

単元計画

(総時間数 8 時間)

ねらい	1. 既習の技能を習熟させるとともに、各種目(わざ)の連係の基本を身につけさせる。 2. 高度なわざを習得し、日常生活の場で実践できるようにする。				
導入	1. 学習の内容及び学習活動のしかたを理解させる。 2. 能力別グループの編成について理解させる。 3. 学習の場を設定し、使用方法を協定する。				
項目 順序	学習内容	学習活動	時間	留意点	備考
展 展	1. 基本運動 (1) 順回旋 (2) 交差 (3) 側振	● 既習の技能の習熟度を確認しながら行う。 (1) 速度をゆるめた動きをする。 (前方・後方回旋) (2) 速度を早めた動きをする。 (前方・後方回旋)	1 2	● 個人の能力を確認しグループを編成する。 ● 姿勢・腕と足・なわの回旋等の相互関係は把握させる。 ● 順回旋のさいに手首は常に腰に固定してとぶ。 ● 交差した腕は、体から離れないようにする。 また、腕が上の方へ上がらないようにする。	
	2. 複合運動 (1) 混合交差 (2) 前方(後方)側回旋あやとび	● 既習の技能の習熟度を確認しながら行う。 (1) 腕だけの振りを行う。 (2) その場跳躍をしながら行う。 (3) からだを移動しながら行う。 (1) その場側回旋とびを行う。 (2) かけ足をしながら側回旋あやとびを行う。 (3) 前方回旋から後方側振をする。 (4) 後方回旋から後方速振りとびを行う。	3 4	● 基本運動の反復練習をする。 ● リズムをつかめるように指導する。 ● グループの自主的練習に対し指導をする。	長なわ バスケット ボール
	3. 創作(組み合わせとび)	(1) グループ別に創作をする。 (2) 種々のとび方を連続して行う。	2	● 基本運動を正確に組み入れること。 ● 創作の指導を行う。 ● 組み合わせ方について、 ① 腕の変化、なわの回旋数、回旋方向、足の変化、 ② 順序、変化、回数 ③ 連続性に欠ける場合以上の点について指導助言する。	
	4. 発表	(1) 組み合わせ方が効果的であるかを見わかる。 (2) 各種のとび方がスムーズにできているかを見る。	1	● グループ別発表とする。 ● 個人及びグループの技術内容の見方を指導する。	
評価	1. 基本の技能の習熟がなされたか。 2. 基本的わざをととして複合運動の関係が理解できたか。 3. 能力差によるグループ活動がよくできたか。 4. お互いに協力し合って学習したか。				

は、どのような教材を、どのように展開すべきかが課題となる。
同時展開における問題点として
(一) 女子生徒がせいぜいっぱい取り組むのに反して、男子が消極的傾向になることがある。特にスポーツ的種目に著しい傾向がみられる。
(二) 体操など個人的種目のいっせいで指導は生徒の意欲が低下してしまう。

(三) 女子の特性を軽視した授業展開になりやすい。
このような点を配慮し、体操に「なわとび」を取り入れてみた。
三、実践
(一) 「なわとび」のねらい
本来「なわとび」は平易さの中に、調整力・瞬発力・持久力等を養い、さ

らにきわめて生活化されやすいという特性を有している。
これを教材として取り入れることにより、生徒に興味と運動への参加が期待されることと、次のような指導効果が達成される。
● 生徒の能力・体力差に応じた指導ができる。
● 学習意欲の高揚が図られる。

● 季節及び施設の条件にあまり左右されない。
(二) 指導の取り組み
● 男女差及び個人的な能力差に応じた指導上の到達目標を設定する。
● 易から難への到達目標別のグループを編成し段階指導をする。
● 応用創作による発表会を開く。
(三) 単元計画(上表)

四、まとめ

このような学習指導の結果、ともすると男女同時展開時に生じやすい、能力差・体力差による学習効果の差や、意欲の低下などは解消された。
今後更に指導面に創意くふうを図り生徒の体力の増強を促進するとともに生徒の生がいにわたる体育の生活化に関連する技能の定着に努力したい。

保健学習における教育機器の活用

福島女子高校 安孫子清七

現任教における視聴覚関係の教育機器は比較的恵まれていると思っている。しかし、実際の利用の段になると、種々の問題がある。第一に利用方法の勉強不足があげられる。機会あるごとに、機器利用についての講習を受けたり、利用方法について研究をしてみることが必要である。第二に準備にある程度の時間をかける必要がある。具体的には教材作りに「まめ」でなければならぬことと、機材の準備に時間が必要なことである。