**保健体育科学習指導案**

平成　　年　月　日（　）　校時

中学校

2年1,2組（女子34名）

指導者

Ⅰ　研究テーマ

**主体的に取り組む武道（空手道）学習の工夫**

**－協同的な学びによる学習を通して（第２学年）－**

Ⅱ　テーマ設定の理由

21世紀は知識基盤社会の時代といわれ、激しい変化に対応する能力が求められ、これまで誰も経験したことのない、複雑で激しく変化する社会を生きるために、生徒たちの「人間力」を豊かに育てることが必要である。さらに知識、技能の習得だけでなく学習状況や学習課題に応じながら相手とのコミュニケーションを図り、協同的に問題解決にあたる資質や能力が重要である。

中学校学習指導要領解説（保健体育編）の目標において、「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力が重要視され実生活、実社会などで生かすことができるようにすること。」を目指しています。

　平成24年度には武道・ダンスが完全実施となり、特に沖縄県においては武道の単元で空手道を実施する学校が80％を超えている状況がある。沖縄県が「空手発祥の地」という地域性もあり、授業に抵抗なく入れるのも一つの特徴といえる。さらに、体育実技の教科書にも空手の「形」が掲載されていることも授業を行う上では重要な要素となっている。空手道は基本運動で「体」を鍛え、「形」でいろいろなイメージを練り、主体的に活動し協同的に取り組める単元の一つで空手道の授業はとても重要な役割を果たしている。

　また、授業において「自らの身を護る」ということを意識させ運動実技の中で「自分に眼を向ける」良い機会となり、自分の身体の動かし方をよりよく知る機会になると考える。

現任校では、男女とも3分の2以上の生徒が初めて武道の授業を体験することが多く、武道（空手道）について、知識や技能の習得の仕方を知らないという現状があった。また、「痛い」「怖い」「殴り合う」というイメージが強く、積極的に授業に参加できていない場面も見られた。そのため何をどのように学び、技術の向上を図ればよいのかがわからない生徒が多かった。初めは武道の特徴的な基礎、基本の動作に重点を置きながら一斉授業を進めていき、技能の向上を図った。さらにワークシートの活用や学習カードの活用を通して技能の習得や確認を行い、個人目標を設定させ授業を実施した。その結果、集中して取り組む生徒の活動が見えた。

しかし、ペア活動や班活動等の協同的な学びが少ないため、習得した技能の確かめ合いや技能の実施、生徒同士でアドバイスをおくったり、意見を出し合ったりしてお互いを高め合う活動があまり見られなかった。さらに、生徒が教師やＤＶＤの映像を視聴しながら「形を覚える」という、真似る学習活動が多く、試行錯誤しながら技能を高める学習に差が見られた。すでにつくられた動きを覚える活動が主になるため、自ら動きを確認し、生徒同士でどのようにしたら動きがスムーズになるのかといった発展的な活動が滞っていており工夫、改善する必要がある。そして、この授業形態だと指示待ちの生徒が多く、協同的に活動できていないことがわかった。

そのため、生徒同士の協同的な学びによる学習を通しながら他者との関わり方や思考、判断する場面を積極的に取り入れ、班の仲間と一緒に知識や技能を活用し、運動（形）の魅力を追求する課題を設定し、粘り強く意欲的に取り組み、活用につなげる学習過程を工夫する必要がある。

　そこで本研究では、武道学習の中でペア学習やグループ活動等協同的な学びを通し自分の意見を言ったり、お互いの意見を尊重したり、相手の意見を傾聴したりすることで言語活動の充実を図り、コミュニケーション能力を高め、自分の視野を広げ知識、思考を高める。さらに、技能の習得、形における技能の活用をすることで授業へ積極的に参加し、体育学習へ主体的に取り組むことに繋がると考え本テーマを設定した。

〈研究仮説〉

　武道（空手道）の学習において、協同的な学びを取り入れることで、学んだ知識や技能を互いに伝え合い、一緒になって活動することの大切さを考え、これまで以上に新しい発見や体を動かす、運動する楽しさを知ることができ、主体的に取り組むことができるであろう。

Ⅲ　単元について

（1）教材観

　空手の技ができる楽しさや喜びを味わい、基本動作や基本となる技ができるようにする。また、武道の学習に積極的に取り組み、伝統的な行動の仕方を守ることなどに意欲を持ち、健康や安全に気を配るとともに、礼に代表される伝統的な考え方などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにお互いに協力し合い実施することで、技能習得や伝統的な考え方が培われる。

（2）生徒観

　空手道の授業は、中学校で初めて習う生徒が多い単元であり、「武道」特有の礼に代表される伝統的な考え方などを理解し，課題に応じた運動の取り組方を工夫できるようにすることが大切である。

