

第6学年1組 体育科学習指導案

令和2年11月17日(火) 第5校時 体育館
 在籍児童数 男子17名 女子18名 合計35名
 行田市立東小学校 教諭 中野 翔太

1 単元名 めざせ、ふじっ子オリンピック出場(マット運動)

2 運動の特性

(1) 一般的特性

- 新しい技ができるようになると、次の新しい技や美しい動き等に挑戦しようとする意欲が出てくる運動である。
- 回転したり、支持したり、倒立したりなどの技に挑戦し、できるようになった技を繰り返したり、組み合わせたりして、その技ができる楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。
- 回転、支持、逆さの姿勢、手足での移動などの基本的な動きを効果的に身に付けることのできる運動である。

(2) 児童から見た特性

マット運動の楽しさや喜びを感じる要因	マット運動を遠ざける要因
<ul style="list-style-type: none"> ・できなかった技ができるようになったとき ・構成を考え、複数名で演技ができたとき 	<ul style="list-style-type: none"> ・練習しても上手に技ができないとき ・けがをしたり、怖さを味わったりしたとき

3 児童の実態

(1) 知識及び技能

5年生のマット運動の学習では、回転系については、「跳び前転」「側方倒立回転」「倒立前転」を学習した。「跳び前転」は、多くの児童が身に付けることができたが、「側方倒立回転」「倒立前転」は、二極化が見られた。また、着手が上手にできず後転技を苦手としている児童が多い。巧技系については、倒立前転の際に「補助倒立」の段階を経て取り組んでいるが、「倒立」としては扱わなかったため、技能の定着は不十分である。

また、これまで学習し、身に付けてきた技をペアで組み合わせ、演技会(ペアマット)を行ったことで、技の組み合わせ方や繰り返し方は身に付いている。

(2) 思考力、判断力、表現力等

教師の発問に対して真剣に考え、具体的に答えられる児童が多い。また、学習カードで、互いの活動を振り返る場面や、児童同士で技を見せ合い、意見交換する場面などにおいては、技のポイントやコツについて活発な話し合いを行い、考えを共有できる児童が多い。しかし、自己の課題に向けた取組については、一つ一つの技についての自分の課題が不明確で、課題解決に向けて、自分がどんな練習を行えばよいか分からない児童もいる。

(3) 学びに向かう力、人間性等

体を動かすことへの関心は高く、体育の授業に対して常に意欲的に取り組んでいる。これまでの体育の学習において、チームやグループ活動で、話し合いの場を多く設けてきているため、児童同士の助け合い、協力、意見交換や考えの共有は非常によくできる。しかし、チーム対抗になると、相手を認められず、勝負にこだわりすぎてしまう場面も見られた。安全面については、準備運動、整理運動はしっかりと行えるが、用具等の準備、片付け、扱い方については意識が低い面も見られる。

【体育に関する意識調査より】

	質問事項	好き・プラス意見	好きではない・マイナス意見
1	マット運動はどんな印象ですか。	<ul style="list-style-type: none"> ・楽しい ・教え合う ・体をやわらかくする ・協力する ・だんだんできるようになる 	<ul style="list-style-type: none"> ・うまくできない ・危険 ・難しい ・怖い ・得意な人だけができる
2	マット運動でどんなことができるようになりたいですか。	<ul style="list-style-type: none"> ・後転ができるようになりたい ・簡単な技をきれいにみせたい ・難しい技ができるようになりたい ・自分の力に合った技ができるようになりたい 	
3	マットの技ができないときにどうしていますか。	<ul style="list-style-type: none"> ・できる子を見たり、聞いたりする ・できるまで練習する ・見合う ・あきらめずやってみる 	
4	マット運動で、気を付けていることは何ですか。	<ul style="list-style-type: none"> ・手をしっかり着くこと ・着地を意識すること ・準備運動、整理運動をしてけがをしないこと 	

4 教師の指導観

(1) 知識及び技能

倒立技の経験が少ないこと、後転技を苦手としている児童が多いこと、という児童の実態を踏まえ、本単元では「倒立ブリッジ」と「伸膝後転」を取り上げる。それぞれの技に対し、スモールステップを設定し、技のポイントやコツを理解しながら、技能を身に付けられるようにしていく。

また、第5学年で学習した「ペアマット」を生かし、「トリプルマット」(3人組での演技会)を取り入れ、今できる技や新たに身に付けた技を組み合わせたり、繰り返したりすることで、一層の技能の向上を図る。

(2) 思考力, 判断力, 表現力等

自分の課題解決に向けた取り組みが不十分であるという実態から、一つの技に取り組む時間を3時間の構成にし、課題解決の仕方が身に付くようにする。具体的には、1, 2時間目で習得したポイントやコツを踏まえ、3時間目には自分の課題を見つけ、自分に合った場を選んで練習できるようにする。場によっては、タブレット端末を使用し、自分の技を仲間と一緒に確認し合えるようにする。

また、「トリプルマット」を行う際、演技について互いに見合う場を設定し、そのできばえを伝え合うことで、自分たちの動きのよい点や改善点を整理し、自己の課題設定や解決につなげられるようにする。

(3) 学びに向かう力, 人間性等

本単元では、毎時間、「柔軟運動検定」を取り入れる。その際、児童が一つ一つの動きを一斉に取り組めるようにすることで、一体感をもって、楽しみながら柔軟性を高められるようにしていく。体が固かったり、マット運動が苦手だったりする児童も積極的に取り組めるよう、友達への肯定的な言葉かけを意識できるようにしたい。そして、個々の目標に向かってクラス全体で技能を高めていく雰囲気を作っていきたい。さらに、「トリプルマット」を行い、3人組で演技を成功させるという目標に向かって、主体的に取り組むことを通して、協調性や仲間意識を高めたい。また、用具の準備や片付けの仕方、演技や技の始めと終わりの合図などを徹底させることで、児童の安全面への意識を高めていく。

