

# 第3学年 保健体育科 学習指導案

日 時 平成27年11月5日(木) 5校時  
学 級 3年(男子13名 女子18名 計31名)  
場 所 体育館  
指導者 道淵 邦彦

## 1 単元名

球技 ネット型「バレーボール」

## 2 単元について

### (1) 教材観

バレーボールは、ネットをはさんで相対する2チームが、サービス、パス、トス、スパイク、ブロック、レシーブなど、主に手や腕を用いてボールを打ち合い、得点を競うスポーツである。サービスやアタックを工夫して相手のミスを誘ったり、戦術を工夫して攻めたりして、いろいろなチームと勝敗を競うところに楽しさがある。

個人の技術が向上し、ボールに触れようとする姿勢に積極性が表れてくると、チームで協力してボールをつなぐ楽しさを深められる教材である。第3学年では、第1学年及び第2学年で学習した基本的なボール操作や仲間と連携した動きでゲームが展開できるようにすることを確認・復習しながら、作戦に応じたボール操作で仲間と連携してゲームができるようにすることが学習のねらいである。チーム内で作戦について話し合い、課題に応じて試行錯誤させながら理解させていきたい。

### (2) 生徒観

運動への関心・意欲・態度は全体的に高く、球技の学習はより積極的に取り組もうとしている。フェアなプレイを守り、分担した役割も果たすことができるので、ペアやグループでの練習やゲームでは、お互いを認め合いながら活動することができる。

事前のアンケートにおいて、「バレーボールを行うことが好きか」と尋ねたところ、「好き」「どちらかといえば好き」と答えた生徒は約9割であり、興味・関心は非常に高い。「どちらかといえば嫌い」「嫌い」と答えた生徒は、「手や腕が痛くなるから」という理由を挙げており、ボールに対する恐怖心が未だにあることが分かった。

また、「バレーボールの授業でできるようになりたいこと」を尋ねたところ、男子では、「スパイクを打ちたい」「スパイクを止めたい」「狙ったところにトスを上げたい」「狙った場所にサーブを打ちたい」という答えが多く、三段攻撃やより高い技能を身につけたいという意識が高いことが分かった。女子では、「ラリーを続けたい」「楽しくプレイがしたい」「相手のサーブをとりたい」「確実にサーブを決めたい」という答え

が多く、苦手な技能を克服して、チームに貢献したいという意識が高いことが分かった。

運動の技能はパスやレシーブ、サービスといった基本技術の習得に時間を割いてきたので、学年が上がるにつれて向上はしている。しかし、技能の正確性や安定感には個人差があったり、速くて強いボールに恐怖感を感じてしまったりという場面があるので、自信のない生徒も楽しむことのできる場面を設定することが必要である。また、自信のなさが消極的なプレイにつながってしまい、ラリーが続かない原因の1つになっている。

技能を苦手とする生徒がラリーに積極的にかかわれるように役割分担を工夫し、作戦を立ててゲームを展開していくためにも課題を客観的にとらえ、話し合いを通して、実行錯誤しながら仲間と連携した動きを身につけさせることができるかが課題である。

### (3) 指導観

第1学年では、パスの基本技術の習得とラリーを続けることを重視し、チームで協力してボールをつなぐ楽しさを大切にしながら授業を進めた。パスの基本技術でも特にオーバーハンドパスは構える手の形や位置が難しく、正しい形ができていない生徒もいたが、相手に山なりのボールを返球し、ラリーをつなげることを意識させた。

第2学年では、チームで協力してボールをつなぐ楽しさを大切にしながら、「三段攻撃」につながる空いた場所をめぐる攻防を意識させるための動きを学習の柱に授業を進めた。3～4人の小グループ内ではボールに触れる機会が多いので、積極的にボールに関わろうとする姿勢が見えるが、6～8人のグループ内でゲームを行うと、より確実にプレイしなくてはという意識から、動きが消極的になってしまう場面が見えた。また、練習していた「三段攻撃」も勝負に関わってくるとより安全にという意識から弱いパスで返球してしまう場面が見えた。

