

保健体育科（体育）授業実践紹介

授業者：和氣 徹・鈴木 渥子・木村 大輔
 学年：3年
 単元名：後期選択制授業（バドミントン）

単元のねらい（7つのチカラ：チームワーク力、自分を理解する力、行動する力）

- ・グループで協力して練習計画を立て、それを実行することやゲームの運営ができる。
- ・自分の技術を理解し、スキルアップのために工夫したり、アドバイスができる。

単元の流れとパフォーマンス課題

●選択制授業の流れ（各期から1種目を選んで活動する。ただし、同じ種目は選べない）

前期：ソフトボール・バレーボール・バドミントン・ソフトテニス・卓球（4月～7月）

後期：サッカー・バスケットボール・バドミントン・ソフトテニス・卓球（9月～12月）

●パフォーマンス課題

- ①Plan…グループノートに練習内容や試合運営について記入し、本時の活動について確認する。
- ②Do…協力して相手のレベルに応じて練習し、その成果を試合で試す。

Plan(計画)

選択種目活動計画

学年・期	種目	活動計画
3年A・前期	バドミントン	1. (練習) 基本的な打ち回しを繰り返す。2. (練習) 相手の動きに合わせて打ち回す。3. (練習) 相手の動きに合わせて打ち回す。4. (練習) 相手の動きに合わせて打ち回す。

試合運営計画

試合日時	相手	試合運営計画
9月17日	3年B	1. 試合開始前、挨拶を交す。2. 試合開始後、相手の動きに合わせて打ち回す。3. 試合終了後、挨拶を交す。

Do(活動) (練習)



(試合)



See(反省と振り返り)

☆あなたの今日の活動についてふりかえろう。それぞれ○・△・◇

日	体調	協力	頑張	達成感
① 9月9日	○	◎	◎	◎
② 9月26日	○	◎	◎	◎
③ 10月7日	○	○	◎	◎
④ 10月17日	○	○	◎	◎

本時の感想・反省

① 9月9日: 打ち回しはいいけど、相手の動きに合わせて打ち回すことができなかった。練習で身につけた技術が試合で発揮できなかった。相手の動きに合わせて打ち回すことができた。練習で身につけた技術が試合で発揮できなかった。相手の動きに合わせて打ち回すことができた。

② 9月26日: 打ち回しはいいけど、相手の動きに合わせて打ち回すことができなかった。練習で身につけた技術が試合で発揮できなかった。相手の動きに合わせて打ち回すことができた。練習で身につけた技術が試合で発揮できなかった。相手の動きに合わせて打ち回すことができた。

③ 10月7日: 打ち回しはいいけど、相手の動きに合わせて打ち回すことができなかった。練習で身につけた技術が試合で発揮できなかった。相手の動きに合わせて打ち回すことができた。練習で身につけた技術が試合で発揮できなかった。相手の動きに合わせて打ち回すことができた。

④ 10月17日: 打ち回しはいいけど、相手の動きに合わせて打ち回すことができなかった。練習で身につけた技術が試合で発揮できなかった。相手の動きに合わせて打ち回すことができた。練習で身につけた技術が試合で発揮できなかった。相手の動きに合わせて打ち回すことができた。

単元を通して身につけてほしいこと

運動は仲間と活動するから楽しいので、苦手な人も楽しめるように、多くの人とコミュニケーションを図りながら練習計画を立案して欲しいと考えています。また、技能面では得意な技術を一つは身に付け、そのことによりスポーツへの関心が高まり、継続できると考えています。

また、選択制の授業では、自分の興味関心のある種目をまとまった時間を継続的に活動することで、より楽しくできるためにどうしたらよいか。みんなの技術向上のためにはどうすればよいか。試合の運営に必要なものは何かなど、自分以外の仲間に向けて、創意工夫するようになってほしいと願っています。

パフォーマンス課題の評価

	2	1	0
I グループで協力し活動できたか	活動意欲が旺盛であり、積極的に練習や試合に臨んでいる。仲間にも心配りができる。	活動意欲があり、練習や試合に臨むことができる。	消極的ですんで練習をしようとしなない。試合もあきらめることがある。
II 練習計画の作成や試合の運営に協力できたか	練習方法を積極的に考え作成したり試合の運営も工夫することができる。	練習計画立案に参加し、試合の運営に協力できる。	練習や試合には参加するが、工夫しながら活動することは少ない。
III 練習を通して技能の向上に努めた。	練習で身につけた技術が試合で発揮できたり、相手が楽しめるように技の強弱をつけることができる。	練習で身につけた技術を試合で積極的に試すことができる。	練習での技術を試そうとせず、試合でも工夫することが少ない。

実践の背景

- 現代人は生活習慣病や肥満など健康問題が指摘され、生涯にわたる運動習慣の確立が必要とされ、体育の選択制授業の実施はすでに定着し、すべての学校で行われている。これは自分の興味・関心に応じて好きな種目、できる種目を習得することで、仲間とともに継続的にスポーツに関わり、結果、心身ともに健康な生活を送れるようにと考えている。
- 仲間とのコミュニケーションを図り、活動することで人間関係作りにも配慮することができている。

授業改善のアプローチ

- 本校では、1学期、2学期と実施種目を変えて2年、3年生で行われている。体育は2時間連続授業なのでその特徴を生かし、前半を練習中心の活動。後半をゲーム中心で構成するように指導している。
- 活動計画の立案については、指導書を種目ごとに与え、身につけたい技術や練習内容（3種類の練習×10分間）が生徒自ら選び決定できるように配慮している。加えて教師からのアドバイスにより、効率よく実施できるようにしてる。

生徒の変容

バドミントンを選択したグループには経験者が一人いたので、興味付けには重要な存在であった。その人のプレーを見て、私もあんな技を使いたいという気運が全体に広まり、技の練習に関心が向いた。個人カードに「ドロップが打ちたい」「ハイクリアーで遠くに飛ばしたい」「試合で〇〇を試した、できた」などの振り返りへの記入が多くなった。考えながら試行錯誤している生徒は、確実に試合でも結果を残すようになって、バドミントンの楽しさや特性が理解されてきたと感じた。

評価（選択制体育のルーブリック）

	A	B	C
I 関心・意欲・態度	活動意欲が旺盛で、率先してグループを引っ張っている。苦手な人にも的確なアドバイスができる	活動意欲があり、グループの一員として活動できる。苦手な人とも仲良く活動している。	グループの一員としての自覚はあるが、周囲への配慮が足りない時がある。
II 思考・判断	練習方法を工夫し、計画的に活動できる。活動日誌への記入、個人カードへの記入が丁寧で具体的に書けている。	練習方法を理解し、協力して活動ができる。個人カードへの記入が丁寧でわかりやすい。	練習や試合への工夫が感じられず、個人カードへの記入が不十分である。
III 運動の技能	高い技能が身につけており、練習や試合において相手のレベルに応じた技が出せる。	基本的な技能が身につけており、練習や試合において技を発揮できる。	基本的な技能が身につけておらず、練習や試合で十分に技を出すことが少ない。
IV 知識・理解	ルールや審判方法を理解しており、試合運営も計画的でスムーズな試合展開ができる。	ルールや審判方法は理解しているが試合運営のやり方が不十分である。	ルールや審判方法の理解が不十分で、人任せにすることがよくある。

上記ルーブリックをもとに、

I. 関心・意欲・態度 (30%)、II. 思考・判断 (20%)、III. 運動の技能 (30%)、IV. 知識・理解(20%)の割合で評価している。