5 単元の見どころ

(1) マット運動の行い方を理解するとともに、技を身に付けることができるようにする。

【知識及び技能】

(2) 自己の能力に適した技の課題解決の仕方や組み合わせ方を工夫し、自己の考えを友達に伝えることができるようにする。

【思考力, 判断力, 表現力等】

(3) 運動に積極的に取り組み、友達の考えを認め、約束を守り、助け合って運動したり、器械・器具の安全に気を付けたりすることができるようにする。

【学びに向かう力, 人間性等】

6 単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
①倒立ブリッジや伸膝後転の行い方について、言ったり書いたりしている。 ②倒立から体を反らせ、足を下ろし、ブリッジの姿勢ができる。 ③直立から膝を伸ばしたまま後転し、立ち上がることができる。 ④選んだ技を自己やグループで繰り返したり、組み合わせたりすることができる。	①技のポイントやコツを基に自分の課題を見つけ、複数の場の中から、自分の課題に適した場を選んでいる。 ②自己やグループで観察し合ったり、学習カードやICT機器を活用したりして、技のポイントやコツを発表したり、友達に伝えたりしている。	①マット運動の基本的な技を行ったり、組み合わせたりして、積極的に取り組もうとしている。 ②学習のルールや約束を守り、友達の考えを認めたり、助け合ったりしながら自分の役割を果たそうとしている。 ③器械・器具の安全に気を付けて、準備・片付けをしている。

7 単元計画

(1) 領域（器械運動）の取り上げ方

学年/運動	第3学年	第4学年	第5学年	第6学年
マット運動	7時間	7時間	8時間	10時間
鉄棒運動	8時間	5時間	5時間	4時間
跳び箱運動	7時間	7時間	6時間	6時間

(2) 領域の内容（マット運動）と目指す動き

学年	内 容	目 指 す 動 き
3	マット運動	<ul style="list-style-type: none"> しゃがんだ姿勢から体を丸めて前方へ回転して立ち上がったり、後方に回転し、両手で押して立ち上がったりすること。 しゃがんだ姿勢から後方に回転し、足を大きく開き開脚立ちすること。 腰を伸ばした姿勢で倒立を経過し、側方回転すること。 かべに向かって体を振り下ろしながら両手を着き、体を真っ直ぐ伸ばして壁に足をもたれかけて倒立すること。
4		
5	マット運動	<ul style="list-style-type: none"> しゃがんだ姿勢から前方へ回転して、足を大きく左右に開き、両手を着いて開脚立ちすること。 片足を振り上げ、補助倒立を行い、前に倒れながら腕を曲げ、頭を入れて前転すること。 片足を振り上げ両手を着き、体を真っ直ぐに伸ばし逆さ姿勢になり、補助者の支えで倒立すること。 直立姿勢から後方へ倒れ、尻と両手を着き、膝を伸ばして後方に回転し、立ち上がることを。 倒立から前方へ体を反らせ、足を下ろしながらブリッジをすること。
6		

8 本時の学習と指導（6／10時）

(1) ねらい

技のポイントやコツを基に自分の課題を見付け、複数の場の中から、自分の課題に適した場を選ぶことができるようにする。

（思考力・判断力・表現力等）

(2) 準備

・マット ・踏切り板 ・学習掲示資料 ・学習カード ・かご ・タイマー

(3) 展開

段階	学習内容・活動	指導上の留意点（○指導 ◆評価規準）
導入 10分	<p>1 集合・整列・挨拶・健康観察をする。</p> <p>2 準備運動・柔軟運動検定をする。 ①開脚 ②立ち曲げ ③座り曲げ ④ブリッジ</p> <p>3 場の準備をする。</p>	<p>○素早く集合・整列できるように声かけをし、気持ちよく学習が始められるようにする。</p> <p>○児童の健康状態を確認し、安全のために身支度を整えさせる。</p> <p>○本時で使う部位を重点的にほぐすようにする。</p> <p>○柔軟運動検定では、①～④で自分の達成していない内容を30秒ずつ行うことで、自分の柔軟性を確認できるようにする。</p> <p>○マットの運び方を確認し、安全に準備させる。</p>
展開 30分	<p>4 ふじっ子オリンピック出場選考会を行う。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>(1) 各グループの演技時間は30秒間。 (2) 始めと終わりの挨拶をする。 (3) 見る側は採点基準に沿って採点を行い、演技した側がすぐに確認できるよう、点数板を提示する。</p> </div> <p>5 本時のねらいを確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin: 5px 0;"> <p>きれいな伸膝後転をするために、自分の課題を見付け、解決できる場を選ぼう。</p> </div>	<p>○今できる技を使って演技の構成をするよう声かけをする。</p> <p>○ワークシートの演技構成欄を使ったり、練習時間を確保したりすることで、自分たちの動きや、演技構成についての課題や修正点を確認できるようにする。</p> <p>○見る側が演技後に感想を伝えられるように、見るポイント（技のポイントやコツ）を具体的に助言する。</p> <p>○前時と比べ、技のできばえがよくなったり、つなががスムーズになったりした児童やグループを積極的に称賛する。</p> <p>○前時に学習した伸膝後転のポイントやコツを提示することで、自分の課題把握と活動への意欲を引き立てるようにする。</p>
	<p>6 自分の課題に合った場や方法を選び、伸膝後転をきれいに行うための練習をする。</p> <p>①着手から尻を速くに着く後転 ②膝を曲げずに着手から尻を着き素早く耳の横へ手を移動させて後転 ③膝を曲げず足を素早く顔に引き付けて後転 ④伸膝後転（▲は坂道）</p> <p>【活動の場】</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p style="text-align: center;">【5班, 6班の場】</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">④ ▲</div> <div style="text-align: center;">②</div> <div style="text-align: center;">①</div> <div style="text-align: center;">③</div> <div style="text-align: center;">④</div> </div> <p style="text-align: center;">【3班, 4班の場】</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">④ ▲</div> <div style="text-align: center;">②</div> <div style="text-align: center;">①</div> <div style="text-align: center;">③</div> <div style="text-align: center;">④</div> </div> <p style="text-align: center;">【1班, 2班の場】</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">④ ▲</div> <div style="text-align: center;">②</div> <div style="text-align: center;">①</div> <div style="text-align: center;">③</div> <div style="text-align: center;">④</div> </div> <p style="text-align: center;">ステージ</p> </div> <p>※感染症拡大防止のため、使用するマットは二班ごとに固定する。</p>	<p>○前時に行った伸膝後転の練習を確認した上で、さらにきれいに行うための活動であることを確認する。</p> <p>○①～④の活動が効果的に行えるように、ていねいに説明するとともに、場の確認も行う。</p> <p>○同じ場にいる児童同士でポイントやコツを確認し合い、アドバイスやできばえ等の伝え合いができるように、掲示資料を配置する。</p> <p>○互いに見合い、課題が達成できたら、別の場へ移動してもよいことを伝える。課題達成の観点は、以下の四点とし、すべて3回できて課題達成とする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>①手形に着手し、尻がマットラインを超えている。 ②膝を曲げずに尻がマットラインを超え、耳の横に手を移動できている。 ③マットの着地ラインより手前に膝を曲げずに着地している。 ④始めから着地まで膝を曲げずにできている。</p> </div> <p>○もう少しで伸膝後転ができそうな児童や、技能の低い児童を重点的に観察し、積極的な声かけをする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>◆技のポイントやコツを基に自分の課題を見付け、複数の場の中から自分の課題に適した場を選んでいる。 (観察・学習カード) 【思考・判断・表現】</p> </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>△努力を要すると判断される状況（C）の児童への指導の手立て ・段階表を活用し、自分がどこまでできているかを把握し、それを基に場を選べるようにする。 ◎十分満足できると判断される状況（A）の児童の具体的な姿 ・自分の選んだ場で、課題解決するための方法をさらに工夫している。</p> </div>
整理 5分	<p>7 用具の片付けをする。</p> <p>8 学習カードに振り返りを記入する。</p> <p>9 本時のまとめをする。</p> <p>10 整理運動をする。</p> <p>11 挨拶をする。</p>	<p>○安全面に気を付けながら、素早く行わせる。</p> <p>○ねらいに沿った振り返りをしている児童の考えを取り上げ、全体に広めたり、次時につなげたりする。</p> <p>○本時で使った部位をゆっくりとした動作で伸ばすよう声かけする。</p> <p>○授業後の手洗い等を確認し、落ち着いて終われるようにする。</p>