以上のことから第3学年では、チーム全体でボールをつなぐ必要性を再確認させながら、スパイクを行うことの楽しさを全員につかませたい。そのためにもスパイクの練習を単元の前半に時間をかけて行い、身につけた技能を用いて単元の後半にゲームを楽しませたい。

## 3 単元の指導目標と評価規準

### (1) 指導目標

- ① 次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームが展開できるようにする。
  - ・ネット型では、役割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いた場所をめぐる攻防を展開すること。
- ② 球技に自主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事、自己の責任を果たそうとする事、作戦などについての話し合いに貢献しようとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。

③技能の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

(2) 単元の評価規準（・：球技の他の型の評価規準）

	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
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> <li>●球技の学習に自主的に取り組もうとしている。</li> <li>・フェアなプレイを大切にしようとしている。</li> <li>●自己の責任を果たそうとしている。</li> <li>●作戦などについての話し合いに貢献しようとしている。</li> <li>●互いに助け合い教え合おうとしている。</li> <li>・健康・安全を確保している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●提供された作戦や戦術から自己のチームや相手チームの特徴を踏まえた作戦や戦術を選んでいる。</li> <li>●仲間に対して、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。</li> <li>・作戦などの話し合いの場面で、合意を形成するための適切な関わり方を見付けている。</li> <li>・健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選んでいる。</li> <li>●球技を継続して楽しむための自己に適した関わり方を見付けている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ネット型では、空いた場所をめぐる攻防を展開するための役割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。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。</li> <li>・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。</li> <li>●運動観察の方法について、理解したことを言ったり書き出したりしている。</li> <li>・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。</li> </ul>

(3) 学習活動に即した評価規準

	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
学習した活動に評価即規準	<ul style="list-style-type: none"> <li>①球技の学習に自主的に取り組もうとしている。</li> <li>②自己の責任を果たそうとしている。</li> <li>③作戦などについての話し合いに貢献しようとする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①提供された作戦や戦術から自己のチームや相手チームの特徴を踏まえた作戦や戦術を選んでいる。</li> <li>②仲間に対して、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。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①スイングやステップを入れてスパイクの準備に入ることができる。</li> <li>②タイミングを合わせてボールを打ち返すことができる。</li> <li>③ボールを相手側のコートに入れることができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。</li> <li>②運動観察の方法について、理解したことを言ったり書き出したりしている。</li> </ul>

学 習し 活た 動評 に価 即規 準	している。 ④互いに助け合い教え 合おうとしている。	法の選択について指摘 している。 ③球技を継続して楽し むための自己に適した 関わり方を見付けてい る。	ートの空いた場所やね らった場所に打ち返す ことができる。 ④ポジションの役割に 応じて、仲間と連携して 動くことができる。	
--------------------------------------	----------------------------------	---	---	--

#### 4 単元の指導と評価の計画 (14時間)

時	テーマ	内容	関	思	技	知	備考
1	オリエンテーション	学習のねらい、進め方の理解					
2	個人技能の復習	オーバー・アンダーハンドパス	①				
3	スパイクの動きづくり	助走のステップ・腕のスイング				①	
4		<u>タイミング (正しい空中姿勢)</u>			①		
⑤				④			
6	三段攻撃	スパイク練習・スパイクゲーム		③			
7		三段攻撃	②				
8		ゲーム (練習の成果を確認)			②		
9	課題の把握	自己やチームの課題を把握	③			②	
10	課題の解決	自己やチームの課題を解決する練習		②			
11	まとめのゲーム	グループ別対抗戦			④		
12				①			
13					③		
14	まとめ	学習のまとめ					

#### 5 本時について (5/14時間)

##### (1) 目標

スパイクの動作の中で、タイミングを合わせてボールを打つことができるようにする。

##### (2) 評価規準

観 点	B : おおむね満足できる
運動への 関心・意欲・態度	スパイクの動作について、①助走のステップがあるか、②ボールを 体の前で打ち返しているか、の2つの視点で教え合おうとしている。

### (3) 指導の構想

#### ①「見通す」にかかわって

導入では、助走のステップと正しい空中姿勢（ボールを体の前で打ち返す）を結びつけるとスパイクの動作につながることに気付かせ、課題意識を高めたい。そして、課題設定において、タイミングを合わせてボールを打ち返すことができることが学習のゴールであることを示し、本時の学習に見通しをもたせる。

