公開授業学習指導案

中学校分科会(市原市立有秋中学校)

指導者	展開学級	領域「単元」	展開場所
栃内　由紀子	２年１組	器械運動「マット運動」	武道場
髙澤　浩大	３年４組	球技「バドミントン」	体育館







第２学年１組 保健体育科 学習指導案

令和８年１１月２０日（金）第５時限　武道館
第２学年１組　（男子１７名・女子１６名）計３３名
指導者名　栃内　由紀子

１ 単元名　Ｂ器械運動　ア「マット運動」

２ 単元について

（１）一般的な特性

【機能的特性】

・多くの「技」があり、これらの技に挑戦し、できる楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

・今できる技をより美しく、雄大にできるようになったり、できそうな新しい技に挑戦したり、組み合わせて表現したりするところに楽しさがある運動である。

【構造的特性】

・器械運動は、器械、器具を用いて回転、跳躍、支持、懸垂、バランスなどの運動を行い、いろいろな技に挑戦し、できるようにする達成型からなる運動である。

・安全に運動を行うための生徒相互の補助や協力を必要とする運動である。

【効果的特性】

・身体支配力を最高度に、かつ効果的に身に付けることができる運動である。

・種目や技の動きに関連して、筋力や柔軟性、平衡性などが高められる運動である。

（２）生徒から見た特性

・練習により、できなかった技ができたときに喜びを感じることができる運動である。

・お互いに補助をし、仲間と協力しながら練習する楽しさや、自分に合ったいろいろな技に挑戦できる楽しさがある運動である。

・「回転する」「逆さまになる」など不安定な状態への恐怖心があり、自分の身体の状態を客観的に把握することへの難しさがある。

（３）生徒の実態

実態調査アンケートから

①マット運動の授業は楽しみですか。

はい	２０％	どちらかといえばはい	３２％
どちらかといえばいいえ	３６％	いいえ	１２％

【“はい”または “どちらかといえばはい”と回答した理由】

・自分が難しいと思っていた技がどんどんできるようになるのがすごくうれしいから
・自分の技を磨けるところ　友達と協力してできなかった技ができるようになるところ
・出来なかった技ができたときや褒められたときにうれしいと感じる
・できなかった技ができたり、きれいにできたりしたときが楽しい
・仲のいい友達と協力をして授業に取り組むから楽しいし、体を動かす運動が好きだから

②あなたは、体育の授業で「技の改善点」や「どうしたら上手になるか」を見つけて、仲間にアドバイスすることができますか。

できる	２０％	どちらかといえばできる	６０％
どちらかといえばできない	１６％	できない	４％

③だれとでも教え合ったり、励まし合ったりして、協力をして授業に取り組めますか。(複数回答可)

できる	６４％	先生の指導があればできる	２８％
仲間の協力があればできる	６４％	学習資料などがあれば、それを活用しながらできる	８％
どちらかといえば できない	４％	できない	０％

④あなたは ICT（タブレット端末など）を用いた授業についてよいと思いますか。（複数回答可）

良いと思う	３６％	少し良いと思う	４０％
あまり良いと思わない	２０％	良いと思わない	４％

⑤保健体育で男女共習について良いと思いますか。

良いと思う	４８％	どちらかといえばよいと思う	３２％
どちらかといえばよいと思わない	１６％	良いと思わない	４％

【“はい”または “どちらかといえばはい”と回答した理由】

・女子が得意な技、男子が得意な技がそれぞれあると思うのでいいと思う
・男子からの視点と女子からの視点、できることとできないことが違うので助け合える
・男女関係なく協力とかができれば、クラスも団結力が高まると思う

【“どちらかといえばよいと思わない”または “良いと思わない”と回答した理由】

・人の目を気にして思いっきりいろいろなことに挑戦できない
・思春期だし、嫌がる人が必ずいると思うから

⑥あなたは、体操競技の試合（全日本、世界体操、オリンピックなど）を観戦またはテレビで見たことがありますか。

よく見る	３６％	たまに見る	５２％	見たことがない	１２％

⑦あなたの倒立前転の課題は何ですか。（複数回答可）

倒立するときに指先を見ること	３名
倒立から前転に入るときの肘を曲げるタイミングや曲げ方	１４名
倒立から前転に入るとき体を傾けて回転すること	１１名
倒立姿勢を保持するバランス感覚	１３名
倒立姿勢を保持する筋力や体幹力	９名

⑧1 年生で習った技のうち、自信をもって「できる」技　（複数回答可）

前転	２７名	跳び前転	１７名	後転	１５名	開脚前転	１２名
開脚後転	９名	伸膝前転	５名	伸膝後転	５名	倒立前転	８名

⑨今年、挑戦してみたい技（複数回答可）

補助なしで倒立前転	１６名	側方倒立回転	６名	ロンダート	７名
前方倒立回転跳び	６名	今はない	１名		

⑩授業の中で、自分の動きを動画でチェックしたり、友達の指摘を受けたりして、修正ポイントを見つけることはできますか。

できる	４０％	努力すればできる	４８％
どちらかというと苦手	１２％	苦手	０％

⑪友達が技に挑戦するとき、補助をしたり、良いところを見つけて伝えたりすることに積極的に取り組みたいですか。

はい	９６％	いいえ	４％

⑫技を美しく見せるための「つま先・膝の伸ばし方」や「着地の止め方」のポイントを知っていますか。

よく知っている	３２％	知っている	５６％	あまり知らない	１２％

本学級（男子１７名、女子１６名、計３３名）は明るく前向きな生徒が多く、他者理解を深めながら男女共習で体育に取り組んでいる。「友達の補助や良いところ探しに積極的に取り組みたい」と答えた生徒が９６％にのぼり、仲間と協力して学習を進める情意的な態度の高さが大きな強みである。課題に直面した際も、友達や教員に教えを求めたり補助し合ったりと、協働的な解決を図ろうとする姿勢が見られる。

運動への意欲としては、マット運動に苦手意識を持つ生徒が約半数（４８％）存在する一方、美しく見せるためのポイントに関する知識理解は８８％と高い。今年度は「補助なし倒立前転」や「前方倒立回転跳び」などの発展技に挑戦したいという意欲も高まっている。

ICT 活用に対しては７６％の生徒が肯定的に捉えており、動画等から修正点を見つける意欲（８８％）も高い。しかし、実際に「お手本と自分の動画を客観的に比較して課題解決に落とし込める」生徒は４０％にとどまっている。そのため、撮影した映像のどこに着目してアドバイスや自己修正を行えばよいかという「視点の焦点化」を図る指導上の工夫が必要である。

