

# 保健体育科「1年体育」実践紹介

担当者：木村 大輔  
 学 年：普通科1年  
 単 元：バドミントン

活動のねらい（7つのチカラ：3.考える力、4. 行動する力、5. コミュニケーション力 等）

- ① ハイクリアの飛距離をプレテスト記録・映像からペアで協力して、自他の課題を導き出せる。
- ② ペアで自身のフォームを改善し、ポストテストでパフォーマンスを向上させる。

単元・授業の流れとパフォーマンス課題“ハイクリアを進化させる”（全3時間、毎授業冒頭15分程度）

## 1限：プレ測定

- ・ハイクリア距離測定（グループ）
- ・動画撮影（グループ）
- ・フィードバック動画分析（ペア）
- ・技術改善ポイント出し（ペア）

## 2限：技術練習

- ・技術ポイント動画視聴
- ・ペア練習
- ・動画撮影（グループ）
- ・フィードバック動画分析（ペア）

## 3限：ポスト測定

- ・ハイクリア距離測定（グループ）
- ・動画撮影（グループ）
- ・フィードバック動画分析（ペア）
- ・ふり返り



《1限：プレ測定の様子》



《2限：技術練習の様子》

## パフォーマンス課題の評価

評価項目	達成度 1	達成度 2	達成度 3
《技能》 ハイクリア飛距離記録の伸び	記録は 0～1.0m 以内で、ほとんど変わらなかった	記録は 1.1～2.0m 以内で、伸ばすことができた	記録は 2.1m 以上伸び、十分伸ばすことができた
《関心・意欲・態度》 ペア・グループでの活動に協力して取り組めたか	あまり協力して活動することができなかった	協力して活動することができた	十分協力して活動することができた
《思考・判断》 自他の技術課題を導き出せたか	課題が 1 つしか導き出せなかった	課題が 2 つ導き出せた	課題が 3 つ以上導き出せた

## 単元を通して身につけてほしいこと

普段の自分たち運動している様子を iPad で撮影し仲間同士で見ることで、現状を客観的に理解し、自分たちで改善する力を身に付けてと考えた。2年次から行う生徒主体の選択授業では、授業を通じて生涯スポーツに結び付けるねらいがある。そのために、1年次から自身やペアの相手の課題を見つけ改善していくプロセスの基礎にするため、身近にある iPad も活用しながら今回の課題を実施した。