

1 単元名 体づくり運動

2 単元の目標

- 体づくり運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、卒業後手軽に行うことができる運動を身に付けることができるようにする。 (運動)
- 体づくり運動に主体的に取り組むとともに、グループ活動を通して仲間と協力することができるようにする。 (態度)
- 体づくり運動の行い方、実生活への取り入れ方などを理解し、卒業後運動に親しむための取り組み方を考えることができるようにする。 (知識、思考・判断)

3 単元の指導について

(1) 教材観

体づくり運動は、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、仲間と協力しながら、心と体をほぐしたり、体力を高めたりすることができる教材である。3年次までに、体を動かす楽しさや心地よさを味わうこと、体づくり運動の行い方や自己の課題に応じた活動を選ぶことを学んでいる。3年次では、体づくり運動を生涯にわたって楽しむための実生活で継続しやすい自己に適した行い方を見付けていく。

(2) 生徒の実態（女子**名 合計*名）

運動部活動に加入している生徒が各クラス3分の1であり、体育の授業においては、意欲的に取り組む生徒が多い。しかし、運動が得意な生徒とそうでない生徒の差があり、全国体力運動能力調査においても個人差がみられる。（以下省略）

(3) 指導観

指導にあたっては、第3学年の女子生徒に体育の授業を通して、卒業後運動に親しむ資質や能力を身に付けさせたい。特に、グループでの学び合い活動を通して、実生活での運動の取り入れ方や継続的に運動を行う実践的能力を身に付けさせたい。

4 単元及び学習活動に即した評価規準

	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ・学習に主体的に取り組もうとしている。 ・グループ活動に積極的に参加し、仲間と協力しようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動を生涯にわたって楽しむための自己に適した行い方を見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動の実生活への取り入れ方について、理解したことを言ったり書き出したりしている。

	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
学習活動に即した評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ①体を動かす楽しさや心地よさを味わい、◎常に主体的に取り組もうとしている。 ②◎常に仲間と協力し、称え合おうとしている。 ③◎常に役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとしている。 ④◎積極的にグループの話し合いに責任をもって関わろうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ①仲間と活動する場面で、◎率先して自己や仲間の危険を予測した行動をしている。 ②体づくり運動を実生活で楽しむための自己に適した行い方を◎積極的に見付けている。 ③自己の課題解決に向けて、◎常に工夫をしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ①体づくり運動の実生活への取り入れ方について、◎詳しく理解している。 ②課題解決の方法について、◎詳しく理解している。

5 指導と評価計画（7時間扱い） 本字は○印

段階	時間	学習のねらい・活動	評価計画		
			関	思	知
はじめ 50分×1	1	<p>○学習内容を理解する。</p> <p>1 オリエンテーションを通して、学習の内容、目的、計画を知る。</p> <p>2 ウォーミングアップを行う。 ・準備体操（ラジオ体操第一） ・補強運動</p> <p>3 体ほぐしの運動を行う。</p>	①		①
なか1 50分×2	2	<p>○個人のできる手軽な運動や仲間と楽しくできる運動に主体的に取り組むようになる。</p> <p>1 個人のできる体ほぐしの運動（調整力） 個人のできる体ほぐしの運動（柔軟性）</p>	①		②
	3	<p>2 ペアのできる体ほぐしの運動，ペアで動きを合わせたり協力して課題に挑戦する。</p>	②	①	
なか2 50分×3	④	<p>○目的に応じた運動を解決に向けて仲間と協力し活動できるようになる。</p> <p>1 ボールを使って自己の動きとボールの動きを合わせたりする。（調整力，柔軟性，投力）</p>	②	③	
	5	<p>2 ペアでボールを使って，自己の動き，相手の動きを感じながら，目的に応じた運動を行う。</p>	③	①	
	6	<p>3 グループ活動①：ボールキャリーゲームを行う。</p> <p>4 グループ活動②：考案したゲームの練習を行う。</p>	④	①	
まとめ 50分×1	7	<p>○ボールを使ったグループ活動の発表・実践をする。</p> <p>1 グループ活動③：各グループで考案したボールゲームを実際に発表・実践する。</p>	③	②	

6 本時の学習

(1) 本時の目標

- 仲間と協力して、グループ活動に積極的に取り組み、称え合おうとしている。(関心・意欲・態度)
- ハンドボールを使用し、ペアで協力しながらボールハンドリングやボールゲームを行うことができる。(思考・判断)

(2) 展開 (4 / 7)

	学習内容・活動	指導上の留意点	評価の観点, 方法
はじめ 10分	1 集合, 整列, 挨拶 2 出席確認 2 準備運動 (ラジオ体操第一) 4 補強運動	<ul style="list-style-type: none"> ・服装, シューズの確認をする。 ・体調の確認 (怪我, 顔色) をする。 ・補強運動をしっかりと取り組ませる。 	
なか 35分	<ul style="list-style-type: none"> ・二人一組のペアでハンドボール1個を持つ。 ・教師を中心に, 大きな円を描くように広がる。 <p>5 個人でボールを使った運動を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ボール背面キャッチを行う。 ②ボール頭上キャッチを行う。 ③ボール股下キャッチを行う。 <p>6 ペアでボール (1個) を使った運動を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ボール膝止めを行う。 ②ボールお尻止めを行う。 ③後ろからのボールキャッチを行う。 ④後ろからの股下ボールキャッチを行う。 <p>7 ペアでボール (2個) を使った運動を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ボールジャグリングを行う。 ②ボール落としゲームを行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・全員がペアになっているか確認をする。 ・全員を見渡すことができるか確認をする。 ・説明をする際には, 全員が見える位置に移動し説明をする。 ・まずは, 生徒に運動をチャレンジさせる。 ・運動ができた生徒に見本を見せてもらう。 <p>◇運動のポイント体の動かし方などを説明する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ペアで運動にチャレンジをさせながら, 「なぜできたか」, 「なぜできないか」を話し合ったりさせる。 ・生徒にコツを聞かれても, ペアで考えさせるように促す。 ・上手にできたペアは, 全体に見本をみせる。 <p>◇教師がお手本を示しながら, 生徒がチャレンジするように促す。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ペア間を周りながら援助やアドバイスをする。 	<p>(学習時の観察)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・生徒が積極的に運動にチャレンジしているか観察する。 <p>【思考・判断③】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自己の課題解決に向けて, 工夫をしている。 <p>(学習時の観察)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・生徒同士のコミュニケーションができているかを観察する。 <p>【関心・意欲・態度②】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・仲間と協力し, 称え合おうとしている。
まとめ 5分	8 本時のまとめ, 振り返り 9 整理運動, 次回予告 10 挨拶	<ul style="list-style-type: none"> ・本時のねらいが達成できたかを生徒に確認させる。 ・良くできたグループが発表をする。 ・怪我の有無の確認 ・次回は, グループ活動を中心とした授業を行うことを伝える。 	

◇は努力を要する状況にある生徒への手立て