

保健体育科学習指導案

日時	令和6年11月1日	第3校時	10:50～11:40
指導者	信州大学教育学部	岩田 靖	教授
	東信教育事務所	指導主事	上原 雄次 先生
授業会場	大町市立大町中学校	体育館	2年3組 男子17名 女子15名 計32名
授業者	松原 大輝	教諭	

1 事前授業・夏期研修より

(1) 事前授業から示唆されたこと

- ① 形式知（ポイント）と暗黙知（コツ）について「聴く・つなぐ・もどす」指導によって対話を広げていく。
- ② お手本を見る視点（うまさの秘訣）やアナログな運動（準備的補助運動）の意図、場の正しい使い方など、学ばせたいことに生徒をいかに誘導させるか、運動を見る知識の指導の継続によって、単元が変わっても使えるようになる。
- ③ 運動への見方・考え方の視点を生徒が明確にもてると課題認識・実態認識・方法認識（賢い対話法）も深まる。

※課題認識・実態認識・方法認識のサイクルを大町中学校保健体育科では「賢い対話法」として生徒と共有している。

(2) 夏期研修会で学ばせていただいたこと

- ① タスクゲームの紹介
→前ミントン、後ミントン等
- ② ゲームのシステム
→勝ち上がり負け下がり方式により同じくらいの技能の相手と試合ができるようにする
- ③ 必要感のある対話を生み出す工夫
→自分の攻撃の特徴を分析シートにより可視化して分析し、強みや課題を洗い出す

(3) 本単元への反映

- ① 知識・技能への深い理解のための指導・支援
 - ・問い（今日の問い、生徒への問いかけ）の見直し
 - ・運動への見方考え方の共有（オリエンテーション、個人別課題練習場面）
- ② 賢い対話の深化
 - ・ゲーム分析シートの活用
 - ・自分の課題に合った練習メニューの選択
- ③ タスクゲーム、ドリル

2 単元名

バドミントン 単元の核心：相手を崩すストローク※打ち方とフライングの総称を指す

3 単元設定の理由

バドミントンはシャトルの初速と終速の差が非常に大きく、男女共に運動が不得意な生徒も取り組みやすい。また、中学校に入学してから始まる単元であることから、基本動作の習得時間を通して、生徒同士の対話が生まれやすい。これまで経験してきた羽根つきのようなラリーで遊ぶバドミントンから“前後に相手を崩すにはどのフライングを使えば良いのか”や“相手を崩すにはどう組み立ててどこに打てば良いのか”などを思考しながらゲームを主とした活動を行うことで、スポーツとしての「バドミントン」へ考えが変化していくことが期待できる。

昨年の8月3日に岩村田小学校で行われた長野県学校体育研究会夏期大会に参加させていただいた際、バドミントンの運動の特性、本質的な楽しさや魅力を分科会の先生方と話し合う中で、力強く相手コートにシャトルと落としたい、意図して相手コートに狙って落としたいといった「子どもたちが抱く欲求や楽しさ」を追究することができる授業を組み立てることが重要だと再確認することができた。

研究授業を行うクラスも、そういった欲求や楽しさを味わいたいと願っている生徒たちである。“勝ちたい”“打ちたい”という気持ちをどうすれば相手が崩れるか、自分の願ったようにゲームを進めるにはどうすればよいかと戦術について考えを深めることで、バドミントンの特性がより深く味わえると考え、本単元を設定した。

4 運動のとらえ

(1) 機能的な側面から見た面白さ（機能的な面白さ）

- ・ラケットを使いながらネットを挟んだ相手に対してシャトルを打つことで、相手のミスを誘ったり、相手のいないところへシャトルを飛ばしたりして得点することが楽しい運動である。

(2) 構造的な側面から見た面白さ（構造的な課題）

- ・相手のポジションや癖を読み取り、ストロークとフライングを瞬時に選択しながら打ち返す運動である。
- ・シャトルの初速と終速の差を理解して適切なタイミングでラケットを振る課題性を持つ。

