

## 第1学年 保健体育科学習指導案

令和3年10月20日 水曜日 2校時

第1学年2組（男子17名、女子17名）

場 所 西 中 学 校 テ ニ ス コ ー ト

指 導 者 堀 切 一 甫

### 1 単元名 球技（ネット型 ソフトテニス）

### 2 単元の目標（第一学年及び第2学年の1学年分）※（ ）は2学年で取り上げる内容

(1) 次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、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を理解するとともに、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開することができるようにする。

イ 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。 (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、表現力等)

(3) 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や、健康・安全に気を配ることができるようにする。 (学びに向かう力、人間性等)

### 3 運動の一般的特性

球技は、ゴール型、ネット型及びベースボール型などから構成され、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。

小学校では、「ゲーム」と「ボール運動」で簡易化されたゲーム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に取り組んでいる。

中学校では、これらの学習を受けて、基本的な技能や仲間と連携した動きを発展させて、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームが展開できるようにすることが求められる。

ネット型とは、コート上でネットを挟んで相対し、身体や用具を操作してボールを空いている場所に返球し、一定の得点に早く到達することを競い合うゲームである。ネット型の学習においては、ネット型の種目に共通する動きを身に付けることが大切である。

第1学年及び第2学年ではラリーを続けることを重視し、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展開できるようにする。

## 4 生徒の実態

### (1) 運動に触れる楽しさの体験状況

運動部活動に加入している生徒は、9割である。事前アンケートによると「体育の授業は好きですか」という問いに対して、80%の生徒が「好き」または「どちらかというが好き」と回答し、20%の生徒が「好きではない」または「どちらかという好きではない」と回答している。したがって、比較的運動に触れる楽しさを体験している生徒が多い。好きではないという生徒の中には「運動が好きになりたい」、「得意になりたい」と願っている生徒もいる。

ネット競技については小学校でボール運動（ネット型）としてネットを挟んで簡単なゲームをしている。しかし、道具を使っての活動をしたことがない生徒が多いので、道具の扱い方ができるようになるための工夫をすることが必要である。

### (2) 「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」の習得状況

「知識及び技能」においては、体づくり運動で意義や運動の行い方、体の動きを高める方法を理解し、水泳の授業で特性や成り立ち、技術の名称、行い方を学んだ。

「思考力、判断力、表現力等」においては、体づくり運動で自己の体力や他者の体力に関心をもって活動をした。また、自分に合った運動を選び実践することができた。しかし、仲間の運動を補助したり相談したりする対話的な活動が、新型コロナウイルス感染症対策の影響で制限されているので、仲間の運動を見たりワークシートを介したりして感想やアドバイスを書かせて対話的な活動を行った。水泳においては自己の課題を知り課題克服のための取組を工夫しながら活動した。

「学びに向かう力、人間性等」においては、各授業において積極的に取り組み、安全に学習を進めるため、仲間との協力や、仲間の学習を援助した活動を行った。また、水泳の授業では水泳の事故防止に関する心得を遵守することを学んだ。

### (3) 体力の状況

本年度の新体力テスト（5月実施）の結果から、本学級は、A・B段階の生徒が、男子11%、女子64%である。一方、D・E段階の生徒は男子52%、女子5%である。この結果から、男子は体力が低い状況であり、女子は比較的優れている生徒が多い。

(本学級生徒の新体力テスト総合評価別人数)

段階	男子					女子				
	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E
人数	0	2	6	7	3	4	7	5	1	0
割合 (%)	0%	11%	35%	35%	17%	23%	41%	29%	5%	0%

## 5 学習を進めるに当たって

単元を構成するに当たっては、第1学年及び第2学年のネット型ではラリーを続けることを重視し、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展開できるようにする。そのためにまず第1学年では、ボールや用具の操作、定位置に戻ることを重点的に行い、基本的なボール打ちからラリーを行い、ボール操作を習得できるようにする。第2学年では1学年で身に付いた基本的なラケット操作から空いた場所をめぐる攻防を展開できるようにしていく。第3学年では役割に応じたボール操作と空間を作り出すなどの動きによって空いた場所をめぐる攻防をする。1時間目のオリエンテーションでは、用具の扱い方や名称を押さえボール慣れやラケット慣れを行う。ここでは、基本的なラケット操作からボールを遠くに打つことを意識して行う。2時間以降は、ドリル練習を行いながら様々な課題に取り組ませる。

