

保健体育科学習指導案

実習者氏名

指導教官

1、日 時 2024 年 6 月 12 日 水曜日 4 校時

2、場 所 体育館

3、学年・組 3 年 3 組、4 組女子 32 名

4、単元名 バスケットボール～空間にパスを出そう～

5、単元目標

(1) 知識及び技能

バスケットボールの特性や面白さ、効果的な練習方法を理解して、基本的なボール操作の定着や、空間認識についての考え方を理解することができる。

(2) 思考力・判断力・表現力

ボールをつなぎ得点するための技術について考え、身に付けるとともに、技術の習得に向けた工夫をすること、仲間の成果を見つけて伝えることができる。

(3) 学びに向かう力・人間性等

自己の課題に目を向け積極的に克服しようとする事、仲間のプレーに注目して感じたことを伝えること、練習において自己と仲間の安全や健康に常に配慮することができる。

6、指導にあたって

(1) 教材について

本単元は、中学校学習指導要領の【E 球技】ア ゴール型に関する単元である。「ゴール型」に分類されるバスケットボールでは、コート内で5人の選手が互いの行動や動作を制限しあいながら、一定時間内に相手チームより多くの得点を競い合う集団的スポーツである。また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、基本的なボール操作と仲間と連携して空間に走り込むなどの動きによって、ゴール前での攻防を展開できることをねらいとしている。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、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、作戦などについて話し合いに参加しようとする、仲間の学習を援助しようとする、健康・安全に留意することができる単元である。

(2) 生徒の実態

3年3組女子16名、4組女子16名、計32名である。生徒は全体的に素直で、何事にもまじめに取り組むことができる。保健体育の授業においても、運動を好んで意欲的に活動する生徒が大半を占めている。しかし、小さいときからの遊びや運動の経験が乏しいと思われる生徒も多く、進んで運動に親しむ生徒とそうでない生徒がいる状況である。バスケットボールについては基本的なボールハンドリングやシュートなどは昨年度までに実施されている。

(3) 指導について

バスケットボールの特性や歴史などの知識や、パス・ドリブル・シュートなどの基本的なボール操作を指導する。さらに、攻撃側が有利な条件で行う2対1やとりかごなどで、どこに空間があるのかを把握しやすい練習を行う。空間への意識を持つことや経験による差が出すぎないようにするため、基本的にはパス中心で行う。また練習やゲームの場面で、最善を尽くすことやフェアなプレイを大切に、学習の安全を守りながら活動できるようにしたい。基本的なボール操作ができるようになることも重要視し、シュートやパスの正しいフォームを指導する。そして毎回の授業の初めにはゴール下10本シュートを取り入れ、自分の日々の上達度をしっかりと感じられるようにする。自分の最善を尽くすこと、フェアなプレイを大切にすること、仲間の良いところを見つけてそれを互いに伝えて認め合うこと、自己や他者の安全に注意しながら積極的に活動できるようにしたい。お互いが励まし合い、失敗を責めるような雰囲気は絶対に作らないように前向きな声かけをして指導していく。この授業を通して仲間と楽しく自己の体力を高めたり、これからの生活につながる授業を展開したい。

7、指導計画 全 5 時間中 4 時間目

	1	2	3	4	5
0 分	○導入（挨拶、出欠確認、体調怪我確認、本時の目標、準備体操、補強運動）				
	○基本的なボール操作（ボールハンドリング、ランニングパス、ゴール下 10 本シュート）	ボールハンドリング、ゴール下 10 本シュート、レイアップシュート		サークルパス、フリースロー、ゴール下 10 本シュート	
		チェストパス、バウンズパス ・4 列で向かい合って行う ・相手の胸を目掛けて、手首のスナップをきかせて出す	とりかご① ・2 対 1 で行う ・外側の人は 5 m 感覚のマークに立ちパスをつなぐ ・内側の人は相手にプレッシャーを与えてパスカットを狙う	とりかご② ・3 対 2 で行う ・外側の人は 4 点のマーク内を動いてパスをつなぐ ・内側の人は相手にプレッシャーを与えてパスカットを狙う	2.1 ・制限区域内で行う ・ボール保持者は DF を交わしてパスを行う ・空いている空間に飛び込んでシュートする 2.2 ・空いている空間に飛び込んでシュートする
50 分	○まとめ（整理体操、学習カードの記入・仲間の良いところの共有、次回の予告、体調怪我確認、挨拶）				

