

保健体育科学習指導案

実習者氏名 _____
指導教官 _____先生
指導教官 _____先生

1、日 時 _____ 2022 年 6 月 20 日 月曜日 _____ 6 時間目 _____

2、場 所 _____

3、学年・組 _____ 2年I組 男子 37名 _____

4、単元名 _____ バスケットボール _____

5、単元目標

(1) 知識及び技能

_____ ゲームの運営に必要な知識や、ゲームの中での技術の名称や行い方を理解し、状況に応じたボール操作を行うことができるようにする。 _____

(2) 思考・判断・表現力

_____ チームや自己の課題を見つけ、解決のためにそれぞれに応じた解決方法を考えたり話し合ったりしながら、取り組みを工夫することができる。 _____

(3) 学びに向かう力・人間性等

_____ バスケットボールに主体的に取り組みながら、フェアプレーを大切にし、自分の役割を全うすることができる。また、競技中に自身と他者の安全を確保することができる。 _____

6、指導にあたって

(1) 教材について

_____ バスケットボールは、二つのチームが攻撃と防御に分かれ、パス・ドリブル・シュートなどの個人的な技能を活かしながら、スペースにボールをよんだり、スペースを作ったりする集団的スキルを發揮し、一定の時間内で得点を奪い合う競技である。 _____

_____ チーム内で作戦を立てる時間などで話し合い・生徒同士のコミュニケーションの場を作ることができ、一人ひとりが役割を果たして結果が出た時には、チーム全員で達成感を味わうことができる。筋力や持久力などの体力を向上させることができるだけでなく、ルールやマナーを守る姿勢や、勝敗が決まったことに対する態度は、社会生活においても望ましい態度・行動に繋がり、人間形成にも役立つ教材だと考えられる。 _____

(2) 生徒の実態

高校ではまだバスケットボールの授業のないが、スポーツコースの生徒のための確に指示を出せば、円滑に授業がすすむ。授業中にうるさくなってしまうことが心配されるので、集合の時にボールをつかないように注意したり、笛などを使ったりしてこちらに意識を向けさせるようにする。

(3) 指導について

バスケットボールは、パスやドリブルでボールを前に進め、相手ゴールにシューとをしたり、相手のシュートを防いだりするところに面白さがあるスポーツである。また、連携によってスペースを作ったり、そのスペースにボールを動かしたりして攻防を展開するするなど、ボールを持たない動きからも楽しさを感じることができる競技である。生徒が基本的な技術を身につけていない場合、積極的にプレーできない生徒が出てしまい、プレーする生徒が偏ってしまう場合がある。そのため、基本的な技術を習得するためにも、パスやドリブルなどの反復練習を行い、ゲームに全員が積極的に参加し、バスケットボールの楽しさを体験させるようにしていきたい。

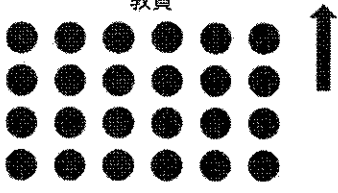
7、指導計画 全 2 時間

時間	1	2
0分	挨拶・準備運動	
10分	ボール慣れ ・ ドリブル ・ レイアップ	前回の復習 ・ チェストパス、バウンズパス
20分		
30分		
40分	まとめ・整理運動・挨拶	
50分		

8、本時の目標

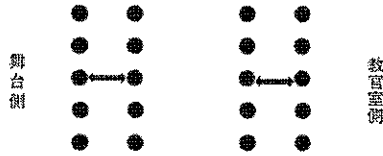
- ・チェストパスとバウンズパスのポイントがわかる
- ・学んだポイントをゲームに活かす事ができる

9、本時の展開

	学習活動	指導上の留意点	評価
<p>導 入 10 分</p>	<p>○集合</p> <p>四列横隊</p> <p>教官室側</p> <p>教員</p>  <p>○挨拶</p> <p>○出欠確認</p> <p>○準備運動</p> <p>・体操隊形に開かせる</p> <p>・ラジオ体操第一と補強運動（腹筋・背筋・腕立てふせ）を各20回行う</p> <p>○四列横隊に戻す</p> <p>・整列した後、休め→気をつけ→座る</p> <p>・本時の内容の説明と注意（チェストパス・バウンズパス）</p>	<p>・四列横隊で、教官室側を向いて並ばせる</p> <p>・教員が号令をかける</p> <p>・号令が速くなりすぎないようにする</p> <p>・移動するときや話を聞くときは、ボールをつかないように指示する</p>	<p>ラジオ体操が、きちんとした形で出ている【知識及び技能】</p>

