

## 保健体育科 学習指導案

横浜国立大学教育学部附属横浜中学校 長島 健二郎

1 対象・日時 1年A組 令和6年11月23日(土) 1校時

2 本単元で育成したい資質・能力（評価規準）

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
知識 ①球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。 技能 ①ネット型では、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することができる。	①攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	① 球技に積極的に取り組むとともに、作戦などについての話合いに参加しようとする事、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとする事、仲間の学習を援助しようとする事などをしたり、健康・安全に気を配ったりしている。 ② 課題解決のため見通しを立て、活動し、振り返りしている。

3 単元「バレーボール」について

球技では、ゴール型、ネット型及びべールボール型から構成され、個人やチームの能力に応じた作戦を立て、集団対集団、個人対個人で勝敗を競うことに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。バレーボールは『解説』の「E球技」領域のネット型として取り上げられており、役割に応じたボール操作や用具の操作で「拾う、つなぐ、打つ」などの一連の流れで攻撃が展開できる楽しさがある。しかしながら、動くボールの軌道を予測し、落とさないように手で操作しコントロールすることは極めて難しく、子どもたちの技能レベルを向上する必要がある。

そこで本単元では、「ボールを落とす/落とさせない(50/50)を楽しむためには？」と単元を貫く問いを設定した。生徒一人一人が自らの技能レベルを把握したうえで、個人の技能の課題やチームにおける課題の設定し、それらの解決のために粘り強く取り組むよう単元を構想した。

単元はじめには基本的技能の確認やチームでの連携力を深めるために 簡易的なゲーム形式で展開をした。具体的には、バレーボールの下位教材であるプレルボールを行った。プレルボールは高さ約50センチほどのコーンとバーをネットとして設置し、相手コートに返球する際はバウンドをさせる。さらに、「一人ずつボールを触ったあとに相手コートに返球する」といったルールを追加し、チームで考案した独自のルールを設定し、相手チームの説明を行い試合するといったことも実践していく。バレーボールの試合ではプレイに応じた瞬時の判断とそれに伴った素早い動きが求められるが、易しいゲーム形式で技能を習得していくことで、自身の課題や役割分担の把握が可能になる。そして、ゲームでの技能の課題を個人で考え練習する時間を設けた。そこでは自身の技能レベルに合った課題を追究し練習方法まで探っていくことを行い、その内容をチームの仲間に試しながら何回も試行錯誤をして技能を高めていく。

4 生徒の学びの履歴

球技は、小学校では簡易化されたゲームを中心に学習に取り組んできた。また、ゲームの中でルールを工夫したり、チームの特徴に応じた作戦を立てたりして、攻防を展開できるようにすることをねらいとした学習を行ってきた。中学校からは、生徒自身が自らの技能の課題を設定し、それに向けた見通し・行動・振り返りといった学習サイクルを大切に授業展開している。生徒は、「もう少しできそう」や「達成できそう」といったワクワク感をもって授業に取り組むことで粘り強く活動を行っている。