5 生徒の実態

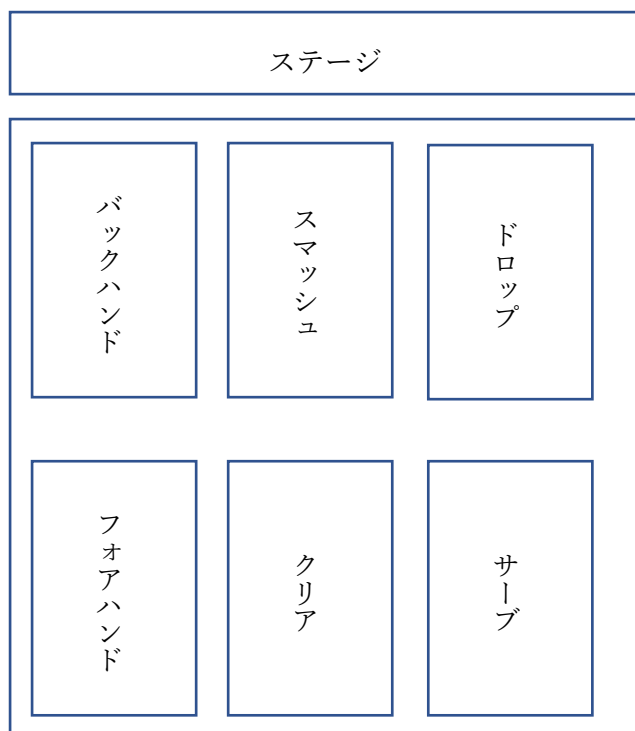
男女ともに活発で、思考するより活動することを好む生徒が多い。根気強く考え、理解を深めながら学習を進めていく力を持ち合わせている生徒もあり、2つのタイプを掛け合わせることで学びの幅が大きく広がるクラスである。グループやペアの対話活動では、友と動きを確認したり作戦を考えたりする力が徐々にについてきている。マット運動の授業では、生徒それぞれが追究したい技を選択して活動するなかで、教え合い助け合う場面も多く見ることができた。男女の交友関係は良好で、ほど良い距離感を持っている。個人練習を主として同じ課題を持った者同士で追究し合う形で授業構成を考えたい。

6 「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた学習指導の工夫

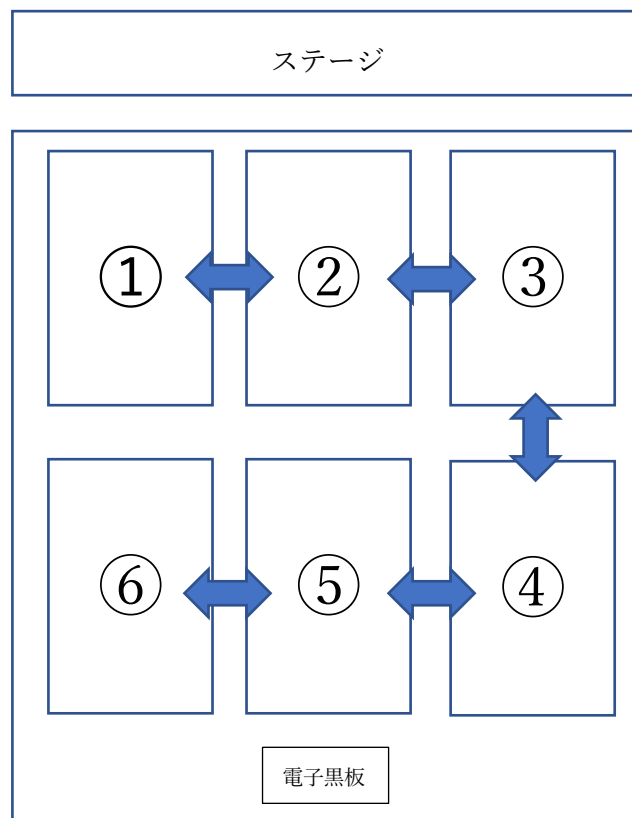
(1) 場や用具の工夫

- ① コートを縦割りコートにし、左右の動きを制限することで前後の崩しを意識できるようにする。
- ② 机、かご、傘、テニスボールなどを用意し、練習の時に生徒が必要な物を使えるようにしておく。
- ③ 練習コートを課題別にし、同じ課題を持つ生徒同士が支援し合える環境を作る。

