

# 実践編

## 体育

体づくり運動「体力を高める運動」 .. P 3 7 ~ P 4 5

球 技「バドミントン」 ..... P 4 6 ~ P 5 5

## 保健

社会生活と健康「環境と食品の保健」 ..... P 5 6 ~ P 6 3

# 体育

## 体づくり運動 「体力を高める運動」

「体づくり運動」の内容には「体ほぐしの運動」と「体力を高める運動」がありますがここでは「体力を高める運動」の単独単位としての例を紹介します。



### 1 単元名 3年 体づくり運動(体力を高める運動)

### 2 単元目標

体力を高める運動の必要性を意識し、仲間と協力して運動に取り組もうとする。また、自分の体の調子や場所や用具の安全を確かめ、健康・安全に留意しようとする。(関心・意欲・態度)

自分の体力や健康状態をもとに課題を設定し、生活の実状に応じて、運動の種類や時間、回数等を組み合わせることができるようにする。また、運動の内容やその効果を考え、運動の内容や方法を見直すことができるようにする。(思考・判断)

持久力、柔軟性、力強さやスピードを高める運動を行うことができるようにする。(運動の技能)


体力を高める運動の目的には、疲労回復、体調維持、競技力向上等の目的があることについて言ったり書き出したりできるようにする。また、運動の目的に合った運動の組み立て方、活用の仕方について、言ったり書き出したりできるようにする。(知識・理解)

各校種、各学年での学習内容の整理をすることで系統的な学習計画が作成できます。

### 3 中学校から高等学校の「体づくり運動(体力を高める運動)」の学習内容の整理(例)

内容	中学校			高等学校		
	1年	2年	3年	1年	2年	3年
大きな力を発揮する能力を高めるための運動及びパワフルな動きができる能力を高めるための運動	自重を腕で支えたり、持ち上げたり、引き上げたり、人や物を押し引き上げたり、引いたりする運動	自重や相手の体重などを使って腕で支えたり、持ち上げたり、引き上げたり、押し引き上げたり、引いたりする運動	計画的に、継続的に回数・重さ・距離・負荷のかけ方を漸増して行い、自重や相手の体重、物などを使って行う運動	大筋群、小筋群を強化する運動の正しいフォームと行い方と選択の仕方	目的に応じて、強度・時間の原則を踏まえ、運動の行い方と組み合わせ方	自己の体力や生活の実状に応じて、強度・時間の原則を踏まえた運動
巧みさを高めるための運動(中学・高校)	徒手でリズムカルに動いたり、素早く動いたりする運動	徒手又は手具を使ってリズムカルに動いたり、人やモノの動きに対応してタイミングよく動いたりする運動	徒手又は手具を使って緊張、解緊張、アクセントの付け方などを工夫して、リズムカルに行ったり、人や物の動きに対応してタイミングよく動いたり、素早く動いたりする運動	巧さ、スピーディーに動く能力を高める運動のバリエーション	目的に応じて、巧さ、スピーディーな動きができる能力を高める運動の選択・組み合わせ方	自己の体力や生活の実状に応じて、巧さ、スピーディーな動きができる能力を高めるための運動における負荷の強度や量などの工夫の仕方
動きを持続する能力を高めるための運動	一つの運動又は複数の運動を組み合わせ、一定時間連続して行ったり、一定の回数を反復して行ったりする運動	各種の運動を連続的に行ったり、一定時間反復して行ったりし、最大心拍数と主観的運動強度の関係に着目して「ややきつい」と自覚できる運動強度で行う運動	最大心拍数と主観的運動強度を活用して行う運動	目的に応じて動きを持続する能力を高めるための運動 目的に応じて動きを持続する能力を高めるための運動の、選択の仕方	目的に応じた、動きを持続する能力を高めるための運動を組み合わせる運動 動きを持続する能力を高めるための運動における負荷の強度や量など、運動の行い方の、工夫の仕方	自己の生活や体力の実状に応じて、強度・時間を設定して行う運動
体の柔らかさを高めるための運動	ストレッチング(静的)の行い方	動きの中で高められる柔軟運動(動的)の行い方	目的に合った、動きの中で高められる柔軟運動(動的)とストレッチング(静的)の行い方	関節構造や筋、腱を意識して行う、柔軟運動(動的)とストレッチング(静的)の行い方	目的に応じた柔軟運動(動的)とストレッチング(静的)を組み立てて行う運動の行い方	自己の生活や体力に際して行う柔軟運動(動的)とストレッチング(静的)の行い方
総合的な体力を高めるための運動	数種類の異なる動きを1セットにして、時間や回数を設定して行う運動	数種類の異なる動きを1セットにして、時間や回数を漸進しながら連続して行う運動	目的に合った固定施設や器械・器具などを使って、時間や回数を漸進しながら順番に連続して行う運動	負荷の強度や量、運動の構成して行う運動	目的に応じて、負荷の強度や量、運動の構成して行う運動	自己の生活や体力の状況に応じて、負荷の強度や量、運動の構成して行う運動

#### 4 学習の道すじ(10時間扱い)

時	1	2 ~ 6	7 ~ 9	10
学習のねらい	<オリエンテーション> 今の自分の健康・体力状況に気付くとともに体力を高める運動の必要性を理解する。	【ねらい1】 体力を高めるための運動の行い方を知り、自分の課題を設定し実践する。	【ねらい2】 自分の課題に応じた体力を高めるための運動を計画し、実践する。	<まとめ> 体力を高める運動の成果を確認するとともに、学習のまとめをする。
0	本時の学習内容の確認 本時の目標確認			
10	ウォーミングアップの方法の理解と実践 正確なストレッチの方法の理解と実践	<ストレッチ> ストレッチの基本的な考え方や効果的な行い方 自分の体力に応じたメニューを選択・実践	体力を高めるための運動の計画立案 体力を高めるための運動の実施 体力を高めるための運動の振り返りと計画修正	力試し (ミニ体力テスト) ・反復横跳び ・握力 ・長座体前屈等
20		<力強さ・スピード> 基本的な考え方や効果的な行い方 自分の体力に応じたメニューを選択・実践	修正した計画を基に体力を高めるための運動の実施	
30		<持久力> 心拍数と主観的運動強度についての理解 自分の体力に応じたペースでのランニング	 <p>単元計画は、大まかな学習内容が時系列でわかるように計画しましょう!</p>	学習全体の振り返り (ノート記入)
40				
50	本時の振り返り(ノート記入) 次回の確認・目標設定			

#### 5 評価規準

##### (1)単元の評価規準

関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
体力を高める運動の必要性を意識し、仲間と協力して運動に取り組もうとする。また、自分の体の調子や場所や用具の安全を確かめ、健康・安全に留意しようとする。	自分の体力のレベルや健康状態をもとに課題を設定し、自分の生活の実状に応じて、運動の種類や時間、回数等を組み合わせている。また、運動の内容やその効果を考え、運動の内容や方法を見直している。	持久力、柔軟性、力強さやスピードを高める運動を行うことができる。	体力を高める運動の目的には、疲労回復、体調維持、競技力向上等の目的があることについて言ったり書き出したりしている。また、運動の目的に合った運動の組み立て方、活用の仕方について、言ったり書き出したりしている。

単元の目標から4つの観点ごとに単元の評価規準を設定します。留意点として、該当学年の学習内容にあった「おおむね満足できる状況」を設定しましょう!



陸上競技の「長距離走の観点」と混同しないように注意しましょう。

(2) 学習活動における具体的評価規準と学習場面における具体的学びの姿(5段階)

	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
A	<ul style="list-style-type: none"> <li>～ を常に意識して粘り強く取り組もうとする。</li> <li>～ 励ましながら自ら進んで協力し・・・</li> <li>～ 常に自ら進んで確かめ・・・</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>～ をとらえ、適切な課題を設定している。</li> <li>～ 効率性を考えて的確に構成している。</li> <li>～ 的確にとらえ、～ 見直し、新たに方法を工夫したりしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>～ 安定して効果的に高めるペースで走ることができる。</li> <li>～ 安定して効果的に行うことができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>～ 説明している。</li> </ul>
A	<ul style="list-style-type: none"> <li>～ を常に意識して取り組もうとする。</li> <li>～ 自ら進んで協力して・・・</li> <li>～ 自ら進んで確かめ・・・</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>～ に応じた課題を設定している。</li> <li>～ 効率性を考えて構成している。</li> <li>～ とらえ、～ 見直し、改善している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>～ 効果的に高めるペースで走ることができる。</li> <li>～ 効果的に行うことができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>～ 具体例を挙げている。</li> </ul>
B	<p>体力を高める運動の必要性を意識して、取り組もうとする。</p> <p>仲間と協力して運動に取り組もうとする。</p> <p>自分の体の調子や場所や用具の安全を確かめ、健康・安全に留意しようとする。</p>	<p>自分の体力のレベルや健康状態をもとに課題を設定している。</p> <p>自分の体力のレベルや健康状態をもとに、生活の実状に応じて運動の種類や時間、回数等を組み合わせている。</p> <p>運動の効果を考え、運動の内容や方法を見直している。</p>	<p>持久力を高めるペースで走ることができる。</p> <p>柔軟性を高める運動を行うことができる。</p> <p>力強さやスピードを高める運動を行うことができる。</p>	<p>体力を高める運動の目的には、疲労回復、体調維持、競技力向上等の目的があることについて、言ったり書き出したりしている。</p> <p>運動の目的に合った運動の組み立て方、活用の仕方について、言ったり書き出したりしている。</p>
C	<ul style="list-style-type: none"> <li>～ を意識して取り組めずにいる。</li> <li>～ 協力できずに・・・</li> <li>～ 確かめられず ～ 留意できずにいる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>～ を考えずに課題を設定している。</li> <li>～ 部分的な組み合わせに留まっている。</li> <li>～ 考えられず、～</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>～ 高めるペースを保てないでいる。</li> <li>～ 高める運動が不安定で、効果が薄い行い方になっている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>～ 断片的に言ったり書き出したりしている状態に留まっている。</li> </ul>
C	<ul style="list-style-type: none"> <li>～ の意識を持とうとしないでいる。</li> <li>～ 関わろうとせず・・・</li> <li>～ 確かめず、危険な行い方をしてしまうこともある。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>～ を考えず、課題を設定できずにいる。</li> <li>～ 組み合わせることができない。</li> <li>～ 考えられず、～ 見直せないでいる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>～ 高めるペースで走ることができずにいる。</li> <li>～ 高める運動を行うことができずにいる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>～ 全く言ったり書き出したりできずにいる。</li> </ul>