保健体育科学習指導案

令和2年10月15日(木) 第3校時 体育館
 第2学年3組 男子18名 女子17名 計35名
 三芳町立三芳中学校 教諭 上 健太郎

1 単元名 「球技」 (バレーボール)

2 運動の特性

(1) 一般的特性

バレーボールは、ネットを挟み相対するチームがボールを打ち合って得点を競う「ネット型」の競技である。また、空いた場所をめぐる攻防を行いながら、仲間と協力してボールをつなぎ、ボールを相手コートへ返して得点を取り合う種目である。

(2) 生徒から見た特性

バレーボールの楽しさや喜びを感じる要因	バレーボールを遠ざける要因
<ul style="list-style-type: none"> ・仲間とボールをつないで返球できたとき ・得点したときやイメージ通りのプレイができたときの達成感 ・強いボールが打てたときの爽快感 	<ul style="list-style-type: none"> ・仲間同士でボールが繋がらないとき ・ボールをイメージ通りに操作できないとき ・強い返球に対する恐怖心 ・接触部位等の痛み

3 生徒の実態

(1) 知識及び技能

前年度は、バレーボールの成り立ちについて学習し、ルールや基本的な用語を理解している生徒が多く、半数以上の生徒がゲームや練習時に言葉に出すことができる。また、基本的なボール操作を学んでおり、オーバーハンドやアンダーハンドのパスを用いて仲間にボールを返球できる生徒が多い。

(2) 思考力、判断力、表現力等

毎時間の学習カードの成果と課題を生かして、話し合いを行える生徒が多い。また、全てのチームが自己の課題を仲間に伝え、練習に取り組める。一方で、昨年は自己の課題を伝えることに消極的な生徒もいるが、リーダーを中心に練習方法を選びながら、話し合いの中で伝えようとする場面が増えている。

(3) 学びに向かう力、人間性等

昨年度から、チームの協力や仲間の支えを大切にしている生徒が多く、ゲームのセルフジャッジにも自ら申告する等のフェアプレイをしようとする様子が多く見られる。

【意識調査の結果から】

質問1 体育の授業は好きですか。

回答	好き	どちらかという好き	どちらかという嫌い	嫌い
男子	13人	3人	2人	0人
女子	9人	5人	2人	1人

質問2 球技(バレーボール)の学習でどのようなことができるようになりたいですか。

回答	強いアタックが打てるようになりたい(14名) ラリーを続けられるようになりたい(9名) あきらめなくてボールを追いかけるようになりたい(3名) ジャンプのタイミングを合わせられるようになりたい(2名)
----	--

4 教師の指導観

(1) 知識及び技能

ボールに触れる機会を増やすため、個人練習やペア練習を多く取り入れ、ボールを使用した運動時間を確保する。

また、第2学年ではラリーが長く続くよう守備にも力を入れる。そのため、腰を落とすことや膝を曲げることの技術に関する理解を深められるよう、掲示物等を活用する。

(2) 思考力、判断力、表現力等

単元の中盤で技能の習熟度を確認し、自己の課題に気付けるようにする。学習した知識及び技能を自己やチームの課題解決に活用できるよう単元の終盤に課題解決的な学習を多く取り入れ、話し合い活動の活性化を図る。