<課題別個人練習時会場図>※第7時



<試合時会場図>

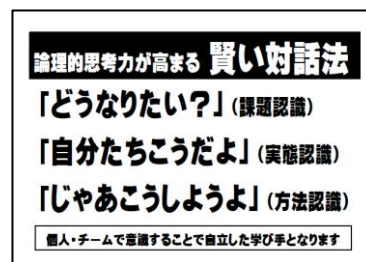


(2) 学習資料の工夫

- ①練習方法を分類した「動画の引き出し」を classroom に作成し、閲覧可能にしておく。
- ②対話活動を進めるにあたり、参考になる掲示物を体育館壁面に掲示する。
- ③ゲーム分析シートを用いて、自分が打った場所の確認ができるようにしておく。

(3) 学習過程の工夫

- ①毎時間の流れを同じようにしておく。
- ②ドリル活動を入れ、授業の導入をスムーズにする。
- ④ 「賢い対話法」を活用し、対話の質を高める。



7 単元目標

(1) 「知識及び技能」

- ①シャトルやラケットの操作と定位置に戻るなどの動きによって、空いた場所をめぐる攻防をすることができる。
- ②バドミントンのルールやフライングについて理解することができる。

(2) 「思考力、判断力、表現力等」

- ①バドミントンにおける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、自己の考えたことを他者に伝えることができる。

(3) 「学びに向かう力、人間性等」

- ①バドミントンに積極的に取り組むとともに、ストロークや作戦などについての話し合いに参加したり、一人ひとりの違いに応じたプレイを認めたり、仲間の学習を援助しようとするなどや、健康・安全に気を配ったりする。

8 単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
①フライトを選択し、相手を前後に崩すことができる。 ②半身の姿勢から体重移動をしながらストロークし、相手コートの奥までシャトルを打つことができる。 ③ゲームのルールとフライトの種類を理解している。	①自己の課題を発見したり解決に向けて考えたりしたことを、他者に分かりやすく伝えている。 ②提供された練習方法から、自己の課題に応じて、フライトの習得に適した練習方法を選んでいる。 ③仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見つけている。	①バドミントンの学習に積極的に取り組もうとしている。 ②マナーを守ったり相手の健闘を認めたりして、フェアなプレイを守ろうとしている。 ③一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦及び修正などを認めようとしている。

9 単元計画（指導と評価の計画）

時間	内 容		
1	・オリエンテーション（グリップ・フライト・ストローク説明） ・ドリル（フットワーク・天打ちフォア、バック・ヘアピン合戦・クリア） ・オーバーヘッドストローク 横向き打ち→横向き打ち上半身回旋→横向き打ち上半身回旋+重心移動 ・サービスラインのオーバーヘッドストローク→少しずつ遠くにしていく 問い：打ち方のコツは？ ゴール：半身でハイクリアを打つコツをつかむことができる。 ※クリア乱打 時間を設定してローテーションしながらクリアを使った乱打。 考えられる生徒の反応：上半身のひねり、手首の使い方、打点、体重移動 つまずき：うまく飛んでいかない、半身が分からない、力がうまく伝わらない		
評価	知・技 ②	思・判・表	主体的に取り組む態度 ①
2	・サービス（バックハンドショートサービス・フォアハンドロングハイサービス） ①コートに入れる BS②コートの前半分に入れる BS③コートの後ろ半分に入れる FL④コートにあるかごに入れる BS⑤コートにある机に乗せる BS⑥コートの後ろにある長机に乗せる FL (BS→バックショート FL→フォアロング) 問い：シャトルを狙った距離と方向に飛ばすにはどうすればいいだろう？ ゴール：サービスのコツを1つ見つけることができる。 ※6セクションあるうち4つクリアを目指す。6つ全てクリアした場合、「動画の引き出し」から練習を選び、実践してみる。 考えられる生徒の反応：身体の向き、力加減、アンダーハンドストローク、面の作り方 つまずき：思った方向に飛ばない、力加減が分からない、バックハンドが難しい		
評価	知・技 ③	思・判・表 ①	主体的に取り組む態度