5 資質・能力育成のプロセス（10時間扱い、本時  は7時間目）

次	時	評価規準（想定する「Bと判断する状況」） （丸番号は、2の評価規準の番号）	【 】内は評価方法及び Cと判断する状況への手立て
1	1   2	<p>技① ネット型では、ボールや用具の操作と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することができる。（○）</p> <p>態② 課題解決のため見通しを立て、活動し、振り返りしている。（○）</p>	<p>【学習ノートの記述の確認】 C：実技書を用いてバレーボールの歴史や特性、高まる体力について確認させる。</p> <p>【行動の観察】 C：実技書を用いて、バレーボールにおけるマナーや安全面を確認させ、フェアプレイを心がけるよう伝える。</p> <p>【行動の確認】 C：チームで話し合いや役割分担を確認させ、自身に見合った役割に気付かせ、課題を見つけ改善点を確認させる。</p>
2	3   8	<p>技① ネット型では、ボールや用具の操作と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することができる。（○）</p> <p>思① 攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。（○◎）</p> <p>態① 球技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、作戦などについての話合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとする、仲間の学習を援助しようとするなどをしたり、健康・安全に気を配ったりしている。（○◎）</p>	<p>【ワークシートの記述の確認・分析】 C：ワークシートを用いて、自分のプレイを見返し、いつ・どこで・どのようなプレイをしたかを確認させ、課題や改善点をペアや仲間と一緒に考えさせる。</p> <p>【学習カードの記述の分析】 C：仲間のよい動きや技能ポイントを具体的に提示したり、現状と比較する機会を設けたりして、課題を見つけられるよう支援する。</p> <p>【行動観察】 C：実技書などでの資料と自らの動きを比較し、改善点を具体化させ、課題解決に当てはまる練習例を選ばせる。</p>
3	9   10	<p>態① 球技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、作戦などについての話合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとする、仲間の学習を援助しようとするなどをしたり、健康・安全に気を配ったりしている。（○）</p> <p>知① 球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。（○）</p>	<p>【行動の確認・学習ノートの記述分析】 C：今までの学習を振り返り、自己の変容や理解できたことを確認させる。</p> <p>【振り返りカードの記述の分析】 C：これまでの学習で自身の練習方法が適切であったかを文章の記述、他者からのコメントをもとに振り返らせる。</p>

主たる学習活動	指導上の留意点	時
<ul style="list-style-type: none"> <li>「学習プラン」を用いて、本単元の見通しを全体で共有し、自身の学習目標を考える。</li> </ul> <div data-bbox="150 365 825 517" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><b>【課題】</b> バレーボールの魅力を見出し、基本的技能を楽しく身につけよう！</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>バレーボールの歴史・特性・ルールを確認する。</li> <li>ウォーミングアップを個人→ペア→チームで行う。</li> <li>基本的な技能(オーバーハンドパス・アンダーハンドパス)の確認を行う。</li> <li>技能のポイントや自己の課題や解決方法を振り返り、学習ノートに記入する。</li> <li>自身の動きを録画し観察する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>学習プランを示し、単元で学習していく流れと育成したい資質・能力を確認する。</li> <li>風船をボール代わりにして、つなぐ意識をさせて活動に取り組む。</li> <li>ウォーミングアップはボールを持つ動きと持たない動きを行い活動していく。</li> <li>学習ノートに気づいた点や工夫したことを具体的に記入するように指導する。</li> </ul>	1   2
<ul style="list-style-type: none"> <li>前時の振り返りをする。</li> </ul> <div data-bbox="150 925 815 1055" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><b>【課題】</b> チームのレベルに合う練習方法をつくり、試合に生かそう。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>簡易的な試合形式を行い、基本的技能を習得する。</li> <li>ワークシートを配付し、記入の仕方を確認する。</li> <li>TPCで録画した試合動画を確認し、チームの長所や課題点を見つけ、分析する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ゲーム形式の練習を通してスキルの向上を目指していくので、うまくできなくてもよいことを伝える。また、ボール操作が苦手な生徒には、ボールに慣れることから始めて、多様なボールの扱いができるように促す。</li> <li>つなぐことに意識させ、相手の取りやすい場所にボールをコントロールさせる。</li> <li>習得した技能を試合で活用してみても、さらなる向上のための練習方法を探る。</li> <li>各チームでどのスキルに着目して練習を行わせるかを明確にさせる。</li> </ul>	3   8
<ul style="list-style-type: none"> <li>前時の振り返りをする。</li> </ul> <div data-bbox="150 1615 815 1749" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><b>【課題】</b> 全員が楽しめる試合をしよう。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>チームにあったウォーミングアップと練習方法を行う。</li> <li>前回の試合を振り返り、改善した点を踏まえて試合を行う。</li> <li>学習プリントに自身が行ってきた練習方法やその工夫したことや改善点を記入する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>今までの習得した技能を発揮する。</li> <li>既存のルールに縛られることなく、様々なアイディアをして、ルールに反映させていく。</li> <li>ワークシートや実習の振り返りシートを活用しバレーボールの学習について自分の言葉で振り返り、まとめさせる。</li> </ul>	9   10

