

保健体育科学習指導案

指導教諭
教育実習生

授業日時 平成23年(2011年)6月16日(木) 第4時限
場所 中学校 グラウンド
学年・組 第1学年3・4組男子(3組15名、4組15名、計30名)

1 単元名・小単元名 陸上競技・リレー

2 単元の目標

バトンパスなどの基本的な技能を身につけると共に、記録向上による喜びや競争の楽しさを味わうことが出来るようにする。

【技能】

チームでの役割を自覚して、積極的に授業へ参加し、仲間と教えあい協力できるようにする。

【学び方】

自己やチームの課題を見つけ、課題解決を目指し、練習方法等を工夫した活動が出来るようにする。

【態度】

3 単元設定の理由

(1) 教材観

陸上競技には様々な種目があり、それぞれ特徴を持っている。今回のリレー走について考えると、バトンパスなどの技能習得や、リレー走についてのルールを学び自己の能力に応じた課題の達成に取り組み、競う競技である。また競争すること楽しさや、記録向上による喜びを味わうことが出来る。個人競技と習われる陸上競技の中では数少ない団体競技であり、生徒同士やチームの仲間と協力することの大切さを感じることが出来る。

(2) 生徒観

本学年の生徒は、真面目な姿勢で常に授業へ臨んでいる。運動が好きで技術向上に対して頑張る生徒が多いが、その中で速く走ることが苦手であっても努力する前向きな生徒もいる。与えられた課題に対して、意欲的に取り組む姿勢が見られる。ほとんどの生徒がリレー走を小学生の時に経験しているが、ルールに関してはあまり知識がない。

(3) 指導観

テークオーバーゾーンにおけるバトンパスについてのルールや方法を学ばせた後、生徒同士で練習を繰り返し、走り出しやバトンパスのタイミング、ポイントを掴ませたい。また、タイム測定における測定方法を学ばせ、各個人の役割を自覚し、スムーズにタイム測定が行えるよう生徒間で協力させたい。

4 指導計画 全5時間

時	ねらい	学習内容
1 2	バトンパスの方法を学び、生徒同士で練習を繰り返し、そ の中でタイミングやポイントを掴ませる。	・バトンを持ってのクラウチングスター トとバトンパスの練習
3	テークオーバーゾーンについてのルールを学び、テークオ ーバーゾーンを用いてバトンパスでのタイミングやポイン トを掴ませる。また、50m 走の測定方法（ストップウォ ッチの使用方法、記録測定に関する、ローテーションの行 い方）を学び、各個人の役割を自覚させる。	・テークオーバーゾーンのルールを学ぶ ・テークオーバーゾーン内でのバトンパ スの練習 ・50m 走の計測と測定方法を学ぶ
4	コーナートップ制のルールを学び、理解させる。またチ ームを分けることにより、チーム内で協力しあって練習を行 い、団結力を深める。	・チームを発表し、チーム毎に練習 ・コーナートップ制のルールを学び、ト ラックを使用して実践する
5	チーム毎に練習を繰り返し、その中での役割を自覚させる。 また、記録会を行うことにより、競いあうことの楽しさや 喜びを感じさせる。	・チーム毎に練習をしたあと、記録会を 行う ・単元の反省とまとめ

5 本時の目標

- ・テークオーバーゾーンについてのルールを学び、理解した上で仲間と協力して積極的に練習を行う。
- ・バトンパスのタイミングやポイントを掴み、技術を向上させる。
- ・ストップウォッチの使用方法や記録測定に関するローテーションの行い方を学び、50m 走のタイ
ム測定がスムーズに行えるよう理解させる。

6 本時の展開 (5時間中の3時間目)

時間	学習活動	指導上の留意点
導入 (10分)	<ul style="list-style-type: none"> ・各クラスの体育委員の指示のもと集合し、四列横隊 で整列する。 ・生徒全員で声を出し、グラウンドをランニング(1 周)し、その後、ラジオ体操、補強運動を行う。 ・四列横隊で整列し、挨拶を行う。 ・体育委員が出欠、忘れ物を確認し、報告する。 ・本時の内容を知り、授業の流れを確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・体育委員の指示に従って、綺麗に整列して いるかどうかを確認する。 ・しっかりと声を出し、ウォーミングアップ を行っているかを確認する。 ・綺麗に整列をさせ、大きな声で挨拶をさせ る。 ・体育委員に出欠、忘れ物をした生徒がいな いかを確認させる。 ・生徒に体調を確認する。 本時の授業の流れを伝え、確認させる。

<p>展開 (35分)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・20mダッシュを20%・50%・80%・100%とスピードを上げて走る。(各2本、計8本) ・集合、整列、各列の先頭がバトンを3本取りに行く。 ・バトンを持って、クラウチングスタートからダッシュ(計2本)をする。 ・集合、テークオーバーゾーンについてのルール、バトンパスの方法の説明を聞く。 ・テークオーバーゾーンを使用したバトンパスの練習を行う。(各列前後の2人1組、生徒の出席数によって3人で行わせる場合もある。) ・集合、整列 ・50m走の記録測定の方法と説明を聞く。(ストップウォッチの使い方、記録測定において生徒の役割に関するローテーションの行い方。) ・50m走の記録測定を行う。(計1本)4人1組で走る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・生徒の走るスピードがじょじょに速くなるよう指示し、アップのつもりで走らせる。 ・集合、整列した後、生徒を座らせ、各列の先頭に素早くバトンを一人3本取りに行かせる。 ・笛の合図によって、スタート時にフライングなどの反則がないかを確認し、全力で走らせる。 ・素早く集合し座らせ、その後、生徒一人を使い、見本を交えてルールの説明を行う。 ・生徒がルールや方法を理解出来たかを確認する。 ・ペアでそれぞれ練習をさせ、出来ていない生徒に関しては、個別に指導する。 ・気になった点があれば、笛を吹き、生徒に注目させてから再度ポイントを伝える。 ・素早く集合し、整列させ座らせる。 ・実際にストップウォッチの使い方を見せ、その後、ローテーションの方法を具体的に説明し理解させる。 ・ローテーション通りスムーズに行えているかを確認する。
<p>まとめ (5分)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・集合、整列 ・本時のまとめと次時の予告 ・挨拶 	<ul style="list-style-type: none"> ・素早く集合し、整列させる。 ・本時の課題が達成できたかを確認させる。 ・次時の予告を伝える。 ・生徒の体調を確認する。 ・大きな声で挨拶をさせる。

7 準備物

笛、ラインカー、メジャー、バトン、フラッグ1本、ストップウォッチ4個