3	・クリア・ドロップ・スマッシュの打ち分け - 班ごとコートに分かれ、役割分担をして3フラインクの打ち分け練習を行う ・試しの試合3分間2試合（分析シートを導入し、得点の自己分析につなげる） 問い：同じフォームから打ち分けるには？ ゴール：3フラインクをはっきり打ち分けるコツを見つけることができる 考えられる生徒の反応：フラインクの知識、シャトルの高さ、打つ角度、力加減 つまずき：どれも打てない、遠くに飛んでいかない、強く振れない		
評価	知・技 ③	思・判・表 ②	主体的に取り組む態度 ③
4	・タスクゲーム：前ミントン - ヘアピン合戦の途中で、どちらかがコート後ろ側へシャトルを飛ばす。それに反応して打てる位置まで移動し、相手コートに返球できたら勝ち。返球できなかったら相手の勝ち。 ・試合① 4分試合2分対話 勝ち上がり負け下がり 問い：自分はどやって得点しているだろう？ ゴール：分析シートと対話から、自分の得点源を知ることができる 考えられる生徒の反応：チャンスボールが上がった時、相手のいない位置に打てたとき つまずき：返すだけで精一杯、シャトルに追いつかない、変な方向に飛んでいく		
評価	知・技 ③	思・判・表 ③	主体的に取り組む態度 ①
5	・タスクゲーム：後ミントン - クリアの途中で、どちらかがドロップを使ってコートの前面にシャトルを飛ばす。それに反応して打てる位置まで移動し、相手コートに返球できたら勝ち。返球できなかったら相手の勝ち ・試合② 4分試合2分対話 勝ち上がり負け下がり 問い：相手コートにシャトルがあるときの自分の動きは？ ゴール：シャトルの動きに合わせて、打てる位置に移動することができる。 考えられる生徒の反応：フットワーク、相手の動き、ストローク、ホームポジション つまずき：ネットにかかる、アウトになる、追いつけない、逆を突かれる		
評価	知・技	思・判・表 ①	主体的に取り組む態度 ①・②
6	・タスクゲーム：前ミントン・後ミントン 4・5時間目を復習し、ゲームにつなげる ・試合③ 4分試合2分対話 勝ち上がり負け下がり 問い：失点の主な原因はなんだろう？ ゴール：分析シートをもとに課題を発見することができる 考えられる生徒の反応：ラケットを振れる、ねらえる、相手を見れる、奥に飛ばせる つまずき：飛んでいかない 追いつかない ラケットが振れない		
評価	知・技	思・判・表 ①	主体的に取り組む態度 ②
7	・課題別個人練習・戦術の練り直し - これまでの試合やタスクゲーム、分析シートをもとに、自分が必要とするコートへ移動し練習する。練習動画を見ながら練習を行う。 6分2セット。移動は強制しない。 ・試合④ 4分試合2分対話 勝ち上がり負け下がり		