（4）教師の指導観

本単元の指導にあたっては、マット上での回転系・巧技系やほん転技群の基本的な技を習得させるとともに、個々の技を組み合わせて曲に合わせた集団演技（マットショー）を構成できるように技能と表現力を高めさせたい。

また、非日常的な運動から自己の能力に適した技に挑み、友達と協力してその課題を解決していくプロセスを重視する。１年時には三点倒立や補助倒立を補助運動として継続し、倒立感覚や腕支持力の土台づくりに取り組んできた。今年度は体幹力やリズム感覚を高める運動のレベルを上げ、既習技の質を高めつつ、新たな発展技や連続技への挑戦を支えていく。

課題練習や構成作りの場面では、ICT を活用して自他の演技を客観的に分析し、自己の課題解決や表現の工夫につなげられる練習の場を設定する。そこで、本学級（２年１組）の実態を踏まえ、以下の４点を重点的に指導していきたい。

① 「見方・考え方」を働かせる ICT の活用

生徒の多くは動画活用に肯定的であるが、「映像のどこに着目してアドバイスや自己修正をすればよいか」という視点が十分に定まっていない。本時（第７時）においては、評価シートの観点（青：技能、ピンク：構成）を明確にし、学習資料や動画で提示する「模範演技」と「自分たちの演技動画」を客観的に比較させる。特に「踏み切りから着手までの高さ」「つま先・指先までの意識」「技のつなぎの滑らかさ」など、見るべきポイントを焦点化（可視化）することで、感覚的な練習に頼らず、論理的な課題解決（思考・判断・表現）ができるよう導く。

② 集団の強みを活かした「相互アドバイス」と安全の確保

本学級の９６％の生徒が持つ「友達の補助や良いところ探しに積極的に取り組みたい」という高い協力姿勢を、具体的な技術向上へと結びつける。単に「上手だった」という感想にとどめず、「今の着手、手の位置がすごく良かったよ」「つなぎのテンポを『タ・タン』にしてみよう」といった、理由やポイントを伴う具体性のある言語活動（アドバイス）を推奨する。また、前方倒立回転跳び等の発展技へ挑戦する生徒に対しても、補助具の活用や仲間の適切な補助活動を機能させることで、安全を保障しながら安心して高い目標に挑戦できる環境を整える。

③　主体的・対話的で深い学びを実現する「マットショー（発表会）」への見通し

単なる技能の羅列ではなく、複数の技を組み合わせた「連続技」や「構成の工夫」に焦点を当てることで、技能レベルに差がある生徒同士であっても、それぞれの能力に応じた役割（演技順やポーズ、タイミングの合わせ方など）で集団に貢献できるよう配慮する。次時の本番（マットショー）に向けて、本時のプレ発表会で得た「他者からの客観的な評価」を素直に受け止め、主体的に技の修正や構成のブラッシュアップに繋げられるよう、肯定的な賞賛を交えながら指導を行っていく。

本学級の指導において、「技ができる、できないに関わらず、全員が『他者貢献』を通じて自己成長を感じられる授業」にすることを大切にしていきたい。「技ができること」だけを評価するのではなく、「友達の動画撮影・観察をもとにアドバイスできたか」「安全な補助ができたか」「仲間のアドバイスを素直に聞いて修正しようとしたか」というプロセスを価値付け、見取り、評価していく。これらの取組を通して、生徒一人ひとりが課題意識をもって対話し、協働的に学びを深めながら、自信を持って本番のマットショーに臨む姿へとつなげていきたい。

④　学校体育研究大会テーマとのかかわりから

研究テーマ

「豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力を育成する体育学習の展開」

～誰もが楽しめる運動を通して育む、豊かなスポーツライフの基盤づくり～

研究テーマ「豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力を育成する体育学習の展開」に基づき、本単元ではスポーツウェルネスを重視し、４つの柱（①精神的な充実、②仲間とのつながり、③個別・集団最適化、④運動機会の創出）を軸とした授業展開を行う。

指導にあたっては、易しい技からのスモールステップや自己の課題に合わせた練習を取り入れることで、技能や記録の向上を実感させ、目標をもって意欲的に取り組めるようにする。他者比較ではなく過去の自分からの成長に目を向けさせることで、「できた」という成功体験から精神的な充実（達成感、充実感、リフレッシュなど）や運動本来の楽しさを味わわせ、自己肯定感を育んでいく。

また、グループでの相互支援や教え合いを通して仲間との良好な関係づくりや協力・支援による学びを深め、互いの挑戦や良い演技を認め合う関係を築かせる。運動を「する」「みる」「支える」「知る」といった多様な関わりを通して、安全確保や協働的な課題解決能力を養っていく。

さらに、生徒が自分の技能や体力、目標に応じて内容を選択できるよう配慮するとともに、自分や全体のレベルに応じて方法やルール、構成を工夫する個別・集団最適化を図り、誰もが輝ける場を設定する。

段階的な技のチャートや ICT の活用、運動遊びの導入により、運動を身近に感じる環境を整えることで、本単元で培った基礎体力や安全な体の使い方を学校生活全体での運動習慣の形成につなげ、生涯にわたるスポーツライフへの意識の向上と実践力の土台を築いていく。

3 単元の目標

○器械運動の特性や運動の成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力について理解し、基本的な技や発展的な技を安定して行うことができるようにする。
補助器具や仲間のサポートを有効に活用し、既習の技をより美しく、滑らかに繋げることができるようにする。（知識及び技能）

○自己の課題を解決するために、自分に適した場所や練習方法を選択するとともに、課題や出来映えを仲間に伝えたり、演技の構成を工夫したりすることができるようにする。
（思考力、判断力、表現力等）

○器械運動に積極的に取り組み、よい演技や仲間の取り組みを認めるとともに、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を尊重し、仲間へ適切にアドバイスしたり互いに支え合おうとすることなどや、健康・安全に気を配り、規律を守って学習に取り組むことができるようにする。
（学びに向かう力、人間性等）

4 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
内容のまとまりごとの評価規準	○知識 ・器械運動の特性や運動の成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 ○技能 ・マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを組み合わせることができる。		・技などの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ている。	・器械運動に積極的に取り組むとともに、仲間の学習を援助し、よい演技や一人一人の違いに応じた課題、挑戦を認めようとすることなどをしたり、健康・安全に気を配って活動している。
単元の評価規準	○知識 ①器械運動（マット運動）の特性や成り立ち、技の名称や合理的な行い方のポイントについて理解し、言ったり書き出したりしている。 ②発表会（マットショー）に向け、学習の段階に応じたねらいや技の構成の仕方について理解している。	○技能 ①体をマットに順々に接触させて回転するための動き方や回転力を高める動き方で、基本的な技や発展技を滑らかに安定して行うことができる。 ②学習した技を組み合わせたり、一連の流れでスムーズに行ったりすることができる。	①自己やグループの技能上の課題を見付け、その解決に向けて適切な練習方法や場の設定、補助の受け方を選択している。 ②技の組み合わせや仲間とのタイミングなどの構成を工夫するとともに、自他の演技の課題や出来栄えを具体的に伝えている。	①新しい技や完成度の高まりを目指して積極的に練習に取り組み、仲間の挑戦や良い演技を認め合おうとしている。 ②仲間と協力して準備・片付けを行い、互いの安全確保（適切な補助や声掛け）や健康・ルールに気を配って活動している。

