保健体育科学習指導案

実　施　日　　平成２２年１０月２０日
授業クラス　　２年２，３組（男子）
授　業　者　　崎　秀夫

１　単元名　　バレーボール

２　単元設定の理由

ネットで仕切られていて相手の妨害が入らないので、防御から攻撃まで落ち着いて組み立てることができる。練習やゲームを通して、チームとしてのフォーメーションを考えるなど、協力し合う社会的態度を育成する。相手からのいろいろな返球に対して、より効果的な返球をすることで、敏捷性・調整力・筋力などの総合的体力や、状況を見極める判断力を培う。

３　単元の指導目標

（１）自分の技能を向上させ、三段攻撃を使ったゲームができるようにする。
（２）チームで協力してゲームができるようにする。
（３）自分やチームの課題に気付き、その課題解決のための練習やチームの作戦等を工夫してゲームで活かせるようにする。

4　単元の指導計画（14時間扱い）

１時間目　オリエンテーション
２～　４時間目　今持っている技能を使って簡易ゲームを楽しむ。
パスを重視した簡易ゲーム。スパイクを使った簡易ゲーム。
５～１２時間目　高まった技能を使ってゲームを楽しむ。三段攻撃（レシーブ・トス・スパイク）を意識したゲームを行う。(本時)
１３～１４時間目　学習のまとめを行う。

5　単元の評価

（１）Ｂ評価
・チームで協力して練習やゲームができる。（関心・意欲・態度）
・戦術を考えることができる。（思考・判断）
・三段攻撃を使ってゲームをしている。（技能
・ルールやゲームの進め方、審判の方法を理解している。(知識・理解)

（２）支援を必要とする生徒（Ｃ評価）への手だて
・「仲間と協力して、ゲームの中で自分の役割を果たしてみよう」と助言して意欲を高める。（関心・意欲・態度）
・教師や仲間のアドバイスによって考えるきっかけを作る。（思考・判断）
・オーバーハンドパス、アンダーハンドパス等、個人技能のフォーム指導をする。（技能）
・補助教材を活用して理解させる。（知識・理解）

6　授業改善のポイント

（１）チーム練習やゲームのグループ学習の中でお互いにアドバイスできる場面を作る。
（２）授業の中で個人・チームの課題を明確にし到達できるようにする。
（３）ウォーミングアップ・チーム練習・ゲームの中でお互いに声をかけ合いながらプレーする。ゲームの始まりと２試合目の真ん中で作戦を立てる時間を確保し話し合う。

7　本時の授業（12時間目）

（１）本時のねらい
①グループ学習の中で互いにアドバイスしたり作戦を立てて練習・ゲームを行う。
②個人やチームの課題を見つけ次時のゲームに生かせるようにする。
③十分な運動量を確保する。

（２）本時の展開

	学習内容	教師の働きかけ	予想される生徒の反応	指導上の留意点(評価)
導入 15分	１　集合・挨拶 ２　チームごとにウォーミングアップ（※下記参照） ・補強運動（※下記参照）	○安全に留意して活動を始めるように助言する。	○チームごとにウォーミングアップ・補強運動を意欲的に行う	★適切なウォーミングアップ・補強運動が行われているか。(関心・意欲・態度)

導入 15分	3 ミーティング ・練習内容の確認と工夫 ・個人・チームの課題 <学習カード記入>	○前時の反省を生かして、個人やチームの課題を立てさせる。	○チーム内で本時の課題を確認し合う ○個人の課題 アンダーハンドパスは肘を伸ばす等 ○チームの課題 三段攻撃で攻撃する等	☆適切な課題設定ができているか確認する。
	<高まった技能を使ってゲームを楽しむ＞ チーム練習：三段攻撃を意識した練習をする。 ゲーム：三段攻撃を使ったプレーをする。			
展開 30分	4 チーム練習 ・３対３のラリー ・円陣パス 5 ゲームを行う バレーボール （３チーム） ・１試合７分間 ・総当たり戦 （全３試合） ・１チームは審判と得点	○三段攻撃ができるように支援する。 ○お見合いをしないように声を出してパスをさせる。 ○練習やゲームを通して、個人やチームの課題を達成できるように、重要な部分をピンポイントで支援する。 ○ルールやマナーを意識させる。	○チーム練習の中で互いにアドバイスをする。 ○ゲームの中でチームとしての動きがわからない者がでる。	☆互いにアドバイスをしてして練習ができているか確認する。 ★練習やゲームの中でチームプレーとしての動きや作戦ができているか。 （技能）
まとめ 5分	6 ミーティング ・試合の反省と気づき ・個人やチームの課題の反省（学習カード 記入） 7 集合・挨拶 8 片付け	○ゲームを通して、新たに見つけた課題を確認し、次に生かせるように助言する。 ○個人やチームの課題の達成度や反省をさせ、次時に生かせるようにさせる。	○学習カードへの記入 ゲームでできたことできなかったことを書く。記入不足。時間がかかる。人の真似をする。 ○協力して片付ける。	☆個人やチームの課題を見つけることができたか。 （思考・判断）

※指導上の留意点(評価）…☆指導上の留意点　★評価の観点
※ウォーミングアップ：真上パス、対人パス、対人レシーブ、対人ワンバウンドスパイク、スパイク、サーブ
※補強運動（１種目１０回×３種目）：腕立て伏せ、腹筋、立ち上がりジャンプ

8　体力テスト

	体　格		体　力　テ　ス　ト							
	身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ
全国平均	159.86	48.45	30.1	27.5	43.15	51.78	87.6	7.92	196.76	21.76
都平均	160.14	49.22	29.27	25.86	41.07	47.71	74.26	8.16	189.98	20.36
本校2年平均	161.09	50.62	27.7	26.13	41.1	49	63.33	8.18	184.99	17.6
全国Tｽｺｱ	51.6	52.5	46.6	47.6	47.9	45.6	39.6	46.3	45	42.1
都 Tｽｺｱ	51.2	51.4	47.8	50.5	50	51.6	45.4	49.8	48	44.8

全国・都平均と比較して、学年のレベルは、もう一歩というところである。体力テストでは全国平均と比較して全てレベル的には下回っている。シャトルラン（全身持久力）がレベル的に最も低い数値となっている。体育の授業では有酸素的な運動量を豊富にして特に全身持久力を鍛える必要がある。

9　授業を終えて

今回の２年男子バレーボールの授業では、「豊富な運動量」と「言語活動の充実」という２点を意識して授業を展開した。「豊富な運動量」という点では６種目のウォーミングアップ、３種目の補強運動、６分（２分×３）のチーム練習、１４分（７分×２）のゲームで十分な運動量を確保した。さらに５０分の授業の流れが決まっているので無駄な動きがなく効率よく全員が動いていた。「言語活動の充実」という点では主運動の前後に課題（個人・チーム）の確認と反省。ウォーミングアップ・チーム練習・ゲームの中でボールを打つ前に「ハイッ」、お互いに個人技能のアドバイスを言う。

各チームでゲームの前と２試合目の真ん中で作戦板を使用しての話し合いが十分に行われていた。