

第2学年 保健体育科学習指導案

日 時：平成26年11月25日（火）
 6校時14時30分～15時10分
 場 所：練馬区立貫井中学校 体育館
 学 級：第2年A・B組 女子34名
 授業者：練馬区立貫井中学校 梅川 恭子

1 単元名 球技「ネット型：バレーボール」

2 単元の目標

技能	バレーボールについて、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、基本的な技能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。また、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できるようにする。
態度	バレーボールに積極的に取り組むとともにフェアな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などや、健康・安全に気を配ることができるようにする。
知識、思考・判断	バレーボールの特性や成り立ち、技術の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解し、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。

3 単元の評価規準及び学習活動に即した評価規準

観点	単元の評価規準	学習活動に即した評価規準
運動への関心・意欲・態度	<ul style="list-style-type: none"> ○バレーボールの学習に積極的に取り組もうとしている。 ○フェアなプレイを守ろうとしている。 ○分担した役割を果たそうとしている。 ○健康・安全に留意している。 ○作戦などについての話し合いに参加しようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ①用具の準備や片付けを積極的に行い、自己や仲間の健康・安全に気を配ろうとしている。 ②基本的な技能や動きをみにつけることに積極的に取り組もうとしている。 ③仲間と連携した動きでゲームが展開できることに積極的に取り組もうとしている。 ④個人やチームの課題の解決に向けて自分の考えや意見を述べるなど積極的に取り組もうとしている。
運動についての思考・判断	<ul style="list-style-type: none"> ○課題に応じた練習方法を選んでいる ○学習した安全上の留意点を学習する場面に当てはめている。 ○基本的な知識や技能を活用して、学習課題への取り組み方を工夫しようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ①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。 ②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つけるための運動の行い方のポイントを見つけようとしている。 ③個人やチームの課題に応じた練習方法を選択しようとしている。

運動の技能	○基本的なボールの操作を身につけている。 ○仲間と連携した動きを身につけ、空いた場所をめぐる攻防を展開している。	①ボールを受ける前の準備姿勢を身につけている。 ②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。 ③自分のコートに空いた場所を作らないように定位置に戻り、次の動きに備えることができる。 ④ボールの動きをとらえ仲間と連携した動きができる。
運動についての知識・理解	○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。 ○バレーボール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。 ○試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。	①技術や戦術、作戦の名称や行い方を練習や試合中に具体的に挙げ、適切に発揮することができる。 ②巧緻性、敏捷性、スピード、筋持久力などバレーボールに関連して高まる体力について具体例を挙げている。 ③試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。

4 運動の特性

- バレーボールはネットをはさんで向き合ったチーム同士が、パスやアタックを有効に活用し、攻防を繰り返す中で、相手コートにいかにもボールを落とすかを競い合う競技である。相手とのボールの奪い合いがないためチームの作戦を組み立てやすい種目である。
- ボールをつかまないうでコントロールする技能は難しいが、仲間と協力して練習を工夫してラリーを続けたり、作戦を立てて勝敗を競い合ったりすることで楽しさや喜びを味わうことができる。
- 練習やゲームを通じて巧緻性や敏捷性、スピード、筋持久力といった体力を向上させることができ、自らの責任を果たしたり、互いに助け合ったりするなどの態度を養うことができる。

5 生徒の実態（平成26年10月実施 回答数 34名）

(1) 意識調査

①保健体育の授業が好きですか。 【好き：27名 嫌い：7名】

②バレーボールは好きですか。

好き：13名	どちらかというと好き：12名
<理由> ・球技が好きだから ・チームで協力するのが楽しいから ・パスが続くと楽しいから ・打てた瞬間が気持ちいいから ・ボールがうまく飛ぶとうれしい ・ラリーが続くと楽しいから	<理由> ・練習してできるようになるのが楽しいから ・ラリーが続くと楽しい ・昨年やって楽しかったから
どちらかというと嫌い：7名	嫌い：2名
<理由> ・ボールが固くて痛いから ・うまくできないから ・あまり打てないから ・腕が痛くなるから	・パスやサービスがうまくいかないから

