

# 保健体育科学学習指導案

日 時 平成25年5月31日(金) 公開授業 I  
学 級 岩手大学教育学部附属中学校  
1年AB組男子40名  
会 場 体育館  
授業者 高橋 走

## 1 単元名 E 球技 イ ネット型 バレーボール

### 2 単元について

#### (1) 生徒観

対象生徒に行った「運動や健康に関するアンケート」によると、「体を動かすことが好き」と回答している生徒が9割、「体育の授業が好き」と回答している生徒が9割以上と、運動することに意欲的な生徒が多いことがわかる。体育が好きか嫌いかの理由は以下の通りである。

<b>【好き】</b> <ul style="list-style-type: none"><li>・体を動かすことで気持ちがさわやかになるから</li><li>・体を動かすことが好き</li><li>・チャレンジすることができるから</li><li>・みんなと試合ができて楽しいから</li><li>・体育の技術も教えてもらえるし、その後の人生にも役立つから</li></ul>	<b>【嫌い】</b> <ul style="list-style-type: none"><li>・運動が苦手だから</li><li>・勉強の方が好きだから</li><li>・体力がないから、走ることが嫌いだから</li><li>・陸上競技が全くできないから</li></ul>
--	--

また、バレーボールに対する意識は以下の通りであった。(回答生徒40人)

好き	どちらかといえば好き	どちらかといえば嫌い	嫌い
11 (28%)	26 (65%)	3 (8%)	0(0%)

<b>【好き・どちらかといえば好き】</b> <ul style="list-style-type: none"><li>・スパイクを決めると楽しいから</li><li>・ラリーが続くと楽しいから</li><li>・点をとると楽しいから</li><li>・ブロックを決めてみたいから</li><li>・励まし合える雰囲気がいいから</li><li>・団結しいい感じで試合ができるから</li></ul>	<b>【どちらかといえば嫌い・嫌い】</b> <ul style="list-style-type: none"><li>・つながらないから</li><li>・ボールがこないから</li><li>・ミスをするとみんなに言われるから</li><li>・ベンチばかりにいるから</li></ul>
---	--

バレーボールが好きな生徒も9割を越え、バレーボールに対する興味関心が高いことがわかる。スパイクを決めることやラリーを続けることに楽しみを感じており、励まし合える雰囲気が楽しいと感じている生徒もいる。また、ボールにさわることができないことやつながらないことに、おもしろくないと感じている。

学びの自覚化については、体づくり運動の授業において、自分の体の動きや体力について興味関心はあるものの、自分の動きを自覚したり、お互いに伝え合ったりして自覚するという面は、まだまだ定着していないと考えられる。また、「目指す姿」と自分の動きを比較して、ポイントをわかりやすく表現することを体験する中で、自己効力感を高めることにつながると考える。

#### (2) 教材観

バレーボールは、1895年アメリカ人、W.Gモーガンによってテニスからヒントを得て、ボールを手でボレーし合うゲームとして考案されたスポーツである。バレーボール(Volleyball)とテニスのボレー(Volley)を照らし合わせてみると理解できる。「バレーボールのバレーは、地にボールがつかないうちに打ち返す意味のボレー」が語源とされている。

バレーボールの楽しさは、ネットを挟んで2つに分かれたチームが、相手チームの技能に応じて攻防を工夫し、サーブやレシーブ、トス、スパイク、ブロック等の技術を駆使して、一体化した攻防の中で得点

を競い合うところにある。

バレーボールは絶えず移動しているボールを、止めることなくボレーし続けなければならない競技である。そのため、プレイヤーはボールの行方を予測して、巧みなフットワークで素早く落下点に移動しボールを拾い続けることを求められる。バレーボールの経験が少ない生徒にとって、この後退したり、左右に動いたり、または跳び上がってボールを打つことは初めての経験であり、非日常の運動でもあることから難しい運動である。

基本的な技能を繰り返し練習し、味方とのコミュニケーションをとり、相手側のコートに積極的にボールを返すという仲間とのかかわりを大切にする運動種目である。チームの話し合いや関わり合いの機会をもつことで、仲間の大切さを実感できる教材でもある。

### (3) 学びの自覚化とのかかわり

保健体育科における「学びの自覚化」とは、「動きを自覚すること」と捉える。「動きを自覚する手段」は以下の3点とする。

- |  |
|--|
| <ol style="list-style-type: none"><li>① 動きがめざす動きと比べてどうなのか把握する</li><li>② 他者からのアドバイスから動きを把握する</li><li>③ 動きの変容をことばで書き出す</li></ol> |
|--|

