

P・I・A シート

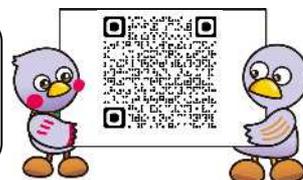
～「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善 実践事例～
中学校 保健体育 編 ① 概要

校種・学年	中学校・第1学年	教科等	保健体育
単元名	「器械運動」(マット運動)		
単元の目標	<p>(1) マット運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、その特性や成り立ち、技の名称や行い方、(その運動に関連して高まる体力)などを理解するとともに、技をよりよくできるようにする。〈知識及び技能〉</p> <p>(2) 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〉</p> <p>(3) マット運動に積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとする事、仲間の学習を援助しようとする事、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとする事などや、健康・安全に気を配ることができるようにする。〈学びに向かう力、人間性等〉</p>		
本時のねらい	自分が選んだ技で滑らかに回転することができるようにする。		
本時の評価規準	<p>【知識・技能】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・回転するための動き方や回転力を高める動き方で、一連の動きを滑らかに回ることができる。 ・全身を支えたり突き放したりするための着手の仕方、回転力を高めるための動き方、起き上がりやすくするための動き方で一連の動きを滑らかにして回転することができる。 		

事例の概要(見どころ)

- ・課題解決の際の見本動画集や練習例を示した動画集の活用、動画撮影を通じた協働的な活動、Google Forms を用いた振り返り、個々の振り返りの全体共有、撮影した動画の提出など一人一台端末を効果的に活用した授業が展開されている。
- ・単元を通じて、「運動の行い方を知る」→「課題を把握する」→「課題解決を図る」→「新たな課題に取り組む」のサイクルが適切に繰り返されており、本授業においても、同様の展開が組み込まれている。

発行：令和5年3月
埼玉県教育局南部教育事務所
<https://www.pref.saitama.lg.jp/soshiki/g2201/index.html>



P・I・A シート

～「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善 実践事例～
 中学校 保健体育 編 ② 展開

- ねらい 自分が選んだ技で滑らかに回転することができるようにする。
- 準備 マット（長9枚 短13枚）、ロイター板6枚、傾斜マット1個、エバーマット3枚
 タブレット端末（各自持参）、椅子2脚、跳び箱1段3個・2段4個、大型モニタ2台
 ホワイトボード、名前カード（各自持参）
- 展開 （6／8）

段階	学習内容・活動	指導上の留意点（○指導 ◆評価）	
		T1	T2
導入 8分	1 用具の準備をする。	○すみやかに準備を行うよう指示する。	
	2 集合・挨拶・健康観察を行う。 <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; padding: 5px; width: fit-content;"> 主運動につながる運動、自己の伸びが実感できる運動を行っています。 </div>	○主運動につながる、柔軟性を意識させ、動きを正確に行うよう指導する。	○見学者を把握し、参加の仕方を指導する。
	3 準備運動・補強運動・感覚づくりの運動を行う。	○グループで協力してスムーズに活動するよう指示する。	○巡回しながら、正確さや出来映えなどへの意識を高める声かけをする。
展開 30分	4 本時のねらいの確認をする。 <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px;"> 自分が選んだ技の課題練習に取り組み、滑らかに回転できるようにしよう </div>	○前時を振り返りながら、説明する。 <div style="border: 1px dashed gray; padding: 5px;"> 【授業改善の視点】生徒が本時の授業に“必要感”を感じ、自分事として取り組めるように学習課題を提示します。 </div>	
	5 前時に作成した、課題解決の練習計画をペアと確認する。 <div style="border: 1px solid orange; background-color: #f9cb9c; padding: 5px; text-align: center; margin: 5px auto; width: 80%;"> 課題を把握する </div>	○同じ技を課題とする生徒でペアを作らせ、互いの課題や練習方法等を伝え、練習の見通しをもてるようにする。	○前時で提出した練習計画表で修正が必要と思われる生徒に個別に指導する。
	6 ペアで協力して、課題解決の練習を行う。 <div style="border: 1px solid orange; background-color: #f9cb9c; padding: 5px; text-align: center; margin: 5px auto; width: 80%;"> 課題解決を図る </div>	○活動場所を速やかに作らせ、安全に配慮しながら計画的に活動させる。 ○タブレット端末の管理について随時声かけをする。	○タブレット端末の管理について随時声かけをする。 ○活動が停滞しているペアに声かけし、必要に応じて指導、援助を行う。
	見本動画集 	○巡回しながら、技の出来映えがよくなったところを称賛する。ペアの学習がスムーズに進められているか確認し、技の出来映えについて発問する。 <div style="border: 1px dashed gray; padding: 5px;"> 【授業改善の視点】一人一人の生徒が、本時のねらいを達成することができるように、教師が指導や助言をします。運動の行い方や動きのポイントを理解できるようにするための場面において、意図的な発問をしたり、効果的な事例や見本動画を提示したりします。 </div>	○巡回しながら、技の出来映えがよくなったところを称賛する。ペアの学習がスムーズに進められているか確認し、技の出来映えについて発問する。