<p>展</p> <p>開</p> <p>35分</p>	<p>○ボール慣れ (一種目 30 秒)</p> <p>・頭、お腹、膝の周りでボールを回す (左右)</p> <p>・足を前後に開き、片膝の周りで回す (左右)</p> <p>・開いた足の周りを 8 の字で回す (左右)</p> <p>・地面にボールを置いた状態からドリブルをスタートさせる</p> <p>・普通の高さ、膝までの高さ、手が届くギリギリまで上げた高さのドリブルを行う (左右)</p> <p>・股下でドリブルを行う、その状態のまま足を入れ替える</p> <p>・左右の手で交互にドリブルを行う (前後)</p> <p>○チェストパスの説明</p>	<p>・1人1球ボールを持たせる</p> <p>・笛が鳴ったら種目が変わるので、注目するように伝える</p> <p>・右回り、左回りの指示を出す</p> <p>・右手、左手の交代の指示を出す</p> <p>・前後入れ替えの指示を行う</p> <p>・バスケットボール部に手伝ってもらい、見本を見せる</p> <p>・最も正確性の高いパスであることを伝える</p> <p>[ポイント]</p> <p>1. チェストパスは、胸の辺りから両手首のスナップを使って投げ、パスを投げる方向にどちらかの足を踏み出すことを伝える</p>	<p>話を聞く態勢が整っている</p> <p>【学びに向かう姿勢・人間性等】</p>
------------------------------	--	---	--

○チェストパス (3分)



・四列横隊のまま広がる

・2人1組でパスをする

○バウンズパスの説明

○バウンズパス (3分)

2. パスをした相手が次の動作に早く移れるように、胸の辺りを狙ってパスをするように伝える

・1列目と3列目にボールを取りにこさせる

・間隔を広げさせ、生徒同士がぶつからないようにしておく

・伝えたポイントを意識できているかどうか見て周る

・ボールを一度床にバウンドさせてからパスすることであると伝える

・ディフェンスの足元を抜く際や、走り込んできたプレーヤーへパスしたい時に使うことを伝える

[ポイント]

1. 両手でボールを持って、胸のやや下あたりに構え、一方の足をパスしたい方向に踏み出してパスすることを伝える

2. バウンズパスは、パスをした相手との距離の三分の二の地点にバウンドさせると、相手の手元におさまりやすいことを伝える

・チェストパスと同じ形で行う

・伝えたポイントを意識できているかどうか見て周る

・一回ずつ、形を意識して丁寧に行うように伝える

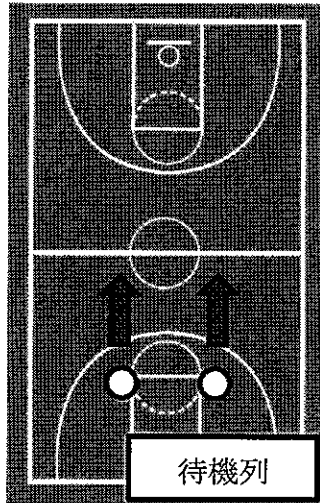
授業に積極的に参加している【学びに向かう力、人間性等】

話を聞く態勢が整っている【学びに向かう力・人間性等】

授業に積極的に参加している【学びに向かう力、人間性等】

○ランニングパス (チェストパス・バウンスパス各二本)

・新幹線側に2列で並んで待機する



○10パスゲーム (10回パスを通したら、ゴールを狙う)

・四列横隊の縦の列で1チームになる

・使って良いパス方法をチェストパスと、バウンスパスに限定する

・待機チームは、グラウンド側の壁付近で見しておく

・5割から6割のスピードで走らせる

・走りながらドリブルを3回ついで、相手にパスを行うように指示する

・教員が最初のパスを出して、スタートさせる

[ポイント]

1. 相手の一歩前に投げる意識を持つように指示を出す

2. 受ける側も、片手を前に伸ばしターゲットを作るように指示する

・2分経つか、どちらかがゴールを決めたら2チームとも交代させる

・パスカットされた場合は、その場から相手のボールで再開させる

・チームをハーフコートに振り分ける

[ポイント]

