

保健体育科（体育）学習指導案

日時：令和7年9月24日（水）第5校時

会場：

対象：（男子：五組 19 名、六組 19 名、計 38 名）

2年生

指導教諭：

授業者：

1. 単元名

球技<バスケットボール>

2. 運動の特性

本単元で扱うバスケットボールは、ゴール型の球技であり、手でボールを操作し、パスやドリブルを用いてゴールに近づき、一定時間内にシュートを成功させ得点を競うものである（機能的特性）。ゴールが 3.05m の高さに設置されていることから、攻撃側にはボールを確実にゴール近くまで運び、相手をかかわしてシュートする技術や戦術が求められる。また、防御側にはそれらを阻止するためのディフェンス技術や戦術が必要であるが、過度な身体接触はルールで禁止されている。

さらに、他のゴール型球技に比べてコートが狭いため、攻防の展開にはスピード感があり、チームメイトとの緻密な連携プレイが欠かせない（構造的特性）。攻撃と守備の切り替えが頻繁に行われる中で、状況を判断しながら素早く行動する力も求められる。

加えて、バスケットボールのシュート動作は「走る」「跳ぶ」「投げる」という基本的な運動要素で構成されており、敏捷性、全身持久力、スピードなどを高めることができる（効果的特性）。また、仲間と協力してプレイすることで、判断力や協調性を養うなど、身体的・精神的な成長を促す効果がある。

3. 生徒の実態

5・6組の男子は全体で 38 名おり、そのうちバスケットボール部に所属しているのは 4 名である。全体的に活発な雰囲気を持ちながらも、ホイッスルの合図には動きを止めて耳を傾けるなど、真面目に活動へ取り組む姿勢が見られる。競争的な活動にも前向きに参加し、仲間同士で励まし合うことで向上心を高めている。運動能力は概して高く、基本的な動作や技術に対する理解も早い一方で、シュート時に焦って正確性を欠く生徒も少なくない。今後は、個々の技術向上に加えて、仲間との連携やコミュニケーションを深めることにより、より実践的なチームプレイの力を養っていくことが期待される。

4. 教師の指導観

本単元では、バスケットボールの楽しさを味わうとともに、技能の向上と戦術理解を結びつけて学ぶことを重視する。生徒が主体的に課題を発見し、仲間と協力して解決する活動を通して、技能面だけでなくコミュニケーション力や協働性を育成する。また、得点以外のチーム貢献を認めることで、多様な達成感を保障し、意欲的に学習に取り組む態度を養う。さらに、安全面・規律面を徹底し、誰もが安心して挑戦できる学習環境を構築する。本授業では、生徒が主体的に課題を発見し、仲間と協力して解決する過程を大切にす。技能の習得だけでなく、スペーシングやカッティングなどの戦術理解を深めることで、バスケットボールの楽しさを実感できるよう指導する。また、得点だけでなくチームへの多様な貢献を認め合うことで、生徒一人ひとりが達成感を得られるようにする

5. 指導と評価の計画

(1) 単元の目標

知識及び技能	次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法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できるようにする。ゴール型では、安定したボール操作と空間を作りだすなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をすること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ることができるようにする。
学びに向かう力・人間性等	球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする事、作戦などについての話合いに貢献しようとする事、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事、互いに助け合い教え合おうとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。

(2) 単元の評価基準

知識及び技能	<ul style="list-style-type: none">・技術の名称や行い方では、球技の各型の各種目において用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらをゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであること、技術はボール操作とボールを持たないときの動きに大別できることを理解している。・体力の高め方では、球技のパフォーマンスは、型や運動種目によって、様々な体力要素に強く影響される。そのため、ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を取り入れ、繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることを理解している。・運動観察の方法では、ゲームの課題に応じて、練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることを理解できるようにする。例えば、各型のゲームの課題に応じて、ボール操作とボールを持たないときの動き並びにそれらに関連したプレイの判断に着目し観察することで、個人やチームの学習課題が明確になり、学習成果を高められることを理解している。・ゲームのルール、審判及び運営の仕方があることを理解できるようにする。・攻防を展開する際に共通して見られるボールや用具などの操作とボールを持たないときの動きについての学習課題に着目し、その特性や魅力に応じて、相手コートに侵入して攻防を楽しんでいる。
思考力・判断力・表現力等	<ul style="list-style-type: none">・球技の特性を踏まえて、攻防やボール操作及びボールを持たないときの動きなどの改善についてのポイントを発見したり、仲間との関わり合いや健康・安全についての自己や仲間の取り組み方などの課題を発見したりすることを言ったり書いたりしている。・攻防、ボール操作やボールを持たないときの動き、仲間との関わり方、健康・安全の確保の仕方、運動の継続の仕方などの発見した課題を、合理的に

