

# 保健体育科学習指導案

活動場所	吉田南中学校体育館
生徒数	男子16名 1年1・2組 計35名 女子19名
指導者	教諭 塩屋 華子

## 1 単元名 「バレーボール」

## 2 単元について

### (1) バレーボールの一般的特性

ア 2つのチームがネットをはさんでパス、サービス、レシーブ、トス、スパイクといった技能を用いて攻防を展開し、得点を競い合う集団的運動である。

イ 全員にボールが回る機会があり誰でも楽しめることや、攻防の仕方を工夫し、相手チームと勝敗を競うところ楽しさがある。

ウ チームワークの高まりによっては普段以上の力を発揮し、大きな喜びや楽しさを味わうことができ、集団の望ましい人間関係を育成することのできる運動である。

エ バレーボールは、学校体育以外の場面でも仲間づくり、健康づくりの一環として広く社会で親しまれている運動である。

オ ボールを床に落とすことが許されないので、プレイを続けることが難しい。

### (2) 生徒から見た特性

ア 長くラリーが続いたときに楽しさを感じることができる運動である。

イ チームで協力してパスやレシーブをつないだり、得点を決めたりしたときに楽しさを感じることができる運動である。

ウ いろいろな種類へのサービスに挑戦や強弱のある攻撃などへの技に挑むことに楽しさを感じることができる運動である。

エ 初歩的段階では、直接飛んでくるボールに対し、恐怖感をもったり、指や腕が痛いと感じたりすることがある。

## 3 生徒の実態

### (1) 関心・意欲・態度

多くの生徒は、体を動かすことを好んでおり、バレーボールに関してもゲームを試みたい、スパイクやいろいろな種類のサービスに挑戦してみたいなどの興味をもち、楽しみにしている。一方、「ボールを自分の思う方向へ返すことができず、友達とボールをつなぐことができない」「ソフトバレーボールと違って、指や手が痛い」「上からくるボールが怖い」などの理由でバレーボールが嫌いだと回答している生徒もいる。

(2) 思考・判断

生徒はバレーボールに関しては、遊びの中や小学校のソフトバレーボールの授業を経験した程度で、あまり学習経験を積んでいない。そのため、バレーボールの特性に応じて、自己やグループの能力に適した課題の解決を目指して、練習の仕方を考え、工夫することができないことが予想される。

(3) 技能

バレーボールは、床にボールを落とさずつなぐことを特性としているため、オーバーハンドパス、アンダーハンドパス、アンダーハンドサービスなどの基本的な技能を中心に攻防を楽しむが、ほとんどの生徒がバレーボールの経験がないためボールを落とさずにラリーを続けることが難しい。

(4) 知識

バレーボールのルールやゲームの進め方に関する知識・理解は少年団等で活動し、多少知っている生徒もいるが、現段階ではほとんど身に付いていない。

4 単元の観点別学習目標

- (1) ルールやマナーを守り、互いに協力しながら、安全にバレーボールの楽しさを味わうことができる。 【関心・意欲・態度】
- (2) 教師や友人のアドバイスを受けて、自己の技能の達成状況を理解し、次時の課題や練習計画を立てたり、修正したりすることができる。 【思考・判断】
- (3) 基礎的・基本的技能を身につけるとともに、スパイクやいろいろな種類のサービスに挑戦し、それを生かしてゲームを楽しむことができる。 【技能】
- (4) ルールや技能についての基礎的知識を理解することができる。 【知識】