1. ボールを持っていない生徒がスペースに動くように意識させる

2. 走ってきた味方がボールをもらう位置を予測してパスを出させるように指示する

前の学習
でしてい
たことを
活かして
いる

【思考・
判断・表
現】

<p>ま と め 5 分</p>	<p>○片付け・整列 ・ボールを片付けて、四列横隊に戻る</p> <p>○整理運動 ・体操隊形に広がり、 屈伸・伸脚・アキレス腱・手首足首の ストレッチを行う</p> <p>○今回学習したポイントを復習</p> <p>○整列・挨拶</p>	<p>・両手でボールを持つこと、どちらかの足をパスしたい方向に踏み出すことを再度伝える</p>	
----------------------------------	---	---	--

保健体育科学習指導案

実習者氏名 [REDACTED]
指導教官 [REDACTED] 先生
[REDACTED] 先生

1、日 時 2022 年 6 月 21 日 火曜日 5 限

2、場 所 [REDACTED]

3、学年・組 1 年 A 組

4、単元名 現代社会と健康 09「喫煙と健康」

5、単元目標

(1) 知識及び技能

現代社会における健康について理解を深め、健康被害の種類やその予防法などを正しく理解し、説明できる。

(2) 思考・判断・表現力等

今までの考えや、誤った情報に惑わされることなく、正しい情報を理解し、それを基に自身の生活へどう活かすかを考えられる。

(3) 学びに向かう姿勢

現代社会と健康の関わりに関して関心を持ち、学ぶために積極的にグループワーク等に参加し、自身の考えを発信することができる。

6、指導にあたって

(1) 教材について

がんは、現代の日本において死因第一位になるほどの重大で多くの人が罹る病気であり、生活習慣やウイルス感染などが原因であるものから、原因のわかっていないものまで様々である。そのため、学生のうちにその原因と予防法を学ぶことや、治療法を学ぶことで、将来がんになりにくい生活やがんとともに生きていく生活を送る際に役立つ。

喫煙は、健康の被害や依存症などがありながら、生活の中では身近にあるものな為、高校生のうちに正しい知識を身につけておかなければならないものである。将来的に喫煙するかどうかは個人の判断になってしまうが、何か健康への被害があったときに、喫煙が原因かもしれないと判断できるだけの知識を身につけていくことが重要である。実際にどのような健康被害があるのかについては、多くの前例があるため、授業内でも分かりやすく具体的に提示することができ、生徒たちが興味を持ちながら、他人事ではな

いという意識を持って取り組むことのできる教材である。

(2) 生徒の実態

生徒は中学校までの学習で、がんや喫煙について学んでいるが、細かい原因や治療法・健康被害などは忘れてしまっていると思われる。本単元では、将来のために新しい知識を取り入れるとともに、今まで学んできたことの記憶思い出してもらうことを目標とする。

(3) 指導について

本単元は、がんの原因や種類・その予防法などを正しく理解するだけでなく、説明ができるようになることを目標としている。どのような生活習慣ががんの発症と関係しているのか、どのように生活習慣を改善すれば、がんの予防につながるのかを中心に学習していく。また、早期発見のためのがん検診の重要性についても伝える。

自分の症状を深く知り、治療法を選ぶことの重要性や、セカンドオピニオンのシステムの理解、緩和ケアの内容とその効果についても学んでいく。

また、喫煙の健康被害にはどんなものがあるのか、どんな取り組みが行われているのかを知り、説明できるようになることが目的である。また、自身の喫煙に関するだけでなく、受動喫煙や妊婦胎児に対する影響など、自分以外に与える影響はどのようなものがあるかを学習する。未成年の喫煙の危険性についても取り上げて、授業を行う。