5 指導と評価計画

単元の目標	知識及び技能	器械運動の特性や運動の成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力について理解し、基本的な技や発展的な技を安定して行うことができるようにする。 補助器具や仲間のサポートを有効に活用し、既習の技をより美しく、滑らかに繋げることができるようにする。
	思考力、判断力、表現力等	自己の課題を解決するために、自分に適した場所や練習方法を選択するとともに、課題や出来映えを仲間に伝えたり、演技の構成を工夫することができるようにする。
	学びに向かう力、人間性等	器械運動に積極的に取り組み、よい演技や仲間の取り組みを認めるとともに、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を尊重し、仲間へ適切にアドバイスしたり互いに支え合おうとすることなどや、健康・安全に気を配り、規律を守って学習に取り組むことができるようにする。

	時	1	2	3	4	5	6	⑦	8	9
		学習計画の確認	既習技の確認・新しい技への挑戦		技を繋げる練習⇒リハ①		技を繋げる練習⇒リハ②		改善練習	学習のまとめ
学習の流れ	0	オリエンテーション ・学習課題の確認 ・学習の進め方を知る ・学習カードの使い方を知る ・事故防止と安全について約束確認 ・グループ分け ・基本動作の練習と行い方の確認	・用具準備　・挨拶　・健康観察 ・リズムジャンプトレーニング　柔軟（高速スクワットを含む）　体幹トレーニング ・補助運動　（A　ゆりかご　ブリッジ　三点倒立　補助倒立） （B　カエル逆立ち　背支持倒立から転がり立ち　補助倒立　手押し車） ・本時のねらいの確認							
	10		・技を組み合わせる学習 ○基本的な技、条件を変えた技、発展技を組み合わせて行う ○課題別ステーション学習（エリアに分かれて練習） ◆基礎・つなぎエリア ◆側転・ロンダート・前方倒立回転跳び挑戦エリア ◆構成、クリエイティブエリア ○ラストのきめ技を決める Aコース 倒立前転 Bコース ロンダートまたは側方倒立回転 Cコース 前方倒立回転跳び		・既習技の復習と新しい技への挑戦 ○自己の技能に応じた技、練習方法の選択 ・技能の高まりに応じて、条件を変えた技、発展技の練習 ○技の合理的な動き方のポイントを理解する ○仲間の学習を援助する ・プレ発表会 ○BGMに合わせ通し練習 ○他グループからアドバイスをもらう ・改善練習 ○アドバイスを受けた改善点をもとに練習		・改善練習 ○アドバイスを受けた改善点をもとに練習・最終確認	・音楽に合わせてマットショー ○技の出来栄えから技能の高まりを確かめる ○技の完成度について相互に評価 ・学習のまとめ ○発表会の振り返りを行う
	20									
	30									
	40									
	50	本時の学習の振り返り ・ 次時の確認 ・ 挨拶・片付け								

		1	2	3	4	5	6	⑦	8	9
評価機会	知識	① カード	① 観察						② 観察	② カード
	技能		基本技 →	① 観察	既習技 →		連続技 ① 観察	→	② 観察	
					挑戦技 →					
	思・判・表			① 観察 カード		① 観察 カード	② 観察 カード			
	態度	健康・安全 →	② 観察		② 観察 カード	協力 →		① 観察	助言・援助 →	① 観察

単元の評価規準	知識	①器械運動（マット運動）の特性や成り立ち、技の名称や合理的な行い方のポイントについて理解し、言ったり書き出したりしている。 ②発表会（マットショー）に向けた学習の段階に応じたねらいや構成の行い方について理解している。
	技能	①体をマットに順々に接触させて回転するための動き方や回転力を高める動き方で、基本的な技や発展技を滑らかに安定して行うことができる。 ②学習した技を組み合わせたり、一連の流れでスムーズに行ったりすることができる。
	思・判・表	①自己やチームの技能上の課題を見つけ、その解決に向けて適切な練習方法や場の設定、補助の受け方を選択している。 ②技の組み合わせや仲間とのタイミングなどの構成を工夫するとともに、自他の演技の課題や出来栄えを具体的に伝えている。
	態度	①新しい技や完成度の高まりを目指して積極的に練習に取り組み、仲間の挑戦や良い演技を認め合おうとしている。 ②仲間と協力して準備・片付けを行い、互いの安全確保（適切な補助や声掛け）や健康・ルールに気を配って活動している。