5 単元の評価規準

学習活動における 具体的な評価規準	想定される生徒の学習状況と手だて	
	A	C
<b>ア 運動への関心・意欲・態度</b>		
① バレーボールに関心を持ち、楽しさや喜びを味わいながら進んで学習に取り組もうとする。	A バレーボールに関心を持ち、常に練習やゲームに自ら進んで取り組むことができる。	C ゲーム性をもたせ、チーム内での助け合いや励まし合いを促す。
② 仲間と協力し、励まし合いながら公正な態度で練習やゲームをすることができる。	A 練習やゲームに対し、公正な態度でのぞみ、仲間にアドバイスを送りながら、互いを高めることができる。	C チーム内やペア同士での、観察・相互評価等を行い、意欲を喚起する。
③ ルールや学習の決まりを守り、用具や練習場の安全を確かめ、健康や安全に留意して練習やゲームができる。	A 準備や後片付けを、進んで責任をもって行い、健康や安全に常に配慮して、練習やゲームに取り組むことができる。	C 随時、特に安全面については指導・点検をし、生徒の意識を高める。また、チーム内での声の掛け合いを促す。
<b>イ 運動についての思考・判断</b>		
① 個人やチームの能力を分析し、能力に応じた課題を設定することができる。	A 個人やチームの能力を客観的に見て分析ができ、その結果を課題解決学習に生かすことができる。	C 学習資料やグループ、ペア同士での教え合い等を通じて、自分の現状と課題を把握させ、見直しをもたせる。

② 個人やチームの課題解決を目指して、ルールや練習の仕方を工夫することができる。	A 個人やチームの課題解決のために、ルールを易しくすることや、練習の仕方を工夫した意見を出し合うことができる。 C いくつかの主な課題を提示し、その中から選ばせて練習やゲームをさせる。
③ ゲームの結果から、作戦やルールを工夫して、次のゲームに生かすことができる。	A 個人やチームの課題を分析し、ゲームの結果から作戦を工夫して次のゲームにのぞむことができる。 C 学習ノートを活用させ、振り返りながら話し合いに参加させる。
ウ 運動の技能	
① 基礎的・基本的技能が身に付いている。	A 基礎的・基本的な個人技能のポイントを押さえ、理想のイメージに合わせて運動を実践することができる。 C 教師の支援、生徒相互の観察や練習、学習資料の利用、ゲーム性を持たせた反復練習等を行わせる。
② 個人的技能を使い、練習やゲームを通して集団的スキルを高めたゲームができる。	A 安定した技を用いて攻撃したり、レシーブ・トス・スパイクとつなげる3段攻撃ができる。 C 役割を決めて練習させると共に、個人的技能の上達を促す。
エ 運動についての知識・理解	
① バレーボールのプレイに関するルール、ゲームの進め方がわかる。	A 知識として知り得たルールやゲームの進め方を、練習やゲームの中で使用することができる。 C 随時、学習資料等を利用して知識の定着に努めさせる。

## 6 単元の学習及び評価計画

時間	段階	学習目標・学習活動	評価項目	評価方法
1	オリエンテーション	オリエンテーション ○ 学習の見通しや約束事等を理解する。 ○ チーム編成や役割分担について知る。 ○ ネットの張り方を知る。 試しのゲーム ・バレーボールを使ってゲームを行い、ボールの感覚をつかむ。	ア-① ア-③	観察法 個人カード
2	基礎段階	ボールをはじく・ヒットする楽しさを味わうゲーム ↓ ボールをつなげる楽しさを味わうゲーム ↓ サービスからつなげる楽しさを味わうゲーム	ア-① ア-② ア-③ イ-① ウ-①	観察法 個人カード 練習課題表
3				
4				
5		導入 準備・あいさつ・目標確認・準備運動		
6		ゲームⅠ [バドミントンコートを使ってチェックゲーム] ※ ソフトバレーボール、軽量ボール、バレーボール 課題を見つけ合うための話し合い 課題解決練習		
		展開 パス (オーバー・アンダー)      アンダーハンドサービス      サービスとサービスカット      支援  ○ 1人で直上に投げあげて      ○ アタックライン付近から      ○ 技の組み合わせに挑戦      教師とともに練習 ○ 二人組で投げ合って交互に      ○ バドミントンコートから      ○ バレーボールコートで      ○ ねらいを定めて ○ 二人組で前後左右に動かして      ○ ねらいを定めて ○ 二人でつなげて      ○ ねらいを定めて ○ 3人～4人でつなげて		
	ゲームⅡ 練習したことを活かす・確認するゲーム [バレーボールコート] ※ ソフトバレーボール、軽量ボール、バレーボール			