	<p>解決できるよう知識を活用したり，応用したりすることを言ったり書いたりしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自己や仲間の課題について，自己や仲間が思考し判断したことを，言葉や文章などで表したり，他者にわかりやすく伝えたりすることを言ったり書いたりしている。
<p>学びに向かう力・人間性等</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・自己や仲間の課題に応じた練習方法を選択する学習などに自主的に取り組むことなどが大切であることなどを理解し，取り組んでいる。 ・ルールやマナーを大切にすることは，友情を深めたり連帯感を高めたりするなど，生涯にわたって運動を継続するための重要な要素となることを理解し，取り組んでいる。 ・相互の信頼関係を深めるためには，相手の感情に配慮しながら発言したり，提案者の発言に同意したりして話を進めることなどが大切であることを理解し，取り組んでいる。 ・様々な違いを超えてスポーツを楽しむことができる配慮をすることで，スポーツのよりよい環境づくりに貢献すること，違いに応じて配慮の仕方があることなどを理解し，取り組んでいる。 ・互いに助け合い教え合うことは，安全を確保したり，課題の解決に役立つなど自主的な学習を行いやすくしたりすることを理解し，取り組んでいる。 ・自己の責任を果たすことは，球技の学習を円滑に進めることにつながることや，社会生活を過ごす上で必要な責任感を身に付けることにつながることを理解し，取り組んでいる。 ・用具の安全確認の仕方，段階的な練習の仕方，けがを防止するための留意点などを理解し，取り組んでいる。に課題がある。活動への意欲が十分に見られない。

6. 単元計画

時	ねらい	指導内容	学習過程
1	主体的に活動に取り組み、バスケットボールに慣れよう	<ul style="list-style-type: none"> ・ルール・安全管理の確認 ・基本的なボールハンドリング（キャッチ、ドリブル感覚） ・ゴール下シュート、レイアップの体験 	<ul style="list-style-type: none"> ○オリエンテーション（ルール・安全） ○ペアでのハンドリング練習（その場ドリブル、クロスオーバー、レッグスルー、股下8の字） ○ゴール下シュート練習 ○レイアップシュート
2	基本的なパスとドリブルの技能を身につけ、正確かつ適切に使えるようになる	<ul style="list-style-type: none"> ・基本パス（チェスト・バウンド・オーバーヘッド） ・左右ドリブル、スピードドリブル ・パス&ドリブルを組み合わせた応用 	<ul style="list-style-type: none"> ○ペアでのパス練習（距離変化・移動しながら） ○ジグザグドリブル、スピード変化 ○パスを受けてすぐドリブルで進む練習 ○3on3 ゲーム
3	ゴールから遠い位置でも安定したフォームでシュートができるようになる	<ul style="list-style-type: none"> ・ミドルシュートのフォーム確認 ・フリースロー練習 ・3P シュートの基礎体験 ・ディフェンスを意識したシュート選択 	<ul style="list-style-type: none"> ○ゴール下シュート・レイアップシュート ○フリースロー反復練習 ○ミドルシュート ○5対5 ゲーム
4	ゲームを通して、協力して試合を行い、課題に向き合おう	<ul style="list-style-type: none"> ・スキルチェックテストで個人技能の確認 ・連携プレイの意識づけ 	<ul style="list-style-type: none"> ○スキルチェックテスト（20秒ゴール下・30秒レイアップ・フリースロー5本） ○ゲームを通じて連携の課題確認
5 本 時	スペースを意識した動きを学び、攻防の中で活用できるようになる	<ul style="list-style-type: none"> ・スペーシングの基本（広がる・寄る） ・カッティング（Vカット、Lカット） 	<ul style="list-style-type: none"> ○無ディフェンスでのスペーシング練習 ○カッティングからパスを受けてシュート ○ゲームでスペースを意識した攻防

