

中学校 2年 保健体育科

考える
感じる
想像する

話す・聞く
書く 読む

育成したい
国語力

自分の考えや意図を根拠付ける理由を基に筋道を立てて話す。事実と意見、推論や予測、考え方の根拠を区別しながら、内容を吟味し聞き取る。共感しながら情報を読み取ったり、今後の展開や影響を予想し、自分の考えや判断に生かす。

単元名

球技「バレーボール」

単元の流れ (全12時間)

第1次(1時間)
・試しのゲーム

第2次(4時間)(本時4/4時間)
・試しのゲーム
課題を見付ける。
チーム練習を行う。

第3次(5時間)
・ゲームとルール
の工夫

第4次(1時間)
・まとめ
カードを利用
してまとめる。

本時の目標

・チームや自分の能力に適した課題を設定し、その解決を目指した練習の仕方を工夫することができる。 【運動についての思考・判断】

本時の流れ

導入

本時の目標の確認(一斉)
「チームや自分の課題を発見し、その課題解決に向けた練習の仕方を工夫しよう」

準備運動(一斉)
・準備運動と体ほぐしの運動(ボールに慣れる・ボールに反応するなど)

展開1

自チームのVTRの視聴(グループ)
・課題発見のためにVTRを見る。
・ワークシートを活用し、場面ごと(サーブ・ラリーが続く場面・カバーの場面)に分析する。
・チームで課題解決のための練習方法を決定する。

展開2

チーム別の練習(グループ)
・チームごとに課題別練習をする。
(例) 個人的技能(パス、レシーブ、スパイク、ブロックなど)
集団的技能(三角パス、ランニングパス、レシーブからの攻撃、攻撃に対するブロックなど)

展開3

3対3のゲーム(グループ)
・練習の成果を確かめるために、今もっている個人やチームの力に応じてゲームを行い攻防を楽しむ。
・技能レベルに応じてルールを工夫する。

まとめ

本時のまとめ(一斉)
・ねらいが達成できたか振り返る。
・チームの練習が効果的であったかを振り返る。
・ボールをつなぐためには、次のプレーを予測した動きや言葉かけが大切であることを確認する。
次時の予告
ルールを工夫しながら6人制ゲームに取り組むことを伝える。

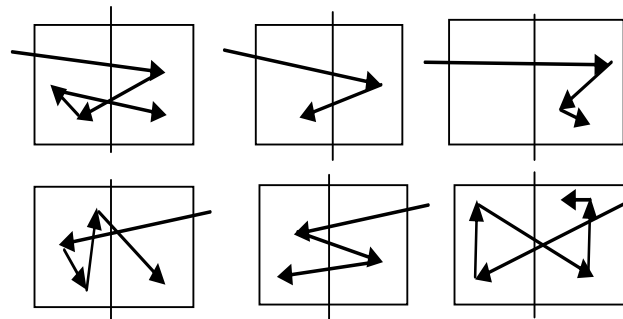
国語力育成の視点

球技は、場面に応じて「攻防を判断する」「チーム内で声による連携を図る」ことが要求されます。練習やゲームを繰り返しながら、自分達の課題を発見する場面や、課題解決に向けて話し合う場面を設定します。運動を通して育てた「感じる力」や「想像する力」を言語活動で高めたり、「考える力」を育成したりします。

ワークシート

データ分析カード

ゲームでのボールの奇跡を記録し、チームの課題を明らかにする。
・各ポイントやサイドアウトにおけるボールの軌跡を記録する。
・記録を通して、チームの攻撃や防御の課題を分析する。
・チームの目標が実現できたかどうか確認する。
(例) ボールがつながったか。カバーの動きはできたか。等



視点①

考える力・感じる力・想像する力

VTRやワークシートを使って課題を発見し、課題解決に向けた練習の方法を検討します。
「どんなプレーでミスが多いか」「ボールをつなぐためにはどんな動きが必要か」「アンダーハンドパスやオーバーハンドパスの使い方は正しかったか」などの課題を提示し、「考える力」「感じる力」「想像する力」を高めます。

視点②

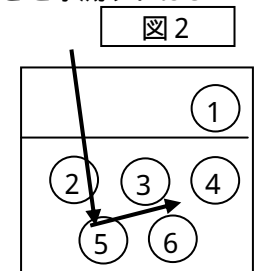
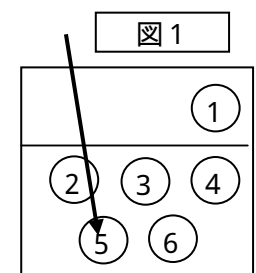
考える力・想像する力

ワークシートで予測したことを意識しながら練習や情報交換をします。
ボールがつながらないときは「カバーはどの方向に動いたらよいか」「予測できることにはどんなことがあるか」「その時の心構えは」などの課題を提示します。グループで検討するときには、自分の体験を基に体の動かし方や感じ方を交流し合い、チームでの共有化を図ります。

ワークシート

プレーの予測

- 図1のように来たボールに対してチームのメンバーはどのようなことを予測し、どのような指示を出せばよいか書きなさい。
- 図2のようにレシーブをしたボールが矢印の方向に飛ぶことが予想されるとき、他のメンバーはどんな動きを予測すればよいか書きなさい。



低学年

中学年

高学年

中学前

中学後

音楽

美術
工芸
技術

家庭
生活

保健
体育

特別
活動

道徳

総合的
な学習