具体的評価規準を作成する際の留意点として・・・

4観点が混在することのないよう、観点間の表現の重複や紛らわしい表現に気を付けましょう。  
 具体的評価規準は、内容のまとまりごとの評価規準や、単元の評価規準で用いた表現よりも具体的にします。

6 指導と評価の計画

時間	ねらいと学習活動	学習活動における具体的評価規準				評価方法等
		関心・意欲・態度	思考判断	運動技能	知識理解	
はじめ 1時間目	<p>&lt;オリエンテーション&gt; オリエンテーションのねらい： 今の自分の健康・体力状況に気付くとともに「体力を高める運動」の必要性を理解する。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>ウォーミングアップの方法を理解し、実践する。</li> <li>正確なストレッチの方法を理解し、実践する。</li> </ol>					観察 学習カードの記述
なか 2時間目～5時間目	<p>ねらい1： 柔軟性・筋力・持久力を高める運動の行い方を知り、自己の課題を設定し実践する。</p> <p>【学習活動】 &lt;ストレッチメニュー&gt; 1 ストレッチの基本的な考え方や効果的に行う。 2 自己の体力に応じたメニューを選択・実践する。 &lt;力強さ・スピードメニュー&gt; 1 力強さとスピードを高めるためのトレーニングを行う。 (基本的な考え方や効果的な行い方) 2 自己の体力に応じたメニューを選択・実践する。 &lt;持久力メニュー&gt; 1 心拍数と主観的運動強度について理解する。 2 自己の体力に応じたペースでのランニングを行う。</p>					観察 学習カードの記述
なか 6時間目～9時間目	<p>ねらい2： 自己の課題に応じた「体力を高める運動」を計画し、実践する。</p> <p>【学習活動】 1 課題に応じた運動の計画を立てる。 2 計画を基に運動を実践する。 3 実践の振り返りと計画の修正をする。 4 修正した計画をもとにした運動を実践する。</p>					観察 学習カードの記述
まとめ 10時間目	<p>【学習のまとめ】 1 学習をとおして伸びた力を確認する。 力試し(ミニ体力テスト) 2 単元全体をとおした学習の振り返りを行う。</p>					観察 学習カードの記述

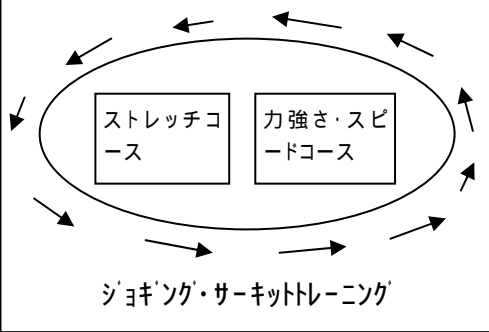
ここでは、学習のはじめの段階なので、学習終了後の知識理解だけでなく全ての観点において学習中に診断的に判断しています。

「 」など番号は、前記の「学習活動における具体的評価規準」の表の番号に対応しています。



7 展開例

時	ねらい・学習活動	教師の指導・支援	評価
はじめ 1時間 （1時）	<p>&lt;オリエンテーション&gt;</p> <p>学習のねらいや進め方について理解する。</p> <p>学習グループを編成する。</p> <p>今の自分の健康・体力状況に気付くとともに体力を高める運動の必要性を理解する。</p> <p>体力を高めるための運動について、実践をとおして理解する。</p> <p>1 ウォーミングアップの方法</p> <p>2 正確なストレッチの方法</p>	<p>学習の進め方や資料の使い方、記録の取り方、活用の仕方について説明する。</p> <p>トレーニングの方法や行う際のポイントについて具体的に説明する。</p>	<p><b>知識・理解</b></p> <p>体力を高める運動の目的には、疲労回復、体調維持、競技力向上等の目的があることについて、言ったり書き出したりしている。（学習カード）</p>
なか 4時間 （2時） ・ ・ ・ 5時 （）	<p><b>【ねらい1】</b></p> <p>体力を高めるための運動の行い方を知り、自分の課題を設定し実践する。</p> <p>&lt;ストレッチメニュー&gt;</p> <p>1 ストレッチの基本的な考え方や効果的な行い方を知る。</p> <p>2 自分の体力に応じたストレッチメニューを選択し実践する。</p> <p>&lt;力強さ・スピードメニュー&gt;</p> <p>1 力強さとスピードを高めるためのトレーニングの基本的な考え方や効果的な行い方を知る。</p> <p>2 自分の体力に応じた力強さとスピードを高めるためのトレーニングメニューを選択し実践する。</p> <p>&lt;持久力メニュー&gt;</p> <p>1 心拍数と主観的運動強度を計測し、運動強度について理解を深める。</p> <p>2 自分の体力に応じたペースで走る。</p> <p>(1)ペース走（2～3周）</p> <p>(2)目標設定（3周）</p> <p>(3)時間走（タイムトライアル）</p> <p>それぞれのメニューを組み合わせながら実践する。</p>	<p>新体力テストの結果やこれまでの各自の運動実践の様子から、自分の体力に応じた課題が設定できるように助言する。</p> <p>ストレッチの方法や行う際のポイントについて再確認する。</p> <p>正確に行えるように個に応じて助言する。</p> <p>力強さとスピードを高めるためのトレーニングの方法や行う際のポイントについて具体的に説明する。</p> <p>自分の体力にあった運動を行っているか、また正確に行っているか等を観察し、必要に応じて助言する。</p> <p>運動中に主観的な運動強度を意識できるよう言葉かけをする。</p> <p>自分の体力にあった一定のペースで走るよう助言する。</p>	<p><b>関心・意欲・態度</b></p> <p>体力を高める運動の必要性を意識して、取り組もうとする。（観察・学習ノート）</p> <p><b>思考・判断</b></p> <p>自分の体力のレベルや健康状態をもとに課題を設定している。（観察・学習ノート）</p> <p><b>運動の技能</b></p> <p>持久力を高めるペースで走ることができる。（観察・学習カード）</p> <p>柔軟性を高める運動を行うことができる。（観察・学習カード）</p> <p>力強さとスピードを高める運動を行うことができる。（観察・学習カード）</p> <p><b>知識・理解</b></p> <p>運動の目的に合った運動の組み立て方、活用の仕方について、言ったり書き出したりしている。（学習カード）</p>

<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">なか 4時間 (6・7・8・9時)</p>	<p><b>【ねらい2】</b> 自分の課題に応じた体力を高めるための運動を計画し、実践する。</p> <p>1 自分の体力の状況をもとに体力を高めるための運動を計画する。</p> <p>〔運動実践の計画例〕</p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> <p>軽い運動 筋力を高める運動 柔軟性を高める運動 スピーディーでパワフルな全身運動 軽い運動とストレッチ</p> </div> <p>2 計画を基に運動を実践する。</p> <p>3 実践を振り返り、計画に修正を加える。</p> <p>4 修正した計画をもとに運動を実践する。</p> <p>〔展開場所の例〕</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; width: fit-content; margin: 10px auto;">  </div>	<p>自分の体力に応じた課題をもとに、運動の計画が立てられているか観察し、必要に応じて助言する。</p> <p>生活の実状に応じて、実践的な内容を考えられるよう助言する。</p> <p>計画がなかなか立てられない場合は、具体的な計画例を提示したり課題に応じた運動を選択できるように助言したりする。</p> <p>計画をもとにして場所や用具等を効率よく使い、運動量が十分に確保できるように助言する。</p> <p>計画にもとづいて実践した結果を振り返り、よかった点とよくなかった点をもとに計画を修正するよう指導する。</p> <p>的確な振り返りや計画の修正ができない場合は、その状況に応じて一斉指導や個別指導を行う。</p>	<p><b>関心・意欲・態度</b> 仲間と協力して、運動に取り組もうとする。(観察) 自分の体の調子や場所や用具の安全を確かめ、健康・安全に留意しようとする。 (観察・学習カード)</p> <p><b>思考・判断</b> 自分の体力レベルや健康状態をもとに、生活の実状に応じて運動の種類や時間、回数を組み合わせている。 (観察・学習カード) 運動の効果を考え、運動の内容や方法を見直している。 (観察・学習カード)</p> <p><b>知識・理解</b> 運動の目的に合った運動の組み立て方、活用の仕方について、言ったり書き出したりしている。</p>
<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">まとめ 1時間 (10時)</p>	<p><b>【学習のまとめ】</b></p> <p>1 学習をとおして伸びた力を確かめる。 ミニ体力テスト</p> <p>2 単元全体をとおして学習を振り返る。 学習カードの評価項目をもとに、自己評価を行う。</p>	<p>意欲的に取り組めるように声をかける。また、記録の伸びだけでなく、運動の行い方の変容も認め賞賛する。 学習全体を4観点から振り返らせ、成果と課題を明らかにし、次の学習に生かすように助言する。 自分の健康について考え、運動を継続して実践していくことの大切さを伝える。</p>	<p><b>関心・意欲・態度</b> 体力を高める運動の必要性を意識して、取り組もうとする。 (観察・学習ノート)</p> <p><b>知識・理解</b> 体力を高める運動の目的には、疲労回復、体調維持、競技力向上等の目的があることについて、言ったり書き出したりしている。 (学習ノート)</p>

8 学習資料

(1) 事前アンケート

次の設問について、適する答えを□から選び、A B - Cのいずれかに をしてください。  
 また〔 〕にはあなたの考えを書いてください。

生徒の自己評価(意識)を把握します。

Aいつも進んでしている Bだいたいしている Cほとんどしていない

Q1 普段運動するときに、体力を高める必要性を意識して取り組んでいますか？ A B C

SQ - あなたが感じる体力を高める必要性とはどのようなことですか？

{ }

Q2 仲間と協力したり、励まし合ったりしながら運動に取り組もうとしていますか？ A B C

Q3 普段運動するときに自分の体の調子確かめ、健康に留意していますか？ A B C

Q4 普段運動するときに場所や用具の安全を確かめ、安全に留意していますか？ A B C

Q5 普段運動するときに自分の体力のレベルや健康状態をもとに課題を設定していますか？ A B C

SQ - 今現在のあなたの課題は何ですか？

{ }

Q6 みんなで運動するときに、効果があがるように運動を組み合わせたり、施設や用具を利用したりしようとしていますか？ A B C

SQ - 具体的にどんなことに気を付ければ効果があがると思いますか？

{ }

Q7 体力を高める運動をするときに運動の内容やその効果を考えて、運動の内容や方法を見直したり、新たな運動の内容を選んだりしていますか？ A B C

A効果的にできる Bだいたいできる Cほとんどできない

Q8 持久力を高めるペースで走ることができますか？ A B C

Q9 柔軟性を高める運動を行うことができますか？ A B C

Q10 力強さやスピードを高める運動を行うことができますか？ A B C



Aとてもよく知っている(理解している) Bある程度知っている(理解している) Cほとんど知らない(理解していない)

