

保健体育

保健体育科では、**技能に偏ることなく**、3つの資質・能力をバランスよく育成するため、指導内容を明確化・重点化した単元計画等に基づき、授業を実践することが大切です。

保健体育科の授業づくりのポイント

- 学習指導要領解説保健体育編（以下、解説）に示されている「例示」等を参考にしながら、指導内容を明確化・重点化
- 生徒自らが既習事項を活用し、課題を主体的・協働的に解決する場面を設定

解説の「例示」等を参考にした単元における指導内容の明確化・重点化

生徒が確実に基礎的・基本的な知識及び技能を習得できるようにするためには、解説に示されている小・中・高等学校の系統性を踏まえ、**発達の段階に応じて示されている具体的な指導内容や各領域で重点化された取り上げることが効果的な指導事項の具体的な解説の「例示」**を参考にしながら、発達の段階等を考慮した指導事項や指導内容を設定することが大切です。（各領域に重点化されている指導事項の具体的な分類については、下記参考資料参照）

解説における指導上の具体的な視点や「例示」に即した指導内容の改善例

指導内容の改善の改善例

第2学年 「E 球技：ネット型 バレーボール」

6 (本時)	7	8
自己やチームの課題を持ち、練習を工夫する		
自己やチームに合った 作戦を立てて実践する		

観察・前時の振り返り・本時のねらいや流れの確認

ボールを使ったウォーミングアップ・準備体操

三段攻撃を行うために、「定位置に戻る動き」や「ボールを持たないときの動き」などの「**連携した動き**」について考える活動

- 動画の分析、自チームの動きの分析
- 立てた作戦や役割を確認するための実践練習**

【参考資料】
中学校学習指導要領 保健体育科の改訂のポイント
(平成 30 年 12 月 独立行政法人 教職員支援機構)

【解説に記載のあるネット型の指導における具体的な視点】

- 第1・2学年：**空いた場所への攻撃を中心としたラリーの継続**についての学習課題を追求しやすいように、(中略)工夫したゲームを取り入れること。
- 第3学年：**仲間と連携した「拾う、つなぐ、打つ」などの一連の流れで空いている場所を攻撃したり、空いている場所を作りだして攻撃したり、その攻撃に対応して守ることを中心に自己のチームや相手チームの特徴を踏まえた作戦を立てさせること。**

※中学校学習指導要領解説 保健体育編 P124・132 参照

【解説に記載のあるネット型における「技能」の「例示」の内容】

- 第1・2学年：**・プレイを開始するときは、各ポジションの定位置に戻ることを。**
・ボールを打ったり受けたりした後、ボールや相手に正対すること。
- 第3学年：**・ラリーの中で、味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすること。**
・連携プレイのための基本的なフォーメーションに応じた位置に動くこと

※中学校学習指導要領解説 保健体育編 P125・133 参照

空いているコートへの攻撃を中心としたラリーをより効果的に行うために、「定位置に戻る動き」や「次の攻撃に備える」などの「**ボールを持たない動き**」について考える活動

発達の段階に応じた適切な指導事項を設定することで、運動が苦手と感じている生徒の適切な課題設定等につながり、生徒の「できた」、「わかった」という**成功体験につながります。**

既習事項を活用し、課題を主体的・協働的に解決する場面の設定

3つの資質・能力をバランスよく育成するためには、**生徒自らがこれまで学習した知識や技能を活用して解決方法を思考・判断・表現(A)**しながら、**自己や仲間が明確にした課題について主体的・協働的に解決していく場面を意図的・計画的に設定(B)**することなど、単元デザインを工夫することが大切です。

知識・技能 | 思考・判断・表現 | 主体的に学習に取り組む態度

単元の評価規準

①バレーボールの技術には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、言ったり書き出したりしている。

②バレーボールには、裏面や裏面で攻めを展開し、勝敗を競う楽しさや喜びを味わう特徴があることについて、言ったり書き出したりしている。

③基本的な技能を身に付け、味方が操作しやすい位置にボールをコントロールすることができる。

④ボールを打ったり受けたりした後、ボールや相手に正対している。

⑤ボール操作やボールを持たない動き、攻めや守りについてのポイント、自己や仲間の状況に応じた動きや役割の課題を発見し、伝えたり、書き出したりしている。

⑥体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習やゲームを行う方法を発見し、仲間へ伝えている。

⑦バレーボールに積極的に取り組もうとしている。

⑧練習の時間を有効に活用し、自ら課題を設定し、解決しようとしている。

⑨健康

タブレットで生徒の課題や自己評価を授業中に随時確認

ICT機器を活用した授業中の即時的な評価

評価規準に応じた学習活動の設定

- テキストマイニングの活用
- 単元目標
- 個人の技能 (実態把握)
- オナーハンドパス
- アンダーハンドパス
- ミニゲーム
- 個人の技能 (習得・向上)
- オナーハンドパス
- アンダーハンドパス
- ミニゲーム

味方が操作しやすいパスをつなぐには、ボール操作でどのようなことが大切だろうか？

- 課題解決に向けたポイント、練習方法設定
- 課題解決に向けたポイント、練習方法設定

ICT機器を活用した授業中の即時的な評価

既習事項の活用
自らが方法を選択して自他の課題解決を図る場面の設定

知① 学習カード | 技① 学習カード | 技② 学習カード

観察・学習カード

■知識・技能の定着に向けた指導のポイント

ICT機器による知識や自他の課題、技能の定着状況等の共有(下記参照)

アンダーハンドパスのポイント

- 面でもらえる一ひじを伸ばす→当たる面積が大きくなる
- 高く上げる→ひじを曲げて、ボールの下に入る
- 安定したボールを上げる→ひじを曲げて低い姿勢をとる
- 膝を曲げて、右足を前に出し、安定した姿勢をとる

自己課題の設定 | 課題解決への見直し | 自己評価

高く味方の位置に上げる
もう少し丁寧に上げる

ボールの下に入り
正確に上げる
(仲間が取りやすい位置)

解決方法の選択及び実践

■主体的な学習を成立させるための指導のポイント

課題解決に向けた流れを共有

自他の課題に応じた解決方法を自ら選択・実践