

保健体育科学習指導案

1, 単元名 バレーボール

2, 単元の特性

バレーボールは、チーム全員でボールをつないでラリーができる楽しいスポーツである。高いレベルのゲームではスパイク、ブロック、必死のレシーブなど、白熱したラリーの応酬は見る者を興奮させる。しかし、実際にはボールコントロールが難しく失敗せずにラリーを続けることは容易ではない。反面、「ボールを打つ時に痛いし、怖い」という理由で「バレーボールが嫌い」と感じる生徒がいることも事実である。バスケットボールやサッカーと違い、一人の活躍だけではどうすることもできないため、1年時にある程度の基本をしっかり身につけなくては、発展性のまったくない、指導が比較的困難な教材でもある。

3, 生徒の実態

体育分野への興味・関心は高く、ゲーム性のある種目については意欲的に取り組むことができるものの、理論説明の時間を設けることに対しては、集中して話を聞けなくなることが多い。また、基本の反復練習に対しても同様のことが言える。そのため、基礎基本の定着がないままでの、ゲームの繰り返しとなり、粗暴なプレーが多く出たり、一部の者だけがプレーの中心となってしまう、自己満足のできる生徒と、途中で意欲を失う生徒に2分してしまいがちである。クラス全体に対しての授業後の充実感や達成感を与えるには2, 3年と比べると比較的難しいと感じている。

(また、それらが力関係の差をつくり、学級内の人間関係にも影響を及ぼすことが多い)

B組

体育は苦手教科の一つである。特にボール運動では消極的になり、ゲームになると怖がってボールの方には近づかないが、上手くボールにさわれると、おもしろくなり積極的に参加できる。

4, 生徒の実態に応じた基礎基本定着への工夫（指導観）

基礎基本の定着に時間がかかる理由として、体育授業というものを「息抜き・遊び・ボール運動」としか捉えられないことからくる、理論説明に対するアレルギー反応と押さえられる。「理論を学び、基礎基本が身につくことにより、初めて実践で役立つ技能が高まる」ということを、生徒の実態に合わせながら指導の工夫を模索している。

基礎基本の定着に向けた授業内での工夫

本時: オーバーハンドバスの基礎基本の定着に向けて

- ①基礎基本の定着につながる動きを、しらずしらずの内に、体ほぐし運動の中で楽しみながら身につけさせる。
- ②理論説明の時間をできるだけ短時間、そして教材用具等を工夫しながら視覚面での興味も引きつけながら行う。
- ③話を聞く場面（基礎基本の理論説明）を小刻みに、体型、場所の工夫をしつつ設定する。

本時案 (実践計画内 2時間目)

段階	指導内容・活動	B組の指導内容・活動	評価
はじめ	1, 整列・あいさつ・人員確認 2, 本時の内容、課題の確認 3, 準備運動 基礎基本の定着に向けて① 主運動につながる動きを、体ほくし運動を活用して行う ・ランニング (4種類) ・二人一組でのボールに慣れる運動 ①ダッシュ&キャッチ ②ヘディング ③股したボール投げ	・できないところを意識しながらみんなと一緒にやらせる。 ・二人一組になるとき奇数時は担任と行う。 偶数時は横で指導。	自他の身体と体調、そして変化を考えながら活動しているか (思考判断) 仲間とともに積極的に運動を楽しんでいるか (意欲関心)
なか	4, 基礎基本の定着に向けて② 本時の課題について オーバーパスの技能を修得するために必要となる基本的な動き理解 1, ボール下への素早い移動 2, ボール下での姿勢 3, 頭上でのボール処理と体の使い方 4, 指先の使い方 (キャッチ式) ボールの特性をつかむとともに、オーバーパスに必要な動きを身につける (二人一組) ・頭上でのキャッチ ・移動しての頭上キャッチ ・直上キャッチからオーバーパス ・キャッチ式オーバーパス 5, グループでの練習 グループごとに整列、練習内容の指示 ・円形でのボールキャッチ ・移動しながらのボールキャッチ ・グループで工夫しながらのキャッチ	・説明は聞かせる。 ・相手へのパスが上手くできない時は担任がする。 ・一緒にやれそうになるときは担任と二人で練習する。	・バレーボールの特性に興味を持ち、活動や話をしっかり聞くなど、進んで学習しようとしているか (意欲関心・知識理解を観察と学習カードでの評価) ・今持っている技能の程度を把握し、それに応じた課題を持ち、取り組むことができていないか (思考判断を学習カードでの評価) ・オーバーパスの基礎となる個人的技能を身につけるができたか (技能を観察と学習カードでの評価) ・互いに協力して練習をしているか (意欲関心)
おわり	6, 学習カードを使用して ・本時の課題が達成できたか反省する 7, 次時の課題、練習内容を確認する	・反省させる。	・仲間の技能に応じて練習を組み立てているか (思考判断)