Q11 体力を高める運動の大切さを理解していますか？ A B C

SQ 体力を高めるための運動の大切さとは何か、知っていることを書いてください。

{ }

Q12 体力を高めるための運動の方法や体力の高めるためのポイントを知っていますか？ A B C

SQ 高めるためのポイントを書いてください。

具体的に書かせることで、現在の生徒の力を把握します。

Q13 高めたい体力に合った運動の組み立て方、活用の仕方を知っていますか？ A B C

SQ 次の目的に合った運動メニューを例示してください。

健康の保持増進・体力維持を目的とした運動

{ }

( )の競技力向上トレーニング ( )に好きなスポーツを入れてください。

{ }

設問は全て評価規準に対応しています。



(2) 評価補助簿

観 点		関 心・意 欲・態 度					思 考・判 断					運 動 の 技 能					知 識・理 解				
規 準 No																					
No	氏 名	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/

「十分満足できると判断される」状況(A)を = **A**  
 「おおむね満足できると判断される」状況(B) = **B**  
 「努力を要すると判断される」状況(C) = **C**  
 (A)(C)について、それぞれ程度の高い(低い)ものを = **A<sup>○</sup>**、**C<sup>□</sup>**  
 ……を記入しています。

(3) 学習カード

**班** **サーキットトレーニング実施計画**

計画日: / ( )

実施日: / ( )

セットの内容

No.	運動の種類	使用用具	運動負荷・回数	主な運動効果	留意点
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					

セットの回数

セット

セットレスト

秒



- 1 とても効果的に運動ができた
- 2 ある程度効果的に運動ができた
- 3 あまり効果的にできなかった
- 4 まったく効果的にできなかった

終了後の記録 (自己評価欄には をつけましょう)

NO.	なまえ	主観的運動強度	心拍数	自己評価
1			拍/分	1 ・ 2 ・ 3 ・ 4
2			拍/分	
3			拍/分	
4			拍/分	
5			拍/分	

<グループでの振り返り>

うまくいった点

今後の課題

### 毎時の学習記録カード

時間目		月	日	(曜日)	天気	の理由(自覚症状)
体調	疲労					…絶対調!!
	病気					…好調!
	怪我					…普通
学習内容						
今日の目標						
学習計画		自分で計画を立てるのは 時間目です。前回の課題をもとに体力向上を目指して計画を立てましょう。				
時間						
0分	集合・本時の確認					
	トレーニング内容			注意点・具体的な目標など		
10分						
20分						
30分						
40分	ノート記入					
50分	解散					
自己評価				よい	ふつう	わるい
1	積極的に活動に参加することができましたか。		3	2	1	
2	トレーニング計画をしっかりと考えましたか。		3	2	1	
3	計画どおりに学習できましたか。		3	2	1	
実際行ってみての計画良かった点は？			実際行ってみての計画上問題点は？			
今日の振り返り			次回の目標			
			先生から			

**【思】**  
自分の健康状態をもとに課題を設定しているかどうか、この記述を参考にします。

**【知】**  
目的に合った運動の組み立て方、活用の仕方について記述することができたか、この記述を参考にします。

**【思】**  
運動の効果を考え運動の内容や方法を見直しているかどうか、この記述を参考にします。

### 主観的運動強度と心拍数の記録カード

**【技】** 各自の運動に適した心拍数で運動できたかをここで見取ります。


心拍数と自分が感じた運動の強さ(主観的運動強度)の記録

No.	月 / 日	心拍数	自分が感じた運動の強さ	心拍数(/10)								主観的運動強度							
				5	7	9	11	13	15	17	19	1	2	3	4	5	6	7	
事前	安静時	拍/分																	
	自己診断時	拍/分																	
	目標	拍/分	4(ややきつい)																
1	/	拍/分																	
2	/	拍/分																	
3	/	拍/分																	
4	/	拍/分																	

トレーニング(持久力)の効果が期待できる目標心拍数  
運動を15分から30分持続した場合

$(\text{最大心拍数} - \text{年齢}) \times 0.65$

最大心拍数の出し方  
最大心拍数 = 220 - 年齢



主観的運動強度(RET)の基準

1	非常に楽である
2	かなり楽である
3	楽である
4	ややきつい
5	きつい
6	かなりきつい
7	非常にきつい

} めやす

# 体育 球技「バドミントン」

## 1 単元名 2年球技(バドミントン)

## 2 単元目標

パートナーとの動きを調整して攻防するダブルスのゲームに着目したバドミントンに関心を持ち、楽しさや喜びが味わえるように、自分の役割を自覚してその責任を果たし、互いに協力して練習やゲームをしようとするとともに勝敗に対して公正な態度をとろうとする。また、活動場所などの安全を確かめ、健康・安全に留意して練習やゲームをしようとする。(関心・意欲・態度)

課題を設定し、その課題を解決するための方法を選んだり、見付けたりできるようにする。相手との攻防に合った作戦を立てたり、練習やゲームで新しい課題を選んだり、見付けたりできるようにする。(思考・判断)

個人的な技能やパートナーとの動きの調整の仕方を身に付け、練習やゲームをすることができるようにする。(運動の技能)

特性や学び方、個人的な技術やパートナーとの動きの調整の仕方の構造、合理的な練習の仕方、ゲームや審判の方法について、言ったり、書き出したりできるようにする。(知識・理解)

## 3 中学校から高等学校の「球技(バドミントン)」の学習内容の整理(例)

各校種、各学年での学習内容の整理をすることで系統的な学習計画が作成できます。

	中学校			高等学校		
	1 学年	2 学年	3 学年	1 学年	2 学年	3 学年
ゲーム	やさしいストロークでラリーが続くシングルのゲームを行う	ストロークのバリエーションを使ってラリーを続け、簡単なダブルスのゲームを行う	パートナーとの連携をとりながら様々なストロークを使ってフライトを変化させ、ダブルスのゲームを行う	相手のオープンスペースへ各フライトを使って攻撃し、ホームポジションに戻って防御するシングルのゲームを行う	パートナーとの動きを調整して攻防するダブルスのゲームを行う	相手の動きやフライトを予測し、ダブルスフォーメーションをとるダブルスのゲームを行う
個人的技能	相手のフライトの位置に合わせて打ち返す ・ストローク ・レシーブ	相手のフライトの位置、強さに合わせた ・ストローク ・レシーブ ・ロングサービス ・スマッシュ	ゲームの状況に合わせた ・ストローク ・レシーブ ・ショートサービス ・スマッシュ	打ち分けるフライト ・ハイクリア ・ドライブ ・スマッシュ ・プッシュ ・サービス	ゲームの中で打ち分けるフライト ・ハイクリア ・ドリブンクリア ・ドロップ ・ドライブ ・ヘアピン ・スマッシュ ・プッシュ ・サービス	ゲームの状況に応じて打ち分けるフライト ・ハイクリア ・ドリブンクリア ・ドロップ ・カット ・ドライブ ・ヘアピン ・スマッシュ ・プッシュ ・サービス
攻防	相手からのシャトルを、フォアハンドストロークを使って相手コートにリターンする	相手からのシャトルを、フォアハンドストロークやバックハンドストロークを使ってリターンする	パートナーと連携した基本的な動きをし、前後左右にシャトルを打ち分けたり、スマッシュによって攻撃したりする	状況に応じたストロークで、相手のスペースを攻めたり、味方のスペースを守ったりする	ペアと連携した動きと、状況に応じたストロークで、相手のスペースを攻めたり、味方のスペースを守ったりする	相手の動きやフライトを予測し、ペアで適切なポジションに移動して攻防することについて

各学年で選択できると仮定しての内容。単年度等での設定であればその内容を凝縮して行うことになります。

#### 4 学習の道すじ(後期球技選択:20時間扱い)

事前準備	1時	2～12時	13～19時	20時
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 用具の確認(ラケットなど)</li> <li>・ 学習ノート(個人ノート等)</li> <li>・ 学習資料(技能チェックカード等)</li> <li>・ 事前アンケート</li> </ul>	オリエンテーション	<b>ねらい1</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 基礎的知識を身に付け、基本的技能を身に付けるとともに今できる技能を使ってゲームを楽しむ。</li> </ul>	<b>ねらい2</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ パートナーとの連携の仕方を身に付けるとともに連携の課題に応じて練習やゲームを工夫し、楽しむ。</li> </ul>	まとめ
	学習のねらいや道すじの理解	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ラケットとシャトルに慣れる練習</li> <li>・ フットワーク(前後・左右・ななめ)</li> <li>・ フォアハンド、バックハンドストロークの練習</li> <li>・ サービスの練習</li> <li>・ 簡易ゲーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ダブルスのフォーメーションやルール、審判法の理解</li> <li>・ ダブルスの練習(シャトルノック等)</li> <li>・ 試しのゲーム</li> <li>・ 課題に応じた練習</li> <li>・ ルールや組み合わせを工夫してのシングルス、ダブルスのゲーム</li> </ul>	学習のまとめ



単元計画は、学習のねらいと大まかな学習内容が時系列でわかるように計画します！

#### 5 評価規準

##### (1) 単元の評価規準

	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
単元の評価規準	<p>パートナーとの動きを調整して攻防するダブルスのゲームに着目して学習に取り組み、勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わえるようにする。</p> <p>また、自分の役割を受け止め、協力しようとするとともに審判の判定や指示に従い、勝敗の結果を受け止めようとする。</p> <p>さらに、活動場所の安全を確かめ、健康・安全に留意しようとする。</p>	<p>自分やパートナーとの連携の仕方に適した課題を設定し、その課題を解決するための方法を選んだり、見付けたりする。</p> <p>また、相手との攻防に合った作戦を立てたり、練習やゲームで新しい課題を選んだり、見付けたりする。</p>	<p>ゲームの中でハイクリア、ドリブンクリア、ドロップ、ドライブ、ヘアピン、スマッシュ、ブッシュ、サービスが打てる。</p> <p>また、パートナーとの動きの調整の仕方を身に付け、練習やゲームをすることができる。</p>	<p>バドミントンの特性や学び方、個人的な技術やパートナーとの連携の技術の構造、合理的な練習の仕方、ゲームや審判法の方法を言ったり、書き出したりしている。</p>



単元の目標から4つの観点ごとに単元の評価規準を設定します。

留意点として、該当学年の学習内容に合った「おおむね満足できると判断される」状況(B)を設定しましょう！

(2) 学習活動における具体的評価規準と学習場面における具体的学びの姿(5段階)


