



身体能力的に優れ、発言力が大きい生徒が中心となって活動が成り立っているという様子が随所に見られる。さらに、コミュニケーション能力が低く、他者とかかわり合うようなグループ活動を好まない生徒が多い。また、96%の生徒が「授業内容はわかりやすい」と肯定的な回答しているが、運動の目的や意味や方法について問うと多くの生徒が十分に理解しているとは言えない実態がある。むしろ問題と思われるのは、受け身の生徒が多いことである。これらの生徒の実態を踏まえて自己分析すると、教師主導の詰め込み型の授業展開となっており、生徒が本当の意味で十分に理解されていないままで課題設定がなされている場合が多かった。そして、与えられた技能や知識を活用し、課題達成に向けて生徒達が運動をこなしているだけにすぎない授業展開が繰り返されていたことが推測される。

## (2) 指導の構想

本単元を通して、他者と協力し合いながら学び合い、参加生徒全員が生き生きと活動に取り組むような姿を引き出したい。そのために、技のコツやポイントを見付けるための手だてを講ずる。具体的な手だてとして、技を習得させる学習過程でFGを有効に活用し、生徒一人ひとりの考えや思いを引き出す中で、問題意識を喚起し、課題を共有化する。そして、生徒自身が導き出した課題を具体的かつ明確に認識させ、主体的に運動にかかわろうとする意欲を高めながら基本的な技能や知識の習得を目指す。保健体育授業の学習過程でFGを効果的に活用するために、子ども同士が主体的にかかわり合いながら言語活動（話す・聞く・書く・読む）を行うスキルを身に付けさせるとともに、自分の考えや思いを気兼ねなく表出できる、良好な人間関係づくりを構築することも視野に入れながら指導していきたい。そして、解題追求活動の場面では、安全に柔道を楽しむための3原則「残心、潔さ、命綱」を再確認し、安全面には特に留意させながら指導をする。

## 5 単元(題材)の指導計画(全10時間)

時	学習内容(○)と主な活動内容(・)	評価				
		関	考	技	知	
1 2	○オリエンテーション ・学習カード、学習資料の使い方を 知り、学習の見通しをもつ。 ・基本動作、既習技(固め技・立ち 技)の確認	◎				○ ・柔道の特性に興味・関心をもち進んで学 習しようとする。(関) ・学習カード、学習資料の内容を理解し、 学習の進め方に見通しをもち進んで学 習しようとする。(関) ・基本動作や既習技について理解したこ を言ったり、書いたりしている。(知)
3 4 本 時	○学習Ⅰ 共通課題として既習技の練習を行 う。 ・FGを活用した課題設定・追求活動 ・作りと掛けの理論を正しく習得す る。		◎	○	○	・FGで考えを出し合いながら、課題の解 決に向けた方法を見付けている。(考) ・正しい基本動作で対人的技能の練習をす ることができる。(技) ・体落としのポイントが「崩し」であるこ とを作りと掛けの理論にそって、具体的 に言ったり、書いたりしている。(知)
5 6	○学習Ⅱ 手技「体落とし」、足技「膝車」、 腰技「大腰」の中から、自分に合っ た得意技を1つ選び、課題学習を行 う。 ・ポイントの練習			○	◎	・技の合理性を考え、工夫して自分に適した 技を見付けている。(考) ・自分の選択した技のポイントが理解で き、自ら設定した課題を追求し、選択し た技を掛けることができる。(技)
7 8	○学習Ⅲ 学習Ⅰ、Ⅱで身に付けた技を対人 技能として使えるように課題学習を 行う。 ・移動打ち込み ・約束練習 ・連続技の練習	○			◎	・習得した技を対人技能として使えるよう に、相手を尊重し、進んで練習に組み あうとする。(関) ・実践の場面を想定し、自らの課題を解決 できる練習方法を選んでいる。(考)

9 10	○学習Ⅳ ・簡易試合 ・まとめ			○  ◎	<ul style="list-style-type: none"> <li>・身に付けた技を用いて、簡易ルールに従い安全に試合をすることができる。(技)</li> <li>・簡易試合の審判で、きまり技の名称を言ったり、簡易ルールを使ったりしている。(知)</li> <li>・学習全体を自己評価して、学習した具体例を挙げている。(知)</li> </ul>
---------	-----------------------	--	--	------------	---

## 6 本時の計画（4時間目／全10時間）

### (1) 本時のねらい

- ・相手に技を合理的に掛けるための自己の課題を発見できる。(思考・判断)
- ・崩した相手の動きの変化に応じた体さばきで手技「体落とし」を掛けることができる。(技能/知識・理解)

