



公開学習Ⅱ 保健体育科

< 現行の学習指導要領の課題 >

○ 他方で習得した知識や技能を活用して課題解決することや学習したことを相手に分かりやすく伝えること等に課題があること、運動する子供とそうでない子供の二極化傾向がみられること、子供の体力について、低下傾向には歯止めがかかっているものの、体力水準が高かった昭和60年ごろと比較すると、依然として低い状況がみられることなどの指摘がある。また、**健康課題を発見し、主体的に課題解決に取り組む学習**が不十分であり、社会の変化に伴う新たな健康課題に対応した教育が必要との指摘がある。



上記にあげられている課題（太字に波線部分）は、本校の研究とも大きく関わっている。本校の保健体育科として、3本の柱に焦点を当てて研究を進めていきたいと考えている。

< 保健体育科のやりくりのたとえば >

- ※ 種目を学ばせるではなく、**何を学ばせたいか**を明確化
 - 問題発見・解決に必要な情報に気づく
- ※ **思考**の揺さぶり ～**コーチング**をベースにした授業の組み立て～
 - 知識・技能を組み合わせ、それらを活用しながら問題を解決していくための思考を行う
- ※ **コミュニケーション力**をつける、生かす場面設定
 - 結論を決定していくために必要な判断を行ったり、伝える相手や状況に応じた表現ができる

< 過去の実践例 >

- H25年度 体づくり運動（組み体操） 水泳（平泳ぎ）～陸の上で水泳練習～
- H26年度 陸上競技（リレー）～つなぐのはバトンだけじゃない！～ 水泳（平泳ぎ）～陸の上で水泳練習～
- H27年度 体づくり運動（投動作）～答えは自分の中にある～ *非利き手による投動作
- H28年度 柔道～けさ固めを解くには？～ 体づくり運動（投動作）～投げ方ビフォー・アフター～
保健 心身の発達と心の健康～自尊心について～
- H29年度 バレーボール～知識をつなげ、ボールをつなげる～

○12年間を見通した発達の段階のまとまりを踏まえ、体系化
○児童生徒の発達の段階を踏まえた領域の再構成

小学校		中学校		高等学校	
1年～6年		1年～3年		1年～3年	
様々な基本的な動きを身に付ける時期		多くの領域の運動を体験する時期		少なくとも一つの運動を選び継続することができるようにする時期	
小1～小4		小5～中2		中3～高3	
小1・2	小3・4	小5・6	中1・2	中3・高1	高2・3

※「体づくり運動」「体育理論(中・高)」以外のすべての指導内容を、2学年ごとに示す…運動の取り上げ方の弾力化

体育の分野 指導内容の体系化

小学校		中学校		高等学校	
1. 2年	3. 4年	5. 6年	1. 2年	3年	入学年次 次の年次 それ以降
様々な動きを身に付ける時期		多くの運動を体験する時期		少なくとも一つのスポーツに親しむ時期	
体づくり運動		体づくり運動		体づくり運動	
器械・器具を使つての運動遊び	器械運動	器械運動	器械運動	器械運動	器械運動
走・跳の運動遊び	走・跳の運動	陸上運動	陸上競技	陸上競技	陸上競技
水遊び	浮く・泳ぐ運動	水泳	水泳	水泳	水泳
表現・リズム遊び	表現運動	表現運動	ダンス	ダンス	ダンス
ゲーム	ゲーム	ボール運動	球技	球技	球技
			武道	武道	武道
			体育理論		体育理論
保健領域		保健分野		科目保健	