	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
A	~粘り強く取り組み、 味わおうとする。 ~自分の役割を果たし きり協力しようとする。 ~自ら受け止めるだけ でなく、互いのよさを 賞賛しようとする。 あらゆる場面で自分ば かりでなく	適した課題を具体的に 見付けている。 適切な方法について具 体的に見付けている。 状況に応じた方法を見 付けている。	~タイミングよくコン トロールして打てる。 ~タイミングよくコン トロールしてリターン できる。 ~相手の動きに応じて スムーズに動きがで きる。	~具体例を挙げて分か りやすく説明している。 ~具体例を挙げて分か りやすく説明している。 ~具体例を挙げて分か りやすく説明している。
A	~自ら進んで取り組 み、味わおうとする。 ~役割を果たし協力し ようとする。 ~自ら受け止めよう とする。 ~自分ばかりでなく	適した課題を見付けて いる。 適切な方法を見付けて いる。 状況に応じた方法を提 示された中から選ん でいる。	~タイミングよく打 つことができる。 ~タイミングよくリ ターンできる。 ~スムーズにできる。	~説明している。 ~整理し、説明して いる。 ~整理し、説明して いる。
B	パートナーとの動きを 調整して攻防するダ ブルスのゲームに着 目して学習に取り組 み、 <u>勝敗を競い合う楽しさ</u> <u>や喜びを味わおうと</u> <u>する。</u> 練習やゲームで、 <u>自 分の役割を受け入れな がら協力しようとする。</u> 審判の指示に従い、ル ールを守り勝敗や結 果を受け止めよう とする。 活動場所の安全を確 かめ、 <u>健康・安全に注 意しようとする。</u>	練習やゲームで自分 の課題を選んでいる。 課題を解決する方 法を提示した資料 などから選ん でいる。 練習内容の見直し や新たな方法を提 示した資料の中 から選んでいる。	ゲームの中でハイ クリア、ドリフ ンクリア、ドロ ップ、ドライブ、 ヘアピン、スマ ッシュ、プッシュ、 サービスが打 てる。 相手の攻撃をリ ターンできる。 ダブルスにお いて、パート ナーとの動き の調整が できる。	バドミントンは シャトルの速 さに緩急をつ けたり、相手 の予測をはず したりしてラ リーを楽しむ 特性があるこ とを言ったり、 書き出したり している。 バドミント ンの個人的な 技術やパート ナーとの連携 の仕方、合理 的な練習の仕 方を言ったり、 書き出したり している。 ゲームの運 営やルール、 審判の方法を 言ったり、書 き出したりし ている。
C	~味わえないで いる。 ~受け入れきれ ない。 ~不平を言う。 ~注意しきれ ない。	~現状に適さ ない課題を選 んでいる。 ~課題に適さ ない方法を選 んでいる。 ~選んでいる が、視点が ずれている。	~打てないこ とがある。 ~リターンで きないこと がある。 ~できないこ とがある。	~断片的に言 ったり書き 出したりし ている。 ~断片的に言 ったり書き 出したりし ている。 ~断片的に言 ったり書き 出したりし ている。
C	~味わおうと しない。 ~受け入れよう としない。 ~勝ちにこだ わり、脅か すことがある。 ~安全への意 識が持て ない。	~課題を選 べないで いる。 ~解決方法を 選べないで いる。 ~選べない でいる。	~全くでき ないで いる。 ~全くリタ ーンでき ないで いる。 ~全くでき ないで いる。	~全く書き 出せない でいる。 ~全く書き 出せない でいる。 ~全く書き 出せない でいる。

具体的評価規準を作成する際の留意点として、  
行動目標的な表現  
...例えば「~している」  
学習活動がイメージできる表現  
...例えば「クリアー・ドロップ・スマッシュが打てる」  
などを考慮して作成します。

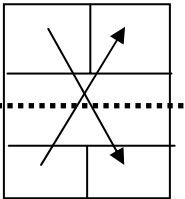


具体的評価規準は、内容のまとめりごとの評価規準や単元の評価規準で用いた表現よりも、具体的にします。  
例として...  
各種フライトの技能を身に付け~(単元の評価規準)  
クリアー・ドロップ・スマッシュ~が打てる(具体的評価規準)

6 指導と評価の計画

時間	ねらい・学習活動	学習活動における具体的評価規準				評価方法等
		関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解	
はじめ 1時間目	《オリエンテーション》 学習のねらいや道すじ、具体的な進め方について理解する。 バドミントンの競技・特性について理解する。 学習上の約束と用具の準備やマナー・安全への配慮について理解する。 用具の名称・内容について確認する。 学習ノートの使い方と活用方法について理解する。	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content; margin: auto;">                     ここでは、学習のはじめの段階なので、学習終了後の知識理解だけでなく全ての観点において学習中に診断的に判断しています。                 </div>				観察 学習カードの記述
なか 2時間～12時間目	ねらい1 基礎的知識を身に付け、基本的技能を身に付けるとともに今できる技能を使ってゲームを楽しむ。  セッティング（ボール、ネット、シャトルの用意）を行う。 準備運動、体ほぐしの運動を行う。 ラケットとシャトルに慣れる練習を行う。 フットワーク（前後、左右、ななめ）の練習を行う。 基本的技能の練習を行う。 フォアハンド・バックハンドストロークの練習を行う。 サーブの練習を行う。 簡易ゲームを行う。 後片付けを行う。      まとめをする。	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content; margin: auto;">                     「 」など番号は 前記の「学習活動における具体的評価規準」の表の番号に対応しています。                 </div> 				観察 学習カードの記述 質問の反応
なか 13時間～19時間目	ねらい2 パートナーとの連携の仕方を身に付けるとともに連携の課題に応じて練習やゲームを工夫し、楽しむ。  セッティング（ボール、ネット、シャトルの用意）を行う。 準備運動を行う。 2人組を作り、ウォーミングアップをかねて各種ショットの練習を行う。（今まで行った基本的技能を使う） ダブルスのルール・審判法の説明を聞く。 試しの試合を行う。 ダブルスフォーメーションの説明を聞く。 ダブルスの試合を行う。 作戦を考える。（試合の結果の反省や今後の作戦を立てる） 後片付けを行う。      まとめをする。					観察 学習カードの記述 質問の反応
まとめ 20時間目	ビデオ等の視聴覚教材を見ての反省と振り返る。 学習のまとめを行う。 ・バドミントンの特性に触れ、仲間と楽しく学習できたか。 ・ゲームや練習の仕方を工夫することができたか。 ・学習の進め方を理解し、自己やチームの課題解決に向けての取り組みができたか。 ・自分やチームの技術が向上したか。 ・マナーや競技規則を守り、安全に留意して学習できたか。	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content; margin: auto;">                     ここでは（最終日）、関心・意欲・態度、知識・理解を中心に総合的に判断しています。                 </div>				観察 学習カードの記述 質問の反応

7 展開例

時間	ねらい・学習活動	教師の指導・支援	評価
<p>はじめ</p> <p>1時間目</p>	<p>《オリエンテーション》</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 学習のねらいや道すじ、具体的な進め方を理解する。</li> <li>2 バドミントンの競技・特性について理解する。</li> <li>3 学習上の約束と用具の準備やマナー・安全への配慮について理解する。</li> <li>4 用具の名称・内容について確認する。</li> <li>5 学習ノートの使い方と活用方法について理解する。</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 学習の進め方、資料の使い方や記録の取り方、活用の仕方について説明し、理解させるようにする。</li> <li>・ 視聴覚教材を使い、バドミントンの特性について説明する。</li> <li>・ 準備運動不足から大きな怪我につながることやラケットを振る危険性を教師が示し、危険性を伝える。</li> </ul>	<p><b>【知識・理解】</b></p> <p>バドミントンはシャトルのスピードに緩急をつけたり、相手の予測をはずしたりしてラリーを楽しむ特性があることを言ったり、書き出したりしている。</p> <p>(学習ノート・観察)</p>
<p>なか</p> <p>2時間目</p> <p>12時間目</p>	<p>ねらい1</p> <p>基礎的知識を理解し、基本的技能を身に付けるとともに今できる技能を使ってゲームを楽しむ。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 セットアップ(ポール、ネット、シャトルの用意)を行う。</li> <li>2 準備運動を行う。</li> <li>3 体ほぐしの運動を行う。</li> <li>4 ラケットとシャトルに慣れる練習を行う。</li> </ol> <p>&lt;2人一組で行う&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ラケットの握り方</li> <li>・ 直上打ち上げ</li> <li>・ シャトルすくい</li> <li>・ ラケットの振り方</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>5 フットワーク(前後、左右、ななめ)の練習を行う。</li> <li>6 基本的技能の練習を行う。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ フォアハンド・バックハンドストロークの練習</li> <li>・ シャトルノック</li> </ul> </li> <li>7 サーブの練習を行う。</li> </ol> <p>&lt;1コートあたり6～8人&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ロングサーブ、ショートサーブ</li> </ul> <p>シャトルが当たらないように、 のようにサーブを打つ。</p>  <ol style="list-style-type: none"> <li>8 簡易ゲーム(総当たり)を行う。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ハーフコートのシングルスゲーム(5点制)</li> </ul> </li> <li>9 後片付けを行う。</li> <li>10 まとめを行う。</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 器具や用具の取り扱い、準備や片付けの仕方について確認をする。</li> <li>・ 心と体の調子を整えるなど、体ほぐしの運動のねらいを理解させ、楽しく取り組めるようにする。</li> <li>・ 各種ドリルゲームを用意する。</li> <li>・ 個人技能については周囲がアドバイスを積極的に行うような雰囲気作りをし、状況に応じて教師が個別指導を行う。</li> <li>・ 個人技能やゲームでの様子を解説し、課題の発見を導き出せるよう助言する。</li> <li>・ 課題解決に向けての練習法などの資料を提供する。</li> <li>・ 学習ノートや教科書等を使ってルールを確認を行わせ、周囲には相互指導ができるように助言する。</li> <li>・ 円滑にゲームを進めるため、ゲームの運営や記録の記入ができているか確認する。</li> <li>・ 自己評価、相互評価を行い、ねらいの達成状況を確認させるようにする。</li> </ul>	<p><b>【関心・意欲・態度】</b></p> <p>ルールを守り、自ら進んで勝敗や結果を受け入れようとする。</p> <p>(観察、学習ノート)</p> <p>パートナーとの動きを調整して攻防するダブルスのゲームに着目して学習に取り組む、勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わおうとする。</p> <p>(観察、学習ノート)</p> <p><b>【思考・判断】</b></p> <p>練習やゲームで自分の課題を選んでいる。</p> <p>課題を解決する方法を提示した資料などから選んでいる。</p> <p>(観察、学習ノート)</p> <p><b>【運動の技能】</b></p> <p>ゲームの中でハイクリア・ドリブンプリア、ドロップ、ドライブ、ヘアピン、スマッシュ、プッシュサーブが打てる。</p> <p>相手の攻撃をリターンできる。</p> <p>(観察、技能チェック表)</p>