　空手における身体的特性としては、立ち方や突き、受けなどの基本動作、さらに基本動作を発展させ左右対称の動きが多く、身体全体をバランスよく保ち移動をしていく「形」があり身体的発達が期待できる。

　さらに、「形」の習得から特に、女子に関しては護身との関連も期待できる単元である。

（3）生徒の実態

　全体的に明るく活発な生徒が多く、みんなで協力して物事に取り組み積極的に授業に参加しようとする姿勢がみられる。初めて習う単元である空手授業の学習に対しても意欲的であり、明るい雰囲気で授業に参加している。しかし、場面によっては授業に対する緊張感や集中力が足りないときがあるので、教材の工夫を考え、興味関心をもって集中できる授業づくりを行う必要がある。

（4）指導観

　　指導に当たっては一斉授業、ペア活動、班活動を中心に進め、技能の習得と活用を往還させながら初めて習う「武道」の技能を身につけさせる。さらに、班活動を中心にお互いの意見を出し合いコミュニケーション能力を高め主体的に授業に参加できるように教材の工夫を行う。

　　また、一斉授業では初めて習う空手技能の突きや受けの手本を模倣することで自分なりに思考、判断したりお互いで教えあったりすることで技能の習得もスムーズに身につくことができると考える。

　　そして、本研究の主題である「主体的に取り組む武道の学習」においては、班活動を授業の中で活発に取り入れることで班の中での自分の役割に責任をもって取り組み、お互いの意見を尊重したり、相手の意見を傾聴したりすることで言語活動の充実を図り、コミュニケーション能力を高め、自分の視野を広げ知識、思考を高めることに繋がり自己有能感、自己肯定感が育つことができると考える

Ⅳ　空手道の特性

武道では激しい攻防の後、自己の心理的な興奮が収まっていない時においてもその興奮を抑えて正しい

形で丁寧な「礼」を行うことが求められている。礼を重んじ、その形式に従うことは自己を制御するとともに相手を尊重する態度を形に表すことであり、その自己制御が人間形成にとって重要な要素であると考えられている。

(1)身体的な発育の効果

空手道の運動・動作には、他の運動にない特徴が見られる。それは利き腕、利き足のみを発達

させるのではなく、左右を均等に使用する動きが多いため、身体全体をバランスよく発達させる

ことができる。また、調和のとれた身体的発育に効果があり、調整力（機敏性、平衡性、柔軟

性）の向上にも繋がることができる。

(2)精神的な発達への効果

同年齢、異年齢の集団の中では、社会的人間関係づくりが求められ、対人関係や社会に適応で

きる能力が養われていく。このような環境のなかで、協調性、創造性、想像力が養われると同時

に生徒同士の友情、信頼感が育まれ自主性、自発性の向上につながる。

Ⅴ　主体的に取り組む授業づくりに向けて

空手の授業づくりで重視することは生徒の主体性を引き出すことが大切である。そのためには

「なぜ空手を習うのか」「なぜ空手が必要か」という疑問に、身体を護る術を学びながら他者を尊重し生涯にわたって運動に親しみ実社会で生かすことが必要であるということを理解させ生徒に興味、関心を持って取り組ませることが大切である。

また、「形」の習得においてもただ単に順序を覚える学習ではなく易いから難への習得レベルに応じて生徒が取り組み、その学習過程において班活動やグループ活動の中から技能の習得のための言語活動を活発化させ「自分への問い」（どうしたらうまくいくのか）を持ち、いろいろと活動することで生徒の意欲の向上も高められる。そして工夫をより実践的、効果的に行うことができれば生徒は主体的に学習に取り組むことができると考える。

Ⅵ　指導の実際

　１　単元名　「Ｆ武道」空手道

　２　単元目標

1. 種目の特性に触れ、場の安全に留意し班の仲間と協力しながら公正、公平な態度で楽しむことができる。（関心・意欲・態度）
2. 課題に応じた運動の取り組み方を工夫し、課題解決に向け取り組む。（思考・判断）
3. 技ができる楽しさや喜びを味わい、基本動作や基本となる技ができるようにする。（技能）
4. 武道の伝統的な考え方を理解し、技の名称や試合の行い方が説明できる。（知識・理解）

３　単元の評価規準

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 関心・意欲・態度 | 思考・判断 | 技能 | 知識・理解 |
| 1. 空手道の授業に積極的に取り組み進んで課題や問題解決に取り組もうとしている。
2. 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。
3. 空手道の基本的動作（突き、受け）について主体的に取り組もうとしている。
 | 1. 自己の体力に応じた技や基本動作を課題として積極的に取り組んでいる。
2. 基本の技を習得するために練習の方法を工夫し取り組んでいる。
 | 1. 自他の構えや、姿勢を適切に捉え正すことができる。
2. 空手道の基礎基本を下に、正確に突き、受けが行うことができる。
 | 1. 空手道の歴史や、伝統的な考え方について、教材や学習を通して、理解を深めることができる。
2. 立ち方、受け、移動基本などの技の名称について説明することができる。
 |