8、本時の目標

(1) 知識及び技能

シュートやパスの正しいフォームの習得や、守りの人を避けてパスを出したり、空間認識についての考え方を理解することができる。

(2) 思考力、判断力、表現力

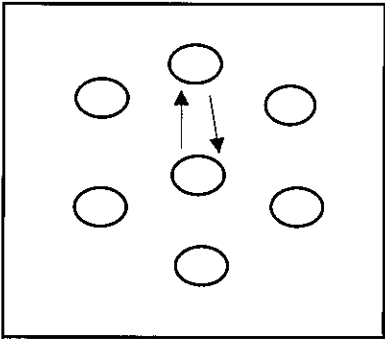
仲間のプレーに注目して課題や上手くいったところを伝えることができる。

(3) 態度（学びに向かう力など）

運動や技能のコツを理解して、仲間と協力してそれを練習で活かそうとする。また、安全に留意して積極的に取り組むことができる。

9、本時の展開

	学習活動	指導上の留意点	評価
導 入 12分	○集合、整列	・4列横隊で集合させる	
	○挨拶 ・体育委員の掛け声で行う	・出席、怪我体調確認	
	○本時の内容確認 守りの人を避けてパスを出そう！	・ねらいを説明して確認する ・バスケットの歴史やクイズ、オリンピックについてなど生徒が興味を示すような話をする	
	○ランニング、ラジオ体操	・適宜声かけを行う ・体育委員のかけ声で行う	
	○ストレッチ ・指や足首を重点的に行う		

	○サークルパス  ・外側の人：パスを出したら中に入る ・内側の人：パスを出したら外に出る	・4列横隊の1列（6～8人程）で1組をつくる ・ホワイトボードを使って動き方を説明する ・1列目の生徒で見本を見せる ・時計回りでのみ行う ・キャッチボイスやターゲットハンドの説明を行う	
展	○フリースロー（ポイント） ・軽く膝を曲げる ・手首を外に返す ・1人3本ずつ打つ ・その後グループごとに合計3本シュートが決まったところから座る	・6列縦隊に変形させて説明する ・見本を見せる ・ポイントを守れているか注意して観察したり、声掛けを行う ・協力してリバウンドを素早く取る	A 自己や他者の技能の習得度を把握し、それを修正したり、仲間に伝えることができる B 自己や他者の技能の習得度を把握し、修正点を見つけることができる C 運動の特性の把握ができない
開 33分	○ゴール下10本シュート（ポイント） フリースローのポイント＋ ・できるだけゴールに近いところ（最高到達点）でボールを離す ・バックボードの角を目掛けて打つ ・見ている人は数を数えたり、ボールが遠くにとんで	・先頭の人がボールを持っていくよう指示する ・前回と比べて数が増えた人に手を挙げてもらう ・同じミスを繰り返している生徒には丁寧に指導する	

	いかなにか注意する ○3対2のとりかご ・OFは四角形の枠内を動いてパスをもらう ・DFはパスをカットしにくく ・笛でOFとDFを交代する	・5人1組をつくる ・余りが出る場合は、2対1で行う ・4か所に4.5メートル間隔で4点四角形にマーカーを置く ・ここでもピポットを積極的に使うよう指導する ・人数が増えるため声が必要になることを伝える ・DFはボールを触りに行くように指導する ・パスはチェストパスかバウンズパスを使うように伝える	A 守りの人を避けてパスを出すことができる B 守りの人を避けてパスを出そうとすることができる C 守りの人を避けてパスを出すことができない
まとめ 5分	○集合、整列 ○整理体操 ○学習カード記入 ○本時のまとめ ・記入した仲間の良いところを共有する ○挨拶	・4列横隊に集合させる ・学習カードは事前に列ごとの人数に分けておく ・今日の授業を振り返り、発問やポイントを再度問いかける ・怪我、体調確認 ・体育委員の掛け声で行う	

準備物：バスケットボール、デジタルタイマー、ホワイトボード、ペン、マーカー、笛、学習カード、人数分の鉛筆

学習カード

～バスケットボール～

3年 組 ()

守りの人を避けてパスを出そう！

○今日の 10 本シュート★ (/10 本)

○どのようにすれば守りの人を避けてパスを出す
ことができましたか？

【 】

○振り返りチェック

A よくできた B できた C できなかった

【ゴール下シュート】	評価
軽く膝を曲げることができた	
ゴールに近い位置からシュートすることができた	
バックボードの角を狙うことができた	

【パス】	評価
指先まで広げて、広い面積でボールを捉えることができた	
手首のスナップをかける	

○最後に（振り返りに沿って思い出してみよう）

() さんの

【 】が良かった！

[illegible]

本日はお忙しい中、授業を見に来てくださりありがとうございました。もしよろしければ後程アドバイスを伺いに参ります。