6 本時の指導（7／9）

（1）目標

○学習した技を組み合わせたり、一連の流れでスムーズに行ったりすることができるようにする。
（知識及び技能）

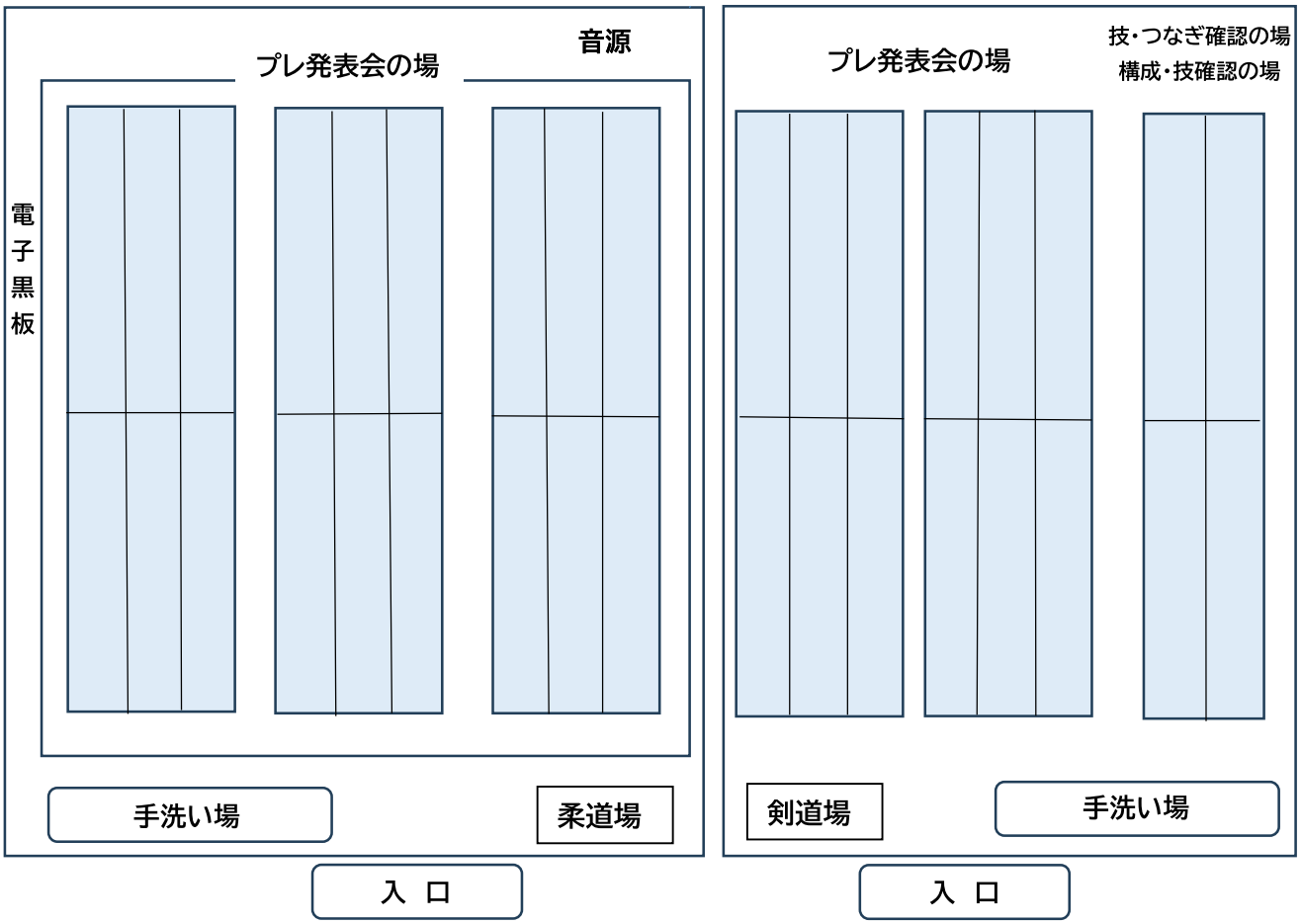
◎新しい技や完成度の高まりを目指して積極的に練習に取り組み、仲間の挑戦や良い演技を認め合うことができるようにする。
（学びに向かう力、人間性等）

（2）展開

過程	時間	学習内容と活動	指導・支援（○）・評価（☆）	用具・資料
導入	10分	1　事前に用具の準備を行う。	○ケガのないように道具の準備・配置の指示を出す。	
		2　挨拶・健康観察を行う。	○素早く整列させ、元気よく挨拶をさせる。 ○欠席者、見学者、体調の確認を行う。	
		3　準備体操・補助運動を行う。 「市内共通アップ」 ・リズムジャンプトレーニング ・ストレッチ ・体幹トレーニング ・補助運動B 【補助運動Bの内容】 ・カエル逆立ち ・背支持倒立から転がり立ち ・補助倒立 ・手押し車	○体育係を中心に体操を行わせる。 ○リズムジャンプトレーニングでは、単にダンスやジャンプをするのではなく、「マット運動の動き」をリズムで体感することを意識させながら行う。 ○基本的な技や類似運動を組み合わせ、学習する技の習得に向けて、体の動きの感覚を理解させる。 【例】『タ・タン』というリズムが、ハンドスプリングの助走と踏切のリズムにつながるなど	・音源
		学習課題 **自分たちの演技を客観的に見つめ、仲間のアドバイスを大切にし、演技の完成度を高めよう。**		
		4　本時の学習課題と学習内容を確認する。	○電子黒板を使用し、本時の学習課題と学習内容を理解させる。	・電子黒板
		5　グループ内で、技の確認、演技のつなぎなどを最終チェックする。	○グループごとに本時の目標やチェックポイントを焦点化させる。	
展開	30分	6　プレ発表会（アドバイスタイム） ・他グループの演技をタブレットで撮影し、気づいた点をアドバイスシートに記入する。 ・青（技能） 例：「踏切から着手までの動きに高さがあり、回転が安定していた。」	○ICT機器を活用し、自分たちの動きを映像により確認し、自分が目指したい演技のイメージを持たせる。 ・模範演技と撮影動画を比較し、修正ポイントを意識させる。 ○アドバイスの視点を「技の大きさ・高さ・伸び」に絞らせる。	・学習カード ・評価資料 ・アドバイスシート ・タブレット

		「ポーズや指先まで演技が美しかった」 ・ピンク（構成） 例:「技と技のつなぎがスムーズで流れのある構成だった。」 ◆大切にするポイント ①見る 映像でタイミングや美しさを確認する。 ②伝える 改善点を具体的に示して伝える。 ③試す 助言を活かしてすぐに練習する。 7　改善タイム ・アドバイスシートや動画を確認し、課題を修正・練習する。 ・補助や ICT を活用し、技の完成度を高める。 **課題の克服に向けた支援** **グループでの学習を通して、自分や仲間の動きを対比し、考えさせる。また、技のポイントや修正点を仲間にわかりやすく伝え合うことができるように支援する。**	○班の中で撮影担当と出来栄え記入の役割を分担させ、スムーズな記録を促す。 ○個に応じた練習の場や補助方法を助言し、安全に挑戦できるよう支援する。 ○技能の定着に時間を要する生徒には、個に応じた練習の場や方法を助言し、安心して挑戦できるよう支援する。 ○アドバイスを活かして演技が良くなったことを、実感させる声掛けを行う。 ☆新しい技や完成度の高まりを目指して積極的に練習に取り組み、仲間の挑戦や良い演技を認め合おうとしている。 【学びに向かう力、人間性等】 （観察・カード） ・仲間の挑戦や良い演技を認め合うことができないまたはアドバイスに迷っている場合 → 具体的な視点を助言する。 ・新しい技、完成度の高まりへの挑戦に消極的である。 → 補助具、仲間の安全な補助の活用、スモールステップでの練習法を提示する。	・アドバイスシート
まとめ	１０分	8　本時の学習の振り返りを行う。 9　次時の学習内容確認・健康観察・挨拶・片付けを行う。	○学習カードに本時の学習の振り返りを記入させる。 ・演技のできばえを高めるために行ったことや成果とつまずきを共有させる。 ○次時に向けた見通しを持たせる。 ○体調確認を行い、元気に挨拶ができるようにする。 ○みんなで協力をして片付けをさせる。	・学習カード