③バレーボールが楽しいと思ったことはありますか。【ある：28名 ない：9名】

“ある、”と答えた人は具体的にどんな時ですか。

・チームでの声かけが楽しい ・みんなで団結して点を決めた時	・ラリーが続いた時 ・できないことができるようになった時	・得点に貢献できた時 ・うまくパスできた時	・ボールにさわれた時
----------------------------------	---------------------------------	--------------------------	------------

④バレーボールがつまらないと思ったことはありますか。【ある：28名 ない：9名】

「ある」と答えた人は具体的にどんな時ですか。

・パスが上手くいかない時 ・ラリーが続かない時 ・サーブが入らない時 ・ボールに触れられない時

⑤バレーボールの授業で学習したい内容はなんですか。

パス	スパイク	サービス	ブロック	三段攻撃	試合	ルール
8名	1名	7名	1名	5名	12名	1名

(2) 考察

バレーボールが「好き」「どちらかというが好き」と答えた生徒が34名中25名であった。また、バレーボールが楽しいと思ったことがあると答えた生徒が34名中28名が答えている。しかし、つまらないと答えた生徒も34名中28名が答えている。生徒のラリーを続けるということに意識があることがわかった。

また、バレーボールの授業で学習したい内容は試合に興味が高いことがわかった。

6 単元計画

時間	1	2	3	4	
指導のねらい	○運動の特性を理解し、学習のねらいと進め方を理解する	○ボールを受ける前の準備姿勢を身に付ける ○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。			
学習の流れ	○オリエンテーション 学習の進め方等を知る、 ①特性や成り立ち ②学習計画とルール ③ビデオ学習 ・モデルとなる映像を観る。 ④ボールやコートの扱い方 ⑤本時の振り返り ⑥次時の確認	○あいさつ ○健康確認 ○本時の課題確認 ○施設等の安全点検 ○ストレッチ			
		○簡易ゲームⅠ (チーム内) ・3対3キャッチボール 自陣内で2回以上パスをしてから返球 準備姿勢を意識する	○簡易ゲームⅠ ・3対3 1本目キャッチ可+パス 自陣内で3回以上パスをしてから返球 準備姿勢意識 味方の操作しやすい位置	○簡易ゲームⅠ ・3対3 1本目キャッチ可+パス 自陣内で3回以上パスをしてから返球 準備姿勢意識 味方の操作しやすい位置	○簡易ゲームⅠ ・3対3 1本目キャッチ可+パス 自陣内で3回以上パスをしてから返球 準備姿勢意識 味方の操作しやすい位置
		○ねらいに応じた動きの確認 ○後半の動きの確認	○ねらいに応じた動きの確認 ・よい動きの生徒を全体に提示 ・動きのポイントを再確認	○ねらいに応じた動きの確認 ・よい動きの生徒、チームを全体に提示 ・後半の動きの確認	○ねらいに応じた動きの確認 ・よい動きの生徒、チームを全体に提示 ・後半の動きの確認
		○簡易ゲームⅡ 3対3 (チーム内) 1本目キャッチ+パス 自陣内で2回以上パスをしてから返球	○簡易ゲームⅡ ・3対3 1本目キャッチ可+パス 自陣内で3回以上パスをしてから返球	○簡易ゲームⅡ ・3対3 1本目キャッチ可+パス 自陣内で3回以内の返球	○簡易ゲームⅡ ・3対3 キャッチなし 自陣内で3回以内の返球
		○整理運動 ○本時の振り返り ・先生と仲間からの助言の確認 ・本時の気づきを確認 ○学習カード記入 ○片付け ○安全・健康確認 ○あいさつ			
技能		ボールや相手に正対すること		ボールのとらえ方	
態度	健康安全に留意すること 分担した役割を果たすこと		仲間と協力しながら積極的に練習すること		
知識・思考・判断	【知】特性、成り立ち	【知】技の名称や行い方	【思・判】運動の行い方のポイントを見つける		
関		①学習カード		②観察 学習カード	
思			①学習カード	①学習カード	
技			①観察		
知	②観察 学習カード	①観察 学習カード			