<p>ねらい2</p> <p>パートナーとの連携の仕方を身に付けるとともに連携の課題に応じて練習やゲームを工夫し、楽しむ。</p> <p>1 セッティング（ボール、ネット、シャトルの用意）を行う。</p> <p>2 準備運動を行う。</p> <p>3 2人組を作り、ウォーミングアップをかねて各種ショットの練習（今まで行った基本的技能を使う）を行う。</p> <p>4 ダブルスのルール・審判法の説明を聞く。</p> <p>5 試しの試合を行う。</p> <p>・ ダブルスのゲーム（5点制）</p> <p>6 ダブルスの動きの、調整の仕方の説明を聞く。</p> <p>7 ダブルスの動きの調整（フォーメーション）を意識した練習を行う。</p> <p>・ トップ・アンド・バック、サイド・バイ・サイド等の練習</p> <p>8 シングルス・ダブルスの試合を行う。</p> <p>・ シングルのゲーム（7点制）</p> <p>・ 動きの調整を意識したダブルスのゲーム（7点制）</p> <p>9 作戦を考える（試合の結果の反省や今後の作戦を立てる。）</p> <p>10 後片付けを行う。</p> <p>11 まとめをする。</p>	<p>つまずきの見られる生徒について、必要な手立てを講じる必要があります。あらかじめ、「努力を必要とする生徒」への指導の手立てを計画しておきましょう！</p> <p>・ダブルスにおけるチームワークとコミュニケーションの大切さを説明し、体づくり運動を通して仲間作りの機会を設ける。</p> <p>・パートナーと共に目標に応じた練習法を選択しているかどうかを確認させ、話し合いの場を設け、学習ノートや教科書を使って考えさせ、場合によってはアドバイスを与える。</p> <p>・ゲームや練習法を工夫して楽しむことのできる雰囲気作りに努める。</p> <p>・円滑にゲームを進めるため、ゲームの運営や記録の記入ができていないか確認する。</p> <p>・自己評価、相互評価を行い、ねらいの達成状況を確認させるようにする。</p>	<p><b>【関心・意欲・態度】</b></p> <p>練習やゲームで、自分の役割を受け入れながら協力しようとする。（観察）</p> <p>活動場所の安全を確かめ、健康・安全に注意しようとする。（観察）</p> <p><b>【思考・判断】</b></p> <p>課題を解決する方法を提示した資料などから選んでいる。（観察・学習ノート）</p> <p><b>【運動の技能】</b></p> <p>ダブルスにおいて、パートナーと決めた動きの調整ができる。（観察、技能チェック表）</p> <p><b>【知識・理解】</b></p> <p>ゲームの運営やルール、審判の方法を言ったり、書き出ししたりしている。（学習ノート・問いかけ）</p>
<p>まとめ</p> <p>20時間目</p> <p>1 ビデオ等の視聴覚教材を見て、反省と振り返りをする。</p> <p>2 学習のまとめをする。</p> <p>・ バドミントンの特性に触れ、仲間と楽しく学習できたか。</p> <p>・ ゲームや練習の仕方を工夫することができたか。</p> <p>・ 学習の進め方を理解し、自己やチームの課題解決に向けての取り組みができたか。</p> <p>・ 自己やチームの技術が向上したか。</p> <p>・ マナーや競技規則を守り、安全に留意して学習できたか。</p>	<p>・課題解決への取り組み、課題達成の評価が行われて課題解決力が高まり、技能を身に付けることができたことを理解させるようにする。</p> <p>・学習を通して、仲間との関わり合いを深めることができたことを理解させるようにする。</p> <p>・自己評価、相互評価を行い、学習のねらい全般にわたっての達成状況を確認させるようにする。</p>	<p><b>【知識・理解】</b></p> <p>についての評価問題（知識理解度チェック）</p>



## 8 学習資料

### (1) 事前アンケート(バドミントンの授業を行うための事前調査)

#### 年 組 番 男・女 名前

このアンケート調査は、これから行うバドミントンの授業をよりよい授業にしていくための調査です。成績には一切関係しません。現在の自分の力を正しく認識し、これからの授業で学習していく内容を確認していきましょう。今までの授業を振り返り(中学校での経験も含む)自分が一番あてはまると思うところ(ア・イ・ウ)に をつけてください。

#### 【関心・意欲・態度】

- Q 1 ア 体育の授業に特に関心を持ち、自ら進んで取り組んでいる。  
イ 体育の授業に関心を持ち、取り組んでいる。  
ウ 体育の授業にはあまり関心がなく、取り組みも消極的である。
- Q 2 ア 自分の役割を自覚し、仲間への教え合いや励まし合いを積極的に行っている。  
イ 自分の役割を受け入れ、仲間と協力しながら練習やゲームを行っている。  
ウ 自分の役割を受け入れられず、仲間とのかかわりもあまり持っていない。
- Q 3 ア ルールを守り、勝敗や結果を素直に受け入れようとしている。  
イ 審判の指示に従って勝敗や結果を受け止めようとしている。  
ウ 審判の判定や勝敗に対して不平を言ったり、ルールを守らなかったりしている。
- Q 4 ア 自ら安全を確かめ、仲間の健康・安全にも留意して運動しようとしている。  
イ 自分の健康・安全に留意して運動しようとしている。  
ウ 健康・安全への意識が薄く、危険なプレーをしてしまうことがある。



学習前や学習のはじめに、生徒がこれから学習する領域や単元に関して、どの程度の力を持っているか把握しておきましょう！  
把握した結果は、今後の指導計画の修正に役立てていきます。



#### 【思考・判断】

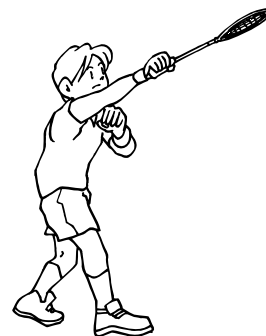
- Q 5 ア 試合や練習を分析して自己(チーム)の課題を考え、授業に取り組んでいる。  
イ 自分(チーム)の課題を考え、授業に取り組んでいる。  
ウ 課題は設定していない。
- Q 6 ア 課題に適した練習方法や作戦を考えて取り組んでいる。  
イ 練習方法や作戦を提示(教科書や資料)されたものの中から選んでいる。  
ウ 練習方法や作戦を特に選んだり考えていない。
- Q 7 ア 練習方法や作戦を振り返り、次への取り組みを考えている。  
イ 練習方法や作戦を振り返っている。  
ウ 練習方法や作戦の振り返りをしていない。



4 観点ごとにアンケート調査することによって、学習計画や評価計画を効果的に見直すことができます！

#### 【知識・理解】

- Q 8 ア バドミントンの特性を十分理解し、説明することができる。  
イ バドミントンの特性を理解している。  
ウ バドミントンの特性をほとんど知らない。
- Q 9 ア バドミントンのルールを十分理解し、審判ができる。  
イ バドミントンのルールを理解している。  
ウ バドミントンのルールを知らない。
- Q 10 ア バドミントンの技術構造やダブルスにおけるパートナーとの動きの調整が説明できる。  
イ バドミントンの技能のポイントやダブルスにおけるパートナーとの動きの調整がわかる。  
ウ バドミントンの技能のポイントやダブルスにおけるパートナーとの動きの調整を知らない。



#### 【運動の技能】

バドミントンの技術について次の質問に答えてください。

- Q 11 あなたは今までにバドミントンの学習経験がありますか？( ある ・ なし )

経験が「ある」と答えた人は、次からの質問に答えてください。

- Q 12 どこで経験しましたか？あてはまるもの全てに をつけてください。

遊び、授業、学校のクラブ等、部活動、地域のスポーツクラブ等 その他( )

(2) 評価補助簿 (観察場面での評価補助簿)

観 点			関 心 ・ 意 欲 ・ 態 度										思 考 ・ 判 断			運 動 の 技 能						知 識 ・ 理 解			
評 価 方 法	(A) 粘り強く取り組み、あじわっている。 (A) 自ら進んで取り組み、味わっている。 (B) 学習に取り組んでいる(参加して活動している) (C) 味わえないでいる。 (C) 味わおうとしない。		(A) 自分の役割を果たしきり協力している。 (A) 役割を果たし協力していきり。 (B) 自分の役割を受け入れながら協力している。 (C) 受け入れきれない。 (C) 受け入れようとしない。		(A) 自ら受け止めるだけでなく、賞賛している。 (A) 自ら受け止めている。 (B) 審判の判定に従っていたり、マナーを守っていたりする。 (C) 不平を言う。 (C) 勝ちにこだわり、脅かす。		(A) あらゆる場面で自分ばかりでなく、 (A) 自分ばかりでなく、 (B) 用具の準備片付けを行っている、コート内の安全を確かめながら練習や試合を行っている。 (C) 注意しきれない。 (C) 安全への意識が持てない。		(A) 適切な方法について具体的に見つけている。 (A) 適切な方法を見つけている。 (B) 課題を解決するための練習方法について、学習資料を使い選んでいる。 (C) 課題に適さない方法を選んでいる。 (C) 解決方法を選べないでいる。		(A) タイミングよくコントロールして打てる。 (A) タイミングよく打てる。 (B) 各種のショットがフライトどおりに打てる。 (C) 打てないことがある。 (C) 手立てを講じても打てないことがある。		(A) 相手の動きに応じてスムーズに動けている。 (A) スムーズに動けている。 (B) 二人の連携がとれている。 (C) 動きができないことがある。 (C) 手立てを講じても動きができないことがある。		(A) 具体例を挙げて分かりやすく説明している。 (A) 整理し、説明している。 (B) ルールや審判方法について、言ったり書き出したりしている。 (C) 断片的に言ったり書き出したっている。 (C) 全く書き出せないでいる。										
	氏名	性	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
	1		男																						
	2		男																						
	23		男																						
24		女																							
25		女																							

評価の結果を次の学習に生かすために、学習の経過や結果が分かる記録の蓄積をします。また補助簿は、他の帳簿の基礎資料となるので、きめ細かく、正確な資料の収集と記録を心がけましょう！

