

## 第2学年 保健体育科学習指導案

### 1 単元名 E「球技」 ネット型 バレーボール

日 時	平成29年10月31日(火)	第5校時
学 級	2年1・2組 (男子33名)	
場 所	体育館2F	
授業者	内藤 雄輝	

### 2 指導の立場

#### (1)単元・題材について

##### 【○ 運動の側面】

バレーボールは、ネットを挟んで相対し、空中にあるボールを「落とす～落とさない」とやりとりする競技である。ゲームでは、味方コートボールをなんとかつかないで、相手コートに落とそうとする。それに対して相手も落とさないようにボールを拾い、攻めに転じようとする。このようなやりとりをうまくすることがバレーボールの学習課題であり、面白さであると言える。したがってバレーボールは、このやりとり「ラリー」の姿をゲームの様相として発展的にとらえ、指導にあたることが大切である。

生徒は、この第2学年でほぼ初めてバレーボールを学習する。本学年については、バレーボール学習の中学校での出口として、第3学年で「3段攻撃が多いゲームができる」を想定している。よって、この第2学年では、ボール操作としてオーバーハンドパス、アンダーハンドパス、アンダーハンドサーブなどの基底技能を身に付けさせ、ゲームの様相として「3本返球で整えて攻めるゲームができることを目標とする。

##### 【● 集団の側面】

第2学年では、「球技に積極的に取り組むとともに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などや、健康・安全に気を配ることができるようにする。」ことをねらいとしている。バレーボールは複数のメンバーで構成されるため、お互いの気持ちを揃えたり、動きを約束しあったりしなければうまくゲームが展開できない。つまり集団のまとまりが強く要求される運動である。だからこそ、グループ練習での励まし合いや教え合いを大切に、安全に気を付けながら活動ができ、仲間の頑張りや伸びを認め合いながら共に高まり合える温かな学習集団を目指したい。

#### (2)生徒の実態について

事前アンケートを行った結果、以下の回答が挙げられた。

設 問	回答(対象33名 欠席1名) ( )内の数字は人数
バレーボールは好きですか？	好き( 10 ) 嫌い( 21 )
◇理由	【好き】楽しい、うまくできた時が気持ちいい、アニメをみて凄いなと思った みんなで喜びも悔しさも共有できる 【嫌い】やったことがない、球技が苦手、痛い、仲間に迷惑がかかる、 難しい、楽しくない、うまくできない
授業で大切にしたいこと	失敗を責めない、声かけ、素早く動く、笑顔、ひたむきに練習する、呼びかけ アドバイス、楽しむ、マイナス発言をしない、協力、教え合い、明るい空気

##### 【○ 運動の側面】

生徒は、1年生の時に2時間だけバレーボールの学習をしているが、保健体育の授業として、本格的に学習するのは、この2年生からである。また、本校には男子バレーボール部もないため、ほとんどの生徒がバレーボールの技能が身につけていない。さらに、アンケートの結果から、半分以上の生徒がバレーボールを嫌っている現状であることがわかった。その理由として、「痛い」「失敗すると迷惑がかかる」「難しい」といった思いを抱いていることが分かった。

しかし、好きな生徒と嫌いな生徒のいずれも「頑張りたい」「楽しくやりたい」「仲間と声をかけあって明るい雰囲気で行いたい」など、授業に対して意欲的であることがわかった。

##### 【● 集団の側面】

1学期に同じE「球技」のソフトボールの単元を学習した。

##### 《良い面》

- ◇ 素早く集合し、自分たちで道具を準備して素早く授業に入ろうという姿があった。
- ◇ ルールを守り、周りに声をかけてから始めるなど、安全に気をつけて行う姿があった。
- ◇ 課題解決に向け、仲間や教師の言葉に対し素直に耳を傾け、取り組もうとする生徒が多い。

