

保健体育科学習指導案

日 時 平成15年10月3日(金)
 学 級 3年2、3組 男子39名
 場 所 体育館
 授業者 高橋 知浩

1 単元名 バレーボール

2 単元について

(1)教材観

バレーボールは学校体育の中で、古くから教材として取り扱われ急速な普及をもたらし、現在の国内ではポピュラーなスポーツといえる。競技の特性としては以下のような事が挙げられる。

<構成的特性>

- ・ネットを介しボールを手で扱うことから、運動の苦手な生徒も比較的容易に取り組むことができる。
- ・狭い場所でも多人数で楽しむことができ、身体的接触が少なく比較的安全性が高い。

<身体的特性>

- ・敏捷性・調整力など中学生期のバランスの取れた体力作りに役立つ。

<機能的特性>

- ・チームワークが重視され、役割の分担や協調性を養う。
- ・相手チームとの接触が少なく、自分達の作戦を組み立てやすい。
- ・バレーボールの特性である「3段攻撃」はチームワークとお互いのフォローシップが大きな鍵を握り、協調性や団結力必要とされる。また、試合での自分達の作戦もたてやすい単元である。

(2)生徒の実態

3年2、3組の生徒は、全体的に明るく積極的に授業に取り組む生徒が多い。これまでの運動経験の中から、球技が得意と思われる生徒は、試合やチーム練習の先頭に立って積極的に活動している。3年生ということもあり、お互いの運動能力や運動に対する意識の共通理解が十分であり、運動の苦手な生徒に対しても励ましたり、技術指導する場面も多く見られる。また、いろいろな技術を進んで学ぼうとする生徒が多く、レベルの高い課題にも集団で挑戦しようという雰囲気がある。

(3)指導観

バレーボールの授業を進めるにあたり、生徒の実態を考慮し、得意と思われる生徒には、長所である積極性とリーダーシップを生かし、チーム練習の中心となり活動を進めていくように指導したい。苦手と思われる生徒には、積極的な生徒との関わりの中で基礎・基本の技術向上とチームで運動を楽しむことを味わわせたい。

授業においては、学習課題や学習目標を理解させながら、個人の目標を明確にして取り組ませたいと考えている。また、各時間の学習活動内容を事前に理解させておき、単元の学習がスムーズに進めることができるようにしたい。個人技能のレベルアップにおいては、実技書は勿論、指導ビデオや専門的な練習内容を提示して、少しでも意欲的に取り組むことができるようにしたい。

2年生時には、3段攻撃の学習をしていることから、3年生では個人のレベルアップをさらに図り、チーム内での話し合い活動、練習内容を吟味させ、コンビネーションバレーができるようにしたいと考えている。バレーボールの楽しさを味わわせながら、競技性を理解させ、単純な3段攻撃ではなく、1つ上のレベルの試合を目指したいと考えている。

3 単元の目標と評価規準

	目 標	評価規準
関心・意欲 ・態度	お互いに協力して意欲的に練習や試合に取り組むことができる。	・声をかけ合ったり、進んで行動したりして、練習や試合を行っている。
思考・判断	個人の課題やチームの課題を明確にして、工夫して練習に取り組むことができる。	・課題解決の方法がわかり、その解決にむけて取り組んでいる。
技能	クイック攻撃や時間差攻撃を理解し、試合の中で使うことができる。	・クイックや時間差の攻撃を試合の中で使うことができる。
知識・理解	プレーに関するルール(反則)について理解することができる。	・バレーボールのルールについて理解している。