課題解決練習を行うための練習例を示した動画集

【授業改善の視点】課題の発見や解決方法の選択などにおける ICT の活用を通じて、情報活用能力の育成に努めることも必要です。

開脚前転 ① 傾斜を使った勢いをつける練習 ② 墊いたマットを使った練習 ③ 体を起こすための手の使い方の練習 (発展技)	開脚後転 ① 傾斜を使った勢いをつける練習 ② マットを重ねて仕上げの感覚をつかむ。 (発展技)
伸膝前転 ① 傾斜を使って勢いをつける練習 ② 体を起こすための手の使い方の練習 (跳び箱を使って) ③ 体の起き上がりの練習	伸膝後転 ① 傾斜を使って勢いをつける練習 ② 前半の入りと後半の起き上がりの練習
側方倒立回転 ① 壁倒立から後半部分の着地練習 (ひねり) ② 側転から倒立練習 ③ 目標に足先をつけるようにして足を伸ばす練習 ④ 直線状で手の付き方を確認する練習 補助の仕方 膝の位置を安定させ滑らかな回転に 側方倒立回転	倒立前転 ① 補助倒立から前転練習 ② 壁を使った倒立を静止させる練習 ③ 壁を登って倒立から前転練習 補助の仕方 倒立の足を押えて静止後、回転に 倒立前転
	跳び前転 ① 障害物を利用した練習 ② 椅子の上から前半部分の練習 ③ エバーマットを使った慣らし練習

◆自分が選んだ技で滑らかな回転ができるようにする。
【知識・技能】

新たな課題に取り組む

生徒が見方・考え方を働かせ、自己の考えを広げ深められる場面を設定しています。自己や他者の思いや考えを基にした「深い学び」が実現できています。

◎十分満足できると判断できる状況 (A) の生徒の具体的な姿
 ・発表会を見通しながら、複数の技を滑らかに行ったり、技を組み合わせで行ったりすることができる。
 △努力を要すると判断される状況 (C) の生徒への指導の手立て
 ・個別にポイントにそった練習をアドバイスしたり、補助をしたりして、技が滑らかにできるようにする。

7 タブレット端末で動画を撮影し、ペアで互いの技の出来映えを確認する。

【授業改善の視点】個別最適な学び・協働的な学びが実現できるようにするためには、異なる考えが組み合わせる授業展開、個に応じた指導が必要です。そのために、ICT は有効なツールになります。

整理

8 整理運動をする。
 個々の振り返りを大型モニタに映し、全員の振り返りを瞬時に全体共有できるようにしています。

○始めのグループに戻り、しっかり整理運動を行わせる。
 ○大型モニタを準備し、生徒が送信する内容をまとめる準備を行う。
 振り返りシートを Google Forms で作成したことで、入力、提出、全体共有が同時に行えます。

12 分

9 集合・反省
 振り返りをする。
 【授業改善の視点】本時のねらいに正対した学習の振り返りをし、本時で何を学んだのかを教師と生徒で整理します。その際、生徒が振り返った内容と関連付け、本時の学習活動の価値を実感できるようにしたり、次時の学びへのきっかけとなるようにしたりします。

○けがや体調不良者の確認をする。
 ○タブレット端末に用意した振り返りシートに入力しながら、本時のねらいに迫れたか確認するよう促す。また、撮影した動画を送信するよう指示をする。
 ○技能向上が顕著な生徒を取り上げ、発言をさせながら本時のまとめを行う。

○タブレット端末操作が未熟な生徒への援助を行う。
 ○まとめを大型モニタに映し出す。
 ○気が付いたことを補足する。
 ○課題が提出できていない生徒を確認し、指導する。

10 次時の確認をする。
 11 挨拶・片付けをする。

本時の評価をもとに次時の学習への意欲に結びつくよう、教師が振り返りの評価をしています。

【授業改善の視点】「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善を進めるとともに、「学習規律を確立させ、力いっぱい運動し、思いっきり汗をかく『楽しい』体育授業」を実践し、運動好きな生徒を育てていきます。