

# 保健体育科学習指導案

指導者 広島市立〇〇中学校 教諭 〇〇 〇〇

- 1 日 時 平成20年11月〇〇日(〇)
- 2 学 年 第3学年〇組
- 3 場 所 広島市立〇〇中学校 体育館
- 4 単 元 名 球技「バレーボール」
- 5 単元について

## (1) 運動の特性

バレーボールはネット型の球技であり、ネットをはさんだ2つのチームがボールをめぐる攻防を展開し、勝敗を争うところに楽しさのある集団スポーツである。技能が向上し、ラリーが続くようになるとチームで協力していろいろな攻め方や守り方ができるようになり、その楽しさを一層味わうことができるようになる。ルールや形態に工夫を加えることで、技能の程度にかかわらず楽しめる一面もあり、生涯スポーツとして幅広い年齢層で親しまれている運動である。

## (2) 生徒観

保健体育科の学習には得手不得手に関係なく意欲的に取り組む生徒が多く、特に球技にはほとんどの生徒が高い興味・関心を示している。元気が良く活発な面では授業が盛り上がることが多い反面、悪ふざけをしたり、集中力が続かないこともある。

## (3) 指導観

バレーボールは、全身的な運動であり、敏捷性、調整力などの中学生の時期に高めたい能力を養うことができる。また、互いをカバーしあいながらプレーが進められる運動であり、味方のプレーへの賞賛やミスのカバーし合う生徒同士の関わり方が勝敗に大きく影響するため、よりよい人間関係を築くためにも役立つと考える。

しかし、ボールが空中に浮いて動いているときだけがインプレーであり、ボールを静止させることなくプレーをしなければならないところに技能的な難しさがあるため、短時間で十分な技能を身につけることは難しい。

そこで、第1学年ではバレーボールの特性を知り、基本的技能の習得を重点的にを行い、第3学年では、楽しさやチームプレーの大切さなどを学ばせることを考えた。特に3年生では、大会運営を生徒の手で行わせることによって、将来スポーツに親しもうとする際の楽しみ方や態度を身につける一助となると考える。

## 6 単元の目標

- (1) バレーボールの特性に応じた個人技能を身につけ、ゲームに生かしてラリーを楽しむことができるようにする。
- (2) チームでの自己の役割を自覚し、お互いに協力して練習やゲームができるようにする。
- (3) 自己の能力やチームの状況に応じた課題を解決するために練習やゲームの仕方を工夫できるようにする。

## 7 単元の評価規準

運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能	運動についての知識・理解
バレーボールの特性に関心を持ち、楽しさや喜びが味わえるように進んで取り組もうとする。また、チームにおける自分の役割を自覚して、その責任を果たし、互いに協力して練習やゲームをしようとする。また、勝敗に対して公正な態度をとろうとする。さらに、練習場などの安全を確かめ、健康・安全に留意して練習やゲームをしようとする。	チームの課題や自分の能力に適した課題の解決を目指して、ルールを工夫したり作戦を立てたりして練習の仕方やゲームの仕方を工夫している。	バレーボールの特性に応じた技能を身に付け、作戦を生かした攻防を展開してゲームができる。	バレーボールの特性や学び方、技術の構造、合理的な練習の仕方を理解するとともに、競技や審判の方法を理解し、知識を身に付けている。

