

保健体育科（体育）学習指導案

1 日 時 令和 2 年 10 月 9 日（金） 3 時間目

2 学年・組 第 1 学年 A・B 組 女子 30 人

3 場 所 体育館

4 単元名

バレーボール（球技）

（教材：ステップアップ中学体育〈大修館書店〉 171～189 ページ）

5 指導にあたって

（1）単元観

（機能的特性）

- ・ボールを上手に扱うことができ、自分が意図した方向にボールを飛ばし、仲間と協力してボールをつなぐ楽しさを味わうことができる。
- ・ラリーを続けることができたときは、得失点に関わらず楽しさを感じることができる。
- ・チームの特性や対戦相手に応じて作戦を立て、勝敗を競い合うところに楽しさを味わうことができる。

（構造的特性）

- ・ネットを挟んで、体の一部に当てることでボールをコントロールし、パスやレシーブ、スパイク、ブロックなどを駆使してボールを打ち合い、相手との攻防の中で得点を競い合うネット型の球技である。
- ・ボールを地面に落とすことなく繋がなければいけないことやボールを保持してはいけないことから、ボールコントロールが難しく、技術の習得に時間がかかる。

（効果的特性）

- ・全身的な運動であり、巧緻性や敏捷性、筋持久力などの体力が高められる。

（2）生徒観

活発な生徒が多く、前向きに取り組む姿勢がみられる。バレーボールの経験はほとんどないが、何事にも一生懸命に取り組む生徒が多いため、上達が早い。そのため、基本的な技能の練習の時間を十分に取、段階を踏んでアンダーハンドパスやオーバーハンドパスの技能の習得を図っていく。積極的な生徒が多いため、毎回の授業で簡単なゲームを行い、チームで競わせることで、技能の向上を図る。

（3）指導観

アンダーハンドパス、オーバーハンドパス、アンダーハンドサービスなど、基礎的・基本的技能の習得を目指し、狙ったところにボールを飛ばす技能を育てる。ゲームの際には、生徒のレベルに合わせて、ソフトバレーボールを活用したり、キャッチやワンバウンドありなどのように柔軟にルールを変更して、仲間と協力してボールをつないだり、ラリーが続く楽しさを味わうことができるようにする。また、コロナ禍であるため、他の生徒との距離感や複数人での練習に十分留意する。

6 単元の目標

【知識・技能】A

勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の特性、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、基本的な技能と仲間と連携した動きでゲームを展開することができる。また、ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動きによって空いた場所をめぐる攻防をすること。

【思考力・判断力・表現力】B

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。

【学びに向かう力・人間性】C

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し合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとする、仲間の学習を援助しようとするなどや、健康・安全に気を配ること。

7 単元の評価基準

	a. 十分満足できる	b. おおむね満足できる	c. 努力を要する
知識・技能	<ul style="list-style-type: none"> ・勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の特性や基本的な技能の名称や行い方を十分に理解している。 ・アンダーハンドパスやオーバーハンドパスを使い、狙った場所にボールを飛ばすことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の特性や基本的な技能の名称や行い方を理解している。 ・アンダーハンドパスやオーバーハンドパスのどちらかを使い、狙った場所にボールを飛ばすことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の特性や基本的な技能の名称や行い方をあまり理解していない。 ・アンダーハンドパスやオーバーハンドパスを使い、ボールを飛ばすことができる。
思考力・判断力・表現力	<ul style="list-style-type: none"> ・自己の課題を発見し、解決に向けて、試行錯誤することができる。 ・チームの課題を発見し、解決に向けて、自分の考えを他者に伝えることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自己の課題を発見し、解決に向けて、取り組むことができる。 ・チームの課題を考え、自分の考えを他者に伝えることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自己の課題について考えている。 ・チームの課題について考えている。
主体的に学習に取り組む力・人間性	<ul style="list-style-type: none"> ・バレーボールの楽しさや喜びを味わうとともに、積極的に練習に取り組んでいる。 ・作戦などの話し合いに積極的に参加している。 ・仲間と協力して、積極的に準備や片づけに取り組んでいる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・バレーボールの楽しさや喜びを味わうとともに、練習に取り組んでいる。 ・作戦などの話し合いに参加している。 ・仲間と協力して、準備や片づけに取り組んでいる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・練習に取り組んでいる。 ・作戦などの話し合いに参加していない。 ・準備や片づけに取り組んでいない。

8 指導計画 (本時 6 時間目 / 6 時間中)

時	目標	評価規準
第1時	<ul style="list-style-type: none"> ・直上パス ・対人パス ・キャッチで円陣パス 	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的な技能の名称や行い方について理解する。(A) ・積極的にボールに触り、ワンバウンドで仲間とボールを繋ぐことができる。(A、C)
第2時	<ul style="list-style-type: none"> ・ネットの設置、注意点 ・サービス 	<ul style="list-style-type: none"> ・ネットの立て方や注意点を理解し、安全に準備・片づけを行うことができる。(A) ・サービスの種類や方法を理解し、実践することができる。(A)
第3時	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的な技能の練習 ・対人パス 	<ul style="list-style-type: none"> ・アンダーハンドパスやオーバーハンドパスなどの基本的な技能について理解する。(A) ・相手からのボールを正しく返球できる。(A)
第4時	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的な技能の練習 ・ラインパス 	<ul style="list-style-type: none"> ・ボールの落下地点に入り、レシーブすることができる。(A) ・声を出しながら、仲間と協力してボールを繋ぐことができる。(A) ・自他の課題を見つけ、解決に向けて、話し合いに積極的に参加している。(B)
第5時	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的な技能の練習 ・フォームテスト ・ネットを挟んでラインパス 	<ul style="list-style-type: none"> ・正しいフォームで、ボールをコントロールすることができる。(A) ・ネットを越えて、相手にボールを繋ぎ、ラリーを続けることができる。(A) ・自他の課題を見つけ、解決に向けて、話し合いに積極的に参加している。(B)
第6時 (本時)	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的な技能の練習 ・<u>6 vs 6 のラリー</u> 	<ul style="list-style-type: none"> ・<u>ボールを正確に当て、チームでボールを繋ぎ、ネットを越えて相手にボールを飛ばすことができる。(A)</u> ・<u>自他の課題を発見し、解決に向けて仲間と話し合い、考えたことを伝えあうことができる。(B)</u> ・<u>球技に積極的に取り組むとともに、他者を援助し、一人一人の違いに応じたプレイを認めようとすることができる。(C)</u>

