

11/4 2限 1年6組女子ソフトボール 第6回指導案

指導教官

実習者氏名

1、日時 2022年 11月 04日 金曜日 2校時

2、場所 グラウンド

3、学年・組 第1学年

4、単元名 ソフトボール

5、単元目標

(1) 運動の技能

- ・ピッチングやキャッチング、及びバッティングの基礎が出来ている。
- ・打球を判断し、的確な処理判断が出来ている。

(2) 運動への態度

- ・ソフトボールに積極的に取り組む姿勢や相手を重んじる態度をもって活動に取り組むことができる。
- ・ペアや班で助言しあうことや、練習を手伝ったりして互いに協力し、競技の楽しさを味わおうとする。
- ・用具や服装、練習場所などの安全、また健康にも十分配慮した取り組みができる。

(3) 運動の知識、思考、判断

- ・勝敗を競う楽しさを学ぶと同時に、技術の正式名称や運動観察の方法、体力を高める方法などを理解する。
- ・ソフトボールのルールや特性を理解し、普段の練習が試合でどう活かされるのか考えて授業に取り組むことができる。
- ・分解練習で不十分だった点に気づき、自分の技能も把握した上で改善に向けて努力することができる。
- ・日々の体づくり運動において、競技特性を理解した運動を組み込んでいる。

6、指導にあたって

(1) 教材について

ソフトボールは、ベースボール型の種目として位置づけられており、「打つ、投げる、捕る、走る」といった運動の基本的要素の組み合わせで構成されている運動である。また2つのチームが攻撃側と守備側に分かれ、攻撃側は打撃・走塁で、守備側は投球・捕球などで攻防し、既定の回数内で得点を競い合う集団スポーツでもあり、ボールをバットで強く打ったり、打球をうまく捕球して打者や走者をアウトにしたりして勝敗を争うという点に面白さがある。さらに、練習やゲームを通じ協力し、助け合いながら、互いを高め仲間との繋がりを感じることでできる運動でもある。

(2) 生徒の実態

体育の授業においては積極的に取り組む生徒も多いが、中には控えめな生徒も見られる。競技レベルは野球経験者が1名しかいないものの全体的に高く、バットで遠くにボールを飛ばし喜ぶ生徒も多くいるなど、競技の楽しさに気付いてきている生徒も多い。また毎時間キャッチボール、ピッチング、ゴロ・フライ捕球と取り入れているが、ピッチングに課題を感じている生徒が多いように感じる。そのためこれまでの授業では、ウインドミル投法・スリングショットを練習し、リズムの掴み方やボールを離すタイミングなどを指導している。

(3) 指導について

単元の初めでは、初めてソフトボールに触れる生徒がほとんどのためボール投げ方から握り方、グラブの使い方など基礎的な項目の確認から行う。またボールへの恐怖感を無くすため、柔らかいボールを使用することで積極的にチャレンジして行ける環境を作る。基礎的なボールとグラブを使った練習は毎時間取り入れ、そのうえで、バドミントンシャトルを使ったバッティング練習など高度な内容も体験し、徐々にソフトボール本来の楽しさに気付けるような工夫をしていく。また授業では、集団スポーツの魅力である仲間をより感じられるように生徒同士の声掛けなどは日々の授業から意識させる。後半は、形式的な練習やスキルテストを入れるなど最後の試合に向けての準備を行う。

時間	1	2	3	4	5	6	7	8
0分	<p>○導入 (挨拶、出欠確認、健康観察、振り返り、本時の目標確認、周回走(体づくり運動))</p>							
	<p>○オリエンテーション ・学習の流れ</p>	<p>○基本的な技術の習得 ・ペアでのキャッチボール・ピッチング・ゴロ・フライ捕球練習</p>						
	<p>○基本練習 ・キャッチボール・ピッチング・ゴロ・フライ捕球</p>	<p>○シャトル打ち練習 ・間隔をしっかりと、バトミントンシャトル打ちを行う。</p>	<p>○ロングティー練習 ・4人チームになり、バッティングと守備の練習</p>	<p>○試合形式練習 捕手、投手を置き、5本ローテーションでバッティング練習 ※5限のみ並行して、ピッチングとキャッチングのスキルテストを行う。</p>	<p>○ノック練習 試合を意識させるため、アウトを成立させる感覚を掴ませる。</p>	<p>○試合形式練習 クラスのレベルに合わせてアウトの仕組みを考える。</p>		
50分	<p>○まとめ (整理運動、ふりかえり、本時のまとめ、健康観察)</p>							

