

保健体育科学習指導案

対 象 第3学年 1、2 組60名（男子30名、女子30名）

会 場 体育館

1. 単元名 中学校 E 球技 （バレーボール）

2. 運動の特性

（1）一般的な特性（機能的特性、構造的特性、効果的特性）

球技は、ゴール型、ネット型及びベースボール型などから構成され、個人やチームの能力に応じた作戦を立て、集団対集団、個人対個人で勝敗を競うことに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。基本的な技能や仲間と連携した動きを発展させて、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームが展開できるようにすることができる。その際、攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。球技の学習に積極的に取り組み、作戦などについての話し合いに参加することや一人一人の違いに応じたプレイなどを認めることなどに意欲を持ち、健康や安全に気を配ることができるようにする。

（2）児童・生徒からみた特性

仲間と協力して得点や勝利を目指す過程があり、声掛けなどの対話的な要素がある運動である。一方で勝ち負けがはっきりしているため、運動が得意な生徒と苦手な生徒の差が見えてしまう。運動が苦手な生徒にとっては球技に対して苦手意識を持ちやすくなる。

3. 児童・生徒の実態

全ての授業に対して意欲的に活動に取り組む生徒が多く、与えられた課題に対して意欲的に解決しようとする姿がよく見られる。クラスでも男女の仲がよく、日常生活や行事において協力して取り組んでいる。しかし、意見を出す生徒の固定化が見られるためグループ活動において全員が意見を出せるような場を設ける。

4. 教師の指導観

球技は、小学校、中学1・2年生から親しみのある競技であるため、未経験のやりづらさというものはあまり感じられない。しかし、学習の成果や個人の運動能力の差が見えやすいことから運動能力の低い生徒や、運動に対してマイナスの感情がある生徒にとっては「嫌い」、「苦手」な学習として認識されやすい。そのため、運動能力の高い生徒や技術に自信のある生徒のみが活躍する授業になってしまう可能性が高い。そうならないよう、運動能力の低い生徒でも楽しむことのできる授業を展開していきたい。そのために、柔らかいボールを使用したり、アタックを除いたゲームを展開する。そして空いた場所をめぐる攻防ができるようパス練習に重点を置きながらバレーボールの持つ特性や楽しさを実感させる。チームで作戦を工夫し、ゲームで生かされる達成感を味わってほしい。

5. 指導と評価の計

単元の目標	知識及び技能	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができるようにする。 ネット型では、役割に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防ができるようにする。							
	思考力・判断力・表現力等	攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。							
	学びに向かう力・人間性等	球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについての話合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合おうとすることなどや健康・安全を確保しようとしている。							
	時	1	2	3	4	5	6	7	8
学習の流れ	0	号令、体調確認、本時の目標の確認、準備運動、							
	10	オリエンテーション	パス練習 (オーバーハンドパスアンダーハンドパス)				チーム別練習		
	20		試しのゲーム	アタック練習	チーム別練習		リーグ戦		
	30	ボール慣れ		三段攻撃ゲーム					
	40	まとめ							
50	学習カードの記入、整理体操、体調確認、振り返り、号令								
評価機会		1	2	3	4	5	6	7	8
	知							①	①
	技			①	①	①	①		
	思							①	①
態	①	②							
単元の評価規準	知	①球技は、それぞれの型や運動種目によって主として高まる体力要素が異なることについて言ったり書きだしたりしている。							
	技	①相手側のコートの中空いた場所にボールを返すことができるようにする。							
	思	① ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返ろうとしている。							
	態	① 球技の学習に主体的に取り組もうとしている。 ② 健康・安全を確保しようとしている。							

6. 本時の学習と指導 (3 / 8 時)

(1) 本時の目標

パスを安定させ、三段攻撃に繋げよう。

(2) 準備

ホワイトボード、支柱、ネット、笛、ビブス、ボール
タイマー

運動が苦手な児童・生徒に対する配慮
生徒同士がパスの仕方や攻撃の仕方を確認し
教え合う機会を作る。



【オーバーハンドパスの練習】
【アンダーハンドパスの練習】(toyop-lab.jp) 活用
<https://youtu.be/GWCeMC4p7uQ>
<https://youtu.be/UHVEyP3BkW8>

