**第３学年　保健体育科学習指導案**

平成 ２５年１０月３１日 木曜日

第３学年２・４組（男子１６名　女子１３名）

場　所　都城市早水体育文化センター

指導者　餅　原　裕　士

１　単元名　　球技（ネット型：バレーボール）

２　単元の目標　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　＊（　）は第２学年で取り上げる内容

（１）　バレーボールについて、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、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を展開できるようにする。　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 （技能）

　　　　　・　ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り

だすなどの攻防を展開する。

（２）　バレーボールに主体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こと）、（役割を積

極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること）、合意形成に貢献しようとすることなどや、（健康・

安全を確保すること）ができるようにする。　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 （態度）

　（３）　技術などの名称や行い方、（体力の高め方）、（課題解決の方法）、競技会の仕方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。　（知識、思考･判断）

３　運動の一般的特性

　学習指導要領では、『「ネット型」とは、コート上でネットをはさんで相対し、身体や用具を操作してボールを空いている場所に返球し、一定の得点に早く到達することを競い合うゲームである』と示されている。

特に、バレーボールはコート上でネットをはさんで相対した２つのチームが、サービス・レシーブ・トス・スパイク・ブロックなどのボール操作によりボールを空いている場所に返球し、ラリーを中断させることによって一定の得点に早く到達することを競い合う集団スポーツである。ボールはどの部分に触れても構わないが、瞬間的にしか接触できないためボール操作が難しい。ボールを持たないときの動きについても、レシーブ、トス、スパイクなど、刻一刻と変化する状況に応じて適切に発揮されるオープンスキルが要求される。

ゲームの中で、相手とのボールの奪い合いがないため、チームに適した作戦も立てやすく、作戦を立てて練習する「思考・判断」の過程に喜びや楽しさを味わうことができる。

４　生徒の実態

（１）　運動の特性に触れる楽しさの体験状況

バレーボール選択者のうちバレーボール部員は男子２名、女子３名おり、運動部に加入していた生徒は１６名、未加入が９名である。運動に対して意欲的に取り組める生徒が多く、授業も活気がある。バレーボールは各学年の選択種目にも必ず入っていたり、球技大会やクラスレクレーションでも行われたりと、生徒にとっては非常に身近なスポーツである｡

運動能力の個人差はあるが、興味・関心は高く、チームで協力し、楽しみながら学習している。

（２）　知識、思考・判断に関する学習体験の状況

　　教師主導型の授業から自分たちで練習計画を立てるなど生徒主体型の学習形態へと段階に応じて取り組んでいる。グループ活動の中で、経験者が中心となってチームや個人の課題に適した練習方法を考えたり、アドバイスを行ったりするなど、課題解決を図る活動に力を入れて取り組んでいる。しかし、チームの特徴を生かし、作戦を立てて試合を行う段階までは至っていない状況である。

（３）　技能（運動）の習得状況

　　高校でバレーボール部に所属している生徒が５名いる。女子は全員が１年次にバレーボールの授業を履修しており、男子は１４人のなかで１０名が２年次にバレーボールの授業を選択履修しており、４名が今回高校で初めてのバレーボールの授業である。個人差はあるが、全員がレシーブ、トスの基本的なボール操作は習得出来ている。スパイクの基本的動作は習得出来ていない生徒が多く、特に女子は、腕を強く振って、ネットより高い位置から相手側のコートに打ち込むことが上手くできない者が多い。また、次のプレイが行いやすい仲間にボールをつないだり、相手の陣地に空間を作り出すために、ボールをつないだり打ち返したりする『３段攻撃』においての「ボール操作」、相手の返球や守備位置などの状況に応じたボール操作や空間をカバーしてバランスを維持する動きや仲間と連携して空間を作り出すボールを持たない時の動きが課題である。

　（４）　体力の状況

　　　バレーボール選択者の新体力テストの結果は以下のとおりである。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ａ判定 | | Ｂ判定 | | Ｃ判定 | | Ｄ判定 | | Ｅ判定 | |
| 59％（17人） | | 27％（8人） | | 14％（4人） | | 0％（0人） | | 0％（0人） | |
| 男子 | 女子 | 男子 | 女子 | 男子 | 女子 | 男子 | 女子 | 男子 | 女子 |
| １１人 | ６人 | ３人 | ５人 | ２人 | ２人 | ０人 | ０人 | ０人 | ０人 |