8、本時の目標

- ・実際にバッターを相手に正確なピッチングをすることが出来る。
- ・練習でしてきた内容を実践形式で取り組むことが出来る。
- ・スキルテストに向けペアお互いアドバイスするなど高め合うことが出来ているか。

9、本時の展開

	学習活動	指導上の留意点	評価
導入 11分	<p>○挨拶、確認、流れ説明 (3分)</p> <p>2列横隊で点呼・欠席確認 (体育委員が報告)</p> <p>本時の狙い 「実戦形式の練習を通じて試合感を掴もう」 「スキルテスト ピッチング・キャッチング」</p> <p>○体作り運動 (8分)</p>	<p>○授業準備は事前にしておき時間短縮を行う。</p> <p>○前回の振り返りに加え、スキルテストの注意事項を伝える。</p> <p>○体調不良の生徒は無理に授業を受けさせず、見学させる。</p> <p>○前回の授業で伝えた、ソフトボールの危険性について理解できるか問いかけ自由に体作りを行わせる。</p> <p>○体作りでは次の声掛けを行う 「スキルテストに向け肩回りや腰をしっかりほぐしておくように」</p>	<p>本時の活動を理解し、それにあった準備運動を工夫して取り込めている</p> <p>(A、行えている B、概ね行えている C、行えていない)</p>
展開 34分	<p>①CB、P、(4分)</p> <p>※前回ペアで行った生徒とは違う生徒とペアを組ませる</p> <p>※後の練習メニューでもゴロとフライは行えるため少し短くし、試合形式の練習を長くする。</p> <p>②形式練習(30分)</p> <p>2班に分け片方はボール拾いをしながら、ゴロ捕球の練習</p> <p>3人×10回ずつ ローテーション 10分で前後半交代 ○</p> <p>○○ ○ → ○ ○ CB P 守備</p> <p>(想定される生徒のつまずき) 「いつもは捕れていたボールが、バッターが前に立つことで捕れなくなる」 「バッターが立つことでピッチング</p>	<p>①毎回取り入れているためだらだらした練習になっていないか声掛け。</p> <p>①ボールによっておこる怪我のリスクを減らすため、十分な間隔と誰かの近くにボールが転がった時には「危ない!」と大きな声をかけることを伝える。</p> <p>①上手く出来るようになった生徒には少し距離を伸ばしてやらせてみる。</p> <p>②実際にピッチャーの投げる球の軌道を見て、どのようにすれば上手くミートできるか考えさせる。</p> <p>②また投げる方も狙ったところ(ストライクゾーン)に投げる感覚を掴ませる。</p> <p>②ボールは柔らかい女子用のボールを使う。</p> <p>②ピッチャーとバッターは10m、捕手とバッターは安全のため4m間隔をあける。</p> <p>②ピッチャーはボールを投げた後ボールから目を離させない。</p> <p>②各ポジションの距離を安全のために</p>	<p>思考・判断</p> <p>・練習を通してペアや自身の課題を設定できているか(A.B.C)</p> <p>関心・意欲・態度</p> <p>・安全面に配慮した取り組みが出来ているか(A.B.C)</p> <p>・お互いの良い面、悪い面を働きかけ協力できているか(A.B.C)</p> <p>・本時の狙いである技能の点に着目し、バッティングの楽しさに気付き味わおうとしているか(A.B.C)</p> <p>技能</p> <p>・ボールに合わせたバットコントロールが行えているか(A.B.C)</p> <p>・ストライクゾーンにしっかりとボールが投げ込めるか(A.B.C)</p>

	<p>が狙ったところにかなくなる」</p> <p>同時並行 スキルテスト(各7分) ピッチング・キャッチング</p>	<p>決めているので、足もとに白線を引き立ち位置を確認しやすくする。</p> <p>②スキルテストと形式練習をスムーズに交代できるように指示しておく</p>	
ま と め 5 分	<p>①集合、怪我の確認、</p> <p>②振り返り</p> <p>③片付け</p>	<p>①怪我の有無(特に腰の痛みなど)と体調の変化をよく観察する。</p> <p>②最後に今日の授業を通して伝えなかったことを改めて伝える、次回の授業に繋げる。</p> <p>②服装や列に乱れがないか確認した上で着座させ話を進める。</p> <p>②時間があれば2回目の形式練習で何か初回と違いがあったか、またバッターが立つと何が難しくなったか質問する。</p>	<p>○話をよく聞いているのか、態度の観点から評価する(A.B.C)</p>