学びの自覚化を促す手立ては以下の通りである。

#### (1) 動きの比較

①については学習者が画像や映像で瞬時に自分やチームの動きを客観的に見ることで「動きの自覚化」を図る。

#### (2) 他者との伝え合い

②についてはグループで動きの観察を行い、観察した内容をことばで伝え合うことで「動きの自覚化」を図る。この「動きの自覚化」ができることで既習事項の「ポイント」をより自分がわかりやすい表現伝えることが可能になってくる。この自分のわかりやすい表現が「コツ」にもつながってくる。

#### (3) 学びの振り返り

③については単元を通して、授業の振り返りとして成果や課題を記入していくことで、その時間の学びを確認させるとともに、単元を通しての変容も自分で把握できるようにさせる。

#### (1) 動きの比較

手本となる動きや基本となる技の分解図やVTRから、基本となる技を身に付けるための運動の行い方のポイントを見やすくわかるように提示し、全体で確認する。また、自分の動きがポイントをとらえているかどうかiPadなどを利用して客観的に自分の動きを観察する。

#### (2) 他者との伝え合い

毎時間のチーム練習の中で、ポイントができていないかどうかをお互いに伝え合うことで自分やチームの動きを確認する。

#### (3) 学びの振り返り

その時間の振り返りにより、自分の学び（わかったこと、わからなかったこと、できたこと、できなかったこと）を把握し、次時への意欲につなげる。教師は、個々の学習状態を把握し、フィードバックする際の資料とする。

## 3 単元の指導目標及び評価規準

### (1) 指導目標

球技の特性や成り立ちを理解し、積極的に取り組むとともに、課題に応じた取り組み方を工夫し、ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの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) 評価規準 ※ ( ) は球技の他の型で取り上げる内容

- ・球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、（作戦などについての話し合いに参加しようとする）ことなどや、健康・安全に留意して、学習に積極的に取り組もうとしている。【運動への関心・意欲・態度】
- ・球技を豊かに実践するための学習課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。

【運動についての思考・判断】

- ・球技の特性に応じて、ゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間と連携した動きを身に付けている。【運動の技能】
- ・球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、関連して高まる体力、試合の行い方を理解している。【運動についての知識・理解】

#### 4 単元の指導計画及び評価計画

##### (1) 指導計画

時数	学習内容	活動内容
1	○球技の特性や成り立ち（知識） ○分担した役割を果たそうとすること（態度）	・補助資料を使い、球技の特性や成り立ちについて理解する。 ・学習シートを使い役割の確認をする。
2	○操作しやすい位置へのつなぎ（技能）	・オーバーハンドパスの練習に取り組む。 ・基本的な技能の【スキルアップドリル】に取り組む。（音楽に合わせて） ・オーバーハンドパスの回数を学習シートに記入する。
3	○学習に積極的に取り組もうとすること（態度）	・スキルアップドリルの行い方のポイントを理解し、正確に取り組む。 ・分担した役割を認識して取り組む。 ・チームで声を出し、ウォーミングアップを行う。 ・リーグ戦Ⅰ（3対3）「キャッチバレー」に取り組む。
4	○球技に関連して、高まる能力について学習した具体例を挙げること（知識） ○相手の打球に備えた準備姿勢（技能）	・補助資料を使い、関連して高まる能力を書き出す。 ・相手のスパイクに対応することを意識したゲームに取り組む。 →リーグ戦Ⅰ（3対3）「キャッチ→キャッチ→両手スパイク」に取り組む。
5	○空いた場所への返球（技能） ○技術の名称や行い方（知識）	・空いた場所をねらっての返球を意識したゲームに取り組む。 ・技術の名称や行い方を、学習シートに記入する。 →リーグ戦Ⅰ（3対3）「キャッチ→キャッチ→両手スパイク」に取り組む。
6	○仲間の学習を援助しようとする事（態度） ○試合の行い方について学習した具体例を挙げる事。（知識）	・ペアやチームのよい動きを伝える。 →リーグ戦Ⅰ（3対3）
⑦	○自己やチームの課題を見付けること（思考・判断）	・お互いの動きを見合い、よい動き、課題を伝え合う。 ⇒ 個人、チームの動きをVTR(iPad)で確認し、課題を把握する。 →リーグ戦Ⅰ(3対3)