時間	5	6	7	8
指導のねらい	<p>○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。</p> <p>○自分のコートに空いた場所をつくらないように定位置に戻ることができる。</p> <p>○相手のコートの空いた場所を狙うことができる。</p>			
学習の流れ	○あいさつ ○健康確認 ○本時の課題確認 ○施設等の安全点検 ○ストレッチ			
	<p>○簡易ゲームⅠ（チーム対抗）</p> <p>・4対4 守備重視ゲーム</p> <p>→姿勢を意識する</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><中心的なルール></p> <p>コートを狭くする</p> <p>返球回数を増やす</p> <p><分析>待機生徒</p> </div>	<p>○簡易ゲームⅠ（チーム対抗）</p> <p>・4対4 攻撃重視ゲーム</p> <p>→空いた場所を狙う</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><中心的なルール></p> <p>コートを広くする</p> <p>1本目キャッチ可</p> <p><分析>待機生徒</p> </div>	<p>○簡易ゲームⅠ</p> <p>・2対4（チーム内）</p> <p>（バドミントンコート）</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>守備攻撃ゲーム</p> </div> <p>チームの課題を確認しながら練習する。</p> <p>守備→定位置への動き</p> <p>攻撃→空いている場所</p> <p>分析 待機班</p>	<p>○簡易ゲームⅠ</p> <p>・2対4（チーム内）</p> <p>（バレーボールコート）</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>守備攻撃ゲーム</p> </div> <p>チームの課題を確認しながら練習する。</p> <p>守備→定位置への動き</p> <p>攻撃→空いている場所</p> <p>分析 待機班</p>
	○ねらいに応じた動きの確認	○ねらいに応じた動きの確認	○ねらいに応じた動きの確認	○ねらいに応じた動きの確認
	<p>○簡易ゲームⅡ</p> <p>・4対4</p> <p>（空いた場所を作らないことを意識）</p> <p>・分析 待機生徒</p> <p>①ボールの動き</p> <p>②ボールを持たない生徒の動き</p>	<p>○簡易ゲームⅡ</p> <p>・4対4 攻撃重視ゲーム</p> <p>分析を生かした攻撃</p>	<p>○簡易ゲームⅡ</p> <p>・2対4</p> <p>分析を生かしてゲームを行う。</p>	<p>○簡易ゲームⅡ</p> <p>・2対4</p> <p>分析を生かしてゲームを行う。</p>
	<p>○整理運動</p> <p>○本時の振り返り</p> <p>・先生と仲間からの助言の確認 ・チームの分析確認</p> <p>○学習カード記入 ○片付け ○安全・健康確認 ○あいさつ</p>			
指導内容	技能	定位置に戻り次の動きや攻撃に備えること		仲間と連携した動き方
	態度	課題解決や作戦などの話し合いに参加すること		仲間の学習を援助したり課題解決に向けて仲間に助言したりすること
	知識	【知】バレーボールに関連する体力		【知】技術の名称や行い方
	思考・判断	【思・判】学習課題への取り組み方 分担した役割に応じた協力の仕方		
関	④観察 学習カード	④観察 学習カード		
思	②学習カード	③学習カード	③学習カード	③学習カード
技	②観察		③観察	③観察
知	②学習カード			