(3) 学びに向かう力、人間性等

痛みや恐怖心を払拭して、生徒が繰り返し活動に取り組めるよう、教具を工夫したり、ルールを簡素化したりする。

また、チーム内での役割分担やゲームのジャッジを生徒に任せることで、全員が授業に参加し、取り組める学習環境を目指す。

5 単元の目標

- (1) バレーボールの特性や技術の名称などについて理解するとともに、ボール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巡る攻防をすることができるようにする。 <知識及び技能>
- (2) 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ることができるようにする。 <思考力、判断力、表現等>
- (3) バレーボール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、仲間の学習を援助しようとするなどをして、健康・安全に気を配ったりすることができるようにする。 <学びに向かう力、人間性等>

6 単元の評価規準

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集団対集団で攻防を展開し、勝敗を競う楽しさや喜びを味わえる特性があることについて、言ったり書き出したりしている。 ②バレーボールにおいて用いられる技術には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて学習した具体例を挙げている。 ○技能 ③テイクバックをとって肩より高い位置からボールを打ち込むことができる。 ④相手側のコートの中を空いた場所にボールを返すことができる。 ⑤プレイを開始するときは、各ポジションの定位置に戻るができる。	①提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ②学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。 ③仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。	①バレーボールの学習に積極的に取り組もうとしている。 ②マナーを守ったり相手の健闘を認めたりして、フェアなプレイを守ろうとしている。 ③練習の補助をしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。 ④健康・安全に留意している。

7 単元の計画

(1) 領域の取り上げ方

学年/運動	バレーボール (ネット型)	ソフトテニス (ネット型)	バスケットボール (ゴール型)	サッカー (ゴール型)	ソフトボール (ベースボール型)
第1学年	8時間	8時間	—	—	10時間
第2学年	10時間 (本単元)	—	7時間	7時間	—
第3学年	12時間		12時間		12時間

※第1・2学年で全ての型を必修。

※第3学年は、「バレーボール」「ソフトテニス」から選択。「バスケットボール」「サッカー」から選択。「ソフトボール」を必修。

(2) 内容(運動種目)の取り上げ方

学年	教材	目指す動き
1	バレーボール	<ul style="list-style-type: none"> ・簡易的なゲームでラリーを続ける。 ・基本的なボール操作とボールを持たないときの動きを身に付ける。
2	バレーボール	<ul style="list-style-type: none"> ・仲間と連携したゲームでラリーを続ける。 ・定位置に戻る等の動きによって空いた場所をめぐる攻防を展開する。
3	バレーボール	<ul style="list-style-type: none"> ・ポジションの役割に応じたボール操作や仲間と連携する。 ・一連の流れで攻撃を組み立てたり、考えたりする。

(3) 指導と評価の計画 (10時間扱い) 本時は○印 5 / 10時

ねら	1	2	3	4	⑤	6	7	8	9	10
ら	バレーボールの楽しさを知ろう	基本的な技術を確認しよう	基本的な技術に付けよう	協力してゲームに挑戦しよう	肩より高い位置からボールを打って相手コートに返そう	攻守の切り替えを早くしよう	チームの特徴を考えて練習しよう	空いた場所をねらって、たくさん点を取ろう	協力してゲームを楽しもう	
い	・特性、約束事の役割分担	・ボールの扱い方	・片手打ちの練習	・ボールや相手に正対する動き方	・レイクバックの取り方	・ポジションへ戻る動き方	・自己やチームの課題の明確化	・チームの課題に応じた練習方法	・まとめの試合	・まとめの試合
指	・準備、片付けの仕方	・パスの行い方	・サービスの練習	・ゲームの行い方	・助走の行い方	・攻守の切り替え	・ゲームの行い方	・返球パートナーの紹介	・試合仲間との協力の仕方	・フェアプレイ
導										
内										
容										
1	1 特性や約束事の確認	2 用具の準備	2 集合・挨拶・挨拶・健康観察	3 準備運動	4 感覚づくりの運動	5 ねらいの確認				
学	2 学習の準備	6 攻撃練習	6 攻撃練習	6 攻撃練習	6 攻撃練習	6 守備練習	6 課題解決練習	6 課題解決練習	6 課題解決練習	
習	・グループ編成	・壁打ち	・サーブ投げ	・前時の復習	・トス→片手打ち練習	【チーム練習】 ・定位置に戻る練習	・話し合い活動	・話し合い活動	・話し合い活動	
過	・役割分担や学習カードや資料の活用方法	・トス	・つり下げボール打ち	・ゲーム I	・話し合い活動	・チームで攻守交代	※チームの強み	※多くの得点を取るためには	7 まとめのリーグ戦	
程	・練習の場や練習方法の確認	※ICTの活用(動きの確認)	・投げ上げボール打ち	○教師の説明	※高い位置でのボールの捉え方	・話し合い活動	※貢献の仕方	・練習方法の決定	※作戦(攻撃と守備)の確認	
3	前年度の復習	7 技術の確認【守備】	7 サービスの練習	・声かけの方法	7 ゲーム I	※相手に得点を与えない方法	・練習事項から選択	7 ゲーム II	8 集合・整理運動	
4	感覚づくりの運動	・ステツプ	・アンダーハンド	・声かけの方法	・役割分担の決定	7 ゲーム I	○教師の説明	7 ゲーム II	9 学習の振り返り	
5	学習の振り返り	・構え方	・オーバーハンド	・声かけの方法	・全員が成果を発揮する機会を作る	7 ゲーム I	・ルールの確認	・相手チームの分析	10 単元の成果の確認	
6	次時の予告	・動き方					・審判法の確認		11 あいさつ・片付け	
7	挨拶・片付け									
8	8 集合・整理運動・健康観察	9 学習の振り返りとまとめ	9 学習の振り返りとまとめ	10 次時の予告	11 挨拶・片付け					
知・技	①	②	③	④	⑤					
思・判・表		②	③	④	⑤					
態		④	③	④	⑤					
方法	観察・カード	観察・カード	観察	観察	観察					
場面	1	6, 7	6, 7	6, 7	6, 7	6, 7	6, 7	6, 7	6, 7	7, 9