### (2) 本時の構想

前時までに1・2年次で行った基本動作や既習技はおおむね定着している。しかし、投げ技については、相手の動きに応じた基本動作を本当の意味で理解しておらず、うまく投げるまでには至っていない。したがって、「作りと掛け」（※1）の理論を正しく理解し、柔道特有の理合い（※2）を活用して相手を投げる技術を習得させたい。わかりやすく技術を習得させていくために、まずは投げ技を「掛ける」ためには「相手の作り＝崩し」で生じた変化に「自分の作り＝体さばき」で応じることを理解させる。そこで本時は、最も重要となる「崩し」をテーマにFG（※3）を活用し、話し合い活動を行う。生徒自ら湧き出る多様な発想を基にしながらキーワードを導き出し、生徒自身に気付かせながら正しい基本動作の習得へと結び付けていく。

「崩し」の理論をわかりやすく簡潔に理解させるための手だてとして、「人差し指一本で相手をコントロールできるくらいが理想の崩し」を解説し、ゲーム感覚で楽しみながら体得させる。また、その理論を活用した教師の体落としの示範を活用し、FGを活性化させる。

本時でのFGの活用は、生徒の意見をたくさん出すことに重点を置くものとし、次時の課題追求する場面で活用したり、フィードバックさせたりする。活用するにあたり、自分の考えや思いを気兼ねなく表出できるように絶対に守らなければならない3つのルール（①他人を否定しない。②遠慮しない。③全員が参加する。）を設定し、全員が確実に守れるように指導する。そして、各班毎に事前指導してあるミニファシリテーターを一人配置し、周囲の生徒は自分のペンの色で自由に発言しながら書き込む手法とする。教師は全体（男女混合の合計6班）のファシリテーターとして机間巡視しながら声かけや書き込みを加え、見方や考えを広げさせたり、方向を変えさせたりする役割をする。さらに、視聴覚機材を活用し、FGの活動中は教師の示範を動画で流しておき、いつでも確認できるようにしておく。課題解決するまでには至らず、教師の支援を要する生徒については、次時でデジタルカメラなどの視聴覚機材を活用しながら個別指導をしていく。

#### 【用語解説】

- （※1）作りと掛け…「作り」とは、技がかかりやすいように相手の姿勢を崩す「相手の作り」と、技を掛けるのに都合の良い位置、方向、姿勢で体捌きをする「自分の作り」の2つがある。「掛け」とは、相手を投げる、相手を固技で抑え・絞め・間接を極めることである。
- （※2）理合い…道理の程度。わけ。わけあい。
- （※3）FG…模造紙に話し合いの内容を記録すること。議論の内容を視覚化することにより、次第に論点がまとまり新しい情報が浮かび上がってくる。そのため、従来の話し合い活動に比べて、より短時間で成果の大きい話し合い活動を運営することができる。また、記録されることによって、自分の意見を受け止めてもらったという安心感や一緒に新しい情報を導き出したいという達成感が生まれ、信頼関係づくり、組織の活性化も期待できる。