第3学年AB組（女子）保健体育科学習指導案

授業者 吉田 有希

場所 体育館

1 単元名

バレーボール

2 バレーボールについて

バレーボールは、1チーム6人の選手がコート上でネットをはさんで相対し、ボールを打ち合って得点を競う競技である。連携プレイの中で、意図的なセットを経由した攻撃のラリーが展開されることや自己のチームや相手チームの特徴を踏まえた作戦を立て、その作戦を実行して得点を競うところに楽しさがある。オリンピックの種目であったり、ワールドカップが開催されていたりするメジャーなスポーツのため、多くの人知っている。また、大会の様子がテレビで中継されることもしばしばあり、学習前から試合の雰囲気やおおまかなルールを知っている生徒は多数存在する。学習指導要領には、『球技は「ゴール型」「ネット型」「ベースボール型」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。』とあり、その中でも、バレーボールは「ネット型」にあたる種目で、『第1学年及び第2学年の「基本的なボール操作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」ことをねらいとした学習を受けて、第3学年では「作戦に応じたボール操作で仲間と連携してゲームが展開できるようにする」ことを学習のねらいとしている。』とある。バレーボール部や運動が得意な生徒など、ボール操作が上手な生徒が動き回ってボールをつないでいたり、ミスを減らすためにボールが経由する人数を意識的に減らしたりしてラリーが続き、得点して盛り上がる試合もあるが、それは本来の三段攻撃をするための技能も、戦術的思考や役割行動も学習されない。授業の中でバレーボールを学習できる時間数は10時間前後であり、この程度の時間数では、バレーボールを学習前から知っていてイメージがあっても、自分自身が実際のルールの中で思い通りにボールを操作し、試合を楽しみ、ねらいを達成することは容易ではないが、ボールの操作技能を向上させていくことだけに終わらず、バレーボールの本質的な楽しさを体験すると、他のスポーツでも「連携」や「戦術」「仲間との協力」などを意識して取り組むことができるようになることにつながると考えられる。さらに様々なスポーツの本質を知り、楽しむことが生涯にわたってスポーツを楽しむことにつながると考えられる。

そのためにも、本校の研究のキーワードである「やりくり」が必要になってくる。バレーボール本来の楽しさを味わうことができる授業の環境作りが教える側の「やりくり」で、その中で仲間とどう連携するのか、戦術はどう組み立てるのか、経験値やモチベーションの異なる仲間とどう協力していくのかを考えるのが生徒の「やりくり」である。

3 本時の教材について

本時はファーストキャッチバレーを行う。1チームを5人とし、コートに入る人数を3人とする。コート内の3人は「レシーブトス（セット）ーアタック」の役割を担う。サービスは両手でコートに投げ入れ、サーブレシーブがセッターに返りやすくなるようなルールにする。サーブレシーブは、ボールの落下点を予測して動き、サーブのコースや威力によりボール操作も変えていかなければいけないので大変難しい。サーブだけで大量の点が入ったり、セッターに返すのが難しいため、意図的にそのまま相手コートに返したりするのを避けるためである。その後のラリーでは、レシーバーはキャッチ（またはワンバウンドキャッチ）をして、セッターがトスしやすいボールを返す。セッターはトスをしてアタッカーの攻撃につなげさせる。コート外の2人とも協力して、返す早さや場所を考えながら攻撃をすることを考えさせるゲームである。1、2年生で積み上げてきたボール操作技能でも意図的なセットを経由した攻撃のラリーが展開されたり、チームで作戦を立て、それを試合の中で実行

することができたりするようなゲームルールになるように配慮した。

4 生徒の状況について

本体育クラスは3年生A組女子18名、B組女子17名、計35名である。1、2年生の授業でバレーボールを実施している。その前に小学校でスポーツ少年団に所属していた、または中学校でバレーボール部に所属し、バレーボールの経験があるという生徒が数人いる。生徒の能力は二極化しており、ボール操作技能の差は大きい。球技が好きで得意である、得意ではないが好きであるという生徒が大半を占めているため、意欲的に授業に取り組む。しかし、なぜ好きかという理由は、「試合で勝ったらうれしいから」や「みんなで盛り上がるから」などの理由が多く、バレーボールの本質的な楽しさである「意図的なセットを経由した攻撃のラリー」や「チームで作戦を立て、それを試合の中で実行して得点すること」に楽しみを感じている生徒は少ない。

5 指導方法について

最終的（本単元の後半）には、高等学校への系統性を踏まえ、実際のバレーボールに近い形でゲームをさせたい。それに向けて、単元の前半は練習や試合の中で、1、2年生で学習してきたことを思い出せたり、生かせるような場面を設定する。ボール操作の向上は大切ではあるが、それだけを目指したスキルトレーニングになってしまわないように、段階的にねらいを明確にして、活動に取り組ませたい。それぞれのポジションにおける役割の意識やポイント、連携プレイに必要な動きや様々な戦術をこちらが教え込むのではなく、生徒が試行錯誤しながら見つけ出していく活動になるように支援していきたい。