（３）場の設定（武道館）


プレ発表会の場
音源
電子黒板
手洗い場
柔道場
入 口
プレ発表会の場
技・つなぎ確認の場
構成・技確認の場
剣道場
手洗い場
入 口

第３学年４組　保健体育科　学習指導案

令和８年１１月２０日（金）　第５時限　体育館
第３学年４組（男子１５名　女子１７名）計３２名
指導者名　髙澤 浩大

１　単元名　Ｅ 球技　イ ネット型 「バドミントン」

２　単元について

（１）一般的な特性

【機能的特性】

・コート上でネットをはさんで相対し、シャトルを相手コートに打ち返すことで得点を競い合い、一定の得点に早く到達することを競い合うことが楽しい運動である。

【構造的特性】

・コート上でネットをはさんで相対し、サービス、返球などのラケット操作と打球直後に空いた場所を作らないように定位置に戻る動きで構成される運動である。

【効果的特性】

・相手の打球に応じた動きが必要とされるため、巧緻性、敏捷性、スピード、筋持久力などを高めることができる運動である。

（２）生徒から見た特性

・ラリーが続くことで達成感や楽しさを感じやすく、「打ち返せた」「続いた」という成功体験が、活動への意欲を高めることができる運動である。
・単なる打ち合いから、「相手の動きを見て打つ」「コースを狙う」などの戦術的思考が少しずつ出始め、ダブルスでは協力・連携が重要とされる運動である。
・「クリア」「ドロップ」「スマッシュ」などの技術を名前で覚え、使い分けることで、自分の得意技を見つけることができる運動である。
・ペアやグループの活動を通じて、仲間との協調性、戦術的思考やフェアプレイの精神を育むことができる運動である。
・シャトルにうまく当たらない、相手の打球に追いつけない、サーブが入らないなどの課題が生じやすく、ペアや対戦相手に迷惑をかけたくないという心理的な不安を抱きやすい運動である。

（３）生徒の実態

①　バドミントンの授業は楽しみですか？

はい	９０％	どちらかといえばはい	１０％
どちらかといえばいいえ	０％	いいえ	０％

【“はい”または“どちらかといえばはい”と回答した理由】

・友達と色々会話をしながらでき、授業自体も楽しいから
・バドミントンは他のスポーツより簡単で、みんなで楽しくできるから
・練習を重ねると、ラリーが続くようになり、できるようになることを実感しやすいから
・スマッシュを打って得点をするのが気持ちいいから
・部活動でラケットを使う競技をやっているので、自分に合っていてやりやすいから

②　バドミントンについて知っている用語・技の名前等をすべて選択してください。（複数選択可）

用語	選択率	用語	選択率
ラケット	１００％	シャトル	１００％
シングルス	９３％	ダブルス	９３％
フォアハンド（ストローク）	６０％	バックハンド（ストローク）	５６％
イースタングリップ	７６％	ウエスタングリップ	７６％
ハイクリア	１０％	ロビング	２０％
スマッシュ	１００％	ヘアピン	４０％

③　バドミントンの技能の名称と現状の自分の技能レベルについて次の選択肢から当てはまるものを各項目回答してください。
ア：技能の名称を知っていて、正しい技能が身に付いている。
イ：技能の名称を知っているが、まだ正しい技能は身に付いていない。
ウ：技能の名称を知らず、正しい技能も身に付いていない。

技能の名称	ア	イ	ウ
ハイクリア	３％	７％	９０％
ロビング	１４％	６％	８０％
スマッシュ	３３％	６７％	０％
ヘアピン	３％	３７％	６０％

④　オーバーヘッドストロークでラリーを連続で続けることの出来る回数を回答してください。

ラリーの往復回数	回答率
１０往復未満	１３％
１０往復～１５往復	２６％
１６往復～２０往復	１３％
２１往復以上	４８％

⑤　ＩＣＴ（タブレット端末）を用いた授業についてよいと思いますか？

良いと思う	５１％
どちらかといえば良いと思う	２６％
どちらかといえば良いと思わない	２３％
良いと思わない	０％

【“良い”または“どちらかといえば良い”と回答した理由】

・自分の動きを何度も確認できるから　・お手本を好きなタイミングで見ることができるから
・わからないことがあった時に、その場で調べることができるから

【“どちらかといえば良いと思わない”または“良いと思わない”と回答した理由】

・操作に時間がかかって、運動する時間を削られている感じがするから
・自分のプレイしている動画を撮影されることに、少しだけ抵抗感があるから

⑥　保健体育で男女共習授業について良いと思いますか？

良いと思う	７０％
どちらかといえば良いと思う	２０％
どちらかといえば良いと思わない	３％
良いと思わない	７％

【“良い”または“どちらかといえば良い”と回答した理由】

・男女の違いや、個性を知ることで、気を配り、配慮して生きていけると思ったから
・いろいろな人とやった方が、技術を高められると思うから
・上手い人などのお手本が見ることができるから

【“どちらかといえば良いと思わない”または“良いと思わない”と回答した理由】

・男女で運動のできる力量とかが違うから　・失敗をしてしまうと気まずいから
・女子と男子の感性の違いでもめたりしたくないから

⑦　バドミントンを男女共習で行っていくうえで気を付けること、意識すべきことは何ですか？

・とれるシャトルの速さ、強さが男女で違うということを理解しておく
・お互いがお互いを手加減などのような差別的なことをせず、全力でやっていく
・「女子だから」や「男子だから」という言葉を使わないようにする

２年時にバドミントンの授業を経験している学年ということもあり、事前アンケートで学級の９０％生徒が「バドミントンの授業が楽しみである」と回答した。主な理由として、「ラリーが続くのが楽しい」「誰にでも簡単にできる」など、親しみやすいという意見や、「友達と一緒にできる」「友達と協力することで達成感が増す」など、仲間と一緒に楽しめるという意見があった。またバドミントンのどんなところが楽しいかという問いに対しては、「緩急をつけてシャトルを打つ」「どこに打てば勝てるか、考えながらプレイするのが楽しい」といった相手との駆け引きが楽しいという意見も多く見られた。

２年生の授業で基礎となる技能やフライトの種類については一通り学習しているが、スマッシュ以外の技能の名称は定着していないことがアンケートの回答から分かった。また、ゲームの様子を見ていると、空振りを避けるために肘の屈曲のみでラケットを操作しており、その技能はまだ身に付いていない。ルールについても、昨年の状況を見ると、サービスを規定の高さより上から打ったり、対角線のショートサービスラインを越えない状況も見られたりした。このことから正式なルールの理解はまだ不十分であると思われる。