8 指導計画と配当時間（全12時間 ■は本時）

次	時	学 習 内 容	評 価				
			関	思	技	知	活動における具体の評価規準・評価方法
第 1 次	1	○オリエンテーション ・バレーボールの特性を知る ・学習のねらい、進め方を知る				○	バレーボールの特性を知り、学習のねらいや進め方を理解できている（行動観察）
	2	○試しのゲーム ・コート設営、撤収方法を知る ・簡易ゲームを行う ○チーム編成	○	○			進んで準備や片づけができている（行動観察） 互いに協力して簡易ゲームの仕方を工夫している（行動観察）
第 2 次	3	【課題解決学習①】 ○チームの課題を探る ○チームで練習計画を作成する ○チームで個人的技能の練習 ○チームで集団的技能の練習		○			個人やチームの課題に応じた練習計画を作成できている（学習カード） チームで協力して練習を行うことができている（行動観察） 練習によって個人やチームの技能が向上している（行動観察） チームの課題を見いだすことができる（学習カード） 基本的な技術の構造などを理解している（行動観察）
	4		○		○		
	5			○		○	
	6					○	
第 3 次	7	【課題解決学習②】 ○リーグ戦 ・ゲームの運営 ・ゲームの実施 ・ゲームの結果を分析し、チームの課題に応じた練習方法や作戦を立てる	○				チームの練習やゲーム、審判などに意欲的に参加している（行動観察） チームで役割を分担し、審判の方法を理解している（行動観察） ゲームの中で適切なプレーができている（行動観察） ゲームの反省や課題をふまえた練習計画や作戦を考えることができる（学習カード）
	8				○		
	9			○			
	10						
	11						
	12	○スキルテストを行う	○				真剣な態度で進んでスキルテストを受けることができている（行動観察） 適切なサーブレシーブができる。確実なサーブが打てる（行動観察）

9 本時の展開

(1) 本時の目標

- チームで分担、協力して準備や片づけ、準備運動や練習を行うことができる。
- チーム練習を通して個人やチームの課題を見つけ、課題克服のための練習計画を工夫し練習することができる。

(2) 観点別評価規準

- 運動への関心・意欲・態度
  - ・ チームの一員として、意欲的に活動し、チームワークを高めようとしている。
- 運動についての思考・判断
  - ・ 個人やチームの課題をあげ、効果的な練習方法を見つけることができている。

(3) 準備物

バレーボール（39）、ソフトバレーコート6面（各：支柱2、ネット1）、タイマー、ホワイトボード、学習カード、バインダー、鉛筆、長机1

(4) 学習の展開

学 習 活 動		指 導 上 の 留 意 点	評 価 規 準	評価方法
導 入 10 分	コート準備	始業チャイムまでに準備させる。	速やかに協力して準備ができています。(関)	行動観察
	1. 集合 ・挨拶, 出欠確認 ・健康観察 ・前時の確認 ・本時の説明	健康観察の状態や欠席・見学を確認し, 状況に応じた指示を行う。		
		個人的な技能の習得, 向上とチーム力向上のための練習を組み立てよう		
	2. チームでの確認	チームでまとまって確認をさせる。		
展 開 30 分	3. 準備運動 (各チーム)	能率良く, 心肺機能・柔軟性などの向上に効果的な準備運動を行わせる。	チームでまとまり, 元気よく行っている。(関)	行動観察 学習カード
	4. チーム練習 I (課題解決練習 I) ①個人技能練習 ②集団技能練習	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パス(オーバーハンド・アンダーハンド)やサービスの練習等を観察しながら助言をする。</li> <li>・チームで計画した練習を行わせ, 助言をする。</li> <li>・道具の管理など, 安全に練習を行えているか適宜助言する。</li> </ul>	個人やチームの課題をあげ, 効果的な練習方法を見つけていることができる。(思)	行動観察 学習カード
	5. チーム練習 II (課題解決練習 II)	チームの課題と練習のねらいを再確認させ, 行わせる。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・全員で協力して意欲的に練習を行わせる。</li> <li>・練習を盛り上げるための助言や声かけを積極的に行わせる。</li> </ul>		
	6. 整理運動	能率良く, 疲労の早期回復に効果的な整理運動を行わせる。		
	7. コート片づけ	速やかに安全に行動させる。		
	8. チームでの振り返り	チームごとにまとまって行わせる。		
	9. 集合 ・本時のまとめ ・次時の予告 ・挨拶, 解散	各チームのキャプテンに課題と成果などの発表を行わせる。 本時のまとめと次時の計画ができるようにさせる。		
ま と め 10 分				