6 単元目標

- ・バレーボールに自主的に取り組むとともに、フェアプレーのもと、自己の責任を果たそうとする。また、自己や仲間の健康・安全に配慮しようすることができる。（関心・意欲・態度）
- ・自己やチームの能力や課題に応じた練習の仕方や戦術を工夫することができる。（思考・判断）
- ・役割に応じたボール操作を身につけ、空いた場所をめぐる攻防を展開するゲームを行うことができる。（技能）
- ・バレーボールの特性を理解し、練習の仕方、戦術、審判の方法がわかる。（知識）

7 学習計画（全10時間）

時	学 習 活 動
1	オリエンテーション アンケート調査 ドリル練習の説明・練習（10時まで毎時）
2	メインゲームの説明・練習（2～4時）
3	メインゲーム *本時3/10
4	（縮小コート3対3）
5	リーグ戦①
6	（縮小コート3対3）
7	新チーム編成・リーグ戦②に向けて練習タイム
8	リーグ戦②
9	（縮小コート4対4）（通常コート6対6）
10	スキルテスト まとめ アンケート調査

8 本時の学習について

（1）本時目標

試合の中で自己やチームの課題に気づき、能力に応じた作戦を工夫することができる。（思考・判断）

(2) 期待される生徒の様相

- A・・・自己やチームの課題に気付き、能力に応じた作戦を考え、考えたことをチームメイトに伝えている。
- B・・・自己やチームの課題に気付き、能力に応じた作戦を考えている。
- C・・・自己やチームの課題に気付こうとしたり、能力に応じた作戦を考えようとしていたりしている。

(3) 本時の展開 (・留意点 ◇全体への支援 ◆個への支援 ※評価)

学習活動	教師の支援・評価
<p>1. あいさつ、出欠・健康確認をする。</p> <p>2. ウォーミングアップをする。</p> <p>3. ドリル練習（1分×4種類）をする。 1種類ごとにローテーション ① 直上パス（オーバー） ②ランニングパス ③ アタックミート練習 ④連携練習</p> <p>4. 今日の活動とめあての確認をする。</p>	<p>◇チームワーク良く行い体と心の準備をするように声をかける。</p> <p>◇正しいフォームを意識して行うよう声をかける。 ◆パスフォーム、アタックのミート位置やスナップが不十分な生徒には個別に改善点を伝える。</p>
<p>めあて:コート内の3人が「レシーブトスーアタック」の役割を担い、得点できる作戦を考えよう。</p>	
<p>5. メインゲーム（前半）をする。 ファーストキャッチバレー（1試合3分）</p> <p>6. 中間振り返り、作戦タイムをとる。 ○どんな作戦が効果的だったか発表してみよう。 ・強く打つ ・人のいないところに打つ ・弱く返す ・トスを低くして早く攻撃する ・同じところばかり打たずにコースを変えて打つ ・セッターの役目の人に1本目を取らせる</p> <p>7. メインゲーム（後半）をする。 ファーストキャッチバレー（1試合3分）</p> <p>8. 振り返りをする。</p> <p>9. あいさつをする。</p>	<p>・前時の試合で振り返ったことをもとに作戦を考えるように説明する。 ・試合に出ない記録係にチーム全体の動きが分かる映像を撮るようにさせる。</p> <p>◇作戦への対処法も考えるように促す。 ◇後半のメインゲームでどんなことに気をつけるかを考えさせる。</p> <p>※試合の中で自己やチームの課題に気付き、能力に応じた作戦を考えることができる。(思考・判断) ◆映像や作戦盤を使い、具体的な動きをイメージさせながら考えさせる。</p> <p>・「レシーブトスーアタック」の三段攻撃をするためにはコート内の3人がどのようなことに気をつけたらよいかやチームの作戦はうまくいったかなどを振り返らせる。</p>