4 指導計画並びに評価計画

時	学 習 内 容	関 ・ 意	思 ・ 判	技 能	知 ・ 理	評 価 規 準
1	①単元学習課題、学習目標の確認	○				・バレーボールに関心を持ち、進んで取り組もうとする。
	②個人学習課題の設定		○			・個人の学習課題を決めることができる。
	③チーム編成					
	④試合				○	・ルールを思い出し、確認しながら、試合を行っている。
2 3 4 5 6 7 8 9 10 (本時)	① ②試合	○				・声をかけ合ったり、進んで行動したりして、練習や試合を行っている。
	②スパイク練習 (オープン・クイック)				○	・オープンとクイックのスパイクの違いがわかる。
	②スパイク練習 (クイック各種)			○		・クイック攻撃や時間差攻撃を理解しそれらを使ったスパイク練習をすることができる。
	②攻撃方法の確認 ③チーム練習		○			・プレーヤーのポジションを考えながら、攻撃方法を選ぶことができる。
	②チーム練習		○			・攻撃方法を確認して、工夫した練習をすることができる
	③試合	○				・お互いに声をかけ合い、楽しんで試合をすることができる。
	①試合形式練習			○		・各種のクイックやオープン攻撃を意識的に使ってプレーすることができる。
	①ゲーム練習 ②試合形式練習	○				・声をかけ合ったり、進んで行動したりして、練習や試合を行っている。
	①個人・集団技能練習 ②試合(総当たり戦)			○		・クイックや時間差の攻撃を試合の中で使うことができる。
	①試合(総当たり戦) ②学習のまとめ			○		・クイックや時間差の攻撃を試合の中で使うことができる。

5 本時について

- (1) 課題 「チームで決めた攻撃方法を理解し、協力して練習に取り組もう。」
 (2) 目標 ①積極的に練習に取り組むことができる。
 ②攻撃方法を確認して工夫した練習をすることができる。
 ③お互いに協力して楽しく試合をすることができる。

6 展開

	学習内容	学習活動	教師の支援・評価
導入 10分	1 整列・挨拶	・全体で整列、挨拶をする。	1. 元気よく挨拶をさせる。
	2 準備運動	・出欠席・見学者の確認、用具の忘れ物の確認をする。	2. 動きがいいかげんにならないように準備運動を行わせる。
	3 個人技能練習	・連続オーバーハンドパスを行う。 ・連続アンダーハンドパスを行う。 ・連続してできた回数をプリントに記入する。 ・3人1組でスパイクの練習を行う。	3. 積極的にスパイク練習ができるように指導する。 安全に留意させる。
	4 本時の学習課題・目標の確認	・集合しチームごとに整列をする。 ・黒板を見て本時の学習課題・目標の確認をする。	4. 学習課題や目標が理解できたか確認する。
	チームで決めた攻撃方法を理解し、協力して練習に取り組もう。		
展開 35分	5 チーム練習 ①攻撃方法の確認 ②チーム練習	・チームごとに前時間に決めた攻撃方法を確認し、練習をする。 ・攻撃方法のサインを決定する。	5. ビデオを見て、理想の動き方を一度イメージさせる。 リーダーを中心に工夫して練習が行われているか。(評価)
	6 集合	・試合方法の説明を聞く。	6. 試合の方法について説明し、勝負けよりも、攻撃がうまくできるようにさせる。 レシーブをセッターにできるだけ正確に返せるように意識させる。
	7 試合	・時間で区切り、場所をローテーションして試合を行う。	7. お互いに声をかけ合い、楽しんで試合をしているか。(評価)
まとめ 5分	8 授業の反省	・学習プリントに自己評価をする。	8. 数名に反省を発表させる。
	9 次時の学習内容の確認	・次時の学習内容を確認する。	9. 試合形式の練習をたくさんこなし、攻撃がうまくできるようになってほしい事を伝える。
	試合形式の練習(チャンスからの攻撃・ブロックからの攻撃)をする。		
	10 挨拶	・挨拶をする。	10. 元気よく挨拶をさせる。

バレーボール学習プリント

学習時間＝10時間

3年 組 番 氏名

学習課題	色々な攻撃方法を覚え試合を楽しもう。 クイック攻撃や時間差攻撃に挑戦しよう。
-------------	--

学習目標	①お互いに協力して意欲的に練習や試合に取り組もう。 ②個人の課題やチームの課題を明確にして、工夫して練習に取り組もう。 ③クイック攻撃や時間差攻撃を理解し、試合の中で使えるようにしよう。 ④プレーに関するルール(反則)について理解しよう。
-------------	--