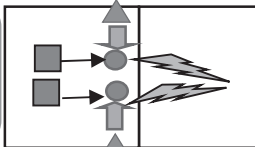

8 本時の学習と指導（5/10時）

(1) ねらい

テイクバックをとって肩より高い位置からボールを打ち込むことができるようにする。 〈知識及び技能〉

(2) 準備 ボール タイマー ビブス 得点板 バドミントン支柱 ネット 学習カード

(3) 展開

段階	学習活動・内容	指導上の留意点（○指導 ◆評価規準）
導入 10分	1 用具の準備 2 集合・挨拶・健康観察 3 準備運動 4 感覚づくりの運動 (1) キャッチボール (2) 直上オーバーハンドパス(30秒) (3) 直上アンダーハンドパス(30秒) (4) 2人組対面パス(1分) (5) 三角パス(1分) (6) 打ってレシーブ(交互に1分ずつ)	○協力し、安全に注意して準備させる。 ○体調不良、見学者を確認し活動を指示する。 ○リーダーを中心に、大きな声と動作で行えるようにする。 ○感覚づくりの運動は、ボールを落とさず行えるようにする。 ○助言し合いながら行うことで、練習やゲームに活用できる必要な技術であることに気付けるようにする。
展開 30分	5 ねらいの確認 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> 肩より高い位置からボールを打って相手コートへ返そう。 </div> 6 攻撃練習 ・トス（両手投げ）にタイミングを合わせて打つ練習 <div style="display: flex; justify-content: center; align-items: center; gap: 10px; margin: 10px 0;"> ■…アタッカー ▲…トス </div> <div style="display: flex; align-items: center; margin: 10px 0;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-right: 10px;"> つり下げボール ※既習事項の活用 </div>  </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> ・話し合い活動 <話し合いの内容と解決策（例）> ○「肩より高い位置でボールを打つには？」 ・伸び上がるときに腕を振り上げる。 ・肘を伸ばして振り切る。 ○「より勢いのあるボールを打つには？」 ・ジャンプして、より高い位置から打つ。 ・落ちるボールにタイミングを合わせる。 </div>	○学習カード等で前時を振り返り、本時のねらいとの関連付けを図る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> ◆テイクバックをとって肩より高い位置からボールを打ち込むことができる。（観察） 【知識・技能】 </div> <div style="text-align: right; margin: 10px 0;">  </div> ○教師（生徒）が見本を見せる。 ○主体的に意見交換をして、動きのイメージがもてるようにする。 ○チーム全員が練習できるようにする。 ○活動の中で声かけできるようにする。
	7 ゲームⅠ <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <ルール> ・サーブはスローインまたはアンダーハンドサーブ（コート内） ・レシーブはキャッチする ・キャッチしたボールを持ったまま移動可 ・3タッチまたは4タッチで相手コートへ ・ブロック禁止 ・サーブ権が自チームになった時に、ポジションを時計回りに1つ移動する。 </div>	○テーマを与える等、巡回して話し合いを補助する。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> △努力を要すると判断される状況（C）の生徒への指導の手立て ・静止した状態でつり下げ式ボールを打つことで、腕の振り上げと肘を伸ばして打つ感覚をつかめるようにする。 ◎十分満足できると判断される状況（A）の生徒の具体的な姿 ・跳びながら全身を使って、ボールを打つことができる。 ・助走からボールを打つまでの一連の動作が繰り返しできる。 </div> ○リーダーを中心に役割分担ができるようにする。 ○学習者用PC等でチームの動きを撮影できるようにする。（状況に応じて） ○全員が攻撃できるような機会を設け、失敗しても認められる雰囲気を作る。 ○よい点や努力している姿を積極的に称賛する。
整理 10分	8 集合・整理運動・健康観察 9 学習の振り返りとまとめ 10 次時の予告 11 挨拶・片付け	○チームでまとまって行うようにする。 ○振り返りは、学習カードを活用する。 ○発表は、数名の生徒を指名する。 ○生徒の言葉をつなげるなど、ねらいに正対したキーワード等を用いてまとめる。 （例：ボールにタイミングを合わせて腕を振り上げると、肩より高い位置でボールが打てる。） ○次回の見通しがもてるように説明する。 ○大きな声で元気よく挨拶できるようにする。 ○協力して用具の片付けを行うようにする。

令和2年10月26日(月)第5時限 実施場所 グラウンド
 第3学年A・B・C組 22名(男子10名・女子12名)
 埼玉県立皆野高等学校 教諭 猪野 真史
 児玉 庄次郎

1 単元名 「球技」ゴール型(ラグビー)

2 運動の特性

(1)一般的特性

ラグビーの起源は、1923年にイギリスのラグビー校において、フットボールの試合中、ボールを抱えたまま相手ゴールを目指して走り出したことが起源とされている。当時のフットボールは、今のサッカーも生まれておらず、手を使うこと自体はルールとして許されていたが、ボールを持って走ることが許されておらず、初めての行為だったという。

ラグビーは、ゴール型の中でも最も多い人数で行うゲームであり、ランニングイン、パス、キック、コンタクトプレー等があり、様々な戦略を駆使して、楕円形のボールを相手のゴールエリアにトライしたり、ゴールポストとバーの上を越えるキックをしたりすることで、得点を競う集団競技である。また、試合後は敵味方ではないというノーサイドの精神を尊重することから、紳士のスポーツとも言われている。

今回、新型コロナウイルス感染防止の観点と学校の事情を踏まえ、ラグビーの導入段階として、タグラグビーを取り上げることとする。タグラグビーは、タックルをはじめとする身体の接触プレーを一切排除しているため、誰でも安全に楽しむことができるボールゲームである。得点の仕方も、左右のタッチラインにはさまれた広い得点ゾーンに走り込んでボールを置くだけなので、運動が苦手な生徒でも容易に得点することができる。守り方も、ボールを持っている相手プレーヤーの左右の腰に着いているタグのどちらかをとるだけなので、理解しやすい。