（４）教師の指導観

バドミントンは、１対１や２対２でネットを挟んで相手と向かい合い、ラケットを操作して、様々な打球を打ち、いかに相手コートに落とすか、そして得点を重ねていくかを競い合う種目であり、攻守の切り替えが非常に速いという特徴がある。ただ、色々なストロークを使ってラリーを続けたり、得点を競い合ったり、相手を分析して作戦を考えたりするなどの楽しさもある。これらの特徴を生かすことで、活動への興味・関心をもたせ、意欲的に運動させることができると考える。

前年度は、バドミントンを初めて経験する生徒が多かったため、基礎的な技能の習得とラリーを継続することを重視して指導を行った。今年度はその学習を基盤として発展させ、相手やシャトルの位置を把握しながらコート上の空間を意識してプレイできるようにする。相手のいない空間をねらったり、自分に有利な位置へ移動したりするなど、空間をめぐる攻防を展開できる力の育成を目指して指導していきたい。

①　協働的な学びの促進

バドミントンは個人競技でありながら、ペアで行うダブルスや練習の中で、他者との関わりが不可欠な競技である。男女共習の授業では、性別による体力差や心理的な距離感に配慮しつつ、互いに教え、支え合う関係性を育むことができるような活動を増やしていきたい。ペアの組み方に工夫を加えたり、役割分担を明確にしたりすることで、生徒同士のコミュニケーションが活性化し、集団の中で協力する力が育まれていくと考える。また、ペア活動を通じて「相手の動きを見て打つ」「声をかけて連携する」といった戦術的な思考も自然と身に付く。こうした協働的な学びの価値を教師側も持つことで、技能の習得だけでなく、人間関係の形成や社会性の育成にも目を向けた指導をしていきたい。

②　ＩＣＴ機器を活用したグループでの課題解決

本単元ではラリーを継続したり、試合で攻防をしたりしていく中で、瞬時に相手の状況や空間を認知する力、攻守の切り替えを素早くする力を養っていきたい。また、ラケット操作ではシャトルを遠くへ飛ばすこと、コントロールし狙ったところに落とす技術を身に付けさせたい。それらの力を養い、技術を身に付けていくために、ＩＣＴ機器を活用したグループでの課題解決の場を設定していきたい。タブレットのカメラ機能を用いてラリーや試合を行っている様子の撮影を行い、自らがプレイしている動画を客観的に見ることで、ラリーが続く要因やシャトルがどのような場所に落ちて得点が入っているかを気づかせる。それをもとに仲間とよりよい動きを目指して話し合い、課題を解決する場を設定していきたい。

③　学校体育研究大会テーマとのかかわりから

研究テーマ

「豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力を育成する体育学習の展開」

～誰もが楽しめる運動を通して育む、豊かなスポーツライフの基盤づくり～

バドミントンは、年齢や体力に応じて無理なく楽しむことができるスポーツであり、生涯にわたって継続しやすい運動の一つである。こうした特性を生かし、授業では「勝敗」や「技術の優劣」だけに焦点を当てるのではなく、「楽しさ」や「健康づくりへの意識」を育むことが重要であると考

える。生徒が生涯にわたって自らの生活の中にスポーツを取り入れられるよう、授業を通してスポーツの多様な関り方「する・みる・支える・知る」を伝え、運動の意義や楽しみ方を伝えていきたい。

たとえば、授業の導入では、バドミントンがどのような場面で楽しめるスポーツであるかを紹介し、地域のスポーツ施設やクラブ活動、家族や友人とのレクリエーションなど、実生活における活用例を示すことで、生徒の関心を高めることができる。また、授業の中で「自分に合った運動の仕方を見つける」「仲間と協力して楽しむ」といった視点を取り入れることで、運動が特別なものではなく、日常の一部として捉えられるように指導していきたい。

3　単元の目標

○勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、バドミントンの特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、シャトルや用具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ようにする。　（知識及び技能）

○攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けた運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。　（思考力、判断力、表現力等）

○球技の楽しさや喜びを味わうために、仲間と協力しながら学習に取り組むとともに、ルールやマナーを守り、健康、安全に留意しながら自己の学習を調整することができるようにする。
（学びに向かう力、人間性等）

4　評価規準

<table>
<tr><th></th><th colspan="2">知識・技能</th><th>思考・判断・表現</th><th>主体的に学習に
取り組む態度</th></tr>
<tr><td>内容のまとまりごとの評価規準</td><td colspan="2">○知識
・勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解している。
○技能
・シャトルや用具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。</td><td>・攻防などの自己やチームの課題を発見し、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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。</td><td>・球技の楽しさや喜びを味わうために、仲間と協力しながら学習に取り組むとともに、ルールやマナーを守り、健康、安全に留意しながら自己の学習を調整しようとしている。</td></tr>
<tr><td>単元の評価規準</td><td>○知識
①技能の名称やそれらを身に付けるためのポイントを言ったり、書き出したりしている。
②対戦相手との競争において、技能の程度に応じた作戦や戦術を選ぶことが有効であると言ったり、書き出したりしている。</td><td>○技能
①シャトルの位置に応じて、打ち方を工夫しラリーを継続することができる。
②相手コートの空いた場所やねらった場所に、シャトルを打ち返すことができる。
③シャトルを打った後、正しいポジションに戻り、次のプレイに対応することができる。</td><td>①提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来栄えを伝えている。
②提供された練習方法から、自己やグループの課題に応じた練習方法を選んでいる。
③相手の立ち位置や動きを見て、ねらう場所を見つけている。</td><td>①安全に留意し、球技の学習に積極的に取り組もうとしている。
②ルールを守り、相手の健闘を認め、フェアプレイをしようとしている。
③練習の補助や仲間への助言をするなどして、仲間の学習を援助しようとしている。</td></tr>
</table>