個人学習目標	
---------------	--

時間	学習内容	評価内容	自己評価
1	①単元学習課題の確認 ②個人学習目標の設定 ③チーム編成・試合	①学習課題が理解できたか。	
		②個人目標が設定できたか。	
		③お互いに協力して楽しく試合をすることができたか。	
2	①個人・集団技能練習 ②試合	①積極的に練習に取り組んだか。	
		②お互いに協力して楽しく試合をすることができたか。	
3	①個人・集団技能練習 ②スパイク練習	①積極的に練習に取り組んだか。	
		②スパイク練習(オープン)がうまくできたか。	
		③スパイク練習(クイック)がうまくできたか。	
4	①個人・集団技能練習 ②スパイク練習 ③試合	①積極的に練習に取り組んだか。	
		②スパイク練習(クイック)がうまくできたか。	
		③試合の中でクイックを使うことができたか。	
5	①個人・集団技能練習 ②攻撃方法の確認 ③チーム練習	①積極的に練習に取り組んだか。	
		②攻撃方法を確立し、内容が理解できたか。	
		③お互いに協力して練習することができたか。	
6	①個人・集団技能練習 ②チーム練習 ③試合	①積極的に練習に取り組んだか。	
		②攻撃方法を確認して工夫した練習をすることができたか。	
		③お互いに協力して楽しく試合をすることができたか。	
7	①試合形式練習 * チャンス～ * スパイク～	①お互いに協力して練習することができたか。	
		②チャンスボールからの攻撃がうまくできたか。	
		③スパイクからの攻撃がうまくできたか。	
8	①チーム練習 ②試合形式練習	①積極的に練習に取り組んだか。	
		②お互いに協力して練習することができたか。	
		③チームで決めた攻撃がうまくできたか。	
9	①個人・集団技能練習 ②試合(総当り戦)	①積極的に練習に取り組んだか。	
		②お互いに協力して楽しく試合をすることができたか。	
		③クイックや時間差攻撃がうまくできたか。	
10	①試合(総当り戦) ②学習のまとめ	①お互いに協力して楽しく試合をすることができたか。	
		②単元のまとめ(反省)がしっかりできたか。	
		③個人目標は達成できたか。	

●個人技能のレベルアップ

◆連続オーバーハンドパス (A=25回以上 B=15回以上 C=14回以下)

/	/	/	/	/	/	/	/	/	最高回数	
回	回	回	回	回	回	回	回	回		回

◆連続アンダーハンドパス (A=25回以上 B=15回以上 C=14回以下)

/	/	/	/	/	/	/	/	/	最高回数	
回	回	回	回	回	回	回	回	回		回

●集団技能のレベルアップ

◆3段連続パス (A=12回以上 B=8回以上 C=7回以下)

/	/	/	/	/	/	/	/	/	最高回数	
回	回	回	回	回	回	回	回	回		回

●技能自己評価

スパイク(クイック)の仕方	自己評価			まとめ
	/	/	/	
①助走がうまくできたか。				
②タイミングよくジャンプできたか。				
③スナップをきかせて打つことができたか。				
トスの仕方				
①高い位置でセットアップができたか。				
②相手に合わせタイミングよくトスできたか。				

●チーム内評価

チーム攻撃の仕方	チーム内評価			まとめ
	/	/	/	
①攻撃方法を理解しメンバーがそれぞれ動くことができたか。				
②レシーブフォーメーションはうまく機能することができたか。				
③セッターが正確にトスすることができたか。				
④ブロックに確実につくことができたか。				
⑤レシーブがうまくセッターに返すことができたか。				
⑥お互いに励ましあい練習・試合をすることができたか。				

チーム目標

NO	氏名	ポジション
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		

スタートポジション

チームごとに攻撃方法を考えてみよう。(最低2つは考えてみよう)

攻撃方法1

攻撃方法2

攻撃方法3

攻撃方法4

リーグ戦(試合記録)

	1	2	3	4	5	6	試合結果	順位
1		① - ② - ③ -	① - ② - ③ -	① - ② - ③ -	① - ② - ③ -	① - ② - ③ -		
2	① - ② - ③ -		① - ② - ③ -	① - ② - ③ -	① - ② - ③ -	① - ② - ③ -		
3	① - ② - ③ -	① - ② - ③ -		① - ② - ③ -	① - ② - ③ -	① - ② - ③ -		
4	① - ② - ③ -	① - ② - ③ -	① - ② - ③ -		① - ② - ③ -	① - ② - ③ -		
5	① - ② - ③ -	① - ② - ③ -	① - ② - ③ -	① - ② - ③ -		① - ② - ③ -		
6	① - ② - ③ -	① - ② - ③ -	① - ② - ③ -	① - ② - ③ -	① - ② - ③ -			

授業の反省

◆学習目標に対する単元(パレーボール)の総合自己評価(5 ・ 4 ・ 3 ・ 2 ・ 1)