このように、ボールを持って走ることから運動量が豊富で、相手をかんだり、タグをとられないように逃げ回ったりすることから、筋力や持久力はもちろんのこと、敏捷性やバランス感覚も養え、体力全体を向上させることができる。

(2)生徒から見た特性

タグラグビーの楽しさや喜びを感じる要因	タグラグビーにおけるつまづきや否定的な要因
<ul style="list-style-type: none"> ・相手を抜く ・パス回しや作戦などの連携で相手を突破する ・トライする ・ボールを奪われる心配なく走ることができる 	<ul style="list-style-type: none"> ・自身が走りながらパスすることの困難さ ・動いている標的へのボールパス ・恐怖心から前進できない ・ルールの理解に時間を要する

3 生徒の実態

(1)技能

身体感覚・運動感覚に課題をもつ生徒が多く、ボールを捕る・投げる、走りの速度の緩急や方向転換などの身体操作は、苦手な傾向にある。

(2)態度

運動に対して肯定的であり、積極的な態度で授業に参加することができる。また、生徒同士の関わり合いも多く、主体的・協力的に授業を展開することができる。

(3)知識、思考・判断

技能の上達や戦術・戦略に向けて、学問的知識として積極的に学ぶ姿勢はあまり見受けられず、自己の動きに対するフィードバックができない生徒が多い。

<体力テスト結果比較表(2年次・2019年)>

全校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	持久走	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ
本校男子	35.0	26.33	38.33	54.92	443.18	7.63	204.17	19.33
H31 県平均	39.41	32.93	50.40	57.98	354.40	7.25	227.22	25.79
本校女子	26.14	21.07	48.50	46.73	364.53	9.08	167.21	14.53
H31 県平均	26.69	26.93	50.11	49.28	279.28	8.71	177.18	14.62

A判定・・・2人(7%) B判定・・・3人(11%) C判定・・・12人(52%) D+E判定・・・8人(30%)

4 教師の指導観

(1)技能

投げる・捕る・走るなどの基礎技術を定着できるようにするとともに、ゴール型・ラグビーの特性を理解し、状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって、空間への侵入などから攻防を展開できるようにしたい。特に、技能的には個々に差があるため、レベルに応じたアドバイスをしたい。

(2)態度

主体的に取り組むことで、種目の魅力を味わいながら楽しむことができるとともに、相手の素晴らしいプレーを認めたり、相手を尊重したりできるようにしたい。また、仲間と活動する上で必要な役割を作り、責任をもって分担し合い、合意形成に貢献できるようにしたい。さらに、自己の体調の変化に留意しながら、安全を確保し事故や怪我を未然に防ぎながら、取り組めるようにしたい。

(3)知識、思考・判断

個人の技術やチームとしての作戦・戦術の名称をはじめ、技能の向上や体力の高め方について、理解を深められるようにしたい。また、技術的なつまづきや課題に対して自己・他己分析することで、有効な練習方法の提案や改善ができるようにしたい。ICT活用の観点から、タブレットやプロジェクターを積極的に活用し、自己の課題に気づき、課題に応じた練習ができる環境を作りたい。

5 単元の目標

(1)主体的に取り組み、互いを尊重し合い、健康・安全に留意できるようにする。

【関心・意欲・態度】

(2)自己の課題を分析し改善しようとするとともに、仲間に対して技術的な課題や有効な練習方法を指摘できるようにする。【思考・判断】

(3)状況に応じたボール操作と走る技術を高め、味方と連携してトライしたり、チームの役割に応じた動きをすることができるようにする。【技能】

(4)技術などの名称や行い方、課題解決の方法について、理解したことを言ったり書き出したりすることができるようにする。【知識・理解】

6 単元及び学習活動に即した評価規準

	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> 球技の学習に主体的に取り組もうとしている。 フェアなプレイを大切にしようとしている。 役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとしている。 合意形成に貢献しようとしている。 互いに助け合い高め合おうとしている。 健康・安全を確保している。 	<ul style="list-style-type: none"> これまでの学習を踏まえて、チームが目指す目標に応じたチームや自己の課題を設定している。 課題解決の過程を踏まえて、取り組んできたチームや自己の目標と成果を検証し、課題を見直している。 チームの仲間の技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。 作戦などの話し合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けている。 健康や安全を確保・維持するために、自己や仲間の体調に応じた活動の仕方を選んでいる。 球技を生涯にわたって楽しむための自己に適した関わり方を見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> ゴール型では、空間への侵入などから攻防を展開するための状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 技術などの名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 球技に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 課題解決の方法について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 競技会の仕方について、学習した具体例を挙げている。 審判の方法について、学習した具体例を挙げている。
学習活動に即した評価規準	<ol style="list-style-type: none"> ①タグラグビーの学習に主体的に取り組もうとしている。 ②ルールを理解した上で、安全かつフェアなプレイを大切にしている。 ③話し合い等において、相手を尊重したコミュニケーションをとろうとしている。 ④チーム内での自己の役割を理解し、責任を果たそうとしている。 	<ol style="list-style-type: none"> ①自己やチームの技術的な課題を把握し、課題解決に向けた改善方法を見付けている。 ②グループやチームでの有効な練習方法を選んでいる。 ③前向きで楽しい雰囲気を作るために、肯定的な声掛けやアドバイス等を指摘している。 	<ol style="list-style-type: none"> ①走る技術において、相手を抜いたり、空いている空間にバランスよく進入したりすることができる。 ②投げる技術において、味方が次に動く空間を予測してパスを送ることができる。 ③チームで、戦略を立て空いている空間に侵入するなどの攻防を展開することができる。 	<ol style="list-style-type: none"> ①走り方やパスの技術の名称を言ったり、書き出したりしている。 ②学習した戦術・戦略について具体例を挙げている。 ③ゲームについてのルールを理解した上で、トライやディフェンスのポイントを言ったり、書き出したりしている。