時間	9	10	11	12
指導のねらい	<input type="checkbox"/> 自分のコートに空いた場所を作らないことや相手のコートの開いた場所を攻撃することを意識し、ラリーを楽しむことができる。 <input type="checkbox"/> ボールの動きをとらえ仲間と連携した動きができる。 <input type="checkbox"/> 審判法を身につけ公正に試合を運営することができる。			
学習の流れ	<input type="checkbox"/> あいさつ <input type="checkbox"/> 健康確認 <input type="checkbox"/> 本時の課題確認 <input type="checkbox"/> 施設等の安全点検 <input type="checkbox"/> ストレッチ			
	<input type="checkbox"/> 試しのゲーム ・6対6 5分間×3 クラス内対抗戦 ・待機チーム 分析 ①ボールの動き ②ボールを持っていない生徒の動き	<input type="checkbox"/> リーグ戦 6対6 5分間 待機チームが審判		
	<input type="checkbox"/> ねらいに応じた動きの確認 ・分析結果からチームの動きを振り返る ・後半の動きのねらいを確認			
	<input type="checkbox"/> 試しのゲーム ・6対6 5分間×3 クラス内対抗戦 ・待機チーム 分析 ①ボールの動き ②ボールを持っていない生徒の動き			
	<input type="checkbox"/> 整理運動 <input type="checkbox"/> 本時の振り返り ・先生と仲間からの助言の確認 ・チームの分析確認 <input type="checkbox"/> 次回の作戦確認			
<input type="checkbox"/> 学習カード記入 <input type="checkbox"/> 片付け <input type="checkbox"/> 安全・健康確認 <input type="checkbox"/> あいさつ				
指導内容	技能	仲間と連携した動き方		
	態度	フェアな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 健康・安全に気を配ること		
	知識 思考 ・ 判断	【知】球技の特性や成り立ち		
		【思・判】自己やチームの課題を見つけること 分担した役割に応じた協力の仕方を見つけること		
関	③観察	①観察 学習カード	④観察 学習カード	
思		①観察 学習カード		①観察 学習カード
技	④観察			④観察
知	①学習カード		①学習カード	③学習カード

6. 本時の学習 (12時間中の7時間目)

本時のねらい

- 自分のコートに空いた場所をつくらないように定位置に戻ることができる。
- 相手のコートの空いた場所を狙うことができる。
- 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つけるための運動の行い方のポイントを見つけようとしている。

過程	学習内容と活動	教師の指導・支援	評価
はじめ 5分	<ul style="list-style-type: none"> ○整列、あいさつ、出席確認 ○健康・安全確認 ○本時のねらいと学習の流れ確認 ○ストレッチ 	<ul style="list-style-type: none"> *健康・安全確認を行う。 *学習の見通しを持ち、ねらいを明確にさせる。 *ストレッチの動作の意味を理解させながら行う。 	
なか 40分	<ul style="list-style-type: none"> ○簡易ゲームⅠ <ul style="list-style-type: none"> ・1ゲーム3分×4回 ・守備チームの投げ入れからスタートする。 ・1ゲームごとに課題を確認し、場所を交代する。 ○振り返り <ul style="list-style-type: none"> ・本時のねらいを再確認する。 ・分析記録より前半の動きの振り返り、後半の動きの確認をする。 ○簡易ゲームⅡ <ul style="list-style-type: none"> ・振り返りをもとにゲームを行う。 	<p><守備> 「ボールの正面でキャッチしよう」 「空いている所を作らないようにお互い声をかけよう」</p> <p><攻撃> 「空いている場所を見つけよう」 「ねらいたい方向に体をむけよう」</p> <ul style="list-style-type: none"> *振り返りのポイント・本時のねらいを再度確認する。 *ねらいやポイントに沿って話し合い活動を行わせる。 *前半の振り返りのポイントを1ゲームごとの確認場面で確認させる。 	<p>技③ <観察></p> <p>技③ <観察></p>
まとめ 5分	<ul style="list-style-type: none"> ○健康・安全確認 ○本時のまとめ <ul style="list-style-type: none"> ・学習カードの記入 ・全体での振り返り ○整列、次時の連絡、あいさつ 	<ul style="list-style-type: none"> *生徒の健康状態を確認する。 *学習ノートで各自振り返り 	<p>思②③ <学習ノート></p>

バレーボール

学習カード⑦


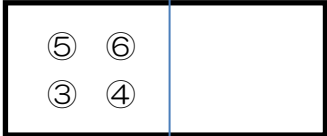
2年 組 番号 名前 ()

