある。	○活発な雰囲気になるよう助言する。 ○前時の様子を振り返りながら、具体的な言葉で課題を確認する。 ○グループ内で注意し合うのが理想だが、出来なかったら、声かけをする。	5分
学習課題 自分のグループの特徴を見つけて、フォーメーションを決めていこう！				
なか	4 グループ練習 ・それぞれ動きがどうなっているのか動画撮影等で客観視できる工夫をする 鏡が二枚あるので、時間でローテーション ※10分で交代→の順でローテーション	・各グループの進行 計画通りのグループ ⇒フォーメーションづくり 計画より遅れているグループ ⇒振り付け練習	○グループ内で振り付けの完成度に差があるときは、リーダーの指示によって練習方法を決める。 ○課題が定まらないグループには動画の中から特徴や見る視点についてアドバイスする。	35分
おわり	7 本時の成果と課題 8 片付け、挨拶	・計画表通り進められたか、進行状況の確認 ・発表した反省、感想。	○グループを周りながら、出来ていたことや、課題を助言する。	10分

見ていただきたい点

- ・自分たちで立てた課題に合った取り組みができているか。
- ・踊りやすい雰囲気できているか。
- ・作品がより良いものになるように、グループで協力し、探究している姿があったか。