《課題面》

◆次の活動を見通して、行動する力が弱い。

**(3) 指導にあたって**

本単元では、基本技能（オーバーハンドパス、アンダーハンドパス、アンダーハンドサービス）を身につけて、3本で整えて攻めるゲームができることをねらいとする。

そのために、まずは基本技能であるオーバーハンドパス、アンダーハンドパス、アンダーハンドサービスを確実に身につける。基本技能を身につけた上で、3本返球の流れ（レシーブ、トス、返球）を学習していく。本単元では、基本技能を用いて3本で整えて攻めるゲームができるようになるために、高いボールをつなぐことや、カバーし合うことをポイントにしなが、ら、「すばやく入ることがボールを高く上げることにつながるんだな」といった生徒たちの気付きを大切にしていきたい。

本時（第9時）では、前時のゲームの返球率と勝敗から、1本目を高く上げることで2本目・3本目もつなぎやすくなる」という気付きから、さらに3本返球率を高くしていくために、2本目のトスを高く上げることにこだわる。

**3 研究主題「できる・分かる喜びを自信に変えて学び続ける生徒の育成」とのかかわり**

**【研究内容1】 終末の10分の持ち方を工夫する**

《保健体育科 終末の持ち方》

□グループ反省会、全体反省会の位置付け

**【課題の達成度を確認 ⇒ できたことの価値付けとできていないことの明確化 ⇒ 次時の課題づくり】**

グループ反省会において、「1本目をセッターに山なりに上げることができたか?」「3本目が返球しやすい2本目（トス）を前衛に上げることができたか」「3本返球率は前時と比べてどうなったか」を確認する。

グループで検討したことを、全体反省会で確認する。「高いボールをつなぐことによって、返球率が上がった」といった成果を価値付け、「ゲームになると高く上げることが難しい」といった課題の意見を次回の課題として取り上げる。できた生徒に対しては自信をもって次回も取り組むことを大切に、うまくできなかった生徒がいた場合は「ここを意識して、もう少し練習すればできるようになる」と、次時の授業の見通しをもてるようにする。

**【研究内容2】 できた・分かったと生徒が実感できる教師の働きかけを工夫する。**

**《「2本目（トス）を前衛に高く上げることができた」と実感できるようにするための手立て》**

**【動きを明確化する。】**

本時は3本目を相手コートに返球しやすいように、2本目（トス）を前衛に高く上げることが課題である。1本目「前衛中央（セッター）へ上げる」→2本目「前衛の頭上1.5mに上げる」→3本目「相手コートに返球する」という動きを生徒が意識しやすくするため、前半練習では1本目をなくして2本目のトスを前衛に高く上げることに集中させる。2本目を前衛に高く上げることに集中した上で、サーブからの3本返球の練習を行う。スモールステップで段階を追って練習を行うことによって、本時身につけたい技術を何回も反復して練習してからゲームに入るようにすることによって、自信をもって取り組めるようにする。

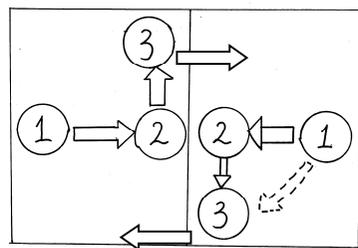
4 単元指導計画 2年生男子「バレーボール」 (全15時間)