(3) 本時の展開

学習活動	教師の働き掛けと予想される児童生徒の反応	■評価・○留意点
<p>導入 10分</p> <p>1 準備運動</p> <p>2 集合、整列、挨拶、出欠確認、健康観察</p> <p>3 寝技の乱取り稽古 45秒×3本</p> <p>4 本時の学習内容の説明</p>	<p>S1: 体育係の号令で円滑に準備運動を進め、服装を正し、整然と並ぶ。正しい礼法で挨拶をする。(座礼)</p> <p>T1: 足を崩しましょう。</p> <p>S2: 正座からあぐらになり、話を聞く体勢をとる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>T2: 前の授業で確認した固め技と返し方を使って寝技の乱取り稽古をしよう。</p> </div> <p>T3: 相手に抑え込まれないように頑張りましょう。</p> <p>S3: 2人組になり、寝技の乱取り稽古をする。</p> <p>T4: 黒板の前に集合しましょう。</p> <p>S4: 黒板の前に素早く集合する。</p> <p>T5: 前回の授業で、「相手を投げるためには①相手を崩し、その動きに応じて②自分が体さばきをして③掛ける」ことを学習しました。体さばきが先でも、掛けるのが先でも崩しが無ければうまく投げることはできません。したがって、「崩し」がとても重要になります。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px 0; text-align: center;"> <pre> graph TD     A[作り] --&gt; B[①相手の作り崩し]     A --&gt; C[②自分の作り体さばき]     B --&gt; C     C --&gt; D[③掛け]             </pre> </div> <p>S5: 前時の内容を復習する。</p>	<p>○正しい柔道着の着こなしで、きちんとした礼法で挨拶ができるようになる。</p> <p>○デジタルタイマーをセットし、安全に稽古が行われているか巡視する。</p> <p>○安全に留意しながら、意欲的に寝技の乱取り稽古に取り組んでいるか巡視する。</p> <p>○「作りと掛け」の理論を黒板に掲示する。</p>
<p>5 崩しのゲームⅠ (3分)</p>	<p>T6: これから崩しのゲームをします。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>T7: 「人差し指ゲームパートⅠ」をしましょう。</p> </div> <p>T8: ルールを説明します。崩しとは、人差し指だけで相手をコントロールできるくらいの崩しが理想であると言われています。うまくコントロールすることができた人が勝ちです。各班で男女2つの3人グループに分かれ、1人は出来ているか確認してあげてください。</p> <p>S7: どれくらい崩せていけばいいのかを体感する。</p> <p>T9: 集合しましょう。</p> <p>S6: 素早く集合する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>T10: 「人差し指ゲームパートⅡ」をしましょう。</p> </div>	<p>○「人差し指で相手をコントロールできるくらいの崩し」を実際に模範で示しながら解説をする。相手は自然体で足を大きく開き、そのばから足を動かさずに倒れ込んでもらうよう指示する。相手を信頼し、腰を曲げず伸ばすよう指示をする。</p>
<p>6 崩しのゲームⅡ (3分)</p>	<p>T11: 「人差し指ゲームパート①」の動きに移動を加えます。相手は「5割の動き(歩幅)」で動き続けます。自分は、同じ「5割の動き(歩幅)」から3歩目のみ「6割の動き(歩幅)」をします。そうすると、相手は不思議と絶妙に崩れています。相手に悟られないように崩すゲームです。先ほどと同じように各班でゲームをしてください。</p> <p>S7: 相手に悟られないように崩して不安定にすること、自分が安定していることが崩しであることを体感する。</p>	<p>○相手は5割の動きで3歩前進する。自分は3歩目のみ6割の動きをし、手を放してもらおう。人差し指一本の崩しができていることを確認させる。</p>

7 引き手と釣り手の 使い方の確認	T12: 前は、手技の体落としの正しい引き手と釣り手の使い方を学習しました。今日は、ゲームで学んだ崩しを活用して体落としを学習します。	
展開 35分 8 教師の示範観察	S8: 本時の学習の内容を理解する。  T13: 先生の「体落とし」はどうやって相手を作っているのかじっくりと観察して下さい。 ポイントは3つあります。1つ目は、「腕、肘、手などの上半身」。2つ目は「腿、膝、足などの下半身」。3つ目は「顔、視線、気持ちなどのその他」の3つの視点で観察して下さい。	○FG を活性化させる手だてとして教師が「体落とし」の示範を示す。
9 FG活動①(3分)	<p>その場から相手を崩して前回りさばきで体落としを3回掛ける。 →「人差し指ゲーム」で得た理想の崩しの作り方がわかりやすいように相手の作りで止めながら示範をする。</p> <p>S9: 3つの視点で崩し方に着目しながらじっくりと観察する。 T14: こんなに簡単にみんながすぐに出来たら苦労しませんよね。</p> <p><b>T15: 「そこで、体落としで相手をうまく崩して投げるためにはどうしたらいいのだろう。下半身(腿・膝・足)は? 上半身(腕・肘・手)は? その他(顔・視線・気持ちは? 3つの視点でみんなで協力し、できるだけたくさん書いてみよう。」</b></p> <p>T16: FG の『絶対に守らなければならない3つのルール』を確認しましょう。 S10: 過去に経験したことを思い出し、①他人を否定しない。②遠慮しない。③全員が参加する。を再確認する。</p> <p>T17: 今回は、とにかくたくさん意見を出せた班が勝ちです。各班の班長は、ファシリテーターとして頑張ってください。それでは、ファシリテーターは用紙とペンを持っていき、活動を始めて下さい。制限時間は8分です。</p> <p>S11: 各班に分かれてファシリテーターを中心に、FG に取り組む。</p> <p>S12: 予想される生徒の発言 a 「手は引く方向が大事だよ。」 b 「足はちょっと離れた方が良いみたい。」 c 「釣り手と引き手の両手を引くの?」</p> <p>T18: 一回、活動を止めて集合しましょう。 S13: 活動を止めて素早く集合する。</p> <p>10 FG 活動②(3分)</p> <p>T19: とても良い意見を出している班があるので紹介します。 S13: 新しい発想に刺激を受ける。 T20: とても良いポイントを導き出していますね。負けないようにどんどん意見を出し合しましょう。活動を再開して下さい。 S14: 意欲が喚起され、視点を変えながら活動を再開する。 T21: 活動を止めて集合しましょう。 S15: 活動を止めて素早く集合する。</p> <p>12 FG 活動③(2分)</p> <p>T22: とてもたくさんのキーワードが出てきたようですね。</p> <p><b>T23: FG に書き込んだキーワードは、実際にどれが役立ちそうですか。」</b></p>	<p>○本時のFGのテーマや、FGにおける注意事項を黒板に掲示する。</p> <p>○FGについては、簡単に復習する程度にする。</p> <p>○各班の班長をミニファシリテーター役とし、用紙とペンを配付する。ペンは、誰が書いたのかわかるように使用したペンの色で名前を記入させる。</p> <p>○教師は全体のファシリテーターとして巡視しながら見方や考え方を広げたり、変えたりする。</p> <p>■FGで自分の考えや思いを発言し、記述している。 (考・知/観察, ワークシート)</p>