展開

〇めあて

と協力してラリーを続けよう！（バレーボール）

〇評価規準

ールを正確に当て、チームでボールを繋ぎ、ネットを越えて相手にボールを飛ばすことができる。

【知識・技能】 A

の課題を発見し、解決に向けて仲間と話し合い、考えたことを伝えあうことができる。

【考力・判断力・表現力】 B

に積極的に取り組むとともに、他者を援助し、一人一人の違いに応じたプレイを認めようとするこ
できる。

【遊びに向かう力・人間性】 C

〇指導の重点

ンダーハンドパスやオーバーハンドパスなどの基本的な技能を身に付けさせる。

しいフォームで、ボールをコントロールできるように指導する。

を出しながら、仲間と協力して繋ぐことの楽しさを感じられるようにする。

学 習 活 動	指導・支援活動	評価活動
<ul style="list-style-type: none">・集合・整列・挨拶・ランニング・準備体操<ul style="list-style-type: none">・体操・補強 各10回	<ul style="list-style-type: none">・来た人からネットを立てさせる。・出席確認と怪我や体調の確認を行う。・忘れ物を確認する。・本時のめあてと内容の説明を行う。・障害物に注意させる。・生徒にしっかりと声を出すように呼びかける。	<ul style="list-style-type: none">・仲間と協力して、積極的に用具の準備に取り組んでいるか。(C)・整列やランニング、準備体操などの際に、指示に従って行動しているか。(C)
<p>ウォーミングアップ(15分)</p> <ul style="list-style-type: none">・サーブ練習2分・直上パス：各1分間練習と20秒間のテスト(アンダーハンドパス/オーバーハンドパス)	<ul style="list-style-type: none">・フットフォールトに注意させる。・足元の余ったボールに注意させる。・ボールを回収させ、2・4列目はボールを返却させる。・先に1・3列目が1分間練習を行わせ、その後20秒間のテストを行って回数を数えさせる。その後、2・4列目も同様に行わせる。	<ul style="list-style-type: none">・自己の課題と向き合い、技術向上に向けて取り組んでいるか。(A,B)・積極的に練習に取り組んでいるか。(C)

<p>レシーブ練習(5分) (オーバーハンドパス/ アンダーハンドパス) →3回ずつで交代 各1分程度</p>	<p>ラーリーグーム(12分) ・説明を聞く3分</p> <p>・ラリー練習5分</p> <p>・作戦会議1分</p> <p>・ラリー回数対決3分</p>	<p>・初めにオーバーハンドパスの悪い例を見せる。 ・片方が軽くボールを投げ、もう1人がレシーブを行い、3回連続で行ってから交代するように指示する。 ・ボールを打つ前に、「ハイ」と声を出させる。</p> <p>・ボールを回収する。</p> <p>生徒を見本にして、コートで説明する。 ・A組は舞台側のコート、B組は入り口側のコートで行わせる。コートに6人ずつ入り、余った生徒は、コートの外で待機させ、ボールが地面に落ちたらローテーションをして交代させる。 ・3回以内(2回以上)で返してラリーをさせ、連続で何回繋ぐことができたかを競わせる。</p> <p>・キャッチありで行うが、キャッチの時間ができるだけ短くなるように声をかける。 ・声を出して繋ぐことを意識させ、ボールを打つ前には「ハイ！」と声を出してアピールさせる。 ・コートの外で待機している人は全員で数を数えさせる。</p> <p>・チームで作戦会議をし、繋がる方法を考えさせる。(仲間の配置、どんな声掛けをするかなど)</p>	<p>・課題の解決のために、自己の課題を見つけ、取り組んでいるか。(B)</p> <p>・仲間の学習をサポートしようとしているか。(C)</p> <p>・課題の解決のために、自己やチームの課題を見つけ、取り組んでいるか。(B)</p> <p>・仲間の学習をサポートしようとしているか。(C)</p> <p>・チームの課題を見つけ、その解決に向けて、話合いに積極的に参加しているか。また、自分の考えを他者に伝えようとしているか。(B)</p>
<p>まとめ (8分)</p>	<p>・片付け</p> <p>・集合・振り返り</p> <p>・挨拶</p>	<p>・結果発表とチームの工夫した点について聞く。見ていてよかったところを褒める。 ・本時のめあてについて振り返らせる。</p> <p>・怪我や体調の確認を行う。 ・コロナ感染予防のため、必ず手洗いうがいを行うように指導する。</p>	<p>・仲間と協力して、積極的に用具の片付けに取り組んでいるか。(C)</p>