6	ボールを持たない時の動きを理解し、チームプレイに活かそう	<ul style="list-style-type: none"> ・スクリーンの基本（オンボール・オフボール） ・パス&ランの動き 	<ul style="list-style-type: none"> ○ペアでのスクリーン練習（静止→動作） ○パス&ランからのカッティング→シュート ○ゲームでスクリーンを使った攻防
7	ディフェンスの基本を理解し、個人・チームで守れるようになろう	<ul style="list-style-type: none"> ・ディフェンスの姿勢、スライドステップ ・1対1の守備 ・ヘルプディフェンスの基礎 	<ul style="list-style-type: none"> ○スライドステップ（左右・連続） ○1対1練習（制限付き：ドリブル2回以内など） ○ヘルプポジション確認 ○ゲームでディフェンスを強調
8	攻防の切り替えを素早く行い、試合展開に対応できるようにしよう	<ul style="list-style-type: none"> ・速攻（ファストブレイク） ・ディフェンスリトリート（戻り） ・攻守の切り替え意識 	<ul style="list-style-type: none"> ○2対1の速攻練習 ○リトリートのスピード強化 ○攻守交替型のミニゲーム ○ゲームで攻守切替を強調
9	チームの戦術を工夫し、協力して試合を展開できるようにしよう	<ul style="list-style-type: none"> ・チームごとの戦術検討（オフェンス・ディフェンス） ・ゲームでの戦術実践 	<ul style="list-style-type: none"> ○チームごとに戦術（スペーシング・スクリーン・速攻など）を選択 ○ゲームで試行→振り返り ○改善点を共有
10	学習の成果を発揮し、仲間と協力してフェアに試合を楽しもう	<ul style="list-style-type: none"> ・単元の総まとめ ・試合を通して技能・戦術・態度を発揮 	<ul style="list-style-type: none"> ○リーグ戦 ○振り返り（自己評価・相互評価・チーム評価） ○単元を通じた成長の共有

7. 本時の学習と指導 (5 / 10 時)

(1) 本時の目標

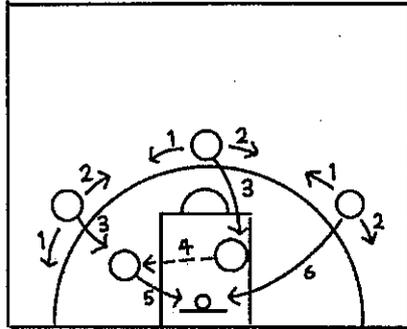
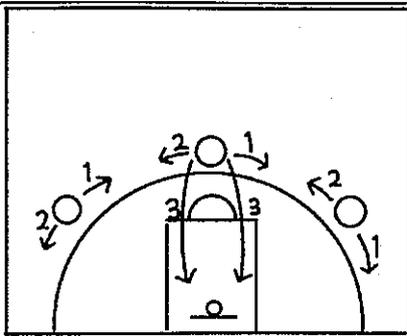
ゲームで、スペーシングやカッティングを活用した連携プレイができるようになるう。

