

# 保健体育科 学習指導案

日時 平成 17 年 9 月 27 日 (火) 5 校時  
学級 2 年 1・2 組 男子 (1 組 17 名 2 組 18 名 計 36 名)  
場所 アリーナ  
授業者 佐藤 正輝

## 1 単元名 球 技 (バレーボール)

## 2 単元について

### (1) 教材観

バレーボールは、個人的技能や集団的技能を發揮しながら攻防を繰り返し、得点や勝敗を競うところに楽しさを感じることができるチームスポーツの球技である。他のネット型の運動と違い自分のコート内で 3 回までボールに触れられるため、チームのコンビネーションや作戦による様々な攻撃と防御の技術により、スピードと変化のあるゲームが楽しむこともできる。また、練習によりジャンプ力・敏捷性などの体力を高めることもできる。

バレーボールの特性として、機能面では、ルールや作戦を工夫しながら、チームで競い合う楽しさを味わうことができる運動であることがあげられる。構造面では、一定のルールを守りあうという共同活動のもとで、互いに公平な立場で勝敗を競いあうことによって楽しいゲームが成り立つ。また、刻々と変化する状況 (自分・味方相手・ボールの位置や状態) の中で判断しながら活動するため、ルール作りや基礎的・基本的な作戦や技能が課題として引き出すことができる。効果面では、状況に応じた知覚・判断力や敏捷性・巧緻性などの体力・運動能力を高めることができるとともに、協調性や公正さなどの社会性を養うことができる。

このような特性を持つバレーボールを学習することによって、ネットを挟んで攻防するという特性を生かし、相手に邪魔されることなく攻撃することができることから、「チームとしての課題や作戦を立てやすい」「ポジションでの役割が比較的明確である」という利点を考え、展開していくことができる。従って、個人の課題、チームの目標や課題を具体的に設定しやすくとともに、振り返りや評価もしやすく、一層楽しさや喜びを感じることができるようになると考えられる。また、一人一人の技能や集団の技能にあった場の工夫やルールの工夫が必要となる。それゆえに勝敗だけにこだわるのではなく、「どのような工夫をしたか」「どんな作戦を立てたか」などゲームのプロセスに視点を向けて展開していくことが大切であると考えられる。

本校保健体育科の研究主題は、「基礎・基本を定着させるための指導法はどうあればよいか」であるが、バレーボールを教材として取り扱い、基礎・基本を定着させるために指導法を工夫しながら進めていくことは、バレーボールの基礎・基本の定着だけではなく、日常生活における協調性や人と人の関わりなど、生きていくために大切なことを見直すきっかけになると思われ、意味深いと考えられる。

### (2) 生徒の実態

生徒たちは元気で明るく、進んで準備をしたり、お互いに声をかけ合ったりと保健体育の授業を意欲的に活動することができる。技能的に、運動能力の高い生徒は数名いるが、思うよう諸運動に取り組めない生徒もおり、全体として励まし合いながら、運動に取り組んでいこうという姿勢が見られる。2 年生ということで、昨年バレーボールの経験をしているが、オーバーハンドパスやアンダーハンドパスがうまくねらったところにパスできないという生徒が多くみられ、基本的な技能の定着に力を入れなければならない状況が見られる。

バレーボールに対するアンケートをとってみると、体育が好きであると答えた生徒が多い。特に、球技が好きであるという生徒が半数を超えるなど、体育の時間に対する生徒の意欲や関心は高い。また、バレーボールが好きであるという生徒も 9 割と意欲的に学習しようという生徒が多いのが感じられる。しかし、パスやサーブの技術に不安を持っている生徒も多い。このことから、基本的なパスなどの技能の習得に時間を確保し、力を入れながら、学習に取り組んでいかなければならないということである。

### (3) 基礎・基本の定着

本単元における基礎・基本は態度、学び方、技能の 3 つととらえる。

態 度：自己の役割を自覚して、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とともに、勝敗に対して公正な態度をとろうとする。