7、指導計画 全 3 時間中 3 時間目

時間	1	2	3
	がんの生活習慣と原因と一次・二次予防	がんの治療と緩和と回復と社会づくり	喫煙と健康

8、本時の目標

- ・喫煙の健康被害について理解し、説明することができる
- ・喫煙対策について、個人と社会環境それぞれ例をあげて説明できる

9、本時の展開

	学習活動	指導上の留意点	評価
導 入	<p>○挨拶・出欠確認</p> <p>○本時の内容の説明と注意</p>	<p>・喫煙と健康について学習することを伝える</p> <p>・教科書、ノートを持っているか確認する</p> <p>・授業中に使用する iPad を机の上に用意させる</p>	<p>忘れものをしていない (学びに向かう姿勢・人間性等)</p>
展 開	<p>○喫煙の影響</p> <p>○有害物質について</p> <p>・資料 1 を見る</p> <p>○喫煙開始年齢とがん発症率</p> <p>・スライド 1 を見る</p> <p>○受動喫煙</p> <p>・スライド 2 を見る</p> <p>・資料 2 を見る</p>	<p>・教科書 28 ページの「喫煙の影響」を読みながら、太字に線を引くように指示する</p> <p>・たばこに含まれる主な有害物質とその影響について説明する</p> <p>・COPD とは、たばこの煙などを習慣的に吸い込むことによって、肺が炎症を起こしたり、細胞が破壊されるものだということを説明する</p> <p>・一度破壊された元には戻らないということを伝える</p> <p>・喫煙開始年齢が早いほど、がんの発症率が上がることを伝える</p> <p>・主流煙、副流煙、呼出煙について説明し、副流煙と呼出煙を吸い込むことが受動喫煙であると伝える</p> <p>・受動喫煙の健康被害について、資料 2 を見ながら紹介する</p>	<p>指示に従って学習している (学びに向かう力・人間性等)</p> <p>話を聞く態勢が取れている (学びに向かう力・人間性等)</p>

<p>・スライド3を見る</p> <p>○喫煙の開始・継続要因</p> <p>・スライド4を見る</p> <p>○グループワーク (20分)</p> <p>(※探求などを行っている班になる)</p> <p>○発表</p> <p>○個人への喫煙対策</p>	<p>・労働力が失われることからつなげて、時給換算でたばこを吸う時間でどれだけのお金に値するのかを紹介する</p> <p>・教科書 28-29 の「喫煙の開始・継続要因」を読みながら、太字に線を引くように指示する</p> <p>・ニコチンは快楽物質であるドーパミンを出す働きがあり、その感覚を脳が覚えてしまい、ニコチンがない状態が不快だと感じてしまうことを説明する</p> <p>・依存性は、麻薬とほぼ同等であることを伝える</p> <p>・こんなにデメリットがあるのに、法律で禁止されないのはなぜか、何かメリットがあるのではないかと問う問いかけをする</p> <p>・グループになり、班で話し合いながら、たばこを吸うこと・禁止されないことのメリットを考えさせる</p> <p>・調べた結果をまとめて、代表者1人にロイロノートに提出させる</p> <p>・各班の代表に発表してもらい その際、ロイロノートでその班が提出したものを画面共有する</p> <p>・調べたメリットとデメリットを比べてみると、デメリットの方が大きいことを伝え、その為に様々な対策がとられていることに繋げる</p>	<p>指示に従って学習している (学びに向かう力・人間性等)</p> <p>積極的に授業に参加している (学びに向かう力・人間性等)</p> <p>調べたことを発信している (思考・判断・表現)</p>
---	---	---

<p>○社会環境への喫煙対策</p> <p>・健康増進法について</p> <p>・20歳未満の者の喫煙の禁止に関する法律について</p> <p>・たばこ規制枠組み条約について</p> <p>・教科書6ページをみる</p>	<p>・教科書の29ページ「個人への喫煙対策」を読み、(医療保険で治療)に線を引かせる</p> <p>・2006年から保険適用になったことを伝え、個人の責任で楽しむものという認識から、依存症は病気であるという認識変わってきていることを伝える</p> <p>・教科書29ページの「社会環境への喫煙対策」を読みながら、太字に線を引くように指示する</p> <p>・健康増進法では、喫煙しない周りの人間に対しての配慮を行う内容であると伝える</p> <p>・学校や病院なども禁煙化が進んでおり、関西大学千里山キャンパスでも、喫煙所は2つしかないことを伝える</p> <p>・二十歳未満が喫煙をした場合、その親権者や監督者、販売者が罰せられることを伝える</p> <p>・WHO(世界保健機関)は最近ではコロナウイルスにおいてパンデミック宣言を行うなど、世界的に保健分やの支援などを行なっていることを伝える</p> <p>・たばこのパッケージには、健康を害することを示唆した表記があり、その表記は年々具体的になっていることを伝える</p>	<p>指示に従って学習している(学びに向かう力・人間性等)</p> <p>指示に従って学習している(学びに向かう力・人間性等)</p>
--	---	---