単元目標 ○基本技能(オーバーハンドパス, アンダーハンドパス, アンダーハンドサービス)を身につけて, 3本で整えて攻めるゲームができる。

●お互いの動きを見ながら, 励ましあったり, 教えあったりすることを通して, 共に高まり合える仲間をめざす。

時	学 習 内 容		学 習 活 動	教 師 の 指 導 ・ 援 助		
	運動の側面	集団の側面	運動の側面・集団の側面	運動の側面	集団の側面	
計 画	1	<p>【刈エーション】</p> <p>○めざす運動の姿を理解できる。</p>	<p>●めざす集団の姿を理解できる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学習カードや示範・VTR等から単元全体の流れを知り, 見通しを持つ。</li> <li>・運動の側面・集団の側面における目標, めざす仲間の姿を決める。</li> </ul> <p>&lt;役割&gt; L(リガー), PO(技能面), MO(態度面), 記録係, ゼッケン係, 集配係</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・1グループ5, 6人×6グループ</li> <li>・リーダー選出, グループ決め</li> <li>・アンケートの実施。</li> <li>・1時間の流れ・約束事を確認する。</li> </ul>	<p>○学習カードや示範・映像等により, めざす姿を具体的に示し, 学習目標を明確につかませる。</p> <p>○アンケートをとり, 生徒の実態を把握する。</p>	<p>●めざす仲間の姿を具体的に語り, イメージさせる。</p>
	2 3	<p>【オーバーハンドパス】</p> <p>○オーバーハンドパスを身につけ, 相手コートに返すゲームができる。</p>	<p>●リガーの指示でまとまって素早く活動できる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・全員で声を出して取り組むことにこだわる。</li> </ul>	<p>○オーバーハンドパス</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ボールをとらえる位置→ボールの真下に入り, おでこの上でキャッチ</li> <li>・腕の使い方→肘を曲げて親指, 人差し指, 中指の三本でボールに触れ, 受け止める。そのあと,</li> </ul> <p>●パスをするとき全員が大きな声で数を数える。</p> <p>〈ドリル学習〉</p>	<p>○オーバーハンドパスの技術ポイントを示範する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・「ボールの下に入る」という意識を持つ。うまく返球できない生徒には, おでこの上でキャッチできるようにする。</li> </ul>	<p>●まとまって学習できているグループを褒め, リガーの役割の果たしぶりをつけて全体会で価値付ける。</p>
	4 5	<p>【アンダーハンドパス】</p> <p>○アンダーハンドパスを身に付け, 連絡し合って確実に相手コートに返すゲームができる。</p>	<p>●お互いの動きを見て, 励ましあったり, 教えあったりできる仲間になる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・積極的に取り組むことができない仲間に, 励ましの声をかけることができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手首を使う練習→2人1組となり, 相手が押さえ込んでいるボールを, 押し返す。</li> <li>・ボールの下に入る練習→「1・2・3」の3で, 相手が投げたボールの真下に入っておでこの上でキャッチする。</li> <li>・キャッチして返球する練習→一回おでこの上でキャッチしてから相手に返す。</li> </ul> <p>●「ナイス」「今のボールの上げ方よかったよ」「もう少し足を前に出して, ボールの下に入るとうまくいくよ」など, 励ましたり, 教えあったりする声を大切にしながら活動する。</p>	<p>○アンダーハンドパスの技術ポイントを示範する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・使い分けが上手くできない生徒には, オーバーハンドパスのみで続けさせて, オーバーハンドパスで返球しづらい時に, 「そこでアンダーハンドパスを使うんだよ」と, 指導する。</li> </ul>	<p>●みんなで励ましの声をかけ合い雰囲気盛り上げることが, 技能の向上に大きく関わることを説明し, 一人一人が声を出すように促していく。</p> <p>●全員が公正公平な審判ができるように審判の仕方を確認する。</p>
基 礎 技 能 の 習 得	6	<p>【アンダーサーブ】</p> <p>○アンダーサーブからのレシーブを連絡し合って, 確実に相手コートに返すゲームができる。</p>	<p>●お互いの動きを見て, 励ましあったり, 教えあったりできる仲間になる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・上手くできない仲間に, 丁寧に教えることができる。</li> </ul>	<p>○アンダーハンドパス→技術ポイントの確認</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・二人一組となり, 相手が投げたボールをアンダーハンドパスで確実に返す練習。</li> <li>⇒膝(足)を使って, ボールを「打つ」のではなく, 「運ぶ」イメージで行う。</li> </ul> <p>○アンダーサーブ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・各グループミニコートを使って, 半分に分かれて, 交互に相手コートにいる仲間にパスを出す。</li> </ul>	<p>○アンダーサーブの技術ポイントを示範する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ボールが上手く飛ばない生徒には, 打つポイントが高くなっていることが予想されるので, 投げずに低い位置で捉えることを確認する。</li> </ul>	<p>●技術ポイントを意識した具体的なアドバイスができていない生徒を紹介し, 価値付ける。</p> <p>●失敗したとき「ドンマイ」「次決めよう」など, プラスの声掛けができていない姿を価値付ける。</p>