	終：整理運動・評価・反省・後始末 末：										
7	⑨ (本時) 発展段階 導入 展開 終末	サービスからつなげる楽しさを味わうゲーム ↓ スパイクやいろいろな種類のサービスを取り入れたゲーム	ア-① ア-② イ-① イ-② イ-③ ウ-② エ-①	観察法 個人カード グループカード 練習課題表 チェック表							
8		準備・あいざつ・目標確認・準備運動									
10		ゲームⅠ [バドミントンコートを使ってチェックゲーム] ※ 軽量ボール、バレーボール 課題を見つけ合うための話合い									
11		課題解決練習									
12		<table border="1"> <tr> <td>パス (オーバー・アンダー)</td> <td>スパイク</td> <td>サービス</td> <td rowspan="2">複合練習</td> </tr> <tr> <td>           ○左右横パス            ○バックパス            ○ショート、ロングパス            ○トス、レシーブ         </td> <td>           ○片手プッシュ            ○ヒット            ○スパイク         </td> <td>           ○アンダーハンド            ○オーバーハンド            ○フローター            ○ドライブ            ○ジャンピング         </td> </tr> </table>	パス (オーバー・アンダー)	スパイク	サービス	複合練習	○左右横パス ○バックパス ○ショート、ロングパス ○トス、レシーブ	○片手プッシュ ○ヒット ○スパイク	○アンダーハンド ○オーバーハンド ○フローター ○ドライブ ○ジャンピング	ア-① イ-③ ウ-① ウ-②	観察法 個人カード グループカード
パス (オーバー・アンダー)		スパイク	サービス	複合練習							
○左右横パス ○バックパス ○ショート、ロングパス ○トス、レシーブ		○片手プッシュ ○ヒット ○スパイク	○アンダーハンド ○オーバーハンド ○フローター ○ドライブ ○ジャンピング								
		ゲームⅡ 練習したことを活かす・確認するゲーム [バレーボールコート] ※ ソフトバレーボール、軽量ボール、バレーボール									
		終：整理運動・評価・反省・後始末 末：									

## 7 本時の実際 (9 / 12)

### (1) 題材名

「バレーボール」

### (2) 学習目標

ア 個人の課題を見付け、互いに協力して、意欲的に練習やゲームに取り組むことができる。

イ 練習した内容を生かし、ゲームの中でねばり強くパスをつなぐことができる。

### (3) 授業設計の視点

集団対集団で攻防を展開し、勝敗を競い合うバレーボールは、攻防の作戦を立て、試合の過程や結果に喜びを味わわせることは大切である。

また、現在老若男女を問わず幅広い年齢層で親しまれているバレーボールのルールや技能について学習させ、将来的にも挑戦して欲しいという願いから本単元を設定した。

そこで、本単元では、試合の中でチームとしてパスが続くために、バレーボールに触れる機会を多くし、ボールに慣れることことからボールをつなぐことへと発展させ、ラリーを楽しませながら学習を展開していきたい。そのことがバレーボールをする楽しさを味わわせることにつながっていくと考える。具体的には、ゲーム性をもたせながら基礎となる技能を身に付けさせ、チームとしてボールをつなぎながら攻防を楽しむ学習へと発展させていきたい。

#### ○ 単元の学習指導過程

ア 「オリエンテーション」では、単元のねらいや、学習の進め方を知らせ、単元の見通しをもたせることができるようにする。また、安全の確保や授業をスムーズに流していくために、学習の約束事を徹底して確認する。さらに、バレーボールに関してオリンピ

ックVTRを見せたり、エピソード等を活かした発問をし、生徒の意欲・関心を高める。  
 イ 「基礎段階」では、バレーボールに慣れるための手だてを講じる。また、基礎・基本となる技能を練習し、ラリーが続くようにしていく。そして、簡易ルールを決めて、習得した技能を用いたゲームを行い、意欲を喚起する。