5　指導と評価計画

<table>
<tr><td rowspan="3">単元の目標</td><td>知識及び技能</td><td colspan="10">勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、バドミントンの特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、シャトルや用具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ようにする。</td></tr>
<tr><td>思考力、判断力、表現力等</td><td colspan="10">攻防などの自己やチームの課題を発見し、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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。</td></tr>
<tr><td>学びに向かう力、人間性等</td><td colspan="10">球技の楽しさや喜びを味わうために、仲間と協力しながら学習に取り組むとともに、ルールやマナーを守り、健康、安全に留意しながら自己の学習を調整することができるようにする。</td></tr>
<tr><td></td><td>時</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>⑥</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>１０</td></tr>
<tr><td rowspan="4">学習の流れ</td><td>０
１０
２０
３０
４０
５０</td><td>・オリエンテーション
（バドミントンの紹介）
（授業の約束）
（学習カード説明）
・用具準備方法確認
・グループ分け
・試しの試合</td><td colspan="10">・用具準備　・挨拶　・健康観察　・準備運動
・補助運動
（肩甲骨エクササイズ、高速スクワット、リズムジャンプトレーニング）
・ドリル運動（ラケット操作・キャッチボール）
・本時のねらいの確認</td></tr>
<tr><td colspan="2"></td><td colspan="3">・各ストロークの復習
（各ストロークを使ったゲーム）
・フットワーク
（前後の打ち分けに対する対応）
・オーバーストロークからの打ち分け
（ハイクリア）
（スマッシュ）
・ネット際の攻防
（プッシュ）
（ヘアピン）</td><td colspan="7">ミックスダブルスゲーム
・フォーメーションについて（サイドバイサイド）（トップ＆バック）
・試しの試合
・ゲーム①（制限のあるゲーム）
・振り返り
・ゲーム②（フォーメーションの制限なし）
・振り返り
・課題別選択練習（既習事項から個人で練習を選択）
・リーグ戦（グループ同士での対戦）
・振り返り</td></tr>
<tr><td colspan="10">本時の学習の振り返り・次時の確認・挨拶・片付け</td></tr>
<tr><td rowspan="5">評価機会</td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>⑥</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>１０</td></tr>
<tr><td>知識</td><td>①
学習カード</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>②
学習カード</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>技能</td><td>指導 →</td><td>→</td><td>→</td><td>①
観察</td><td>指導 →</td><td>→</td><td>②
観察</td><td>指導 →</td><td>→</td><td>③
観察</td></tr>
<tr><td>思･判･表</td><td></td><td></td><td>①
観察</td><td></td><td></td><td>③
観察</td><td></td><td>②
観察</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>態度</td><td>指導 →</td><td>①
観察</td><td></td><td>指導 →</td><td>③
観察</td><td></td><td>指導 →</td><td>→</td><td>②
観察</td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="4">単元の評価規準</td><td>知識</td><td colspan="10">①技能の名称やそれらを身に付けるためのポイントを言ったり、書き出したりしている。
②対戦相手との競争において、技能の程度に応じた作戦や戦術を選ぶことが有効であると言ったり、書き出したりしている。</td></tr>
<tr><td>技能</td><td colspan="10">①シャトルの位置に応じて、打ち方を工夫しラリーを継続することができる。
②相手コートの空いた場所やねらった場所に、シャトルを打ち返すことができる。
③シャトルを打った後、正しいポジションに戻り、次のプレイに対応できる。</td></tr>
<tr><td>思･判･表</td><td colspan="10">①提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来栄えを伝えている。
②提供された練習方法から、自己やグループの課題に応じた練習方法を選んでいる。
③相手の立ち位置や動きを見て、ねらう場所を見つけている。</td></tr>
<tr><td>態度</td><td colspan="10">①安全に留意し、球技の学習に積極的に取り組もうとしている。
②ルールを守り、相手の健闘を認め、フェアプレイをしようとしている。
③練習の補助や仲間への助言をするなどして、仲間の学習を援助しようとしている。</td></tr>
</table>