(3) 本時の展開

段階	学習内容・学習活動	指導上の留意点 (○指導、◆評価規準)
はじめ 9分	<p>1. 挨拶、体調確認 ・ 体育委員の号令で大きな声で挨拶をする。</p> <p>2. ランニング2周、準備運動 ・ 体育委員の指示で準備運動をする。</p> <p>3. 集合 本時の流れ・目標確認</p>	<p>○チャイムが鳴る前に体育館に整列するよう指導する。 ○症状や、怪我の状態を含めて名簿に記入をする。</p> <p>○走っている様子や顔色を見て、必要であれば声を掛ける。</p> <p>○今日の目標と今日の流れを伝える。 ○質問はないか聞く。</p>

<p style="text-align: center;">なか 34分</p>	<p>4. パス練習</p> <ul style="list-style-type: none"> ・パスのポイント確認（4分） ・円陣パス オーバーハンドパス（2分） アンダーハンドパス（2分） ミックス（3分） <p>5. アタック練習（7分×2班）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ネットの前でボールを上げアタックをする ・ボール上げ・ボール拾いの班とアタックを打つ班にわせる <p>6-1. 三段攻撃ゲーム（2分×2班）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・1つの班がボールを下から投げ、レシーブ、トス、アタックを3分間で何回できるのか数える。 ・3分たったら交代して行う。 ・空いている班は1、2、3とカウントしたり、できた回数を数える。 <p>6-2. 三段攻撃ゲーム（2分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・三段攻撃でラリーを続ける 	<p>○動画が見える位置に移動させる。</p> <p>○【オーバーハンドパスの練習】（toyop-lab.jp）より</p> <p>○【アンダーハンドパスの練習】（toyop-lab.jp）より</p> <p>○班で1つボールを準備させる。</p> <p>○回数を数えながら行うよう声掛けをする。</p> <p>○ミスしても責めることなくドンマイと励まし合うよう声掛けをする。</p> <p>○途中で上手な生徒に見本を見せてもらう。</p> <p>○ボール拾いの班はネットから離れてボール拾いを行うよう指導する。</p> <p>◆ 相手側のコートに空いた場所にボールを返すことができるようにする 〈A 評価とするポイント〉 相手側のコートに空いた場所にボールを返すことができるようにする。 〈努力を要する生徒への手立て〉 再度動画でポイントを確認し、グループ内でアドバイスし合う。</p> <p>○ミスしてもお互いに励ますよう指導する。</p> <p>○アタックのコースを意識させる。</p> <p>○うまくいったプレーはナイスなどの声掛けを行う。</p> <p>○全員がボールに触れるよう声掛けをする。</p>
---	--	--

<p>まとめ 7分</p>	<p>7. 整列・整理運動</p> <p>8. 振り返り</p> <p>9. まとめ・体調確認</p> <p>○挨拶</p>	<p>○初めの隊形に整列させる。 ○静かになってから指示をする。 ○使ったところを元に戻させる。</p> <p>○学習カードに本時の目標に対する振り返りを記入させる。 ○グループでの反省の時間も設ける ○学習カードを書き終えた人は前を向いて着席するよう指導する</p> <p>○学習カードに書いた内容で共有したいものがあれば発表してもらう ○今日の授業の総括と次の授業の説明を行う。 ○生徒の体調を確認する。</p> <p>○体育委員の号令で大きな声で挨拶をする。</p>
-------------------	--	--

3年生 球技 バレーボール学習カード

3年 組 番 班 氏名 _____

- <単元のためあて> ①三段攻撃(レシーフ、トス、アタック)を意識して繋ぐゲームをしよう
②コートの中いているところを攻めたい、守りたいしよう

月日	今日のめあて	スキル学習 (回数)	仲間の 良かったところ	振り返り (今日の授業での反省、次回取り組みたいこと)
月 日	個人	円陣パス 回 三段ゲーム		
	チーム			
月 日	個人	円陣パス 回 三段ゲーム		
	チーム			
月 日	個人	円陣パス 回 三段ゲーム		
	チーム			
月 日	個人	円陣パス 回 三段ゲーム		
	チーム			
月 日	個人	円陣パス 回 三段ゲーム		
	チーム			

- ①全員がボールを触る ②試合前後の挨拶を丁寧にする ③ミスしてもドンマイ!!