平成26年 月 日

☆健康・安全確認☆

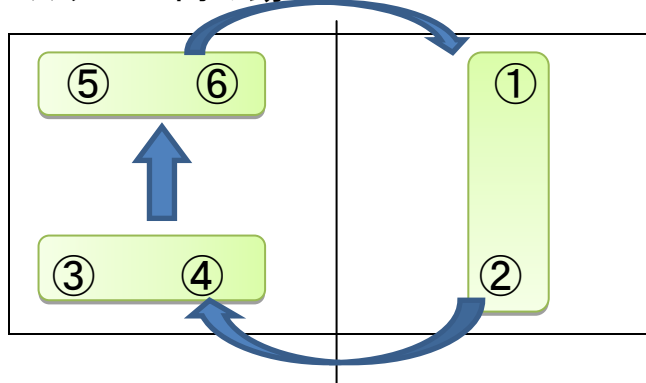
名前						
体調確認 (良○ 不良× けが△)						
爪 (○ ×)						
みんなと協力して話し合いができた (◎・○・△・×)						
本時のねらい	① _____					
	② _____					

☆授業の流れ☆

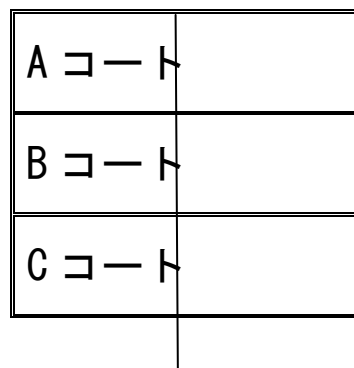
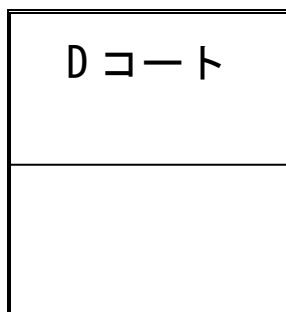
時間	内容		
14:00	○あいさつ ○健康確認 ○本時の課題確認 ○施設等の安全点検 ○ストレッチ		
14:35	簡易ゲームⅠ 守備・攻撃ゲーム チームの課題を解決しよう！【守備・攻撃】 待機班は他チームの分析 1試合4分 守備コートから下手投げでボールを入れる		
	守備 定位置の動きを身につけよう！  <ul style="list-style-type: none"> ・キャッチしたら・・・1点 ・レシーブしたら・・・2点 ・はじくプレーで返球・・・3点 	攻撃 空いている場所を狙おう！  <ul style="list-style-type: none"> ・相手コートに落とせたら・・・1点 	
	<分析について> 分析班は自分のクラスの班を分析する。点数も確認する。 ゼッケン番号①～③はAコート、Cコート ゼッケン番号④～⑥はBコート、Dコート		
14:50	簡易ゲームⅠ 振り返り		
	前半の動き	できた	できなかった
	(全) ボールに正対することが・・・		
	(全) 味方が操作しやすいボールをパスすることが・・・		
	(前) 仲間に助言しながらゲームを進めることが・・・		
	(守) 定位置を意識して守備することが・・・		
	(攻) 空いている場所を狙うことが・・・		
	～気づいたこと・先生や仲間からのアドバイス～		
	～分析結果～	～後半でのチームの課題～	

時間	内容		
14:55	簡易ゲームⅡ 守備重視・攻撃重視ゲーム チームの課題を解決しよう! 【守備・攻撃】 ◎ルール 簡易ゲームⅠと同じ 1試合4分 守備コートから下手投げでボールを入れる		
15:15	簡易ゲームⅡ 振り返り		
	後半の動き		
	(全) ボールに正対することが・・・	できた	できなかった
	(全) 味方が操作しやすいボールをパスすることが・・・		
	(全) 仲間に助言しながらゲームを進めることが・・・		
	(全) 前半の振り返りを意識して練習することが・・・		
	(守) 定位置を意識して守備することが・・・		
	(攻) 空いている場所を狙うことが・・・		
	～先生や仲間からのアドバイス～		
15:20	～気づいたこと～	次回への課題	