## 6 学びの実現に向けた授業デザイン

### 【「学びに向かう力」が高まっている生徒の姿】

自身の目指す動きの習得のため、課題を見出し、見通しを立て、その課題解決に向け試行錯誤し、積極的に取り組む姿。



### 【「学びに向かう力」を高めていくための指導と評価の工夫】

#### ○観点別学習状況のあり方

#### 1. 「知識・技能」の指導と評価

知識では、「球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方」の習得を目指している。そのため、単元のはじめに実技書を用いて、バレーボールの試合のルールや技術についての確認を行う。特に、練習や試合を通して、自身の技能レベルを確認させ、自身のパフォーマンスに見合った練習方法を考えさせたい。それら様子や取り入れた練習方法をプリントやスライドにまとめて評価していく。

技能では、試合を想定した易しいゲームを取り入れ、自身の必要な基本的技能や試合で使える技能の習得していく。そのため、柔らかいソフトバレーボールの使用や生徒が積極的に取り組める環境づくりをしていく。また、自身の動きやプレイを分析し、仲間やチームで共有していき、新たな気付きや視点を取り入れて活動をしていく。それらを観察していくことやワークシートの記述や単元終末に行うスライド作成の中で評価していく。

#### 2. 「思考・判断・表現」の指導と評価

まずは、習得したい動きやプレイを実技書やweb上で調べさせ、具体的にイメージをさせる。また、自身の動きをタブレットのカメラ機能を活用し、現状の動きを把握させ課題を見出す。ここでは、習得させたいボール操作の基本的な動きやそれをどのように試合で活用していくかを考えさせ、仲間と話し合いの場面をもつ。その話し合いの様子やそれまでの過程を書かせたワークシートを評価していく。さらに、自身の動きを比較し、どのような動きの変容があったかを見取っていく。

#### 3. 「主体的に学習に取り組む態度」の指導と評価

自身の習得したい動きやプレイを明確にし、見通しをもたせてから練習を行う。ここでは、生徒自らが学習計画を立て、その実現に向け試行錯誤しているのかを評価していく。そのため、生徒自身で考えた計画をチームで話し合い、より良い練習方法にしていく。また、技能を習得するための見通し(Anticipation)、行動(Action)、振り返り(Reflection)を表出させるために、プリント等に記入させ、活動を行わせる。それらを上手にできたかを自身で評価するとともにチームでも確認させ、粘り強く取り組む。授業を通して、生徒自身で自分の学びや進むべき方向を決めていくようにしていきたい。

#### ○生徒が粘り強さを発揮し、自らの学習を調整するための場面や学習活動の工夫

練習や試合を通して、自身やチームのバレーボールのスキルを確認させ、自身の動きややりたい動きの習得のために必要な情報を調べる場面を設定する。また、自身の動きや他者の動きを比較しながら考える場面を設定し試行錯誤させていく。練習では、生徒が見通しを立てた活動を認め、課題やさらなるレベルアップしていくための振り返りも行わせる。さらに、生徒がチャレンジをしていることを大事にしていき、失敗してもよいという雰囲気づくりを心掛けていく。そして、実技書やweb上の情報から自身の技能レベルにあった練習方法を見つけ、見通しを立て練習に取り組む。また、試合で使えるレベルの技能にするために必要なことは何かを考えさせ、粘り強く練習に取り組んだり、他者や自分のはじめの動きと比較して改善したりすることにつなげていく。生徒一人一人の技能差や体力の違いがあることから、自分が納得でき、かつ他者を納得させられる納得解を大切にしていきたい。

【本單元における、総合的な学習の時間 (TOFY) とのつながり】 (※「考えるための技法」はゴシック)  
やりたい動きの習得に必要な見通しを具体化して説明したり、どのような練習方法が有効かを順序付ける。