53

(3) 学習カード

ア 試合の自己分析カード

ゲームの構成要素	自己分析(評価)	自己分析(評価)
1 サービス	サービスをねらいどおりに打つことができた	5 4 3 2 1
2 サービスレシーブ	サービスレシーブをねらったコースに打つことができた	5 4 3 2 1
3 攻撃	攻撃的にプレーすることができた	5 4 3 2 1
4 守備	しっかり守り、攻撃につなげることができた	5 4 3 2 1
5 チャンス	チャンスを生かしてラリーに勝つことができた	5 4 3 2 1
6 ミス(失敗)	全体的にミス(失敗)が少なかった	5 4 3 2 1
7 コントロール	ラリーの中でねらったコースに打つことができた	5 4 3 2 1
8 コンビネーション・カバー	ダブルスにおいてパートナーのカバーリングやコンビネーションがうまくいった	5 4 3 2 1
9 作戦	作戦を立ててプレーすることができた	5 4 3 2 1
10 粘り強さ	ラリー中あるいは試合終了までにあきらめずにプレーすることができた	5 4 3 2 1
総合分析(評価合計点)		/50

試合分析や技能チェックができるように資料を活用しましょう。その際、生徒が自らの技能課題を確認できるようにするために、学習のねらいや内容に合わせた項目にしましょう！教師にとっては、指導の手立てとして役立てていきます！

5・・・非常によくできた 4・・・よくできた 3・・・普通にできた 2・・・少しできた 1・・・できなかった  
総合分析(評価合計点)の欄に1～10の各項目の評価点の合計を記入する

イ 技能チェック表

年 組 番 氏名

評価内容	自己診断(評価)			
	1	2	9	10
A・・・よくできた B・・・まあまあできた C・・・あまりできなかった	/	/	/	/
<b>ハイクリア</b>				
ラケットの面(中心)で正しくシャトルを打っている。				
頭上のできるだけ高い位置で打っている。(肘がしっかり伸びている)				
打つ時は体を横向きにして、しっかりと手首を返している。				
打球は相手コートのバックバウンダリーライン(エンドライン)付近まで飛んでいる。				
<b>ドライブ</b>				
体の前方で正しく打っている。				
姿勢や重心は低く、膝をしっかりと曲げて打っている。				
手首をしっかりと返し、速く打球を打っている。(打点が低く、床は打ち落とすことがない)				
打球はネットすれすれに床と平行に飛んでいる。				
<b>ヘアピン</b>				
なるべく高い位置でシャトルを捕らえている。				
シャトルを打つ際には、しっかりと片足を踏み込んでいる。				
フォアハンドとバックハンドの両方を使っている。				
打球はネットから高く飛ばずに、ギリギリを飛んでいる。				
<b>ドロップ</b>				
体はしっかりと横向きにして、シャトルが落ちてくるのを待っている。				
頭上の前方でシャトルを打ち、力を抜いてスイングしている。				
打球は浮き上がらずに、相手コートのネット近くに落ちている。				
カット(シャトルを切るように)で相手のネット近くに落としている。				
<b>スマッシュ</b>				
体をしっかりと横向きにして、シャトルが落ちてくるのを待っている。				
ハイクリアの打点より体の前方でシャトルを打っている。				
すばやくスイングし、手首を鋭く返している。				
打球は高い打点から鋭角に相手コートに入っている。				
<b>バックハンド</b>				
打つ時に正しくサムグリップ(親指を立てる)にしている。				
肘からリードしてタイミング良く手首を返している。				
打球は相手コートの奥の方まで高く飛んでいる。				
<b>サーブ</b>				
空振りや、ネットにかからずにねらったところに打っている。				
ロングサーブは相手コートのバックバウンダリーライン付近まで飛んでいる。				
ショートサービスはネットギリギリに相手コートのサービスライン前方に飛んでいる。				

ウ 知識理解度チェック

バドミントン知識理解度チェック 年 組 番 氏名

《バドミントンの特性について》

(1) バドミントンの特性は、変化のあるラリーを楽しむことです。では、変化のあるラリーとは、どのような変化のことですか？

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(2) あなたはバドミントンの特性を味わうことができましたか。その時の状況を具体的に説明してください。

《パートナーとの連携について》

(1) 授業では簡単な連携の方法を練習しました。☺さんが → の方向へ移動したとき、あなたはどこへ移動すればよいでしょうか？( → を記入)



(2) パートナーとの連携をスムーズに行うためのポイントを説明してください。

《審判について》

(1) 主審のコールを例にならって記入しましょう。  
 例：試合開始のコール ... 「ファーストゲームラブオールプレー」  
 ポイントしたとき ... 「  
 2人目にサービス権が移ったとき ... 「  
 サービス権が相手に移ったとき ... 「  
 ラリーをノーカウントとするとき ... 「  
 試合終了時 ... 「

(2) 主審・サービスジャッジ・線審の役割を説明してください。

主審

サービスジャッジ

線審

種目の特性、技能についての知識や理解、ルールやゲームの進め方など、理解度を評価する際に実施します。

**本時の課題**

**活動内容計画表**

10	準備
20	ウォーミングアップ
30	
40	
50	片付け 本時のまとめ

学習カードは、生徒にとって学習の記録や達成状況を確認したり、学習を効果的に進めていくための道標に使用していきます。  
また、教師にとっては、生徒の学習への取り組み状況や学習の達成状況の確認にもなります。

**反省課題**  
 本時の良かった点  
 本時の改善点  
 次時間の課題

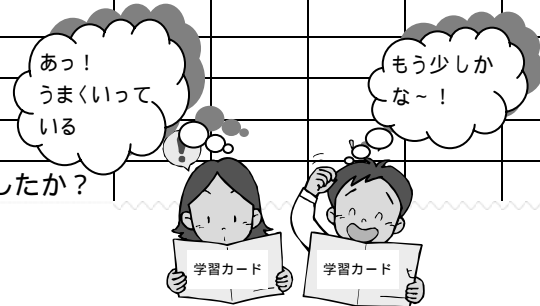
学習内容の定着度合いや次の学習の方向性などが確認できます。

**先生への質問**

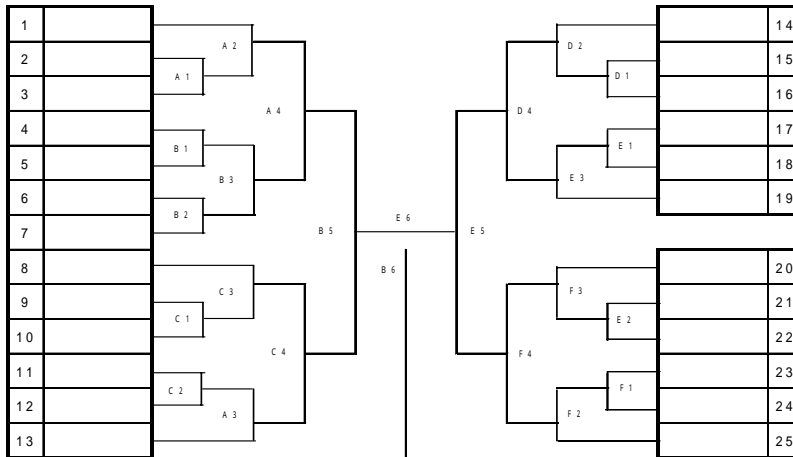
振り返り	非常に良かった	良くできた	普通にできた	少しできた	あまりできなかった
意欲を持って積極的に活動できましたか？					
自分の役割(分担)の責任をはたしましたか？					
仲間と協力しながら練習、試合ができましたか？					
審判の指示に従い、ルールを守れましたか？					
活動場所( )・安全に留意しましたか？					



自己評価項目は学習のねらいに応じて精選しましょう！



**対戦表**



**勝敗表**

月 日 ( )

級班		得点	名前	名前	得点
1			VS		
2			VS		
3			VS		
4			VS		
5			VS		
6			VS		
7			VS		
8			VS		
9			VS		
10			VS		
戦績		勝		敗	

**リーグ戦表**

	1	2	3	4	5	6	7	8	勝敗	順位
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										

試合方法 1セットマッチ5ポイント先取、ジュースなし)サーブ権あり



円滑にゲームを進めるため、ゲームの運営や記録の記入ができる資料を作成し、用意します。

# 保健

## 社会生活と健康「環境と食品の保健」

### 1 単元名 社会生活と健康「環境と食品の保健」

### 2 単元目標

環境と食品の保健について、仲間との意見交換、仲間と協力して集めた資料をもとに、課題について調べ、記録したり、発表したりしようとしている。(関心・意欲・態度)

環境と食品の保健について、自分の学習経験をもとにしたり、資料や仲間の意見・考えを参考にしたりして、課題の設定や解決の方法を考え、選択すべき行動を判断できるようにする。(思考・判断)

学校や地域の環境を健康に適したものにするための基準が設定され、環境衛生活動が行われていること、食品の安全性を確保するための基準が設定され、食品衛生活動が行われていることについて、言ったり、書き出したりできるようにする。(知識・理解)

### 3 学習の道すじ(6時間扱い)



「生涯を通じる健康」が18時間程度、「社会生活と健康」が17時間程度ですから、「環境と健康」「環境と食品の保健」「労働と健康」それぞれ5～6時間が目安になります。

単元: 社会生活と健康「環境と食品の保健」

時間	ねらい	学習活動
1	学習の進め方を理解し、環境保健にかかわる活動について理解する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学習のねらいと学習の進め方を理解する。</li> <li>・環境保健にかかわる活動について、学習カードに記入し、理解する。</li> </ul>
2	食品保健にかかわる活動、健康の保持増進のための環境と食品の保健について理解する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品保健にかかわる活動、健康の保持増進のための環境と食品の保健について、学習カードに記入し、理解する。</li> <li>・学習班の編成と班内の役割分担を行う。</li> </ul>
3	グループごとの課題を設定し、グループの課題に迫るための個人の課題を設定する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・グループごとに学習の課題を決める。</li> <li>・グループの課題に迫るための個人の課題を話し合い(ブレインストーミング)によって設定する。</li> </ul>
4	個人の課題に応じて課題解決のための情報を集め、整理する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個人の課題を解決するための方法を班で話し合う。</li> <li>・インターネットや図書室を利用して資料を集める。</li> <li>・集めた資料から情報を収集する。</li> <li>・各人が集めた情報を整理する。</li> </ul>
5	集めた情報を整理し、課題の解決方法を考え、発表の準備をする。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・集めた情報をグループ内で発表し合い、課題の解決方法について話し合う。(ミニ発表会)</li> <li>・出された意見を整理し、新たな課題の解決方法を考える。</li> <li>・グループで協力して次回の発表の資料を作成する。</li> <li>・発表時の役割分担と発表方法を検討する。</li> </ul>
6	グループごとに発表し、環境と食品の保健の課題とその解決方法について共有化を図る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・グループの課題と調べた内容について発表する。</li> <li>・他のグループの発表を聞き、理解を深める。</li> </ul>