単元前半では、ボールやラケットに慣れながらストロークを中心にペアで1本打ちを行い、ボールを正確に打つ、コートに入れることを意識する。また、シングルス形式でゲームを行い様々な相手とラリーを通して自己の技能や相手の技能を高められるように、コートの広さや制限を工夫しながら行っていく。単元後半では、空いた場所を狙うことができるようにし、前衛の技能を身に付け、3対3形式のゲームをしながら単元の知識、技能の習得を図る。

本単元では、ボールやラケットに慣れることだけにとらわれることなく、宮崎県中学校体育連盟研究部、都城地区中学校体育連盟研究部が作成した動画資料集や毎時間の習得実践動画を活用しながら授業を進めていき、ペアやグループで協力することで対話的に活動していく。また、タブレット端末内の映像（動画資料集）や、動画（習得実践動画）を見ながらペアやグループで活動することによって、自己の課題や仲間との違いを考えながら取り組めるようにしたい。さらに、毎回、自分のストロークのフォームの動画を保存して自分のフォームの変化もわかるようにして単元後半のゲームに生かしていきたい。また、「運動やスポーツの多様性（イ、運動やスポーツへの多様な関わり方）」（体育理論）で学習したことを、ペア活動やゲームで活かせるようにしていく。

そこで本時は、主体的に自分のフォームと良い例とを見比べられるようにタブレットを活用し、目標にせまる。また、仲間と話し合う場面で、動画資料集で提示された物を参考にして、仲間へアドバイスしながら対話的に関わるようにする。まず、タブレット端末に保存されている動画を見ながら前時までのフォームや学習カードのまとめ、気付きを確認して本時の目標に取り組む。次に動画資料集を見て用具操作、分担した役割の仕方を参考にしながらドリル練習を行う、またその際、ペアやグループで意見交換をすることで、より考えを深めさせる。

6 単元の評価規準 (●第1学年 ・第2学年 ◎第1・2学年共通)

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度	
全ての単元の評価規準	<p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>球技には、集団対集団、個人対個人で攻防を展開し、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</li> <li>学校で行う球技は近代になって開発され、今日では、オリンピック・パラリンピック競技大会においても主要な競技として行われていることについて、言ったり書き出したりしている</li> <li>●球技の各型の各種目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</li> <li>対戦相手との競争において、技能の程度に応じた作戦や戦術を選ぶことが有効であることについて、学習した具体例を挙げている</li> <li>●球技は、それぞれの型や運動種目によって主として高まる体力要素が異なることについて、学習した具体例を挙げている</li> </ul>	<p>○技能</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>サーブでは、ボールやラケットの中心付近で捉えることができる</li> <li>●ボールを返す方向にラケット面を向けて打つことができる</li> <li>味方が操作しやすい位置にボールをつなぐことができる</li> <li>相手側のコートの空いた場所にボールを返すことができる</li> <li>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</li> <li>●相手の打球に備えた準備姿勢をとることができる</li> <li>●プレイを開始するときは、各ポジションの定位置に戻ることができる。</li> <li>◎ボールを打ったり受けたりした後、ボールや相手に正対することができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている</li> <li>◎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</li> <li>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</li> <li>◎練習やゲームの場面で、最善を尽くす、フェアなプレイなどのよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている</li> <li>●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</li> <li>◎仲間と話し合う場面で、提示された参加の仕方に当てはめ、チームへの関わり方を見付けている</li> <li>体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習やゲームを行う方法を見付け、仲間に伝えている</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎球技の学習に積極的に取り組もうとしている</li> <li>●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</li> <li>作戦などについての話合いに参加しようとしている</li> <li>一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを認めようとしている</li> <li>◎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</li> <li>◎健康・安全に留意している</li> </ul>
単元の評価規準	<p>○知識</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>球技の各型の各種目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</li> <li>球技は、それぞれの型や運動種目によって主として高まる体力要素が異なることについて、学習した具体例を挙げている</li> </ol>	<p>○技能</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>ボールを返す方向にラケット面を向けて打つことができる</li> <li>相手の打球に備えた準備姿勢をとることができる</li> <li>プレイを開始するときは、各ポジションの定位置に戻ることができる</li> <li>ボールを打ったり受けたりした後、ボールや相手に正対することができる</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>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</li> <li>練習やゲームの場面で、最善を尽くす、フェアなプレイなどのよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている</li> <li>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</li> <li>仲間と話し合う場面で、提示された参加の仕方に当てはめ、チームへの関わり方を見付けている</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>球技の学習に積極的に取り組もうとしている</li> <li>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</li> <li>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</li> <li>健康・安全に留意している</li> </ol>