<p>13 体落としの追求活動(6分)</p> <p>14 FG活動③(3分)</p> <p>15 体落としの追求活動(10分)</p> <p>16 FG活動④(3分)</p>	<p>T24:役立ちそうなものには◎。まあまあ役立ちそうなものには○。またわかりやすいように赤ペンで囲ったり書き加えたりしてもかまいません。</p> <p>S16:赤ペンで重要なものを整理し、キーワードを絞り出していく。</p> <p><b>T25:それでは、FGに書き込んだキーワードは本当に役立つか確かめてみましょう。</b></p> <p>S17:体落としは、投げるまでの段階的な指導を前時までに行っているため、FGで出てきたキーワードを意識しながら実際に投げてみる。</p> <p>T26:活動を止めて集合しましょう。</p> <p>S18:素早く集合する。</p> <p><b>T27:実際に活動をしてわかったことはありますか。</b></p> <p>T28:自分の班のFGに新たに発見したことを書き加えましょう。</p> <p>S19:新たに発見したことやわかったことを書き加える。</p> <p><b>T29:それでは相手を変えて確かめてみましょう。</b></p> <p>T30:班員にこだわらなくても良いです。相手を自由に変えて練習して下さい。体型が同じくらいの人と2人組になり、実際に掛け合ってみましょう。</p> <p>S20:相手を変えて別の班の意見も取り入れながら練習する。</p> <p>T31:活動を止めて集合しましょう。</p> <p>S21:素早く集合する。</p> <p><b>T32:どうでしたか、新しい発見はありましたか。</b></p> <p>T33:自分の班のFGに新たに発見したことを書き加えましょう。</p> <p>S22:新たに発見したことやわかったことを書き加える。</p> <p><b>T34:みんなが考える「体落としの崩しで大切なこと」は何でしたか。</b></p> <p>S23:指名された生徒が発表する。</p>	<p>○「安全に柔道を楽しむための3原則」を再確認し、安全面への意識を喚起する。必要に応じて、集合させながら指導する。</p> <p>○複数の相手と練習をするよう指示を出す。</p> <p>■崩した相手の動きに応じて体さばきをし、一連の動作で体落としを掛ける、または投げるができる。 (技/観察, ワークシート)</p> <p>○必要に応じて発問を繰り返しながら導き出す。</p>
<p><b>終末</b> 5分</p> <p>17 本時の感想</p> <p>18 次時の予告</p> <p>19 集合、整列</p> <p>20 挨拶</p> <p>21 学習カード記入</p>	<p>T35:とても良い意見がたくさんでした。みんなが出してくれたこの意見を参考に、次回はさらに体落としの技術を磨いていきます。今日はここまでにします。整列しましょう。</p> <p>S24:服装を正し、整然と並ぶ。</p> <p>T36:それでは、終わります。学習カードに記入して体育係は回収しておいて下さい。</p> <p>S25:正しい礼法で挨拶をする。(座礼)</p> <p>S26:学習カードに記入し、体育係に提出する。</p>	<p>○本時の取り組みについて感想を述べ、自分自身の取り組みを振り返らせる。</p> <p>○怪我がないか確認する。</p>

#### (4) 本時の評価

- ・相手に技を合理的に掛けるための自己の課題を発見することができた。
- ・崩した相手の動きの変化に応じた体さばきで手技「体落とし」を掛けることができた。

#### 7 参考文献

- 堀公俊, 加藤彰 (2006) 『ファシリテーション・グラフィック: 議論を見える化する技法』日本経済新聞社
- 藤原友和 (2013) 『教師が変わる! 授業が変わる! ファシリテーション・グラフィック入門』明治図書出版株式会社