

中学校 2年

競技力 UP のための練習計画を立てよう

和泉市立榎尾中学校

教科

保健体育科

単元名

運動やスポーツの学び方

単元でつきたい力（ステップシートの項目）

（教科等でつきたい力）

- ・運動やスポーツの効果的な技術や技能について理解する。

（学校図書館等の活用でつきたい力）

- ・図書資料とインターネットの情報を見比べ、情報を取捨選択したり、組み合わせたりして、自分が必要とする情報を見つける。

本単元で育む主な情報活用能力

B-STEP4, D-STEP4
E-STEP4, I-STEP4

該当番号の詳細内容は

「大阪府情報活用能力

ステップシート」から確認できます。



単元における学習の展開（全7時間）（学校図書館等を活用した時間に☆印）

第1次 (1時間)	○概要説明「競技力 UP のための練習計画を立てよう」 ・運動やスポーツの技術と技能を確認する ・戦術と作戦について理解する ・「運動やスポーツの学び方」を理解する
第2次 (1時間)	○自分が選択した種目について競技力 UP のための練習計画を立てる。(☆) (本時)
第3次 (5時間)	○練習計画の実践、評価、ふりかえり ・実際に計画を実行してみて、良い点や改善点を確認する。 ・改善点を練習計画に反映させ、再度実施する。 ・本単元のレポートを作成する。

本時のねらい

競技力 UP のための練習計画を立てる。

本時の展開

学習の流れ	主な学習活動と内容	学校図書館活用のポイント 及び指導上の留意点
導入 (5分)	1. 前回の学習内容、今後の予定を確認する。 ・前回までの振り返り	・各種目の技術書や解説書を事前に市立図書館などと連携して、複数準備しておく。
展開 (40分)	2. 自分の決めた種目の練習計画を立てる。 【計画を作るうえでの注意点】 ・チームスポーツの場合はグループで取り組むことも可とする。 ・自分やグループの力、体力に応じて計画を立てているか。 ・フィードバックの方法を具体的に考えているか。	・インターネットで調べ学習ができるように、PCを用意し、学びの選択肢を与える。
まとめ (5分)	3. 本時の振り返り ・次時以降の練習計画の実践方法を確認する。 ・ワークシートを記入する。	・練習計画の確認をする。 ・ワークシートに本時の振り返りをする。

授業者の声～参考にしてほしいポイント～

本単元では、「見本となる具体的な動きを見つけ、習得するために、練習計画を立て、実際に練習する。そしてその成果を評価する。」というサイクルで、生徒が主体的に考えて実践する授業展開を行った。見本の動きを見つけるときに、内容によっては、本よりも動画のほうがわかりやすいものもあるので、本なのか動画なのか生徒に選択肢を与えた。中には、動画の動きをより詳しく本で調べる生徒がいて、上手に組み合わせで学んでいる様子もあった。

生徒がさまざまな媒体を活用して、資料から必要な知識や技術を探ることができるように、教師は困り感を聞いたり助言したりするなどして、生徒をサポートした。本単元は、個人によって進捗状況が違うので、単元計画を立てたり、実施時期を考えたりすることが必要だと感じた。司書教諭との連携については、事前に必要な競技の専門図書をリサーチして、用意してもらうように依頼して、生徒にとって必要な情報を揃えられるようにした。



図書資料とPCを使用し、学び方を選択する