

保健体育科 [体育] 学習指導案

指導者 藤本 幸孝 印
 日時 令和5年1月24日(火) 第2限
 場所 体育館
 対象 1年2・5組(女子25名)

1 単元

球技(バレーボール)

2 運動(競技)の特性

- (1) ネットを挟んでボールを打ち合い、一定の得点に早く到達することを競うネット型の競技である。
- (2) 自分でボールをコントロールすることができるサービス、仲間と連携し、レシーブ、トス、スパイクの三段攻撃などの技術を利用して、相手を空間的・時間的に追い詰めたり、相手のミスを誘う戦術が求められる。
- (3) 相手から飛んでくるボールに素早く反応してラリーを続けたり、コートに空いている場所へ強打したりすることから、敏捷性・全身持久力などを高めることができる。

3 学習のねらい

- (1) 仲間と協力してレシーブ、トス、スパイクなどの基本技能を習得する。
- (2) ゲームを通して仲間と戦術を考え、狙ったところにボールを配球できるようにする。
- (3) 安全に留意しながら学習できる態度や能力を育成する。

4 本時の目標(3/12時間)

アンダーハンドレシーブとオーバーハンドレシーブのポイントを理解し、実践するとともに、タブレットPCを利用し、自分自身のフォームを確認するとともに、自分自身とペアの技術的課題を見つける。

5 教材・教具

バレーボール タブレットPC ワークシート 筆記用具

6 本時の指導と展開

A(知識・技能)、B(思考・判断・表現)、C(主体的に学習に取り組む態度)

段階	時間	学習内容・学習活動	指導上の留意点	評価の観点		
				A	B	C
導入	5分	<ul style="list-style-type: none"> ・整列、点呼、挨拶 ・準備運動、補強運動、ストレッチ ・本時の説明 	<ul style="list-style-type: none"> ・挨拶をしっかり元気よく行わせる。 ・生徒の健康観察を行う。 ・前時までの課題を指摘し、本時のねらいを明示する。 			
展開	35分	<ul style="list-style-type: none"> ・2人1組にて基礎練習 キャッチボール バウンドパス アタック サーブ アンダーハンドパス オーバーハンドパス 応用練習 ・4人1組にてタブレットを使用してフォームの撮影 レシーブする人ボールを投げる人に役割分担してアンダーハンド・オー 	<ul style="list-style-type: none"> ・からだ全身を大きく使ってプレーするようにさせる。 ・自分の意図したところにボールをコントロールさせられるようにさせる。 ・アンダーハンドパス、オーバーハンドパスのポイントを確認させ、自分自身の動き、ペアの動きを 	○		
				○	○	
				○	○	

		バーハンドパス 互いにパスしあう アンダーハンドサーブ ・撮影したフォーム見て、ワークシートをおこなう。	見て、お互いに指摘しあう。 ・アンダーハンドサーブを撮影し、フォームの問題点を見つけ、どのようにした方が良いかを指摘しあう。			○
整理	5分	・整理運動 ・本時のまとめ ・整列、挨拶	・健康観察を行う。 ・共通する課題や自分自身の動きの反省を生かし、次時の見通しを持たせる。			

御高評