学 び 方：生徒自身がチームや自己の課題を見つけ、それを解決するための学習のすじ道を工夫しようとする。

技 能：ボールの状況にあったパスができるとともに、パスをつないで三段攻撃につなげようとするができる。

これらのことをふまえて、本学習に取り組ませるために、はじめに生徒に興味・関心を持たせる工夫をすることが大切であると考えられる。バレーボールは日常、テレビ等で観戦することが多いと考えられ、一つのボールに対し、チームで得点を取ろうとする意欲は高いと考えられる。よってオリエンテーションでは、ワールドカップ等のレベルの高い映像から、「やってみたい」「おもしろそう」「うまくなりしたい」などの意欲を喚起できるような動機づけを図り、ゲーム

に関する意欲を高めた学習を展開していきたい。

そして、本単元における基礎・基本の定着を図るために、オリエンテーションで学習の見通しを持たせるとともに、目標を明確に提示し、授業を展開していきたい。また、基本技能定着のためにセットメニューを取り入れ、定着を図ってきたい。

### 3 単元の目標

- (1) チームにおける自己の役割を自覚して進んで取り組むことができる。  
健康・安全に留意しながら協力して練習やゲームができる。
- (2) チームの課題や自己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、作戦を立てたりすることができる。
- (3) 基礎・基本の技能を身につけてゲームに生かすことができる。  
個人的技能や集団的技能を身につけるとともに、作戦を生かした攻防ができる。
- (4) バレーボールの特性を理解し、運動や審判法を理解することができる。

### 4 単元の評価規準と評価計画・指導計画

評価規準		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
		(1) バレーボールの特性に関心をも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。 (2) チームにおける自己の役割を自覚して、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とともに、勝敗に対して公正な態度をとろうとする。 (3) 用具や服装、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。	(1) チームの課題や自己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。	(1) 個人技能、集団技能を身につけることができる。 (2) 作戦を生かした攻防を展開してゲームができる。	(1) 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。 (2) ルールや審判の方法を理解し、知識を身につけている。
学習内容 0分 50分 ねらい1 (今持っている力で運動を楽しむ) : ねらい2 (高まった力で新しい工夫を加えて運動を楽しむ)					
1	オリエンテーション (学習の見通し・特性・チーム作り等)				(1)(2)
2	セットメニュー (アンダー・オーバーパス)			(1)	(1)(2)
3	パス : スパイク : パスゲーム		(1)		
4	スパイク 2対2 : ブロック 3対3 : 簡易ゲーム			(1)	
5	セ : スパイク : 三段攻撃 : ブロック : ゲーム		(1)		
6	ツ : ゲーム			(1)	
7	ト : チーム練習 : ゲーム			(2)	
8	メ : 三段攻撃 : ゲーム			(2)	
9	ニ : 円陣のパス : サブカット : ゲーム		(1)		
10	ユ : 速攻 : 等 : ゲーム			(2)	
11	見前チャンピオンリーグ (リーグ戦)		(1)	(2)	(1)(2)
12	見前チャンピオンリーグ (リーグ戦)		(1)	(2)	(1)(2)

## 5 本時の指導計画

### (1) 目標

チームでの役割を考えながら、仲間とともに協力する楽しさを味わえるようなゲームができるようにする。  
 ( 関心・意欲・態度 )  
 個人的技能や集団的技能を身につけるとともに、三段攻撃を生かした攻防を展開してゲームをすることができる。  
 ( 技能 )

### (2) 指導の構想

本時は、前時までのパス・スパイクの基本となる技能の定着をもとに、三段攻撃の良さを学び、挑戦しようとする時間とする。チームの練習や他のチームの練習からよりよい方法を学び、技能定着に結びつけさせたい。また、ゲームへの発展へつなげていきたい。