8	○開始時の定位置への戻り（技能） ○健康・安全に留意すること（態度）	・ポジションチェンジを意識した3対3の試合を行う。 リーグ戦Ⅱ（3対3） →（①キャッチ→②キャッチ・オーバーハンド→③スパイク）の試合に取り組む。
9	○運動の行い方のポイントを見付けること。（思考・判断） ○フェアなプレイを守ろうとすること（態度）	・iPadを使い、個人やチームの動きを観察する ・ボール操作やボールを持たない動きなどの技術を身に付けるための運動の行い方のポイントを発表する。また、学習シートに記入する ・ルールを守って積極的に試合を行う。 リーグ戦Ⅱ（3対3）の試合に取り組む。
10	○テイクバックをとった肩より高い位置からボールを打ち込むこと（技能） ○仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けること（思考・判断）	・スパイク練習に取り組む。 ・リーグ戦Ⅱ（3対3） （①キャッチ→②キャッチ・オーバーハンド→③スパイク）の試合に取り組む。 ・学習シートに、チームに協力したことを記入する。
11	○提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選ぶこと（思考・判断）	・チームで練習方法を選択する。 ・リーグ戦Ⅱ（3対3） 大会形式で行う。
12	○学習した安全上の留意点を他の練習場面や試合場面に当てはめること（思考・判断）	・リーグ戦Ⅱ（3対3） ・学習のまとめを行う。

## （2）評価計画

	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
1				○球技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。
2				
3	○分担した役割を果たそうとしている。			
4			○味方が操作しやすい位置にボールをつなぐことができる。	○球技に関連して高まる体力について、学習した具体例を挙げている。
5	○学習に積極的に取り組もうとしている。			○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。

6			○相手の打球に備えた準備姿勢をとることができる。	○試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。
7		○自己やチームの課題を見付けている。	○相手側のコートの空いた場所にボールを返すことができる	
8	○仲間の学習を援助しようとしている。			
9	○健康・安全に留意している。	○ボール操作やボールを持たないときの動きなどの技術を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けている。		
10		○仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている	○プレイを開始するときは、各ポジションごとの定位置に戻ることができる。	
11	○フェアプレイを守ろうとしている。	○提供された練習方法から自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。		
12		○学習した安全上の留意点を他の練習場面や試合場面に当てはめている。	○テイクバックをとって肩より高い位置からボールを打ち込むことができる。	

## 5 本時について（7/12時間）

(1) 主 題 E 球技 イ ネット型 ～バレーボール～

### (2) 指導目標

○自己やチームの課題を見付けることができるようにする。 【運動についての思考・判断】

### (3) 評価規準

自己やチームの課題を見付けている。 【運動についての思考・判断】

相手側のコートの空いた場所にボールを返すことができる。 【運動の技能】

### (4) 指導の構想

「ナイス・ドンマイ・ハイタッチ」の声かけを中心として、明るくみんなで楽しむ雰囲気を保ち、一人一人の運動量の多い授業を展開したい。また、教師からも肯定的な言葉をかけ続け、積極的にボールにかかわる意欲がわき出るようにしたい。

導入では、バレーボールの動きづくりや基本的な技能の中で、最低限全員が身に付けて欲しい基本動

作を反復させ、基本的な技能につながる動きをスキルアップドリル（サーキット形式）で行わせる。

展開では、相手側のコートの空いた場所に返球するためにはどうすればよいのかという視点を軸にすすめたい。はじめに、自分やチームの課題を見付けることの価値を発問し、これからの技術習得にあたり、自分やチームの課題点を自覚することの大切さを認識させたい。次に、相手側のコートの空いた場所に返球するための練習として、両手キャッチスパイク練習に取り組む。役割分担を行い、アドバイザーが旗でシグナルを送ることにより、自分ができているのかどうかあるいは、仲間が空いた場所をねらってスパイクできたのかどうか判断し、伝えるようにさせたい。次にチーム（3人）での連携パスから、相手（2人）の動きをみて空いた場所にスパイクできるようにさせたい。この様子を iPad 係が撮影し、チームで振り返り、自己やチームが空いた場所をねらって返球できているのかどうか自覚させたい。最後に、空いた場所をねらったゲームを展開し、空いた場所にボールを返球するには何に気をつけるのか自覚させたい。

