

## 保健体育科（体育） 学習指導案

日 時：令和3年9月21日（火）3限目  
場 所：県立奄美高等学校体育館  
対 象：1年1組バレーボール選択者  
初任者：有川 徳弥

### 1 単元名 球技（ネット型：バレーボール）

### 2 単元の目標

- (1) 勝敗を競う楽しさや喜びを深く味わうとともに、球技の学習に主体的に取り組み、フェアプレイを大切にすることや仲間を尊重し、健康や安全を確保するための行動をとろうとすることができるようにする。
- (2) 作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めてゲームが展開できるようにする。
- (3) 技術の名称や行い方、課題解決の方法などを理解し、チームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。

### 3 バレーボールの特性

- (1) ネット型の競技で、それぞれ6名の競技者からなる2つのチームが、ネット越しにボールを打ち合い、相手にラリーを中断させることによって得られる得点を競うスポーツである。
- (2) 走る、跳ぶ、打つといった基本的な動作要素が要求される。
- (3) 瞬間的にしかボールに接触できないため、ボールの扱い方（特にパス）とともに、ボールに触れない間のプレー（ポジショニング）のスキルが要求される。
- (4) チームスポーツであり、組織力を活かして、自分達のレベルを上回る相手を打ち破る喜びが得られるとともに、9人制バレーボールやソフトバレーボールなどレクリエーションとして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スポーツである。

### 4 生徒の実態

対象クラスは、1年1組の男子生徒14名。本校のバレーボール部員は1名、それ以外はバレーボールを休み時間や中学校の体育の時間に経験したという生徒が多い。運動部活動に入部している生徒は少ないが、体育への興味関心は高く、運動に対して積極的な姿勢が見られ、バレーボールを楽しみたいという気持ちを持っている生徒が多い。

5 単元の評価規準

	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
学習活動に即した評価規準	<p>①勝敗を競う楽しさをいっそう深く味わい、バレーボールの学習に主体的に取り組もうとしている。</p> <p>②相手のすばらしいプレーを認めたりして、フェアなプレーを大切にしようとしている。</p> <p>③必要な役割を積極的に引き受け、主体的に取り組もうとしている。</p> <p>④チームの作戦や戦術などの話し合いに責任をもって関わろうとしている。</p> <p>⑤自己や仲間の健康や安全を確保しようとしている。</p>	<p>①これまでの学習を踏まえて、チームが目指す目標に応じたチームや自己の課題を設定している。</p> <p>②チームや仲間の技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。</p> <p>③健康や安全を確保・維持するために、自己や仲間の体調に応じた活動の仕方を選んでいる。</p>	<p>①パスでボールをコントロールすることができる。</p> <p>②ボールの落下地点に素早く入ることができる。</p> <p>③仲間がプレイしやすいように、ボールをコントロールすることができる。</p> <p>④練習で習得した技術を活用し、ゲームを行うことができる。</p>	<p>①バレーボールのルールや、特性について理解している。</p> <p>②基本的技能のポイントを理解することができる。</p> <p>③三段攻撃のポイントや重要性を理解することができる。</p> <p>④ルールを理解し、公正な判断を行うことができる。</p>

6 指導と評価の計画

時間	学習活動のねらい・学習活動	学習に即した具体的な評価規準			
		関心・ 意欲・ 態度	思考・ 判断	運動の 技能	知識・ 理解
1	ねらい  ○学習のねらい，授業の進め方を理解する。  1 活動Ⅰ オリエンテーション 学習のねらいと授業の進め方について説明し理解する。  2 活動Ⅱ レディネステスト	①			
2	ねらい  ○ボールに数多く触れることを通して，基礎的・基本的技能の習得を目指す。	⑤		①	
3	3 活動Ⅰ 基礎・基本的なボール操作を身につける。		③		
4	オーバーパス，アンダーパス，サーブ，等	①			
5	4 活動Ⅱ 簡易ゲーム ボールを繋いで，相手コートに返す			②	②
6	5 活動Ⅲ 相手コートに強く返す スパイク，二段トスからのスパイク	③			
7	6 活動Ⅳ ゲーム ルールを理解し，安全にゲームを行う				①
8					④
9	ねらい  ○攻守にわたりチームで協力し，緊張感のあるゲームを楽しむ。	②	②		
10		④			③
11	7 活動Ⅰ ゲーム ゲームを通じて，ボールを繋ぐ方法，得点するための方法などを工夫する			③	
12			①		
13				④	④
14	8 学習Ⅲ 学習のまとめ		①	④	

7 本時（2時間目／14時間）

(1) 目標

- ① 自己や仲間の健康や安全を確保しようとしている。(関心・意欲・態度)
- ② オーバーパスでボールをコントロールすることができるようになる。(技能)

(2) 実際

過程	時間	学習内容	学習活動	指導上の留意点
導入	10分	1. 整列挨拶・出欠確認・健康確認 2. 準備運動 補強運動 3. 種目に分れる	・4列に整列させ腰を下ろす。  ・音楽に合わせてラジオ体操第2を行う。 ・腕立て、腹筋、背筋を20回、2人組で馬跳び10回  ・バレーボールネット、ボールを準備する。	○挨拶・出欠・健康確認をし、見学者がいたら指示をする。  ○ケガの防止になるようにストレッチ・補強運動を加える。
展開	35分	4. 本時の学習内容  5. 対人パス  6. 四角パス (三角)  7. ゲーム	・説明を聴き、バレーボールに必要な技能を理解し、本時の学習内容を確認する。  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 5px 0;">オーバーパスでボールをコントロールできるようにする</div> ・2人組をつくり、様々な方法でパスをする。 ①チェストパス ②マーカーを使ってパス ③オーバーパス ④直上パス  ・4(3)人組を作り、時計回りと反時計回りにパスをする。  条件①サーブはコートの前からオーバーパスで行う。 条件②3回のボールタッチのうち1回はオーバーパスを入れる。	○ステージに向かって集合し、その場に腰を下ろさせる。 ○バレーボールに必要な基礎技術を説明し、本時の目標を伝え、取り組む意欲を高める。  ○様々な条件を加えたパスの説明をし、実態に応じて技術指導を行う。  ○横から来るボールをどうすれば正確にパスすることができるか考えさせる。  ○どうすれば全てのボールをオーバーパスで捕れるのか、狙い通りの場所へ返せるのか考えさせる。
まとめ	5分	9. 片付け 10. 集合・整列・整理運 12. 本時のまとめ  13. 次時の確認 14. 挨拶	・協力して片付けをする。 ・ステージに向かって整列する。 ・整理運動を行う。 ・本時のまとめを聞く。  ・次時の確認を行う。	○全員で行わせる。 ○整列させ、ケガや体調不良等の確認をする。 ○取り組み態度などを簡潔にまとめる。 ○次時の流れを説明する。