検証場面では、タイミングを合わせてボールを打ち返しているかグループ内で個々の動作をチェックする場面を入れる。その際、助言する視点として「助走のステップがあるか」「ボールを体の前で打ち返しているか」をお互いに確認する。その助言を参考にしながら課題の克服に取り組ませる。

#### ②「振り返る」にかかわって

振り返りカードを活用して、できたことやできていないことを簡単に書かせ、本時で学んだことを自覚させていく。また、時間があれば発表させて全体に広げていく。

最終的には、スパイクを行うことの楽しさが実感でき、「ゲームの中でスパイクを使ってみよう」という次への意欲づけになるような表現を書かせたい。

### (4) 展開

段階	学習活動及び学習内容	時間	◎評価 ●支援を要する生徒への手立て ※研究との関連
導入	<p>1. 挨拶</p> <p>2. ランニング、補強運動（グループ）</p> <p>(1) ランニング体操 ・ランニング、体操</p> <p>(2) 補強運動 ・ステップドリル ・一歩踏み込み固定ボール打ち ・ボールキャッチ</p> <p>3. 課題を把握する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>スパイクの動作の中で、タイミングを合わせてボールを打つことができる。</p> </div> <p>『タイミングが合う』とは。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>スパイクの動作の中で</p> <p>①「助走のステップがあるか」</p> <p>②「ボールを体の前で打ち返しているか」</p> </div>	10分	<p>※学習の見通しをもたせる課題設定。</p>

<p style="text-align: center;">展 開</p>	<p>4. グループ練習① <span style="float: right;">デジタイマー使用</span></p> <p>(1) 助走のステップとスイングを結びつける</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・助走のステップからのテニスボール叩き</li> <li>・助走のステップからの固定ボール打ち</li> </ul> <p>(2) 台上で正面からくるボールを体の前で打ち返す</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・台上からの飛び降りテニスボール叩き</li> <li>・台上からの固定ボール打ち</li> </ul> <p>5. グループ練習② <span style="float: right;">デジタイマー使用</span></p> <p style="border: 1px solid black; padding: 2px;">練習→補助→観察を交代で行う。 <span style="float: right;">観察→教え合い</span></p> <p>(1) <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">タイミングを合わせてボールを打つ</span></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・助走のステップ→ネット越しのボールをキャッチ</li> <li>・助走のステップ→ネット越しのボールを打ち返す</li> </ul> <p style="margin-left: 20px;">①「助走のステップがあるか」</p> <p style="margin-left: 20px;">②「ボールを体の前で打ち返しているか」</p> <p>(2) スパイクゲーム（トスされたボールを打つ）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・一定時間にネット際でトスされたボールを打ち返し、①②ができて相手コートに入った回数を競う。</li> </ul>	<p style="text-align: center;">30 分</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●左手を上げて姿勢を保つことを確認する。（1）</li> <li>●膝を曲げて着地することを確認する。（2）</li> </ul> <div style="border: 2px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>◎スパイクの動作について、</p> <p>①助走のステップがあるか</p> <p>②ボールを体の前で打ち返しているか、の2つの視点で教え合おうとしている。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ボールの向こう側を包み込むようなイメージで打つことを確認する。</li> </ul>
<p style="text-align: center;">終 末</p>	<p>6. 学習の振り返りをする。</p> <p>(1) 観察の助言を参考に成果と課題（できたこととできなかったこと）を振り返りカードに記入する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>&lt;期待する生徒の振り返りの記述例&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・助走のステップはだんだん自然な動きでできるようになってきた。</li> <li>・ネット越しのボールが体の後ろにくると難しいが、良いボールがくるとボールを強く打ち返すことができるようになった。</li> <li>・もっと練習してゲームでスパイクを決めたい。</li> </ul> </div> <p>(2) 学習の振り返りを共有する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・学習の成果と課題（できたこととできなかったこと）を発表する。</li> </ul> <p>(3) 教師の評価を聞く。</p> <p>7. 挨拶</p>	<p style="text-align: center;">10 分</p> <p>※学習で身についたことを自覚させる振り返り。</p>