運動能力の高い生徒たちが集まっており、ボール操作の習得は早い生徒が多い。しかし、Ｃ判定の生徒も含まれているので、学習活動の際には活動の様子を見ながら適宜アドバイスや指導、練習内容の工夫を考えていきたい。また、本学年は新体力テストの結果において、握力、上体起こしが全国平均を下回っており、県平均と比較しても、男子は握力、上体起こし、反復横とび、女子は握力、上体起こしが県平均を下回る結果となっている。特に握力、上体起こしは全学年共通の課題でもあり、体育の授業で全学年共通のウォーミングアップを行っているが、握力に関しては成果が上がりにくく、取組を検討中である。

（５）　生徒の運動に対する思いや願い

本校で実施したアンケートによると、「バレーボールが好き」、「どちらかというと好き」と答えた生徒が２０名、「どちらでもない」と答えた生徒が７名、「どちらかというときらい」が２名であった。『ラリーが続いたとき』に楽しさや喜びを感じる生徒が最も多く、次いで『三段攻撃が成功したとき』、『スパイクが決まったとき』、『サーブが決まったとき』、『男子に試合で勝てたとき』と続いている。個人的なことよりもチームとしての楽しさや喜びを味わいたいと思う生徒が多いようである。技能面ではスパイクを上手く打ちたい、態度面では協調性を身に付けたいと思っているようである。

５　学習を進めるに当たって

　　「ボール操作」と「ボールを持たないときの動き」を身に付けさせるために、毎時間の授業の中で『スキルアップテキスト』を活用し、チームや個人の課題に応じて生徒が主体的に練習方法を選択し、実践できるような授業を展開したい。特に「ボール操作（サービス・レシーブ・トス）」の習得状況は、ゲームの勝敗に大きく影響することを理解させ、着実な習得を目指し、ビデオ等を活用した指導･助言を行いたい。また、授業の始まりに個人やチームで回数を競い合うウォーミングアップを取り入れる事で、授業に対する意欲も高めたい。

ゲームでは、３段攻撃とブロックに重点を置き、スパイクで相手コートへボールを返球できる、スパイクに対してブロックが跳ぶというように、レセプション、トス、スパイクの連動した動きと、それに対応するブロック動作を全員が行うゲームを最終的に目指して、発達の段階に応じたルール等の工夫を段階的に行い、ゲームを行っていきたい。その中で、男女が真剣勝負で対戦できるような男女差、体力差を軽減するようなルールや得点の工夫も重点的に行いたい。

　　なお、学習の最終段階であることを踏まえ、審判の方法や競技会の仕方についても全員で協力してできるよう知識として指導したい。

　　授業全体を通して運動量の確保と生徒の主体的活動を考慮した内容になるよう計画的に進めていきたい。

６　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 |
| 単  元  の  評  価  規  準 | ●バレーボールの学習に主体的に取り組もうとしている。  ・フェアなプレイを大切にしようとしている。  ・役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとしている。  ●合意形成に貢献しようとしている。  ●互いに助け合い高め合おうとしている。  ・健康安全を留意している。 | ・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。  ●課題解決の過程を踏まえて，取り組んできたチームや自己の目標と成果を検証し，課題を見直している。  ●チームの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。  ・作戦などの話合いの場面で，合意形成するための調整の仕方を見付けている。  ・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。  ●球技を生涯にわたって楽しむための自己に適したかかわり方を見付けている。 | ●空間を作り出すなどの攻防を展開するための状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きができる。 | ●技術などの名称や行い方について，学習した具体例を挙げている。  ・球技に関連した体力の高め方について，学習した具体例を挙げている。  ・課題解決の方法について，理解したことを言ったり書き出したりしている。  ・競技会の仕方について，学習した具体例を挙げている。  ●審判の方法について，学習した具体例を挙げている。 |
| 学習活動に即した評価規準 | 1. バレーボールの学習に主体的に取り組み、仲間と関わろうとしている。 2. チームや自己の課題解決に向けて、自己の考えを述べたり、相手の話を聞いたりするなど、チームの話合いに責任をもってかかわろうとしている。 3. 個人やチームの課題解決を図るために互いにアドバイスし合ったり、励まし合ったりして、お互いを高め合おうとしている。 | 1. チームや自己の目標と成果を検証し，課題を見直している。 2. チームの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。 3. バレーボールを生涯にわたって楽しむための自己に適したかかわり方を見つけている。 | 1. サービスでは，ボールに変化をつけて，ねらった場所に打つことができる。 2. 変化のあるサービスに対応して，面を合わせてレシーブすることができる。 3. 移動を伴うつなぎのボールに対応して，攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さと位置にトスを上げることができる。 4. 仲間と連動してネット付近でボールの侵入を防いだり，打ち返したりすることができる。 5. ラリーの中で，相手の攻撃や味方の移動で生じる空間をカバーして，守備のバランスを維持する動きができる。 | 1. バレーボールの技術の名称や行い方について，学習した具体例を挙げて練習やゲームを行っている。 2. 審判の方法について，学習した具体例を挙げて行えている。 |

