

保健体育科学習指導案

- 1、日 時 平成30年 5月23日(水) 第2校時
- 2、場 所 体育館
- 3、学年・組 1年3, 4組 女子
- 4、単元名 球技 バレーボール(ネット型)
- 5、指導にあたって

(1) 単元について

バレーボールは、ネット型の種目であり、3回以内にチーム内でレシーブやトスなどを使用し、相手方のコートに返し、攻防を繰り返しながら得点を競い合う競技である。相手からの攻撃に対して、チーム内で協力して攻防の作戦を組み立てていくため、協調性や瞬時に戦略を考える力が要求される。一チームの人数やコートの広さなどを工夫して行えば、経験が少ない生徒でもラリーゲームを楽しむことができる。

(2) 生徒の実態

小学校でバレーボールを経験したことのある生徒がほとんどだが、バレーボールに苦手意識を持っている生徒が多い。しかし、明るく元気な生徒が多く、苦手なことにでも積極的に前向きに取り組むことができる。仲間同士で教え合い励まし合うことで、楽しく取り組めるように指導を心掛けたい。

(3) 指導について

指導に当たっては、生徒一人一人がミニゲームでラリーが続く楽しさや喜びを味わえるように、チーム全体の雰囲気や互いの技能が高まるような声かけを考えさせ、取り組ませていきたい。初期の段階では、ゲームでラリーが続くように基本動作を身に付けさせたい。また、ソフトバレーボールを取り入れることにより、習得したパスやサービス、レシーブなどの基礎的スキルが発揮しやすくなり、ラリーを続ける楽しさや喜びを味わいやすくなると考える。次の段階では、個人やチームで攻防の仕方を工夫させ、攻防の作戦に適した集団的スキル、個人的スキルを活用できるようにしていきたい。学習ノートを活用して、自分たちの練習を振り返らせることにより、良かった点や課題を明らかにし、その課題解決に向けての練習方法や作戦を工夫させていきたい。

6、指導計画 全 8 時間中 4 時間目

時間	1	2	3	4	5	6	7	8
0分	準備運動・挨拶・出席確認・本時の説明							
10分	オリエン テーション	オーバー ハンドパス 練習	オーバー ハンド パス 練習	オーバー ハンドパス 練習	オーバー ・アンダ ーハンド 練習	オーバー アンダー ハンド 練習	オーバー アンダー ハンド 練習	オーバ ーアンダ ーハンド 練習
20分	オーバー ハンドパス 説明・練習	アンダー ハンドパス 練習	アンダー ハンド 練習	アンダー ハンド 練習	アンダー ハンド サービス 説明 練習	アンダー ハンド サービス 練習	アンダー ハンド サービス 練習	技能 テスト
30分	アンダー ハンドパス 説明・練習	円陣パス	対面移動 パス	円陣 パス	ミニ ゲーム	ミニ ゲーム	ミニ ゲーム	ミニ ゲーム
40分	円陣パス		ミニ ゲーム	ミニ ゲーム				
50分	整列・振り返り・次時の内容を確認・挨拶							

7、単元目標

(1) 運動の技能

- ・オーバーハンドパス、アンダーハンドパスの基本の動作を身に付ける。
- ・アンダーハンドサーブをコート内に入れることができる。
- ・ラリーゲームの際、味方が打ちやすい位置にボールをつなぎラリーをつなげることができる。また、ボールを打った後、定位置に戻るなどの実践的な一連の動作ができる。

(2) 運動への態度

- ・バレーボールの授業に主体的に取り組み、安全に留意しながら授業を楽しむことができる。
- ・自己の決められた役割を理解し、果たそうとしている。
- ・話し合いを通して仲間の意見を聞くだけでなく、自分の意見を述べるなど、それぞれの考えを伝え合うことができる。
- ・お互いに教え合い仲間の学習を援助することができる。

(3) 運動の知識、思考、判断

- ・バレーボールの技の名称やゲームのルールを理解する。
- ・自己やチームの課題を見つけ、その課題に応じた解決策を考えることができる。
- ・片付けなどの際、周りを見て次の行動が判断できる。
- ・自己の課題を明確にし、学習ノートにまとめることができる。

8、本時の目標

- ・正しいフォームでオーバーハンドパスとアンダーハンドパスができる。
- ・ミニゲームを通して、仲間と協力し声を掛け合いながら、ラリーが続くようにする。
- ・マナーや安全に留意して、取り組むことができる。

学習活動	支援活動	評価の観点
<p>1 体育委員を中心に準備運動を行う。</p> <p>2 挨拶・出席確認</p> <p>3 本時の説明を聞く ・学習ノート記入</p> <p>4 基本練習 ・アンダーハンドパス ・オーバーハンドパス 二人組で行う。</p> <p>5 円陣パス ・班対抗 ・ワンバウンド 可</p> <p>6 ミニゲーム ・4班 <特別ルール> ・サーブは、手投げでも可 ・ワンバウンド 可 ・タッチ5回まで 可</p> <p>7 整列、挨拶 ・集合 ・整理体操 ・本時の反省を学習ノートに記入 ・挨拶</p>	<p>・大きな声で体操をするように促す。</p> <p>・正しい礼法で行い、挨拶ができるように示唆する。</p> <p>・本時の要点を説明する。</p> <p>・怪我をしないように注意を促す。</p> <p>・授業のルールを守って安全に行えるように指導する</p> <p>○それぞれのパスの3点のコツを確かめさせる。</p> <p>オーバーハンドパスのコツ</p> <p>（指の形は三角もしくは、ハートを逆さにしたイメージ）</p> <p>・構え姿勢は膝を曲げ、ボールを打つと同時に膝を伸ばす。</p> <p>・肘を開きすぎない。</p> <p>アンダーハンドパスのコツ</p> <p>（手の組み方）</p> <p>・肘が曲がらないようにする。</p> <p>・膝を曲げて、ボールが体の正面にくるように移動する。</p> <p>・ボールが間に落ちないように声を出して、パスをさせる。</p> <p>・最後に連続して、何回できるか声を出させ、競わせる。</p> <div style="border: 2px solid black; padding: 5px;"> <p>ミニゲーム</p> <p>・仲間と協力し声を掛け合いながら、ラリーが続く楽しさを味わうことができるように支援する。</p> <p>・どのように行えばラリーが続くか考えさせながら、取り組ませる。</p> </div> <p>・パスが繋がるようにお互いに声を掛けさせるようにする</p> <p>・上手い出来ない生徒には、個別で上手いくポイント助言する。</p> <p>・本時の反省を行う。</p> <p>・次時の内容を説明し、授業に対する動機づけを行う。どうすれば多くのパスが繋げるか、指導する。</p> <p>・怪我の有無と体調について確認する。</p>	<p>【関心・意欲・態度】 元気よく準備運動ができているか。 (行動観察)</p> <p>【思考・判断】 学習ノートに本時の目標が書いているか。(行動観察)</p> <p>【技能】 正しいフォームでパスを行えているか。 (行動観察)</p> <p>【思考・判断】 自己の目標を達成するための工夫ができているか。 (行動観察)</p> <p>【関心・意欲・態度】 本時の反省がしっかりとできているか。 (行動観察)</p>