7 8	<p><b>【サーブレシーブ】</b> ○1本目を前衛中央（セッター）に山なりに上げて、3本で整えて返すゲームができる。</p>	<p>●アドバイスや励まし合いの声を積極的にかけ合える仲間になる。 ・リーグ戦に向けて、相手に勝つことができるように声をかけ合うことができる。</p>	<p>○サーブレシーブの動きを理解する。 <b>【技術ポイント】</b> ・ボールの正面に入る。 ・返球する時に、おへそを前衛中央に向ける。 ・返球しない周りの生徒は、ボールが前衛にあがらなくても3本で返球できるようにおへそを返球する生徒にむける。</p>	<p>○1本目を高く上げることが難しい場合、周りのカバーに入った生徒がもう一度高く上げることを促す。</p>	<p>●ゲームで勝てるように積極的に声かけやアドバイスができているグループを紹介し、価値付ける。 ・仲間のよい姿を取り入れながら練習に励む生徒を紹介する。</p>
	<p><b>【トス】</b> ○3本目で返球しやすいように2本目（トス）を前衛に上げ、3本返球の多いゲームができる。</p>	<p>●アドバイスや励まし合いの声を積極的にかけ合える仲間になる。 ・リーグ戦に向けて、相手に勝つことができるように声をかけ合うことができる。</p>	<p>○セッターの動きを理解する。 ・素早くボールの真下に入る。 ・可能な限り、オーバーハンドパスを使う。 ・1本目のボールが来た方の前衛に、高いボール（頭上1.5mくらい）をあげる。</p> <p><b>【練習方法】</b> ①両手下投げでセッターへ ②オーバーハンドパスで高く山なりに上げる ③オーバーハンドパスで相手コートへ返球</p>	<p>○ボールがうまくつながらないグループに対しては、まず高く上げることを大切にして、ボールの下に素早く入ろうとすることを大切にすることを促す。</p>	<p>●ゲームで勝てるように積極的に声かけやアドバイスができているグループを紹介し、価値付ける。 ・仲間のよい姿を取り入れながら練習に励む生徒を紹介する。</p>
	<p><b>【カバー】</b> ○カバーし合って、3本で整えて攻めるゲームができる。</p>	<p>●共に高まり合える仲間になる。 ・リーグ戦に向けて、相手に勝つことができるように声をかけ合うことができる。</p>	<p>○カバーの動きを理解する。 <b>【カバーの動き】</b> ・1本目を返そうとしているプレイヤーの周りを囲む。 ⇒おへそを向ける</p>	<p>○カバーの動きができていないグループには、構えの姿勢ができていないか、1歩目を踏みだそうとしているか、どこにボールが落ちてくるか声をかけあっているか、原因を考えるように促す。</p>	<p>●ゲームで勝てるように積極的に声かけやアドバイスができているグループを紹介し、価値付ける。 ・仲間のよい姿を取り入れながら練習に励む生徒を紹介する。</p>
	<p><b>【リーグ戦】</b> ○基本技能を身につけて、3本で整えて攻めるゲームができる。</p>	<p>●お互いの動きを見ながら、励まし合ったり、教え合ったりすることを通して、共に高まり合える仲間をめざす。</p>	<p>○ミニコートで3対3に別れて、落とさないように3本で返し合うゲーム ・審判や記録のやり方、ゲームの流れを理解する。</p> <p>□リーグ戦 ・15点×5試合 ・2コートに分かれて行う。 ・余ったチームで審判・記録を行う。</p>	<p>○真剣に試合に取り組む姿や、練習の成果を積極的に発揮する姿を価値付ける。</p>	<p>●リーグ戦で仲間の頑張りや、練習の成果を積極的に認め合うことができている姿を価値付ける。 ●全員が公正公平な審判ができるように審判の仕方やルールを確認する。</p>
10 11	<p><b>【反省会】</b> ○リーグ戦の結果や学習の足跡をもとに振り返ることができる。</p>	<p>●めざす仲間の姿になることができたか振り返ることができる。</p>	<p>○反省会 ☆リーグ戦の結果から振り返る。☆課題達成度から振り返る。 ・自分の役割を果たすことができたか。 ・めざす運動の姿、仲間の姿になることができたか。</p>	<p>○リーグ戦を通して、個人の頑張りや技能の伸びを認め、価値付ける。 ○グループとしての頑張り、よさを紹介し、認め、価値付ける。</p>	<p>●仲間の頑張りや伸びを認め合えた姿や、励まし合い、教え合えた姿、グループの成長した点を、具体的な事実を通して全体の場で認め、価値付ける。</p>
12 13 14					
15					