７　単元計画（全１６単位時間）

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | 学習内容及び学習活動 | 指導上の留意点 | 関意態 | 思・  判 | 運動の技能 | 知・理 |
| はじめ | 1 | ≪ねらい１≫  ○前年度の学習を確認して、単元の目標を立てよう。  ○試しのゲームを通して個人やチームの課題を見つけよう。  ○オリエンテーション  　・運動の特性を理解  　・単元目標の確認  ・学習の流れ、学習ノートの使い方の確認  　・チーム編成  　・学びの振り返り  ○課題の発見  　・試しのゲーム  　・チームや個人の課題把握  　・スキルアップテキストの  活用法の理解 | ○生徒が主体的に活動でき  重点項目  主体的に取り組む意義  技術の名称や行い方  課題の見直し  るようポイントを押さえ  て説明する。  ○運動経験や能力のバランス  を考慮したチーム編成を  行わせる。  ○練習やゲームを通して、  これまでの学習の習得状  況を把握する。  ○動画を活用しチームや自  己の課題に気付かせる。  ○スキルアップテキストの  活用法について分かりや  すく説明する。 |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |
| なか１ | 4 | ≪ねらい２≫  ○ボール操作とボールを持たないときの動きの学習を通して、自分の課題を見つけよう。  ○課題に応じた練習方法を選択・実践し、チームや自己のスキルアップを図ろう。  ○課題別練習  　・動画を活用した課題克服  サービスでは，ボールに変化をつけて，ねらった場所に打つこと。  活動例）的狙いサービス  変化のあるサーブに対応して，面を合わせてレシーブすること。  活動例）  対人パス、レセプション練習  移動を伴うつなぎのボールに対応して，攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さと位置にトスを上げること。  活動例）移動パス、的狙いトス、サーブカットからの２段トス | 重点項目  合意形成への貢献  練習方法の選択  面を合わせたサーブレシーブ  ３段攻撃  ○レシーブ、トス、サービス  の基本姿勢を理解させる。  ○動きを動画で確認する事  で、自己やチームの課題  を具体的に理解させる。  ○課題別に練習場所を設定  し、同じ課題をもった生  徒同士で教え合う意識を  もたせる。  ○課題解決を図るために練  習時間を多めに確保する  ように心掛け、着実なス  キル向上を意識させる。  ○練習の様子を観察し、運動  の技能について適宜アドバ  イスを行う。 | ② |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |
| 6 |  | ② |  |  |
| 7 |  |  |  |
| 8 |  |  |  |
| なか２ | 9 | ≪ねらい３≫  ○ボール操作とボールを持たないときの動きの学習を通して、自分の課題を見つけよう。  ○課題別練習で高めた技能をゲームで発揮しながら、審判やゲーム運営の仕方を理解しよう。  ○チーム練習及び個別練習  仲間と連動してネット付近でボールの侵入を防いだり，打ち返したりすることができる。  活動例）サービス投げ入れからの3段攻撃練習、レセプションからの3段攻撃、待ち伏せブロック練習 | 重点項目  互いに助け合い高め合うこと  審判の仕方  ネット付近での攻防  ・アタック  ・ブロック  ○向上した技能を練習やゲ  ームで生かせた時の認め  合いの声掛けを意識させ  る。  ○ゲームを意識したチーム  練習を多く取り入れるよ  うにアドバイスする。  ○ゲームを行うチームと審  判、運営を行うチームに  役割を分けてゲームを行  い、審判の方法や運営の  仕方を学習できるよう  にする。  ○段階的に正規のルールに  近づけながら、男女が対  戦できるようなルールの  工夫も行う。 | ③ |  |  |  |
| 10 |  |  |  |
| 11 |  |  | ④ |  |
| 12 |  |  | ② |
| 13 |  |  |  |
| まとめ | **本時** | ≪ねらい４≫  ○チームや仲間の特徴を踏まえた作戦を立て、高めた技能を生かして、ゲームを楽しもう。  ○リーグ戦  ラリーの中で，相手の攻撃や味方の移動で生じる空間をカバーして，守備のバランスを維持する動きができる。  活動例）前衛攻防（3対3）、ブロック＆レシーブフォーメーション、レセプションからの3段攻撃  ○単元の反省  　授業全体を通しての成果や感想をチームで話し合う。 | ○練習やゲームで高まった  重点項目  自己に適した関わり  守備のバランス維持  　技能をゲームの中で生か  す事の大切さを理解させ  る。  ○前衛がブロックに飛んだ  際やボールの動きによっ  て生まれる空間をカバー  する動きを意識させる。  ○審判や運営は全員で協力  して行わせる。  ○単元を振り返り話し合う  時間を多めに設定する。 |  |  | ⑤ |  |
| 15 |  | ③ |  |
| 16 |  |  |  |