7 単元計画

(1)領域の取り上げ

学年	1 学期	2 学期	3 学期
1 (3 単位)	バレーボール (15 h)	ソフトテニス・バドミントン選択 (15 h)	バスケットボール (18 h)
2 (2 単位)	ソフトボール・バレーボール選択 (20 h)		サッカー・バドミントン選択 (15 h)
3 (3 単位)	バレーボール・ソフトテニス選択 (12 h)	ラグビー・バドミントン選択 (13 h)	バスケットボール・サッカー選択 (10 h)

(2)領域の内容 (運動種目) と目指す動き

学年	領域	目指す動き
3 年	ラグビー (タグラグビー)	状況に応じたボール操作を活用し、空いている空間に侵入するなどの攻防を展開する。

(3)指導と評価の計画(13時間扱い 本時は○)

時	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
ねらい	ラグビーの特徴やルールを知り、主体的に取り組もう。	様々な走り方を理解しよう。	相手を抜くための走り方を身に付けよう。	パスの技術的な課題を見付けよう。	動きながらパスの出し方を身に付けよう。	ルールを理解し、フェアなプレイを大切にしよう。	戦術・戦略のバターンを理解しよう。	ディフェンスを引きつける有効な練習方法を選ぼう。	ディフェンスのポイントを理解しよう。	チームで戦略を立て、攻防を展開しよう。	チーム内での役割を理解し、プレイしよう。	肯定的な声掛けやアドバイスをしよう。	相手を尊重したコミュニケーションを図り、ラグビーになっよう。
指導内容	・ラグビーとタグラグビーの違いの把握 ・ルールの理解	・ステップ、方向転換の仕方	・速度変化、フエントの仕方	・相手と対峙する際のパスの正確さ ・オフサイドの理解	・空いているスペースへの侵入の仕方	・サポートの動き方 ・攻撃の戦術バターン	・ディフェンスを引きつける有効な練習方法 ・チームでの作戦立案	・ディフェンスのポイントを理解しよう	・チーム課題に合った練習方法の把握	・チーム内での役割の理解と実行	・自チームや相手チームを認める雰囲気づくり	・ラグビーとタグラグビーの比較・検討 ・発表	
学習過程	3 映像視聴及びルールの理解 ・ラグビーの試合(19WC時) ・タグラグビーの解説 ・ルールの確認	3 走る技術 (1) 方向転換 ・直進→斜め ・直進→真横 ・直進 ・後退 →スロー ・サイドステップ (2) 速度変化 ・ゆっくり →はやく →はやく →ストップ →はやく	3 走る技術 (1) 方向転換 ・直進→斜め ・直進→真横 ・直進 ・後退 →スロー ・サイドステップ (2) 速度変化 ・ゆっくり →はやく →はやく →ストップ →はやく	3 パス練習 (1) スクリューパス ・片手直上、対人 ・両手対人 ・三角パス (2) ストレートパス ・対人パス ・三角パス 4 突破ゲーム (1) 2対1 (2) 3対2 5 数的優位 (1) 2対1 (2) 3対2 6 突破ゲーム (1) 2対1 (2) 3対2 7 エリア2箇所	3 金魚ラン&パス 4 動きながらパス ・歩きながらパス ・小走りパス ・走ってパス 5 数的優位 (1) 2対1 (2) 3対2 (3) 4対3 6 ミニゲーム (前向き) ・5回で攻守交替	3 ランパス ・走りながらパス ・サポートに回りながらパス 4 サポート&戦術バターン (1) 右から左 ・右から左 ・真ん中から ・サイドへ展開 (2) 真ん中から ・サイドへ展開 (3) サポート &突破 5 数的優位 (1) 3対2 (2) 4対3 6 ミニゲーム ・2～3分で攻守交替 ・タグ制限なし	3 ランパス ・走りながらパス ・サポートに回りながらパス 4 サポート&戦術バターン (1) 右から左 ・右から左 ・真ん中から ・サイドへ展開 (2) 真ん中から ・サイドへ展開 (3) サポート &突破 5 数的優位 (1) 3対2 (2) 4対3 6 ミニゲーム ・2～3分で攻守交替 ・タグ制限なし	3 ランパス ・走りながらパス ・サポートに回りながらパス 4 サポート&戦術バターン (1) 右から左 ・右から左 ・真ん中から ・サイドへ展開 (2) 真ん中から ・サイドへ展開 (3) サポート &突破 5 数的優位 (1) 3対2 (2) 4対3 6 ミニゲーム ・2～3分で攻守交替 ・タグ制限なし	3 ランパス ・走りながらパス ・サポートに回りながらパス 4 サポート&戦術バターン (1) 右から左 ・右から左 ・真ん中から ・サイドへ展開 (2) 真ん中から ・サイドへ展開 (3) サポート &突破 5 数的優位 (1) 3対2 (2) 4対3 6 ミニゲーム ・2～3分で攻守交替 ・タグ制限なし	3 チームの課題練習 ・基礎(走る、パス)、応用(パス)を選択させる 4 戦術会 ※通常ルールで攻守交替 ・4回で攻守交替 ・ノックオン、スローフワードで攻守交替 ・ラインアウトは投げ入れで再開	3 チームの課題練習 ・基礎(走る、パス)、応用(パス)を選択させる 4 戦術会 ※通常ルールで攻守交替 ・4回で攻守交替 ・ノックオン、スローフワードで攻守交替 ・ラインアウトは投げ入れで再開	3 チームの課題練習 ・基礎(走る、パス)、応用(パス)を選択させる 4 戦術会 ※通常ルールで攻守交替 ・4回で攻守交替 ・ノックオン、スローフワードで攻守交替 ・ラインアウトは投げ入れで再開	3 1時間目の映像を改めて視聴 4 チームごとに話し合い ・ラグビーとタグラグビーの共通点や違いについて ・ラグビーの魅了について ・授業を通しての感想等 5 話し合ったこと等の発表
	関	①			①	②	②	②	③	④	④	⑤	⑤
評価計画	観察・学習カード	観察・動画	観察・学習カード	観察・学習カード	観察・学習カード	観察・学習カード	観察・動画	観察・学習カード	観察・学習カード	観察	観察・学習カード	観察・学習カード	観察・学習カード
場面	3, 5	3, 4	3, 4	3, 4	4, 5	4, 5, 6	4, 5, 6	4, 5, 6	4, 5	4	4, 5	3, 4	4, 5