5 本時のねらい（運動）○1本目を山なりでセッターに上げ、セッターは、3本目を返球しやすい2本目（トス）を前衛に上げ、3本返球の多いゲームができる。  
 （集団）●お互いの動きを見ながら積極的にアドバイスや励ましの声を掛け合うことができる仲間を目指す。

6 本時の展開（本時の位置 9 / 15）

		学習内容		学習活動		教師の指導・援助	
		○運動の側面	●集団の側面	運動・集団		○運動の側面	●集団の側面
つかむ	計画会	<p>◆リーダーが中心となって、グループでそろって準備体操・ドリル学習を行う。                      ・本時の課題をつかむ</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>○3本目が返球しやすい、2本目（トス）を前衛に上げよう。                      ●お互いの動きを見ながら、励まし合ったり教え合ったりできる仲間になろう。</p> </div> <p>【初めの意識】                      ・1本目に上がってきたボールを、技術ポイントを意識してトスができるように頑張るぞ！</p> <p>○示範と資料提示から技術ポイントをつかむことができる。                      ●前時の振り返りから、練習の中で、お互いの動きを見ながら具体的なアドバイスができていた姿を紹介する。</p>		<p>・（準備がある班は準備）体育館2周、準備体操、ドリル学習                      ⇒リーダーが中心となって、グループ全員がすばやく準備体操ができるようにする。</p> <p>①〈全体計画会〉                      ・前時の試合の返球率を振り返る。                      【発問1】3本返球率を上げるためには、どんな動きが必要だろうか？                      ⇒1本目を山なりで、セッターに上げる。                      ⇒3本目を返球しやすいように2本目を上げる。                      【発問2】2本目でどのようなボールをどこに上げると3本が返球しやすいのか。                      ⇒高いボールを前衛に上げる。</p> <p>○本時の課題の確認、練習方法の理解、安全面の確認、技術ポイントをつかむ。</p> <p>②〈グループ計画会〉                      ・リーダーが進行を行い、課題を達成するための技能面と集団面（安全面）の大切にするポイントを確認する。</p>		<p>・コートの準備・準備体操・ドリル学習がすばやくできるように声をかける。また、ドリル学習がすばやくできているグループを価値付ける。                      ①前時から、本時の課題につなげる。                      【発問1～2】                      返球率の高さと、試合の勝ち負けに注目させ、なぜ返球率が高いのかを考える。意見が出ないようであれば、前時の学習で大切にしてきたこと（サーブレシーブを高く上げる）を確認し、本時は3本目を返球しやすくするための2本目をあげる練習であることを確認する。</p> <p>●前時の振り返りから、練習の中で、お互いの動きを見ながら励まし合ったり、教え合ったりできていた姿を紹介し、仲間とのよい関わり合い方を確認する。</p>	
		前半練習	<p>〈前半練習〉                      投げ入れ練習                      ・相手コート奥の奥をねらう。</p> <p>【練習終了時の意識】                      ・2本目を高く上げるためには、まずボールの真下に入る事が重要だ。何回も練習して3本目が返ししやすい2本目を上げるぞ。</p> <p>〈中間研究会〉                      ○グループ練習を振り返り、特につまづきが見られる動きや再度押さえておきたい技能ポイントを確認し、ゲームにつなげる。</p>	<p>●励ましの声「ナイス」「いいよ」「ドンマイ」などの声をかけ合いながら学習を進める。</p> <p>●やり方が分からない仲間に丁寧に教えることができる。</p> <p>●お互いの動きを見ながら、アドバイスをし合う。</p> <p>●前半練習でかけ合えたアドバイスを確認し、ゲームにつなげる。</p>	<p>【本時の技術ポイント：セッターの動き】                      ①素早くボールの真下に入る。                      ②可能な限り、オーバーハンドパスを使う。                      ③1本目のボールが来た方の前衛に、高いボール（頭上1.5mくらい）をあげる。</p> <p>③〈ミニコートでのグループ練習〉                      (1) 1本目をセッターに山なりで投げてからの2本目…返球しやすいトスを前衛に上げる。                      (2) サーブからの1本目…山なりのボールをセッターへ上げる。2本目…返球しやすいトスを前衛に上げる。                      ●Lはスムーズに練習を進めることができるように指示を出す。POは技術ポイントを意識して練習に取り組むことが出来ているかを確認する。うまく出来ている仲間には「ナイス！」「その調子！」うまくできない仲間には、「もっと早く真下に入るといいよ」「そこは真下じゃないよ」「もっとひじかくするといいよ！」</p>	<p>③上手くできない生徒に声をかけ、一緒に技術ポイントを確認しながら練習する。                      ○動画を撮影し、動きや上達を確認できるようにする。</p> <p>③声が少ないグループのLやMOに失敗しても、「ドンマイ」「大丈夫」と明るい雰囲気練習できるようにさせ</p> <p>【研究2】                      (1) レシーブを省略しての3本返球                      ・2本目（トス）をオーバーで高く上げることができるよう、ボールの真下にすばやく入ることを意識付けする。                      (2) サーブからの3本返球                      ・中央にボールが来るとは限らないので、いつでも動けるように低い姿勢で構えておく。2本目（トス）を上げる時に、「オーバーで」「ooに上げて」など3本返球につなげるための声を積極的に掛け合うように指導する。</p>	
ふかめる	中間研究会						