### (3) 具体の評価規準

	具体の評価規準		C ( 努力を要する生徒への手だて )
	A ( 十分満足できる )	B ( 概ね満足できる )	
関心・意欲・態度	自己の役割を自覚して取り組むとともに、仲間を励ましたり、進んで練習やゲームを進めたりして楽しみながら活動することができる。	チームで協力し、練習やゲームを楽しむことができる。	チームの仲間が励ましたり、カバーしたりできるように支援する。また、ルール等で工夫を図り、意欲につなげる。
技能	正確なパスの技能を身につけ、三段攻撃に生かすことができる。	パスの技能を身につけ、三段攻撃に挑戦することができる。	ボールの状況にあわせたパスや動きできるように指導する。

(4) 展開

段階	学 習 内 容	学 習 活 動	形態	指導上の留意事項 個への配慮 教師の支援	評価の観点から 【観点】(方法)
導 入 15 分	1 準備 2 体操 サーキット トレーニング  3 セットメニュー	1 用具を準備する。 2 チームで体操・サーキットトレーニングを行う。 (1)ランニング (2)体操 (3)ストレッチ (4)サーキットトレーニング 3 本時につながるセットメニューを行う。 (各種目45秒) (1) パス(小・大) (2)バウンドパスキャッチ (3)バウンドアタック (4)オーバーハンドパス (5)アンダーハンドパス (6)パスラン 4 集合し、元気に挨拶する。 5 学習課題を把握する	グループ  グループ	各自のペースでできるよう支援する。  声を出しながら、パスをするよう練習を進めさせる 各自の技能にあったボールを選択させる。	
	課題 三段攻撃に挑戦しよう。				
展 開 30 分	6 チームごとの練習	6 チームごとに練習をする。 予想されるチーム練習 (1)三段攻撃練習をする ・レシーブからの三段攻撃 ・サーブからの三段攻撃 ・アタックからの三段攻撃 (2)各種パス練習	グループ  グループ	セッターの役割を理解させる。 三段攻撃ができるようにパスの方法・位置、スパイクについて助言する。  三段攻撃を意識してミニゲームをさせる。	【技能】 個人技能 パス、集団技能 三段攻撃を身につけることができる。 (観察)
	ねらい1 三段攻撃を意識して、チーム練習をしよう。				
	7 6対6ゲーム	7 工夫したルールでゲームを行う。 ・三段攻撃(スパイク)は3点。 ・二段攻撃(スパイク)は2点。 ・サーブは投げ入れサーブOK	グループ	三段攻撃ができるように助言する。 セッターにボールをパスできるように助言する。	【関・意・態】 チームにおける自己の役割を自覚して、協力してゲームをしようしているか。 (観察)
	ねらい2 三段攻撃に挑戦して、ゲームをしよう				
終 末 5 分	8 整理運動 9 学習のまとめ  10 挨拶 後片付け	8 整列し、整理運動を行う。 9 本時のまとめを行う。 ・本時の評価を行う。  10 次時の確認をし、挨拶をする。	一斉  一斉	ねらいのチームの反省を行う。 自己評価カードに反省をする	・カード ・黒板

## 2 年 男 子 バ レ ー ボ ー ル 年 自 己 評 価 カ ー ド

2 年 組 氏 名

評価項目		授業時数											
		1 /	2 /	3 /	4 /	5 /	6 /	7 /	8 /	9 /	10 /	11 /	12 /
授業規律	授業の約束を守って活動できたか												
関心意欲 態度	楽しく意欲的に活動できたか												
	ルールを守って活動できたか												
思考判断	工夫して練習や試合ができたか												
技能	パスやチームプレーの上達が見られたか												
知識理解	ルールや審判法、特性を理解できたか												

A: 8 割 以上 達 成    B: 5 割 以上 達 成    C: 5 割 未 満 達 成

授業時数	月/日	反省・感想
1	9/12	
2	9/14	
3	9/	
4	9/	
5	9/	
6	/	
7	/	
8	/	
9	/	
10	/	
11	/	
12	/	