8 本時の学習と指導 (8 / 13 時)

(1)ねらい

ディフェンスを引きつける有効な練習方法を選ぶことができるようにする。

(思考・判断)

(3)準備

ボール12個、タグ23個、ラインカー、ピプス14枚、ストップウォッチ1、スポーツタイマー1、ラジカセ1、大型テレビ1、タブレット4台

(4)展開

段階	学習内容・活動	指導上の留意点 (○指導 ◆評価)
導入 1 2 分	1 整列・体操・補強・挨拶・出席・健康観察 2 本時のねらい・流れの確認・前時の復習	○手洗い、消毒してから集合するようにする。 ○体育委員が中心となって整列・体操を行うようにする。 ○本時のねらいと流れを明確にし、生徒が理解して活動できるようにする。 ○前時に学習した戦術について、ICTを活用して説明する。
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <p>〈ねらい〉ディフェンスを引きつける有効な練習方法を選ぼう。</p> </div>		
展開 3 3 分	<p>3 ラン&パス (4人1組) (4分)</p> <p>(1) 走りながらのパス</p>  <p>(2) サポートに回りながらのパス</p>  <p>○ : ボールの動き ○ : 生徒の動き</p> <p>4 サポート&戦術パターン (2対2) (6分)</p> <p>(1) 右から左へ展開時のサポート&突破</p>  <p>(2) 真ん中からサイドに展開時のサポート&突破 (3対2)</p>  <p>5 数的優位での突破練習 (8分)</p> <p>(1) 3対2</p> <p>※ボール保持者自由 ディフェンスとの距離約5メートル</p> <p>6 ミニゲーム (5分×3)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・7人×3チーム ・2分半でA攻撃のみ、B守備のみ、C見学及びタブレット撮影 ・タグ制限なし ・トライの得点は、本時の学習した戦術ができた場合2点、その他は1点 ・反則をした場合は、プレイを一回止め注意をし、反則をした場所から再開する。 	<p>3 (1) 走りながらのパス</p> <ul style="list-style-type: none"> ○パスする際、渡す者に合図する。 ○スローフォワードにならないようラインを意識するよう指示する。 ○パスした生徒が、オンサイドの位置にすばやく戻るよう促す。 ○前に走りながら相手に取りやすいパスを意識するようにする。 ○パスを受け前進してから、パスするようにする。 <p>(2) サポートに回りながらのパス</p> <ul style="list-style-type: none"> ○(1)の指導を意識し続けるようにする。 ○パスした後、すばやく最短距離でサポートの位置に入るようにする。 ○慣れてきたら走るスピードを上げてできるようにする。 <p>○次の練習にすばやく移動するようにする。</p> <p>4 (1) 右から左へ展開時のサポート&突破 (2対2)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○「始」は、前進してから「2」にパスをするようにする。 ○「2」は、「始」の生徒からいつパスがきても対応できる態勢と距離間を保ち、前進するようにする。 ○「2」は、「デ」2人に向かって走りこむようにする。 ○「始」は、「2」の後ろ最短距離を走り、スピードを落とさず「2」からのパスを落とさず受けるようにする。その際、「2」は、できるだけ「始」を見ないでパスすることを意識するようにする。 ○「始」は、ディフェンスのいないスペースに向かって走り、突破するようにする。 <p>(2) 真ん中からサイドに展開時のサポート&突破 (3対2)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○「始」は、前進することを意識するようにする。 ○「始」は、瞬時の判断で、ディフェンスがノーマークの味方にパスをするようにする。 ○「2」「3」は、どちらにパスが来てもよいポジションを維持しておくようにする。 ○「始」がパスを出した瞬間に、パスを受けなかった者(「3」)は、パスを受けた者(「2」)をサポートする位置に走るようにする。 ○「2」は、突破することを意識して走りこむようにする。 ○「3」は、「2」がディフェンスを突破できそうにない場合、自分の位置やパスのタイミングを「2」に伝え、「2」はできるだけ「3」を見ずにとりやすいパスをするようにする。 ○「3」は、「デ」のいないスペースに向かって走り、突破するようにする。 <p>○次の練習をスムーズに開始できるようにする。</p> <p>5 数的優位での突破練習</p> <ul style="list-style-type: none"> ○グループに分かれ、練習したことを意識して行うようにする。 ○グループで作戦を考えるように促す。 ○事故や怪我に気を付けてプレイさせる。 ○見学の際、相手の良いプレイを把握するように促す。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>◆グループやチームでの有効な練習方法を選んでいる。 【思考・判断②】</p> </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 5px;"> <p>▲「努力を要すると判断される状況(C)」の生徒への指導の手立て</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の役割を理解できていない。→動きのイメージをつかめるようにする。 ・前に進みながらパスのタイミングがつかめない。→見方へのパスと「デ」との距離間を確認するようにする。タグを取られることを気にしない。 <p>◎「十分満足できると判断される状況(A)」の生徒の具体的な姿</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ディフェンスを引き付けたりサポートする走り方がきる。 ・空いているスペースに走り込み、突破できる。 </div>
整理 5 分	7 集合・整理運動・健康観察 8 本時の振り返り・次時の予告 9 挨拶・解散	○道具の片付け、集合をすばやく行わせるように声掛けをする。 ○使った筋肉等をほぐすイメージで行うようにする。 ○本時のできたことやつまづきを確認し、学習カードにまとめるように指示する。 ○手洗い、消毒等をするよう指示する。