８　本時の展開

（１）　本時の目標

　　　　　・ゲームの中で、相手の攻撃や味方の移動で生じる空間をカバーして、守備のバランスを維持する動きを

することができる。

（２）　本時の学習評価

　　・ラリーの中で，相手の攻撃や味方の移動で生じる空間をカバーして，守備のバランスを維持する動きが

できる。　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　（技能⑤）

９　学習指導過程（１４／１６時間）

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 段階 | 学習内容及び学習活動 | | 指導上の留意点 | | ○評価項目  【Aの例】  （評価方法） | 「努力を要する」と判断される生徒への手だて | | |
| はじめ  10  分 | １　集合・整列・挨拶・出欠確認・健康観察  ２　本時の目標・グループの課題を確認する。  ３　準備運動、ウォーミングアップを行う。  　・体操、体つくり運動、個人スキル練習（直上パス・対人パス等） | | ･ 本時の学習内容と課題を確認させ、学習意欲をもたせる。  ･ 個人スキル練習では今まで行ってきた練習を行わせる。 | |  |  | | |
| な  か  33分 |  | |  | |  |  | | |
|  | ≪ねらい４≫  ○相手の陣地に空間を作り出すために、ボールをつないだり打ち返したりすることを重視して、ゲームを楽しもう。  ○高めた技能を生かして、ゲームを楽しもう。 | | | | | |  |
| ４　スキルアップテキストの中からチームの課題に応じた練習方法を選択し、練習する   |  | | --- | | 《スキルアップテキストの例》  例１）レセプションからの3段  攻撃  例２）ブロック練習 |   ５　６人制のリーグ戦を行う。  　・１５点先取2セット  ・練習したことを意識してゲームを行う。   |  | | --- | | 【ルール1】  時間内に2セット目が終了しない場合は、時間が来た時の得点の多いほうが2セット目は勝ちとする。  【ルール2】  男子対女子の試合では女子のスパイクが決まったときの得点を2点とする。（ダイレクトかワンタッチまで）  【ルール3】  　　コートの4角のスペースにボールを落とすことができたら3点とする。 | | | ･ キャプテン同士の話合いで練習場所を決定し、安全に留意して練習を行わせる。  ･ スムーズに練習に入れるよう、必要に応じて助言する。  ･ ボールとブロックに跳ぶ選手の位置を確認して、空いた空間を埋め、守備のバランスを保つ動きを確認させる。  ･ グループの中でお互いに指摘やアドバイスをし合って練習を行わせる。  ･ 練習した技能等をゲームに生かせるよう、練習とゲームのつながりを意識させる。  ･ 特にラリーの中で生じる空間をカバーすることを意識させる。  ･ ブロックに跳ぶことで守備の空間が狭くなることを意識させる。 | ◎ラリーの中で，相手の攻撃や味方の移動で生じる空間をカバーして，守備のバランスを維持する動きができる。  【Aの例】  相手の攻撃や味方の移動で生じた空間へすばやく移動し、守備ができる。  （観察・学習カード） | | | 仲間の動きを参考にして、空間への移動のイメージを持たせる。    仲間の動きを見て、空いた空間を見つけたら移動して守備をするよう助言する。 | |
| まとめ７分 | ６　整理運動  ７　本時の反省、まとめ  　・各グループで行い、次時の活動へ生かせるようにする。  ８　整列、挨拶 | | ･ 課題が達成されたか確認させ、適確な次時の課題を設定させる。 |  | | |  | |