

## 中学校 保健体育科学習指導案

指導者 橋本 直子

日時	平成 28 年 10 月 15 日 (土) 第 2 限 (10:35~11:25)
場所	体育館
学年・組	中学校 1 年 女子 32 人 (A 組 11 人・B 組 10 人・C 組 11 人)
単元	バレーボール
目標	1. 自分がねらった方向にボールをコントロールするための身体操作を習得する。 2. ボールの動きを予測し、ボールを持たない時の体の向きや構えの大切さに気づくことができる。 3. ミニゲームを実施しながら、グループで協力し合って個人の課題やグループの課題を発見し、解決に向けて工夫することができる。 4. 安全に留意しながら、準備や片づけ等が素早く協力してできるようになる。

### 指導計画 (全 14 時間)

第一次	オリエンテーション	1 時間
第二次	個人的技能の習得	2 時間
第三次	4 コートバレーボール (1 人制) のミニゲームを通して	4 時間 (本時 1 / 4)
第四次	4 コートバレーボール (2 人制) のミニゲームを通して	3 時間
第五次	2 コートバレーボール (5 人制) のミニゲームを通して	4 時間

### 授業について

1895 年にアメリカで考案されたバレーボールは、①誰でも気軽に楽しめる、②相手選手との身体接触が起こらない、③天候に左右されない、という 3 つの観点からバスケットボールとテニスを融合させたものだった。バスケットボール誕生から 4 年後に同じアメリカの YMCA で創られたニュースポーツであるバレーボールは、「するスポーツ」としての娯楽的要素が加えられたものの、やはりチームで得点を競い合う対抗意識の強い攻撃型スポーツとして発展していった歴史が見てとれる。

近年、オリンピックやワールドカップなど世界レベルの高度なゲーム展開をテレビ等で視聴する機会が増え、サービスやレシーブ、トス、スパイク、ブロック等、一流選手の個々の技能の高さに驚く。さらに ID バレーが導入されるようになって試合間でも戦術が練り直されたり、多彩な攻撃パターンが繰り出されたりするようになっている。しかし、中学の生徒たちにとっては、これはあくまで「見るスポーツ」の楽しさであって自分たちが同じような技能を習得し、戦術を実践しよう等とは全く結びついてはいない。

本時の対象生徒たちはたいへん元気で明るく、個々の課題学習に対しては何度でも一生懸命挑戦しようとする素直さを持っている。しかし、勝敗が絡むゲーム形式の活動になると途端に動けなくなってしまう。この原因を授業者は、自分が狙ったところにボールをコントロールできないことに対する羞恥心が大変大きいこと、ボールの動きが予測できないために準備動作がとれないことの 2 点にあると考えている。

そこで今回のバレーボールでは、まず、生徒たちの失敗することへの不安や羞恥心を取り払う仕掛けを試みたい。本時の「4 コートバレーボール」はボールの返球方向が 3 方向に増え、たとえボールが逸れてもそれを失敗ではなく戦術として自信をつけさせることにより、ボールを床に落とさないように積極的にボールに関わろうとする雰囲気づくりを大切にしたい。また、初期の段階ではバドミントンコートに 4 分割し、その中に入れるプレーヤーを 1 人ずつにすることでレシーバーを明確にする。しかし、レシーブした後のボールが一度で全て他コートに返球できるとは限らないので、それをサポートする仲間を 2 人ずつ配置する。このことでプレーヤーのボールに対する集中力が増すことを期待

する。これらの活動を通して、ボールが飛んでくる方向を予測し、ボールを持たない時の体の向きや膝の使い方・構え方を学習させたい。また、サポーターに対してもレシーブした後のボールの動きを予測し、コート配置を工夫させるように仕掛けていきたい。

今回の「4コートバレーボール」は生徒の実態や習得した技能レベルに応じてコートの大きさやプレーヤー数を変化させることができる。基本となるルールは授業者が提案するが、生徒自身が自分たちのレベルに応じたルールを考案して独自のニュースポーツが誕生することを楽しみにしたい。

### 本時の目標

1. ボールを持たない時に、飛んでくるボールを予測して、体の方向や構えを整えることができる。
2. グループ内でプレーヤーの動きを観察し、課題の発見・サポーターの位置や戦略の修正を行いながら技能の習得と向上を図る。
3. グループで協力して、役割分担しながら安全に準備や片づけができる。

### 本時の評価規準（観点／方法）

1. ボールを持たない時に、次の動きを予測した体の向きや構えを整えることができる。  
(運動の技能／活動観察)
2. グループで気づきや発見を共有し合い、課題解決のための工夫をすることができる。  
(思考・判断／活動観察・ワークシート)

### 本時の学習指導過程

学習内容	学習活動	指導上の留意点
<導入> 出欠点呼 本時の説明 本時のグループ決定 準備運動	○来た人から4コートバレー用のコートづくり ○集合 ○本時の学習内容を把握し、課題を確認する 「4コートバレーボール」 ○カードをひいて「今日のグループ」をつくる ○準備運動 ・ボールコントロール、フットワーク	・来た人から協力してネットが設置できているか。 ・健康観察・見学生徒への指導 ・課題の確認ができていないか。 ・速やかに新しいグループで交流しあえているか。 ・声掛け合って活動できているか。
<展開> グループごとに分かれての活動 (作戦会議を含む) ゲーム 板書;ルールと対戦表 記録用紙・筆記用具	・課題解決のためのグループ活動 ○いろいろな方向や高さのボールをレシーブする練習 ○プレーヤー(1人)はコート内へサポーター(2人)はコート外の配置につく ○ゲーム終了毎に反省と作戦タイム 記録用紙にスコアを記入(1人)	・課題意識を持って積極的に取り組むことができているか。 ・課題に対してグループで工夫することができているか。 ・役割分担し、互いに協力して活動できているか。
<まとめ> 学習のまとめ 次時の課題の確認 片づけ	○本時の学習を振り返る ・グループの課題がどの程度解決されゲームに生かされたか。 ○次時の課題を確認する ○片付け	・気づきを共有できているか。 ・本時の目標を達成できたか。 ・次時のめあてをもつことができたか。
<b>準備物</b> キッズ用ミカサマイルボール バドミントン用支柱・ネット 得点板 ゼッケン(4色)		