

7 単元の学習計画及び評価計画（体づくり運動 中学校第2学年）

		1	2	3	4	5	6（本時）	7
指導内容	態	③ 健康・安全	② 仲間の援助		① 積極的に取り組む			
	思			③ 安全上の留意点を当てはめている			① 運動例を組み合わせ方を見つけている。	② 役割に応じた活動の仕方を身に見つけている。
	知	① 体づくり運動の意義				知② 運動計画の立て方		
学習の流れ	0	1 挨拶・健康観察 2 オリエンテーション ○学習のねらいを確認する。 学習の進め方を知り、学習の見通しを把握する。	ねらい1 体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを継続する能力を、それぞれ安全で合理的に高めること			ねらい2 ねらいが異なる運動例を バランスよく組み合わせ て行う運動の計画に取り組む。		
	10	3 授業のルールの確認	1 挨拶・健康観察 2 用具や場の準備 3 学習のねらいを理解する 4 本時の学習の見通し	5 体ほぐしの運動をする。 ・いろいろな条件での運動・ベアのストレッチ・リズムにのった運動・用具を用いた運動・動きを合わせたり対応したりする運動	6 体力を高める運動を行う。（体づくり運動事例集）	6 体力を高める運動を行う。（体づくり運動事例集）	5 前時で立てた運動計画を実践する。	5 体力を高める運動の実践発表会 ・開会の言葉 ・実施上の注意 ・発表会 ・先生からの言葉 ・閉会の言葉
	20	4 体づくり運動の意義についての説明を聞く。 ○体ほぐし運動 ・1人でストレッチング ・ベアでストレッチング ・リズムにのった運動 ・用具などを用いた運動 ・いろいろな条件で ・集団遊び ・リズムダンス	6 体力を高める運動を行う。（体づくり運動事例集） ①【体の柔らかさを高めるための運動】→事例集 番号1～27	6 体力を高める運動を行う。（体づくり運動事例集） ②【巧みな動きを高めるための運動】→事例集 番号28～36	6 体力を高める運動を行う。（体づくり運動事例集） ③【力強い動きを高めるための運動】→事例集 番号37～44	5 体力を高めることのできる運動計画を作成する。 ・運動例を見て組み合わせをグループで考える。 ・それぞれの項目における回数や時間を考える。 ・必要なものをグループに割り当てられた場所に準備する。	6 運動計画の改善を話し合い、修正を行う。 ・バランスよく体力を高めるために資料を用いながら組合せを行わせる。	
	30		将来、実践したくなる運動に出会える楽しさを味わわせる ※ゲーム性を取り入れ、運動を楽しみながら理解させていく。			計画通りに実践できる・ねらいを達成できる楽しさを味わわせる		
	40							
50	5 本時の振り返り・片付け 学習カードの活用の仕方について確認 6 次時の確認連絡	7 各運動がどのような運動があるのかをまとめる。 ・可動範囲	7 各運動がどのような運動があるのかをまとめる。 ・バランス ・タイミング ・リズムカル ・力を調整して素早く	7 各運動がどのような運動があるのかをまとめる。 ・自己の体重や人や物の負荷によってどんな力強い動きができるのか。	6 作成した運動計画の実践を行う。	7 作成した運動計画の実践を行う。		
		8 振り返り 整理運動・片付け		9	7 振り返り 8 整理整頓・片付け	8 振り返り 9 整理運動・片付け	6 振り返り 7 整理運動・片付け	
評価	関		③（観察・学習カード）		②（観察・学習カード）	①（観察・学習カード）		
	思			③（学習カード）			①（学習カード）	②（学習カード）
	知	①（学習カード）				②（学習カード）		
準備物	学習カード ボール なわとび BGM 実践事例集 タイマー	学習カード ボール なわとび BGM 実践事例集 タイマー	学習カード ボール なわとび BGM 実践事例集 タイマー	学習カード ボール なわとび BGM 実践事例集 タイマー	学習カード ボール なわとび BGM 実践事例集 タイマー	学習カード ボール なわとび BGM 実践事例集 タイマー	学習カード ボール なわとび BGM 実践事例集 タイマー	
保健分野				傷害の原因と防止	応急手当の意義と基本			
体育理論	スポーツが体と心に及ぼす効果	スポーツと社会性		スポーツの安全な行い方				