7 指導と評価の計画（12 時間）

時間		1	2	3	4	5（本時）	6	
指導内容	知				①技術のポイント		②体力要素を知る	
	技					①ラケット面		
	思・判・表		③分担した役割		④関わり合い			
	学・人	④健康・安全		③援助				
学習の流れ	0	1 挨拶・出欠 確認・健康 観察	1 挨拶・出欠 確認・健康 観察	1 挨拶・出欠 確認・健康 観察	1 挨拶・出欠 確認・健康 観察	1 挨拶・出欠 確認・健康 観察	1 挨拶・出欠 確認・健康 観察	
	ねらいⅠ 基礎的な技能の向上							
		2 オリエンテーション	2 本時の学習 内容の確認 3 体操、補強 運動					
	10	3 学習の約束を確認 4 道具の確認	4 ボール慣れ 5 ドリル練習 役割を知る	4 ボール慣れ 5 ドリル練習				
	20	5 ウォーミングアップ	6 グラウンドストローク練習					
	30	6 試しのボール打ち 7 動画撮影	7 動画撮影	7 試しのラリー 8 動画撮影	7 動画撮影	7 動画撮影	7 動画撮影	7 動画撮影
40	8 片付け 9 本時の振り返り、次時の確認	8 片付け 9 本時の振り返り、次時の確認	9 片付け 10 本時の振り返り、次時の確認	8 片付け 9 本時の振り返り、次時の確認	8 片付け 9 本時の振り返り、次時の確認	8 片付け 9 本時の振り返り、次時の確認	8 片付け 9 本時の振り返り、次時の確認	
50								
評価	知				①		②	
	技					①		
	思・判・表		③		④			
	学・態	④		③				
準備物		学習カード・ラケット・ボール・PC	学習カード・ラケット・ボール・PC	学習カード・ラケット・ボール・PC	学習カード・ラケット・ボール・PC	学習カード・ラケット・ボール・PC	学習カード・ラケット・ボール・PC	
カリ・マネ	体育理論	必要性・楽しさ	多様な関わり		多様な関わり			
	保健		傷害の防止				運動と健康	
	他教科	A-(2) 節度、節制		B-(6) 思いやり、感謝				