ブレインストーミング: あるテーマについて様々なアイデアや意見を出すための活動で、活発な意見交換を促し、思考力・判断力の形成に効果的である。

#### 「ブレインストーミングの原則」

自由にアイデアを出す。

出されたアイデアに対し、批判をしない。

できるだけ多くのアイデアを出す。質よりも量を重視する。

他人のアイデアを活用することも可能である。積極的に他の人のアイデアに便乗したり、出たものを結合させ、新たなアイデアを出したりする。

話し合いの時間は短く(1～3分)する。

#### 4 評価規準

##### (1) 単元の評価規準

	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
単元の評価規準	学校や地域の環境を健康に適したものにするため基準が設定され、環境衛生活動が行われていること、食品の安全性を確保するための基準が設定され、食品衛生活動が行われていることについて、仲間との意見交換、仲間と協力して集めた資料をもとに、課題について調べ、記録したり、発表したりしようとしている。^	学校や地域の環境を健康に適したものにするため基準が設定され、環境衛生活動が行われていること、食品の安全性を確保するための基準が設定され、食品衛生活動が行われていることについて、整理して課題を見付けたり、自分の経験や仲間との意見交換、資料などをもとに、課題の解決方法を考えたり、日常生活に当てはめたりして、選択すべき行動を判断している。	学校や地域の環境を健康に適したものにするため基準が設定され、環境衛生活動が行われていること、食品の安全性を確保するための基準設定がされ、食品衛生活動が行われていることについて、学習した内容を、言ったり、書き出したりしている。

##### (2) 学習活動における具体的評価規準と学習場面における具体的学びの姿(5段階)

	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
A	~ 仲間に働きかけながら意見交換しようとしている。 ~ 常に進んで調べようとしている。 ~ 常に進んで発表しようとしている。	~ グループの課題に応じた適切な個人の課題を見付けている。 ~ 自分に合った適切な方法を見付けている。 ~ 実践につながる適切な行動としてまとめている。	~ 具体例を背景に入れたり、分かりやすく置き換えたりして説明している。
A	~ 進んで意見交換しようとしている。 ~ 進んで調べようとしている。 ~ 進んで発表しようとしている。	~ グループの課題に応じた適切な個人の課題を選んでいる。 ~ 適切な方法を見つけている。 ~ 個人の状況に応じた適切な行動としてまとめている。	~ 具体例を挙げて説明している。
B	環境と食品の保健について、課題や指示に注目して、 <u>仲間と意見交換しようとしている。</u> 環境と食品の保健について、新聞や図書室の関連資料、インターネットの関連サイト等を利用して集めた資料をもとに、 <u>調べようとしている。</u> 環境と食品の保健について、調べたことや自分や仲間の意見をまとめたことを <u>発表しようとしている。</u>	環境と食品の保健について、自分の学習や経験、VTRや関連資料、仲間の意見・考えなどを参考に、 <u>グループの課題に応じた個人の課題を選んでいる。</u> 環境と食品の保健について、集めた情報を整理し、それをもとに課題を解決するための適切な方法を選んで <u>いる。</u> 環境と食品の保健について、学習したことを日常生活に当てはめ、 <u>選択すべき行動をまとめている。</u>	上下水道の整備、ごみやし尿などの廃棄物の処理などの環境衛生活動は、自然や社会生活における環境と健康を守るために行われていること、その現状、問題点、対策などを総合的に把握して改善していかなければならないことについて、 <u>言ったり書き出したりしている。</u> 食品の安全性の確保は食品衛生法などにもとづいて行われていることについて、 <u>言ったり書き出したりしている。</u> 環境と食品の保健を守るためには、生産・流通・消費・廃棄の各段階での安全性が求められること、それに係る健康被害の防止と健康増進には、行政・生産者・消費者などがそれぞれの役割を果たさなければならないことについて、 <u>言ったり書き出したりしている。</u>
C	~ 断片的な意見交換に留まっている。 ~ 部分的に調べようとしている。 ~ 発表するに至らないでいる。	~ グループの課題に注目できずに個人の課題を選んでいる。 ~ 選べない時がある。 ~ 部分的なまとめに留まっている。	~ 断片的に言ったり書き出したりしている。
C	~ 意見交換しようとしていない。 ~ 調べようとしていない。 ~ 発表しようとしていない。	~ 個人の課題を選べないでいる。 ~ 適切な行動を選べないでいる。 ~ まとめられずにいる。	~ 全く言えなかったり、書き出せなかったりしている。

5 指導と評価の計画

時間	学習内容と活動	学習活動における具体的評価規準			評価方法等
		関心・意欲・態度	思考判断	知識理解	
1	<p><b>【学習内容】</b> 上下水道の整備、ごみやし尿などの廃棄物の処理などの環境衛生活動は、自然や社会生活における環境と健康を守るために行われていること、その現状、問題点、対策などを総合的に把握して改善していかなければならないこと</p> <p><b>【学習活動】</b> ・学習のねらいと学習の進め方を理解する。 ・環境保健にかかわる活動について、学習カードに記入し、理解する。 ・学習カードの記入しまとめをする。</p>				<p><b>【知識・理解】</b> (学習カード)</p>
2	<p><b>【学習内容】</b> 食品の安全性の確保は食品衛生法などにもとづいて行われていること 環境と食品の保健を守るためには、生産・流通・消費・廃棄の各段階での安全性が求められること、それに係る健康被害の防止と健康増進には、行政・生産者・消費者などがそれぞれの役割を果たさなければならないこと</p> <p><b>【学習活動】</b> ・学習のねらいと学習の進め方を理解する。 ・環境保健にかかわる活動、食品保健にかかわる活動、健康の保持増進のための環境と食品の保健について、学習カードに記入し、理解する。 ・学習班の編成と班内の役割分担について話し合う。</p>				<p><b>【知識・理解】</b> (学習カード)</p>
3	<p><b>【学習活動】</b> ・環境と食品の保健についてのポイントを整理する。 ・グループごとに学習の課題を決める。 ・グループの課題に迫るための個人の課題を話し合い(ブレインストーミング)によって設定する。</p>				<p><b>【関心・意欲・態度】</b> (観察・学習カード)</p> <p><b>【思考・判断】</b> (観察・学習カード)</p>
4	<p><b>【学習活動】</b> ・個人の課題を解決するための方法を班で話し合う。 ・インターネットや図書室を利用して資料を集める。 ・集めた資料から情報を収集する。 ・各人が集めた情報を整理する。</p>				<p><b>【関心・意欲・態度】</b> (観察・学習カード)</p>
5	<p><b>【学習活動】</b> ・集めた情報をグループ内で発表し合い、課題の解決方法について話し合う。(ミニ発表会) ・出された意見を整理し、新たな課題の解決方法を考える。 ・各人が調べた情報を整理し、課題の解決を図る。 ・グループで協力して次回の発表の資料を作成する。 ・発表時の役割分担と発表方法を検討する</p>				<p><b>【関心・意欲・態度】</b> (観察・学習カード)</p> <p><b>【思考・判断】</b> (観察・学習カード)</p>
6	<p><b>【学習活動】</b> ・グループの課題と調べた内容について、発表する。 ・他のグループの発表を聞き、理解を深める。 ・学習した内容をワークシートを利用してまとめる。</p>				<p><b>【関心・意欲・態度】</b> (観察・学習カード)</p> <p><b>【思考・判断】</b> (観察・発表用資料)</p> <p><b>【知識・理解】</b> (学習カード・発表用資料)</p>




6 展開例

(1) 『3時間目』

時間	学習内容と活動	教師の指導・支援	評価
5 10	<p><b>【学習内容】</b> 環境と食品の健康を守るためには、生産・流通・消費・廃棄の各段階での安全性が求められること、それに係る健康被害の防止と健康増進には、行政・生産者・消費者などがそれぞれの役割を果たさなければならないこと</p> <p><b>【学習活動】</b> 本時の学習内容を確認する。 前時の学習のポイントを整理する。 発問に答える。</p>	<p>本時の学習内容を説明する。 学習カードの記述内容を見ながら、前時の学習内容を整理する。</p>	<p>教師が学習活動中にかける「発問・言葉かけ」例です。</p>
	<p><b>15</b> 日本の食の問題は、どんなものだと思いますか。</p> <p>予想される答え ・加工食品が多い ・なにが使われているか分からない ・パックやビニールに包まれている ・牛が安心して食べられない</p>	<p>答えにくい際には「日本と外国の食を比べてみて気が付くことを言ってください。」といった発問を加えて行う。 発問の答えを分類して板書する。</p>	
20	<p><b>15</b> その問題の原因はどんなところにあると思いますか。</p> <p>予想される答え ・消費者の意識が低い ・輸入のシステムが悪い ・販売者が利益を求めすぎる</p> <p>グループの役割を確認する。 前時の学習内容や発問の答えをもとにグループで調べる課題を決定する。</p> <p>予想される課題 ・日本の食 その現状 ・消費者にできること ・食をめぐる問題 ・環境と健康を守るためには ・食の安全確保とは</p>	<p>意見が出にくい際は、学習した内容等を確認する。</p> <p>課題の言葉が出ない場合には、予想される課題の内容を例として提示し、イメージが近いものを選ぶように伝える。</p>	<p><b>【関心・意欲・態度】</b> 環境と食品の保健について、仲間と意見を交換したりしながら学習を進めようとしている。 (観察・学習カード)</p>
35	<p><b>15</b> 選んだ課題に係ると思う言葉を思いつくままに書いてみましょう。</p> <p>カードブレインストーミングを使って、キーワードから連想される事柄を、3分間で出し合う。 カードに書かれた意見の中で、同じような内容の意見をグループ化する。 グループ化したものに題名をつける。</p>	<p>前時の学習や発問の答えを利用して、できるだけ多くの事柄を書くように伝える。 グループ化、題名をつける際の、分類の視点をグループ内で統一するように伝える、</p>	
45	<p><b>15</b> 付けた題名が、個人が調べる課題となり、グループ化した内容が、その課題を調べるキーワードになります。</p> <p>グループの課題にせまるものとして、足りないものがあれば、それを出し合う。 グループ化した題名から個人の課題を決める。 学習カードに記入する。本時の学習のまとめをする。 次時は、それぞれ決められた個人の課題について調べることを知る。</p>	<p>記入された個人の課題が、グループの課題に迫るものになっているかについて確認するように伝える。 <b>*学習カードに記入された課題については、個別に指導する。</b> どのような資料が必要なのかについて、考えておくように伝える。</p>	