(2) 準備

バスケットボール
 ホイッスル
 プログラムタイマー
 得点版
 ホワイトボード
 ビブス×10

(3) 本時の展開

段階	学習内容・学習活動	指導上の留意点<◇評価基準>
導入 (10分)	<ul style="list-style-type: none"> ○準備運動 (ラジオ体操第一)・補強 (腕立て、腹筋、背筋)・ラッニング ○集合・出席確認・健康観察 ○本時のねらい確認 <ul style="list-style-type: none"> ・チーム分け ・活動内容確認 	<ul style="list-style-type: none"> ○事前に体調不良やけがのある生徒の有無を確認する。 ・手首・足首・腕・肩を中心にストレッチを行うよう促す。 ◇声を出して意欲的に準備運動をしている (学びに向かう力・人間性等) ○前回のスキルチェックの結果を踏まえ、適切にチーム分けを行う。 ☆ゲームを通して、スペーシングやカッティングを意識した連携プレイの習得を目指す。
展開 (40分)	<ul style="list-style-type: none"> ○スペーシングの練習 	<ul style="list-style-type: none"> ○スペーシングの説明 <ul style="list-style-type: none"> ・「ボール保持者の周囲にスペースをつくる」こと。 ・【広がる】ボール保持者から離れてポジションをとり、三角形を意識してパスコースを確保し、コート全体を使う。 ・【寄る】ボール保持者が困ったときやディフェンスに詰められたとき、サポートに近づいてパスを受ける。



○カッティングの練習

○A チームでお手本

○A.B.C、D.E.Fでコート分け

・3人ペアを作る

○スペーシングの練習

○練習① 無ディフェンスでのスペーシング (3人組)

・右・中・左のポジションを交代しながら行う。

・中が右に寄れば全体で右へ、左に寄れば全体で左へ移動し、一往復後に中がレイアップシュート。

・続けて、右がハンドサイン (○/×) を出し、○なら右へパスし右がシュート (レイアップ/ミドル)、中は右へ移動、左はリバウンドを担当。×なら中がそのままレイアップシュート。

◇スペーシングを理解できているか (知識及び技能)

◇仲間の動きやサインを読み取り、全体で連動できているか (思考力・判断力・表現力等)

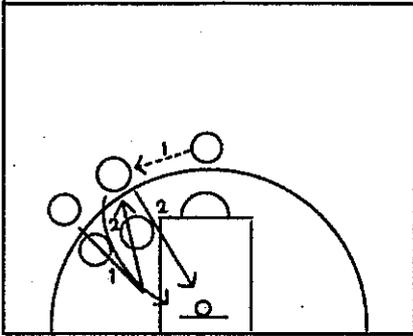
○カッティングの説明

【Vカット】ゴールに向かって一步ダッシュ → 外側に戻ってパスを受ける (動きが「V」字)。

ねらい：ディフェンスを揺さぶり、パスをもらいやすくする。

【Lカット】サイドからゴールへ直線的に動き → 直角に曲がってフリースローライン付近でパスを受ける (動きが「L」字)。

→ A チームによるお手本提示

	 <p>○ゲームに向けた練習</p> <p>○ゲーム (20分)</p>	<p>○練習② 有ディフェンスでのカッティング</p> <ul style="list-style-type: none"> ・攻撃 (右・中) 守備 (右) で実施。 ・右がVカット → 中からパスを受けてドライブ→レイアップシュート。 <p>※ ディフェンスは追いかけるのみ (パスカットはしない)。</p> <p>◇ カッティングを理解できているか (知識及び技能)</p> <p>◇ Vカットで適切に距離をとり、タイミングよくパスを出せているか (思考力・判断力・表現力等)</p> <p>○練習③ 各チーム練習</p> <ul style="list-style-type: none"> ・レイアップシュート・ミドルシュートを組み合わせて行う。 <p>◇ゲームに向けて意欲的に取り組んでいるか (思考力・判断力・表現力等/学びに向かう力・人間性等)</p> <p>○練習④ ゲーム (スペーシングとカッティングを意識)</p> <p>◇スペーシングやカッティングを活用した攻防を行えているか (思考力・判断力・表現力等/学びに向かう力・人間性等)</p>
<p>まとめ (5分)</p>	<p>○片付け、整理運動、健康観察</p> <p>○本時の振り返り</p>	<p>○手首・足首を中心にストレッチを行うよう促す。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体調不良やけがの有無を確認する。 <p>○本時の振り返りを行い、次回の試合でスペーシングとカッティングを活用できるよう意識づける。</p> <p>◇スペーシングとカッティングについて説明できる (知識及び技能)。</p>