６　本時の指導（６／１０）

（１）目標

○相手コートの空いた場所やねらった場所に、シャトルを打ち返すことができるようにする。
（知識及び技能）

◎相手の立ち位置や動きを見て、ねらう場所を見つけることができるようにする。
（思考力、判断力、表現力等）

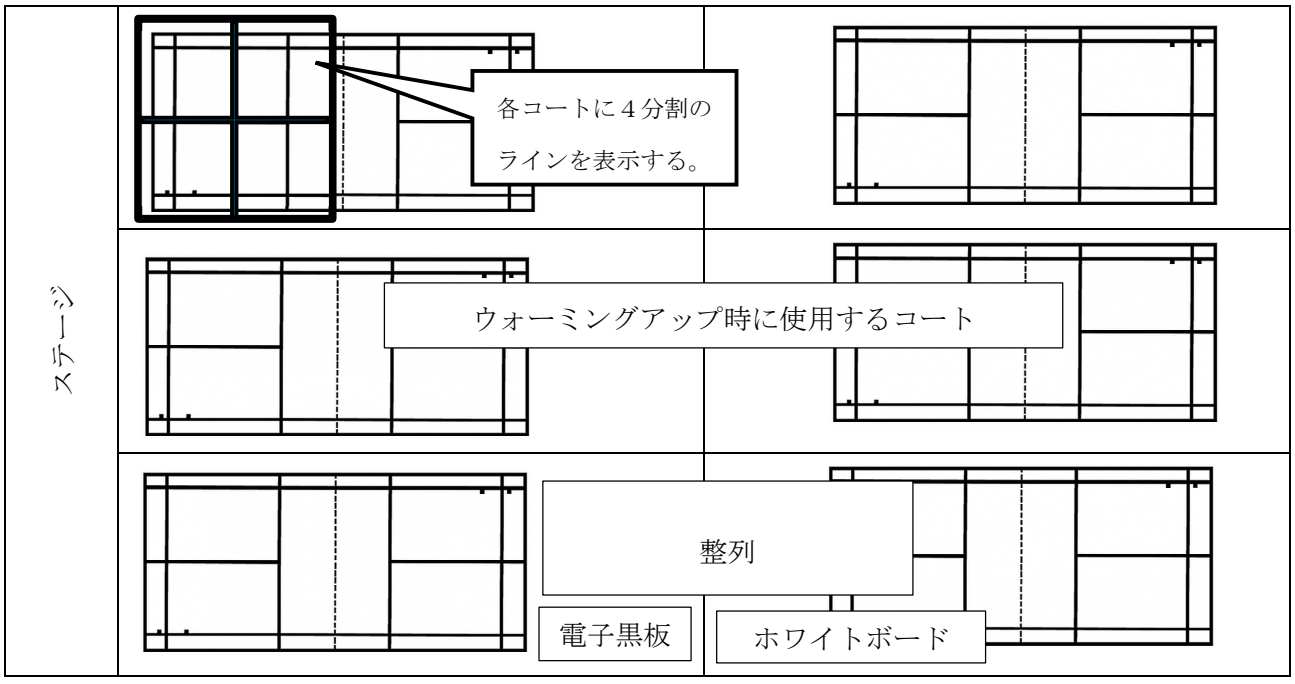
（２）展開

過程	時間	学習内容と活動	指導・支援（○）・評価（☆）	用具・資料
導入	１０分	１　事前に用具の準備を行う。	○ケガのないように道具の準備・配置の指示を出す。	
		２　挨拶・健康観察を行う。	○素早く整列させ、元気よく挨拶をさせる。 ○欠席者、見学者、体調の確認を行う。	
		３ 準備体操・補助運動を行う。 「市内共通アップ」 ・肩甲骨エクササイズ ・高速スクワット ・リズムジャンプトレーニング 【補助運動の内容】 ・肩甲骨を上下する動き ・肩甲骨を内側に寄せる動き ・肩甲骨を外側に開く動き ・スマッシュのフォーム確認 ・前後左右のフットワーク	○体育係を中心に体操を行わせる。 ○補助運動では、リズムに合わせ体を動かし、特に肩甲骨の可動域を広げていくことを意識させる。 ○グループで声をかけ合い、仲間との関わり合いを意識させる。	・スピーカー ・音源 ・タイマー
		４　ドリル運動を行う。 ・シャトルキャッチボール ・前後ステップトスキャッチ ・スロー＆ショット （フォア・バック） ・アンダーハンドストロークでのラリー	○運動時間を区切り、自分たちで次のメニューに進んでいけるように指示を出す。 ○グループ内で声をかけ合い協力して、ドリル運動を進めることを意識させる。	
		５　本時の学習課題と学習内容を確認する。 学習課題 相手のポジションやコートの状況を確認し、空いたスペースをねらって攻撃できるようになろう。	○ホワイトボードと電子黒板を使用し、本時の学習課題と学習内容を理解させる。	・ホワイトボード ・電子黒板
展開	３０分	６　グループでのラリー ・３人組での前後の打ち分け練習	○ラリーをする際、ねらった場所に打つようにさせ、学習課題とのつながりを意識させる。	
		７ 条件付きゲーム（１回目） ・３分×２ゲーム ・下記の条件でミックスダブルスを	○条件によって生まれたスペースをねらって攻撃できるように、ルール説明をする	・タイマー ・得点板

		行う ＜ゲーム内の条件＞ ・自分のコートを４分割したラインを使用し、サイドバイサイドもしくはトップ&バックのどちらかで試合を行う。(試合中のフォーメーション変更はなし) ・サービス権は交互とする。	際に、空いているスペースについて話をする。 ☆相手の立ち位置や動きを見て、ねらう場所を見つけている。【思考・判断・表現】(観察) ・相手の立ち位置や動きを見ることができていない。 →相手コートを確認させ、立ち位置（フォーメーション）を考えさせる。 ・ねらう場所を見つけられていない。 →コートの様子を静止画で見せ、その場面でのどこを狙うか考えさせることで、具体的な視点を持たせる。	
		・試合のないペアは同じコートで活動しているペアの評価をする。 ＜サイドバイサイド＞ ・真ん中の縦ラインを使用し、左右に分かれる。 ＜トップ&バック＞ ・真ん中の横ラインを使用し、前後に分かれる。	○ゲームをしていないペアは、同じコートで活動しているペアが、空いているスペースをねらって打てているか評価させる。 ○うまく打ち返せない生徒に対しては、ラケットの面がねらったところに向いているか、確認させる。	・評価カード
		８　ペアでの話し合い・作戦会議 ・条件付きの試合で得点をするためには、どのようなフライトを使っていくことが有効的なのか話し合う。	○１回目の試合を振り返り、どこに空いたスペースができていたか、どのように攻撃をしていくとよいか話し合わせ、２回目の試合に向けた作戦を立てさせる。	・学習カード
		予想される答え ・相手はトップ&バックなので、左右に相手を揺さぶっていくとよい。 ・ハイクリアなどで相手を奥に押し込むなど、前後に相手を揺さぶり打ち込むスペースを意図的に作る。		
		９　条件付きゲーム（２回目） ・３分×２ゲーム ・本時では必ず、１回目のゲームと同じフォーメーションを選択し、取り組むようにする。	○話し合いで出た作戦を意識できるようにさせる。 ☆相手の立ち位置や動きを見て、ねらう場所を見つけている。【思考・判断・表現】(観察) ・相手の立ち位置や動きを見ることができていない。 →相手コートを確認させ、立ち位置（フォーメーション）を考えさせる。 ・ねらう場所を見つけられて	・タイマー ・得点板

		・試合のないペアは同じコートで活動しているペアの評価をする。	いない。 →コートの様子を静止画で見せ、その場面でのどこを狙うか考えさせることで、具体的な視点を持たせる。 ○ゲームをしていないペアは、同じコートで活動しているペアが、空いているスペースをねらって打てているか評価させる。	・評価カード
まとめ	１０分	１０　本時の学習の振り返りを行う。 １１　次時の学習内容確認・健康観察・挨拶・片付けを行う。	○学習カードに本時の学習の振り返りを記入させる。 ○作戦会議で考えたことや本時で学んだことを参考に、学習課題に対する答えを自分でまとめさせる。 ○本時の内容を生かして、次時の対戦形式につなげていくことを伝える。 ○体調確認を行い、元気に挨拶ができるようにする。 ○みんなで協力して片付けをさせる。	・学習カード

（3）場の設定（体育館）



技能分析シート（条件付きゲーム）

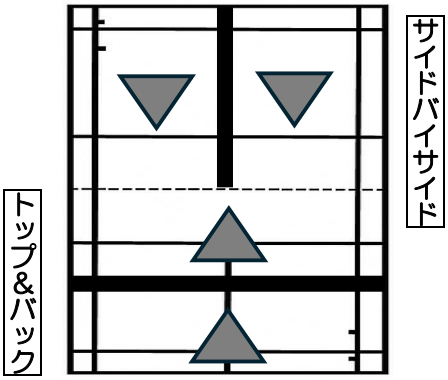
年　　組　　（　　）氏名

学習課題

相手のポジションやコートの状況を確認し、空いたスペースをねらって攻撃できるようになろう。

＜ゲームの条件＞

①自陣の立ち位置（フォーメーション）を『サイド バイ サイド』または『トップ ＆ バック』のいずれかから選ぶ（試合中の変更はしない）
　ラインテープで区切られた、自分のポジション（前後または左右）を守るようにする
②自分たちが得点したら、ポジションを変更する（前後または左右）
③サービス権は得点関係なく、順番を決め、必ず対角のサービスエリアへ打つようにする



＜ヒント＞
相手コートはどんな立ち位置（フォーメーション）かな？

それぞれの立ち位置（フォーメーション）で空くスペースはどこか考えてみよう

考えてみよう

ゲームで得点をするためには、どのような攻撃をしていくといいかな？

相手のフォーメーションは？　前後のラリーはどのように崩せるかな？
どのようなフライトを使っていくことが有効的だろう？

まとめ

＊ゲームの中で相手のポジションやコートの状況を確認できたかな？
＊空いたスペースをねらって攻撃できたかな？
＊どのようなフライトを使ったら得点できたかな？

相手のフォーメーションは・・・（　　）