④単調な動きに対しては音楽等も利用しながら、聴覚面での興味を引きつけリズムカルに活動させる。

5. 学習評価の基本的な考え方と取り組み（バレーボール）

学習評価の基本的な考え方は、1「時間の中で何ができて、何ができなかったかを明確にする」2「技能面ばかりでなく、関心・意欲・態度・思考・判断・知識・理解面の評価も重視する」3「教師側では、観点別に評価基準や評価項目を設けた評価補助簿を作成する」以上の3点を基本的に考えとして、一人一人を伸ばすことを常に考え、授業に取り組むものとする。

6. 単元の指導計画（全11時間中 本時2時間目）

時間配分	学 習 内 容
1	オリエンテーション
2～4	個人的技能 パス:オーバー、アンダー サーブ:アンダー、サイド
5～7	集団的スキル バス、レシーブでの攻撃 ・ サーブに対するレシーブとカバー 円陣パスによるつなぎ練習 ・ ローテーションゲーム
8～11	ゲーム 総合的なゲームと審判について・自己評価と相互評価

7. 本時の目標と評価

- ・ オーバーハンドパスに必要な基本動作を理解する ーできたか
- ・ 自分の技能を把握しながらも、課題をもち意欲的に取り組む ーできたか
- ・ オーバーハンドパスに必要な基本動作を身につける ーできたか
- ・ ペアやグループで協力して意欲的に活動する ーできたか

バレーボール学習カード

年 組 氏名

1. 先生の話や、友達の活動をしっかりと見たり、聞いたりすることができた。

(A B C)

25 1 1

2. オーバーハンドパスの基本技能を、身につけるために意欲的に挑戦することができた。

(A B C)

25 2 0

3. オーバーハンドパスの基本技能を、身につけることができた。

(A B C)

8 1 8 1

4. 互いに協力しながら練習することができた。

(A B C)

25 2 0

オーバーハンドパスの練習で楽しかったところや、難しかったところは何か (オーバーパスに関する感想でもよし)

- ・1つの事を意識すると他のことができなくなるのなど、体育は頭で理解しても体が動かないことが多い。だから個人練習が大事だと思った。
- ・班での練習がとても楽しかった。今度はクラス全員であれをやってみたい。
- ・自分ができるのだから、教えてあげるとかすれば良かった。
- ・手首をかえす、肘、肘を使う所がとても難しかった。(多数)
- ・足がむずかしかった。手の形を意識するのが難しかった。(多数)
- ・オーバーパスは手だけが大事だと思っていたのに下半身が重要だと教えてもらって練習したら、前よりうまくなった気がする。
- ・けっこうできたので気持ち良かった
- ・オーバーはきらいだったけど、二人ペアの時、見合いや教え合いの時間があつたので嫌いなバレーも楽しくなりそう。
- ・ボールが怖かったのに今日の練習はうまくできた。
- ・円陣などは協力しないとできないものなので、成功したときはとてもうれしかった。
- ・ゲームとかは苦手だから、今日の練習は楽しかった。基本的なことをたくさん学んでゲームで足を引っ張らないようにしたい。
- ・ボールを止めたり、ゆっくりしたり(棒みたいなの先にボールをつけて)していたので分かりやすかった。
- ・準備運動みたいな時、どうしてヘディングなんかやられるのかな~と思っていたけど、あれが大切な動きだと後でわかると、少し上にボールが上がるようになって楽しかった。