時間		7	8	9	10	11	12
指導内容	知						
	技	③定位置移動	②準備姿勢	④正対する			
	思・判・表				②フェア・他者に伝える	①練習方法選ぶ	
	学・人				②フェアプレーを守る	①積極性	
学習の流れ	0	1 挨拶・出欠確認・健康観察	1 挨拶・出欠確認・健康観察	1 挨拶・出欠確認・健康観察	1 挨拶・出欠確認・健康観察	1 挨拶・出欠確認・健康観察	1 挨拶・出欠確認・健康観察
		ねらい2 ゲームにおいて、相手とのラリーを軸としたゲームを行う。					
		2 本時の学習内容の確認	2 本時の学習内容の確認	2 本時の学習内容の確認	2 本時の学習内容の確認	2 本時の学習内容の確認	2 本時の学習内容の確認
		3 体操、補強運動	3 体操、補強運動	3 体操、補強運動	3 体操、補強運動	3 体操、補強運動	3 体操、補強運動
	10	4 ドリル練習	4 ドリル練習	4 ドリル練習	4 仲間とストローク	4 仲間とラリー	4 仲間とラリー
	20	5 仲間とストロークラリー	5 仲間とストロークラリー	5 仲間とストロークラリー	5 仲間とボレーラリー	5 ストローク&ボレー	5 西中ソフトテニス大会
	30	6 動画撮影 7 ラリーゲーム	6 動画撮影 7 ラリーゲーム	6 動画撮影 7 ラリーゲーム	6 動画撮影	6 動画撮影	6 動画撮影
40	8 片付け	8 片付け	8 片付け	7 片付け	7 片付け	7 片付け	
50	9 本時の振り返り、次時の確認	9 本時の振り返り、次時の確認	9 本時の振り返り、次時の確認	8 本時の振り返り、次時の確認	8 本時の振り返り、次時の確認	8 本時の振り返り、次時の確認	
評価	知						総括的な評価
	技	③	②	④			
	思・判・表				②	①	
	態度				②	①	
準備物		学習カード・ラケット・ボール・PC	学習カード・ラケット・ボール・PC	学習カード・ラケット・ボール・PC	学習カード・ラケット・ボール・PC	学習カード・ラケット・ボール・PC	学習カード・ラケット・ボール・PC
カリ・マネ	体育理論						多様な楽しみ方
	保健						ストレス対処
	他教科						

8 本時の学習（5／12時間）

(1) 本時の目標

○ボールを返す方向にラケット面を向けて打つことができるようにする。

(知識及び技能)

(2) 本時の学習評価

○ボールを返す方向にラケット面を向けて打つことができる。

(知識・技能)

9 学習指導過程

段階	学習内容及び学習活動	指導上の留意点	○：評価項目 (評価方法) 【A・B・Cの例】	「努力を要する状況」と判断される生徒への手立て
はじめ 10分	1 挨拶、出欠確認、健康観察をする。 2 ウォーミングアップを行う。 ・コートを使ってステップ練習。 ・ボールとラケットを使った道具慣れ。 3 動画を見てラケット面の向きの確認を行う。 4 学習のねらい、流れを確認する。	○元気に挨拶をさせる ○体調の確認をさせる ○テニスコートの安全、自分の体調の変化などを確認しながらアップを行わせる。 ○タブレットを起動して前時までのラケット面の向きを確認させる。 ○学習のねらい、流れを意識して見通しがもてるようにする。		
○ボールを返す方向にラケット面を向けて打つことがさらにできるようになる。				
なか 35分	5 動画資料集を見ながら3人のグループ活動を行う。 ・フォアストロークキャッチ打ち ・フォア・バックの手落とし手打ちストローク ・フォアのラケット使いストローク 1人目はボールを打つ 2人目はボール出しを行う 3人目は動画撮影を行う 6 動画を見ながらラケット面の向きの確認を行う。 7 手落としストロークで枠入れゲームを行う。 8 道具の片付けを行う。	○良い例のラケット面の向きをみてイメージをさせる。 ○活動の内容を確認させるために動画資料集を見るように助言する。 ○自分のラケット面の向きを見て良い点や改善点をあげられるようにする。	○ボールを返す方向にラケット面を向けて打つことができる。 (観察・動画) 【Aの例】 ボールを返す方向にラケット面を向けて打つことが安定してできている 【Bの例】 ボールを返す方向にラケット面を向けて打つことができている。 【Cの例】 ラケットもしくは手ラケットで打つことができる。	※手ラケットやミニラケットなどに道具を変える。 ※前時のポイントをふり返させる。 ※テイクバックを小さくするように助言する。
まとめ 5分	9 技能のポイント、改善点を記入してまとめを行い発表を行う。 ○前時で学習したポイント+自分のコツ(グリップ、打点、角度など)	○生徒からポイントを理解して目標に迫った振り返りの発表をさせる。		
	10 元気に挨拶を行う。	○健康観察をして元気に挨拶をさせる。		