	問い：自分の強みと課題は何だろう？ ゴール：練習と試合を結び付け、自分の強みと課題を見つけることができる。 考えられる生徒の反応：打てるフライングの確認、ハイクリアの復習、フットワーク つまずき：練習方法がわからない、全部難しい		
評価	知・技	思・判・表 ②	主体的に取り組む態度 ③
8 【本 時】	・課題別個人練習 ・総当たり戦① 技能差を合わせたコートで総当たり戦 問い：目指すプレイスタイルは？ ゴール：自分のプレイスタイルを一言で表すことができる 考えられる生徒の反応：打ち込むのが得意、返すのが得意、思い切り打ちたい、頭脳戦 つまずき：打ちたいのに打ち込まれる、ミスをなくしたいけど当たらない		
評価	知・技	思・判・表 ③	主体的に取り組む態度 ①・②
9	・総当たり戦② 技能差を合わせたコートで総当たり戦 問い：相手を崩すフライングの組み合わせはなんだろう ゴール：自分のプレイスタイルで相手を崩すことができる 考えられる生徒の反応：前後の動き、相手の動き、自分の立ち位置 つまずき：思っても打てない		
評価	知・技 ①	思・判・表 ①	主体的に取り組む態度 ①・②
10	・総当たり戦③ 技能差を合わせたコートで総当たり戦 問い：相手を崩すストロークとはなんだろう ゴール：単元の核心をゲームの中で表現することができる。 考えられる生徒の反応：コートを全部使えた、クリア+ヘアピンができた		
評価	知・技 ②	思・判・表 ①	主体的に取り組む態度 ①・②
11	まとめ 本単元で学んだことをプリントにまとめる。 問い：バドミントンの単元で成長したことはなんだろう ゴール：気づきや学びを友に伝えることができる		
評価	知・技 ③	思・判・表 ①	主体的に取り組む態度 ③

10 本時案（全 11 時間中の第 8 時）

（1）本時の主眼

後半の総当たり戦に向けて、自分の課題を改善する活動を行った生徒が、技能差が近い生徒との試合やゲーム分析を通して、自分のプレイスタイルを見つけることができる。

（2）指導上の留意点

- ・コートの中に入るのは 4 名までとし、人数が多い場合はネットとネットの間に仮コートを作成する。
- ・電子黒板で一時間の流れを掲示しておく。
- ・chromebook を持参させ、必要に応じて動画を見たり録画したりできるよう準備しておく。
- ・周りに人がいないのを確認してから素振りやフットワークを行うよう伝えておく。

(3) 使用教具・ICT

Chromebook 電子黒板 PC バドミントンネット6セット デジタイマー ラケット シャトル
その他、練習に必要な物

(4) 展開

	学習のねらいと活動 (学習内容・学習活動)	教師の指導・支援	評価
はじめ 15分	①ネット張り・ストレッチ ②挨拶 ③ドリル ④本時の問いとゴールの確認	◇ドリル時、服装の確認をすると同時に体調不良者がいないか確認する。 ◇前時までの復習と本時の問いとゴールを確認する。	
	本時の問い 「目指すプレイスタイルは？」		
	今日のゴール 「自分のプレイスタイルを一言で表すことができる」		
なか 26分	④【活動班で課題別個人練習】(10分間) ・グループ内でどんな練習をしたいか共有しあい、練習を行う ⑤【総当たり戦①】(16分間) ◇技能差が近い同士でコート分けした中で総当たり戦を行う。 ◇1試合4分 (4分試合2分対話) ◇1コート2面同時進行 ◇ラリーポイント制。同じコート内で総当たり戦。 ◇サービスは得点に関係なく2本ずつ打つ。サービスはコートに入ればよい。ミスは相手の得点	◇時間内で班員全員が練習できるよう時間配分を心掛けるように伝える ◇各自で立てた目標を意識して練習するように伝える。 ◇得点板の代わりに、分析シートを用いる ◇ゲーム分析シートをもとに対戦相手と対話できるようにする。	思判 ② 主体 ③
おわり 9分	⑥片付け・集合 ⑦本時の振り返りを行う。 ・分析シートをスプレッドシートに打ち込む ・チームで相手が崩れた場面を話し合い、共有する。	◇素早く片付け集合するよう声掛けをする。 ◇相手が崩れた場面を思い出し、何が有効だったのか考えを記入するよう伝える。	思判 ①

【授業を見ていただく視点】

①ゲーム分析シートの活用や、練習メニューを選択し練習したことは、賢い対話法(3つの認識)による対話を活性化させることにつながったか

②自分の強みや課題に着目したことは、自分のプレイスタイルについて追究することに有効だったか