まとめでは、自己やチームの課題を見付けることができたか、空いた場所にボールを返すことができたかを確認し、行い方のポイントを整理し、次時の課題を把握させたい。

### (5) 本時の展開

段階	学習活動および学習内容	時間	■学びの自覚化との関わり
導入	<p>1 集合、あいさつ、健康観察をリーダー中心に、協力して行う。</p> <p>2 コート・用具の準備、準備運動を行う。</p> <p>(1) ブラジル体操（ランニング、ストレッチ）、補強運動（シャドウステップ）</p> <p>(2) 本時のねらいにつながる基本練習</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・スキルアップドリル（サーキット形式）</li> <li>（落下点、オーバーハンドパス、スパイクを意識した6種目で構成）</li> </ul> <p>◎5時間目と6時間目に「空いた場所への返球」について学習し、7時間目（本時）で評価する。</p>	15	<p>■技能の変容を記録し、自覚する。（オーバーハンドパスの回数、両手スパイクの点数を毎時間記入）</p> <p>【学びの振り返り】</p>
展開	<p>3 課題把握と評価項目を確認する。</p> <p>○自分やチームの課題を見付けよう。</p> <p>○相手側のコートの空いた場所にボールを返そう。</p> <p>4 相手側のコートの空いた場所にボールを返すことを身に付けるための練習を行う。</p> <p>◎【観察評価】を行う。</p> <p>◎練習の際、生徒の具体の学びの姿から、実現状況を判断する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ネットの手前、コートの奥、人と人之間を打ち分ける姿</li> </ul> <p>(1) 自分やチームの課題を見付けることの価値を聞く。</p> <p>(2) ねらった場所への両手キャッチスパイク練習</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・攻撃は、2人でのパス交換から両手スパイク、守備は、1人で4つの角に移動し、ボールをキャッチする。</li> <li>・iPad係が撮影する。</li> </ul> <p>(3) iPadを見て、個人の動きを振り返り、仲間の動きもできているかどうか伝える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ボールをキャッチし、おへそを相手コートに向けてねらっているか。</li> </ul>		<p>■VTRから、課題となる動きを自覚する。</p> <p>【学びの振り返り】</p> <p>■仲間の動きを見て、できているかどうか伝える。</p> <p>【他者との伝え合い】</p>

	<p>(4) (2) の練習を、もう一度行う。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>◎努力を要する状況の生徒への手だて</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・空いた場所とは、どこなのか黒板を使い、視覚的にわかりやすく空いた場所を理解させる。</li> <li>・キャッチからスパイクまでゆっくりでいいことを伝える。</li> <li>・課題を見付けるために、iPadの画面をゆっくり再生したり、静止したりすることの有効性を伝える。</li> </ul> <p>(質問例) 得点をきめるにはどこをねらえばいいでしょうか。相手側のコートの空いた場所をキャッチスパイクするためには、どのような打ち方をすればいいでしょうか</p> <p>相手側のコートの空いた場所がわかりましたか。</p> </div> <p>5 バドミントンコートでのキャッチバレーを行う。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>○相手側のコートの空いた場所にボールを返すこと。 (空いた場所を見て、打ち分けること)</p> </div> <p>(質問例)</p> <p>相手側のコートの空いた場所に上手にボールを返すには何に気をつけるといいでしょうか。</p> <p>(1) ゲームを行う。</p> <p>(2) 途中話し合いをとる。ゲームの結果を記入する。</p> <p>◎【観察評価】を行う。</p> <p>◎ゲームの際に、生徒の具体の学びの姿から、実現状況を判断する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・相手側のコートの空いた場所にボールを返す姿</li> </ul>	<p>■自分やチームが、目指す動き(空いた場所にボールを返す)と比較してどうなのか把握する。</p> <p>【動きの比較】</p> <p style="text-align: right;">30</p>
<p>終 結</p>	<p>6 整理運動・用具の片付けを行う。</p> <p>7 本時のまとめを行う。</p> <p>(1) ゲーム結果、iPadの映像をもとに仲間同士で課題の確認を行い、本時の授業記録をまとめる。</p> <p>(2) 学習の成果や課題などのまとめを発表する。</p> <p>(3) 教師の評価を聞く。</p> <p>8 あいさつ</p> <p style="text-align: right;">5</p>	<p>■この時間の成果、課題を把握する。</p> <p>【学びの振り返り】</p>