ウ 「発展段階」では、同じグループの友達に技能をチェックしてもらい、それをもとにチームの力を高めることに向けた課題解決練習に取り組むようにする。また、課題解決によって培ったものを総括してゲームを行わせ、友達の頑張った成果を認めたり、互いに励まし合ったりしながら成就感を味わわせたい。そのことで、個人の力が高まったことを実感させたい。

○ 1単位時間の学習指導過程

ア 生徒が主体的な学習を行うために、授業の進め方や、「次はこうするんだ」という学習の見通しをもたせるようにしたい。そのために、学習の流れをパターン化する。

イ 1単位時間の中で、練習した成果を他の生徒の前で発表させる機会を徐々に増やし、認め合える雰囲気を作っていくようにする。

ウ 「発展段階」のゲームⅠとゲームⅡの間に設ける課題解決の練習では、課題別のグループで練習できるようにする場を設けたい。

○ 互いに高め合う評価の工夫

ア 個人の学習カードを用意して、「関心・意欲・態度」面や「技能」面についてなど、本時の取組について振り返らせたい。

イ チームとしての取組を意識し、相互の高まりが確認できるようにグループノートを活用する。

○ 資料・教具の工夫

ア 生徒がいつでも見てヒントをもらえるように、またポイントがわかりやすいように図をまじえた資料を学習の場に掲示する。

イ 「発展段階」の「ゲームⅠ」において技能確認をするために使用するチェック表は、それぞれの技のポイントを生徒が理解しやすいように、ポイントを図示したり、文字を工夫したりして、具体的なものを作成する。

(4) 授業の展開 (9/12)

過程	時間	学習内容	指導の留意点と評価 (◆は評価項目)
導入	3	1 用具の準備をする 2 あいさつを行い、本時の学習目標の確認を行う。 ゲームに勝つために粘り強くパスをつなげよう。	○ 準備と練習場の安全の確認をする。 ○ 出欠確認、健康観察をする。 ○ 見学者への指示をする。 ○ 本時の目標の確認と意欲づけをする。
	7	3 準備運動・補助運動	○ 保体部長を中心にストレッチ運動とバレーボールに必要な補助運動を行わせる。
	5	4 「ゲームⅠ」をする。	○ バドミントンコートでチェックゲームを行う。

展 開	5	5	チェックゲームを基に、チーム課題と個人の課題を検討する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 安全に留意して活動できるように援助する。</li> <li>○ それぞれのグループを半分に分けてゲームをさせる。</li> <li>○ ゲーム中は、相互にチェックカードの項目にしたがってゲームを観察させる。</li> <li>○ ゲームのマナーを守らせる。</li> <li>◆ 生徒が課題を明らかにする姿勢でゲームに臨んでいるか。 (思考・判断)</li> <li>○ チームの力を高めるために、グループ全員で意欲的な話し合い活動ができるように支援する。</li> </ul>
	13	6	課題別練習をする。 <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 各個人の課題練習</li> <li>・パス練習</li> <li>・サービス練習</li> <li>・スパイク練習</li> <li>・複合練習</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 同じ課題を選んだ仲間と協力して練習を行っているか観察し、指導を行う。</li> <li>◆ お互いに協力し、公正な態度で練習をしているか。 (関心・意欲・態度)</li> </ul>
	10	7	「ゲームⅡ」をする。	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 自分の練習した課題の達成状況を確認しながらゲームを進める。</li> <li>○ ゲームのマナーを守らせる。</li> <li>○ 声かけやカバーの重要性に気付かせる。</li> <li>◆ 練習した内容がゲームの中で生かしているか。 (運動の技能)</li> </ul>
終 末	7	8	整理運動	○ グループごとに整理運動をさせる。
		9	評価と反省・次時の確認	○ 本時を振り返らせ、次時の課題意識をもたせる。
		10	用具の後始末	