　４　指導計画

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 時 | ねらい | 学習活動 | 指導上の留意点 | 学習に即した評価 |
| １ | 学習のねらいを知る。空手道の歴史を理解する。空手道に必要な基本動作を身につける。 | 【オリエンテーション】・アンケートの実施。・学習の全体計画について理解する。・空手の歴史について説明する。・学習資料の活用の方法を知る。【習得学習】・基本的な立ち方を覚える。・基本的な突き、受けを行う。 | ・全体計画について理解させる。・空手道の特殊性について理解させる。・基本動作を身につけることができるよう支援する。 | 【知識・理解】①【関心・意欲・態度】②【技能】② |
| ２ | 基本的技能を高める。（移動基本）　　　　 | 【活用学習】・前時に学習した突き、受けを移動しながら行う。・運足、転身の仕方を覚える。・学習を振り返る（学習カードの利用） | ・上肢と下肢が一体となるようスポーツオノマトペを取り入れ動きを把握させる。・各動作の動きが基本通りの軌道にできているか支援する。 | 【関心・意欲・態度】③【知識・理解】②【思考・判断】① |
| ３ | 見本者２人の普及形Ⅰを鑑賞し、違いを話し合い、テーマを設定し練習しよう。 | ・同じ形を演武する２人の動きの違いについて話し合わせる。・形について、それぞれのイメージを話し合わせる。・突きや受け、構えについて行わせる。（学習カードの利用） | ・形の特徴と技能の違いを考えさせ、自分達の考えたテーマを設定させる。・形の動作の意味を理解させ正しく行わせる。 | 【関心・意欲・態度】①【技能】① |
| ４ | 　　　　 基本技を意識しながら技を正確に行う。形練習に意欲的に取り組む。　　　　往環 | ・普及形Ⅰの前半部分の視点を考えよう。【習得・活用学習】・号令をかけて正しい姿勢で動作を行う。・学習を振り返る（学習カードの利用） | ・仲間と協力し、考え、教え会いながら課題の解決に向けた方法を見つけさせる。（視点を考える。） | 【技能】①【思考・判断】②【関心・意欲・態度】① |
| ５ | ・仲間と協力し、考え、教え会いながら課題の解決に向けた方法を見つけさせる。（テーマに沿った練習方法） |
| ６ | 　運動　　　　・同調、バランス、集中、呼吸に注意して行ってみよう。 | 【探求学習】・３人～５人のグループ分けを行い、形を一緒に合わせる。・仲間と教え合いながら、課題解決に取り組ませる。（同調、目付け、バランス）・学習を振り返る（学習カードの利用） | ・仲間のよい動きや技能を自分の動きに取り入れるよう支援する。 | 【技能】①【思考・判断】② |
| ７ |

５　本時の指導（３／７時間目）

(1) ねらい

　 　普及形Ⅰの鑑賞から、技能習得のためのテーマを設定し、練習してみよう。

(2) 授業仮説

　 　班で協力しながら技能習得のためのテーマ設定を行い、実践することで無理のない動きや基本的な技を粘り強く学習し、主体的に取り組むことができるであろう。

(3) 本時の展開

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 学習活動 | 指導上の留意点 | 学習に即した評価 |
| 10分 | １　集合、整列→礼２　出欠確認、健康観察３　授業の流れの説明（今日のねらいの確認）４　学習カード記入５　準備運動 | ・整然と整列し座礼をさせる。ねらい普及形Ⅰの鑑賞から、技能習得のためのテーマを設定し、練習してみよう。・学習のねらいや安全に関する注意事項を確認する。・個人のめあてをしっかり立てさせる。 |  |
| 30分 | １　普及形Ⅰを鑑賞しよう。（見本者２人の違いを見つけよう。）２　【班活動】形についてそれぞれのイメージを話し合わせる。（テーマ設定を行う）３　話し合ったことをもとに突きや受け、構えを練習する。 | ・見本者２人の動き方や突きの速さの違いに注意しながら集中して鑑賞する。・形の特徴と技能の違いを考えさせ、自分たちの考えたテーマを設定させる。・形の動作の意味を理解させ、正しく行わせる。 | 【関心・意欲・態度】①【技能】① |
| 10分 | １　班ノートの記入２　学習カードの記入３　次時の予告 | ・本時の自己評価と班の評価を書かせる。・正しい礼法で挨拶をさせる。 |  |