	評価	<p><b>【ゲーム】</b> ○練習の成果を発揮する。 ・2本目（トス）を前衛に高く上げて3本目で確実に相手コートに返球するゲームができる。</p>	<p>●動きに関わる声（「すばやく」「オーバー」）や励ましの声（「ナイス」「ドンマイ」）の声を掛け合う。 ●安全面に気を付けながら、声を掛け合い、真剣に取り組む。</p>	<p>④〈中間研究会〉【約束練習からゲームへ】 ・うまくできている姿の紹介と、ゲームの流れを確認する。</p> <p>⑤【ゲーム】 ・2コートに分かれて行う。 ・5分×3試合 ・余ったチームは審判、ゲーム記録</p> <p>●安全に、スムーズにゲームを4行うことができるように、LやMOを中心に声をかけあって活動する。</p>	<p><b>【研究1】</b> ⑥以下の事をグループで確認する。 ・1本目をセッターに山なりに上げることができたか。 ・3本目が返球しやすいトスを前衛に上げることができたか。 ・3本返球率は前時と比べてどうなったか。 ・どんな問題（課題）があるか。 ⑦全体で確認する。 ・上達した姿や、仲間との関わり方、課題の達成度、問題点について確かめ合い、次時の課題につなげる。</p>
まとめる	反省会	<p><b>【グループ反省会】</b> ○3本目を返球しやすい2本目（トス）を上げることができたか、グループで検討する。</p> <p><b>【全体反省会】</b> <b>【終わりの意識】</b> 仲間が返球しやすいパスを出すと、3本返球率を上げることができるな。もっと安定したパスでつなげていけるようにしよう。</p>	<p>●お互いの動きを見ながら積極的にアドバイスや励ましの声を掛け合う仲間をめざせたか振り返る。</p>	<p>⑥〈グループ反省会〉 ・練習やゲーム、記録から成果と課題を振り返る。</p> <p>⑦〈全体反省会〉 ・課題の達成度を確認し、次時の課題をつかむ。</p>	<p><b>【評価規準】</b> ○3本目を返球しやすい2本目（トス）を上げることができたか。<b>【技能】</b> ●積極的にアドバイスや励ましの声を掛け合うことができたか。<b>【集団】</b> ◇学習カード、練習の巡視、ゲームの巡視、ゲーム記録</p>