☆チーム内の動き



☆練習コート



簡易ゲームⅠ

	A	B	分析	C	D	分析
1	2班	3班	1班	5班	6班	4班
2	1班	2班	3班	4班	5班	6班
3	3班	1班	2班	6班	4班	5班

簡易ゲームⅡ

	A	B	分析	C	D	分析
1	5班	6班	4班	2班	3班	1班
2	4班	5班	6班	1班	2班	3班
3	6班	4班	5班	3班	1班	2班

記録分析用紙<守備>

担当チーム

班

簡易ゲームⅠ・Ⅱ-1・2・3

分析者【 】

	1	2	3	4	5	6	7	8
①キャッチ								
②レシーブ								
③返球								
④触らず自コート 落ちた								
⑤返球されなかった								
触った人チェック 落ちた場所 ●	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○
	9	10	11	12	13	14	15	16
①キャッチ								
②レシーブ								
③返球								
④触らず自コート 落ちた								
⑤返球されなかった								
触った人チェック 落ちた場所 ●	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○
	17	18	19	20	21	22	23	24
①キャッチ								
②レシーブ								
③返球								
④触らず自コート 落ちた								
⑤返球されなかった								
触った人チェック 落ちた場所 ●	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○

結果

(攻撃)

対

(守備)

班 記録分析用紙<攻撃>

担当チーム

班

簡易ゲーム1・11-1・2・3 分析者【

】

	1	2	3	4	5	6	7	8
返球数 (返球出来なかった場 合は×)								
守備コートに返球 した人チェック	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○
アンダーハンド オーバーハンド								
片手 ネットより上 ネットより下								
	9	10	11	12	13	14	15	16
返球数 (返球出来なかった場 合は×)								
守備コートに返球 した人チェック	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○
アンダーハンド オーバーハンド								
片手 ネットより上 ネットより下								
	17	18	19	20	21	22	23	24
返球数 (返球出来なかった場 合は×)								
守備コートに返球 した人チェック	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○
アンダーハンド オーバーハンド								
片手 ネットより上 ネットより下								

結果

点

対

点

(攻撃)

(守備)

①～⑤の該当したところにチェックをする

析用紙<守備>

担当チーム

班

SAMPLE

簡易

- 1・2・3

	1	2	3	4	5	6	7	8
①キャッチ	レ						レ	
②レシーブ			レ					
③返球		レ				レ		
④触らず守備コート落ちた				レ				レ
⑤返球されなかった					レ			
触った人チェック 落ちた場所 ●	① ②	① ②	① ②	① ②	① ②	① ②	① ②	① ②
		10	11	12	13	14	15	16
キャッチ								
レシーブ			レ	レ			レ	
返球								レ
触らず自コート落ちた	レ	レ			レ			
⑤返球されなかった						レ		
触った人チェック 落ちた場所 ●	① ②	① ②	① ②	① ②	① ②	① ②	① ②	① ②

ゼッケン番号を記入する

結果

点

対

点

(攻撃)

(守備)

班 記録分析用紙<攻撃>

担当チーム

班

SAMPLE簡易ゲーム1・11-1・2・3 分析者【 】

	1	2	3	4	5	6	7	8
返球数 <small>(返球出来なかった場合は×)</small>		1	3	3	×	2	4	2
<small>ゼッケン番号を記入する。</small>								
守備コートに返球した人チェック	⑥✓ ④ ⑤ ③	⑥ ④ ⑤ ✓	⑥ ④ ⑤ ✓	⑥ ④ ⑤ ③	⑥ ④ ⑤ ③	⑥ ④ ⑤ ③	⑥ ④ ⑤ ③	⑥ ④ ⑤ ③
アンダーハンド オーバーハンド	レ	レ	レ	レ			レ	
片手 ネットより上 ネットより下						レ		レ
		10	11	12	13	14	15	16
返球数 <small>(返球出来なかった場合は×)</small>		3	1	1	3	×	1	2
<small>返球した時の技能をチェックする</small>								
守備コートに返球した人チェック	⑥ ④ ⑤ ③	⑥ ④ ⑤ ③	⑥ ④ ⑤ ③	⑥ ④ ⑤ ③	⑥ ④ ⑤ ③	⑥ ④ ⑤ ③	⑥ ④ ⑤ ③	⑥ ④ ⑤ ③
アンダーハンド オーバーハンド	レ		レ	レ			レ	レ
片手 ネットより上 ネットより下		レ			レ			

結果

点 対

点

(攻撃)

(守備)