(2) 『6時間目』

時間	学習内容と活動	教師の指導・支援	評価
5	<p><b>【学習内容】</b>            上下水道の整備、ごみやし尿などの廃棄物の処理などの環境衛生活動は、自然や社会生活における環境と健康を守るために行われていること、その現状、問題点、対策などを総合的に把握して改善していかなければならないこと            食品の安全性の確保は食品衛生法などに基づいて行われていること            環境と食品の保健を守るためには、生産・流通・消費・廃棄の各段階での安全性が求められること、それに係る健康被害の防止と健康増進には、行政・生産者・消費者などがそれぞれの役割を果たさなければならないこと</p> <p><b>【学習活動】</b>            本時の学習内容の確認をする。            グループごとに発表をする。</p>	<p>本時の学習内容を説明する。</p>	
	<p>「各グループの発表を行います。課題やその解決方法、そして、日常生活に生かすことなどを分かりやすくまとめて発表しましょう。また、発表を聞く人も、学習カードに発表の仕方や内容について相互評価してみましょう。」</p>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・グループごと、一人ひとりが発表する。</li> <li>・発表を聞いて相互評価をし、自分の意見や考えを学習カードに記入する。</li> </ul>	<p>発表に必要な用具、機材を用意する。</p> <p>学習カード(相互評価表)を用意する。</p> <p>声が小さいなど聞き取りにくい発表は、その場で指導し、全員に発表内容が聞こえるようにする。</p> <p>選択すべき行動が示されていない発表は、質問等を行い考えるようにする。</p> <p>理解が浅かったり間違っていたりする場合は、補足説明をする。</p>	<p><b>【関心・意欲・態度】</b>            環境と食品の保健について、調べたことや自分や仲間の意見をまとめたことを発表しようとしている。            (観察・学習カードの相互評価)</p> <p><b>【思考・判断】</b>            環境と食品の保健について、学習したことを日常生活に当てはめ、選択すべき行動をまとめている。            (観察・発表用資料)</p>
	<p>「他のグループの発表を聞きながら、各グループの発表をまとめ、生活する上での意見や考えを、自分の生活に当てはめて簡単にまとめましょう。」</p>		
35	<p>教師からの発表のまとめを聞き、本時の学習のまとめをする。</p>	<p>「選択すべき行動」を中心に、発表のまとめをする。</p>	<p><b>【知識・理解】</b>            食品の安全性の確保は食品衛生法などに基づいて行われていることについて、言ったり書き出したりしている。            環境と食品の保健を守るためには、生産・流通・消費・廃棄の各段階での安全性が求められること、それに係る健康被害の防止と健康増進には、行政・生産者・消費者などがそれぞれの役割を果たさなければならないことについて、言ったり書き出したりしている。(発表用資料・学習カードの記述)</p>
40	<p>学習のまとめカードと振り返りシート(アンケート等)により単元のまとめをする。</p>		
	<p>「単元全体を通して、学んだことを学習カードに記入し、まとめるとともに、学習に対する取り組みを振り返ってみましょう。」</p>		

## 7 学習資料

### (1) 学習前の実態把握 アンケート調査

単元計画の作成に生かしましょう。

#### 保健の授業に関するアンケート

- Q1 保健という科目は好きですか？  
ア 好き イ まあまあ好き ウ あまり好きでない エ 好きではない
- Q2 保健の授業をどのような方法でやりたいですか？  
ア 一斉授業 イ 討論形式 ウ 課題学習 エ ビデオ教材 オ その他
- Q3 保健の授業はどのような形態でやりたいですか？  
ア グループ イ 個人 ウ どちらでもよい
- Q4 保健の授業の中で夢中になって勉強することがありますか？  
ア よくある イ ときどきある ウ あまりない エ 全然ない
- Q5 保健の授業の中で「もっと知りたい、もっと調べたい」と思うことがありますか？  
ア よくある イ ときどきある ウ あまりない エ 全然ない
- Q6 . . . . .  
↓

#### 事前アンケート結果より

- 「保健の授業で自分の意見や考えを述べることができますか」  
【A:「よくある」14% B:「時々ある」43% C:「あまりない、ない」43%】
- 「保健の授業の中で『もっと知りたい、もっと調べたい』と思うことがありますか」  
【A:「よくある」8% B:「時々ある」33% C:「あまりない、ない」59%】

結果から考えられること

**「主体的な学習活動が身に付いていない。」と考えられる。**

「調べ学習」を取り入れようか。班の話し合いでは「ブレインストーミング」をしてみようか？

- 「保健の授業で『なぜ』『どうして』と疑問をもつことがありますか」  
【A:「よくある」5% B:「時々ある」50% C:「あまりない、ない」45%】
- 「保健の授業で抱いた疑問を解決していますか」  
【A:「よくある」14% B:「時々ある」50% C:「あまりない、ない」36%】

結果から考えられること

**「課題解決学習の仕方が身に付いていない。」と考えられる。**

課題を設定しやすいように「キーワード」を提示しよう。

- 「1学期に学習した内容40項目についてのアンケート平均」  
【A:「わかる」20% B:「だいたいわかる」38% C:「あまりわからない、わからない」42%】

結果から考えられること

**「これまでの学習方法では理解が難しい。」と考えられる。**

学習カードに、学習した内容をまとめられるように工夫しよう。

### (2) 学習カードの記述欄

「今日の授業でわかったこと」の欄の記述より

- 1 日本の食 ~その現状~  
O-157とは 「腸管出血性大腸菌O-157」人に下痢などの消化器症状や合併症を起こす。夏から秋にかけて発生しやすく、症状は鼻水など風邪引きを思わせる。食品の十分な加熱や手洗いで予防できる。
- 狂牛病

単なる資料からの記述だけではなく、日常生活や身近な例をあげた説明を大切にしましょう。

(3) 観察記録簿

[ 年 組座席表 ]      月 日 ( )

【関=関心、思=思考、知=知識】

名前	関	思	知	名前	関	思	知	名前	関	思	知	名前	関	思	知

総括しやすいように、三色ペンを利用し、「関心・意欲・態度」は赤、「思考・判断」は青、などと色分けして記録する等の工夫も考えましょう。

評価をするための指導ではなく、指導に役立てるための評価ですので、観察記録に時間がかからず、授業後も総括しやすい方法を考えましょう。

(4) 生徒の自己評価

学習カード      2年 組 番 氏名( )

今日の授業について振り返ってみましょう。 { } の中で当てはまる項目を で囲んでください。

- 仲間と意見を交換したりしながら学習を進めることができましたか。
  - ア 積極的に協力し、意見交換ができた
  - イ 協力や意見を交換しようとした
  - ウ 協力ができず発言もできなかった
- 本日の学習内容を理解することができましたか。
  - ア 十分理解し説明できる
  - イ ある程度理解している
  - ウ よくわからなかった
- 課題の設定や解決に向けて取り組むことができましたか。
  - ア 仲間の意見やいくつかの資料をもとに、考察することができた
  - イ 特定の資料をもとに、考察することができた
  - ウ 資料やデータの分析や、考察ができなかった

「関心・意欲・態度」を評価する参考とします。

どんな意見を言いましたか？  
「賞味期限」はどのように決められているのだろう？

「思考・判断」を評価する手がかりとします。

学習カードに「振り返り欄」を設け、次時の学習に役立てることができるにしておきましょう。観察と学習カードの自己評価に違いがある場合は、声かけや学習カードへのアドバイスにより、より客観的な自己評価ができるよう指導しましょう。

(5) 学習カードの記述

学習カードの記述より

『感想・課題』  
「今日の授業で感じたことや、課題としたことを書いてみよう。」

「賞味期限」を調べていると「消費期限」もあるということがわかった。次はこの違いを調べてみようと思う。

学習カードの記述欄には、今日の授業を振り返り次時の課題を明確にするために、どのようなことを記入するかという具体的な視点がわかるようにしておきましょう。

「思考・判断」を評価する手がかりとします。

(6) 発表用資料

発表用資料

テーマ：消費者にできること（4班）

『食品表示の見方』（番 ）

品名（食品名） 食品の名前

原材料名 食品添加物、アレルギー物質、遺伝子組み換え食品など

内容量 食品の中身のグラム数

賞味期限 品質保持期限のこと。比較的保存のきく食品に品質が保たれる期限として表示される。  
消費期限とは品質の変化が大変速く、おおむね5日以内で食べられなくなる食品に表示される。

保存方法 表示された保存方法が守られなかった場合は表示された期限内であっても、その商品が劣化したり変質したりする恐れがある。

製造者 製造者名と所在地が書かれている。  
生鮮食品にはどこでとれたかがわかるように「原産地」が表示されている。

調べてみて 普段よく目にする表示でも、読み方や意味がわからなかったのが勉強になりました。これらは直接、人体に関わることなのでこれからは原材料名や賞味期限などをよく見て食品を買ってみたいです。

調べた結果をもとに、「今後、自分がどのように行動するか」という行動選択や意思決定についての考えを大切にしましょう。

(7) 学習カード（相互評価表）

学習カード 2年組 番氏名( )

～ の項目（内容は 印参照）について発表の評価をして、意見・考えを書きましょう

						発表内容及び自分の意見・考え
グループ1	日本の食その現状	1	A・B・C	A・B・C	A・B・C	「思考・判断」や「知識・理解」の評価の手がかりとします。
		2	A・B・C	A・B・C	A・B・C	
		3	A・B・C	A・B・C	A・B・C	
		4	A・B・C	A・B・C	A・B・C	
		5	A・B・C	A・B・C	A・B・C	
		6	A・B・C	A・B・C	A・B・C	
	グループ全体	A・B・C	A・B・C	A・B・C		
グループ2	食の安全確保	1	A・B・C	A・B・C	A・B・C	
		2	A・B・C	A・B・C	A・B・C	
		3	A・B・C	A・B・C	A・B・C	
		4	A・B・C	A・B・C	A・B・C	
		5	A・B・C	A・B・C	A・B・C	
		6	A・B・C	A・B・C	A・B・C	
	グループ全体	A・B・C	A・B・C	A・B・C		

評価項目とその規準

発表の仕方はわかりやすかったですか

- A とてもわかりやすかった
- B ふつうだった
- C わかりにくかった

課題やその解決方法などが伝わりましたか

- A 解決方法などがとてもよく伝わった
- B 解決方法などがなんとなく伝わった
- C 解決方法などが伝わってこなかった

今後の日常生活において、選択すべき行動が伝わりましたか

- A 選択すべき行動がとてもよく伝わった
- B 選択すべき行動がなんとなく伝わった
- C 選択すべき行動が伝わってこなかった

「関心・意欲・態度」や「思考・判断」を評価する参考とします。