

第3学年 保健体育科 学習指導案

授業者
指導教官

1. 日時 平成23年6月16日(木) 13時20分～14時10分(第5校時)
2. 場所 体育館
3. クラス 3年5組(男子18名)
4. 単元名 バレーボール
5. 生徒観
本学級の生徒は、活発で体を動かすことが好きなものが多い。球技に興味・関心が強くゲーム形式になると熱心に取り組むことができる。
バレーボールを経験したものはほとんど無く、ほとんどの生徒がこの授業が初体験である。しかし、思ったようにならない場面でも投げ出すことなく取り組むことができる。
6. 教材観
ネット型球技では、集団で取り組むには最も適している種目である。パスの練習段階で継続できる回数を競わせることにより、達成感を感じさせることができ、楽しみながら技能を向上させることができる。球技が苦手な生徒でもパスを習得することにより、ゲームに参加しチームに貢献することができる。
7. 指導観
経験したものはほとんどいないが、認知度は「少しテレビで見た」程度である。対人パスが概ねできた段階で、簡易ゲームをさせることにより強い興味・関心を持たせることができた。点数を競わせることにより向上心が芽生え、攻撃力(アタック)の習得につなげることができた。
8. 指導計画(全8時間)
パス・・・・・・・・・・3時間 簡易ゲーム・・・・・・・・・・3時間
サーブ・アタック・・・・・・2時間(本時)
9. 本時の評価の観点
【運動や健康・安全への関心・意欲・態度】
自分のもつ適切な課題を発見し、練習の目標を立てる。
【運動や健康・安全についての思考・判断】
安全に留意して練習やゲームを行おうとしている。
【運動の技能】
自己の課題の解決に向けた練習を通して、個人的技能・集団的技能を身につけている。
【運動や健康・安全性についての知識・理解】
練習やゲームの結果から新たな課題を発見し、これからの練習の計画や作戦を立てている。

10. 本時の展開

	学習活動	指導上の留意点	時間
導入	<ul style="list-style-type: none"> ・挨拶 ・出欠確認 ・ウォーミングアップ 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康状態の確認。 ・見学する生徒に指示する。 ・ケガをしないように、全身をほぐす。 	5分
展開	<ol style="list-style-type: none"> 1. パス <ol style="list-style-type: none"> ① オーバーハンドパス <ul style="list-style-type: none"> ・二人一組で実施。 ・左右に動いて実施。 ② アンダーハンドパス <ul style="list-style-type: none"> ・二人一組で実施。 ・左右に動いて実施。 2. スパイク <ol style="list-style-type: none"> ① スパイクのステップ練習。 <ul style="list-style-type: none"> ・2カ所に分かれて、打点の確認練習。 ② 手投げトスからスパイク <ul style="list-style-type: none"> ・強いボールを打つ必要はない。 ・高い位置で打つ。 ・2箇所を実施。 	<ul style="list-style-type: none"> ・手のかたちは親指と人差し指で、「三角窓」をつくり、指を開く。 ・額の上で指を開いてとらえる。 ・落下地点に入り、相手に正確に返す。 ・ひじとひざのパネで押し出す。 ・当たる瞬間にひじをしめる。 ・腕をしっかり伸ばす。 ・ボールの正面に入り、相手に正確に返す。 ・足の動きを確認。 ・二人一組になり、一人がボールを上げて、ステップとアタックの打点を確認する。 ・トスの方向と高さを確認し助走開始。 ・両手を翼のように振り上げる。 ・胸をそり、ボールから目を離さない。 ・あごを引き、手首のスナップをきかせる。 ・着地附近にボールが転がっていないよう注意する。 	40分
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・本時の授業のまとめ ・挨拶 	<ul style="list-style-type: none"> ・ケガをしていないか確認する。 ・次回の授業の連絡をする。 	5分