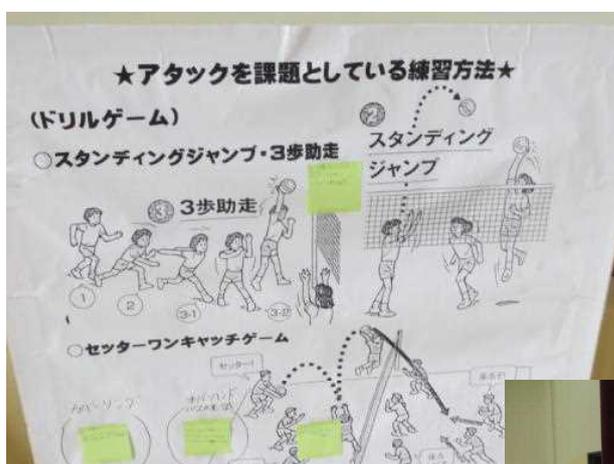


平成29年度保健体育科授業充実事業

中学校保健体育科授業実践事例

球技

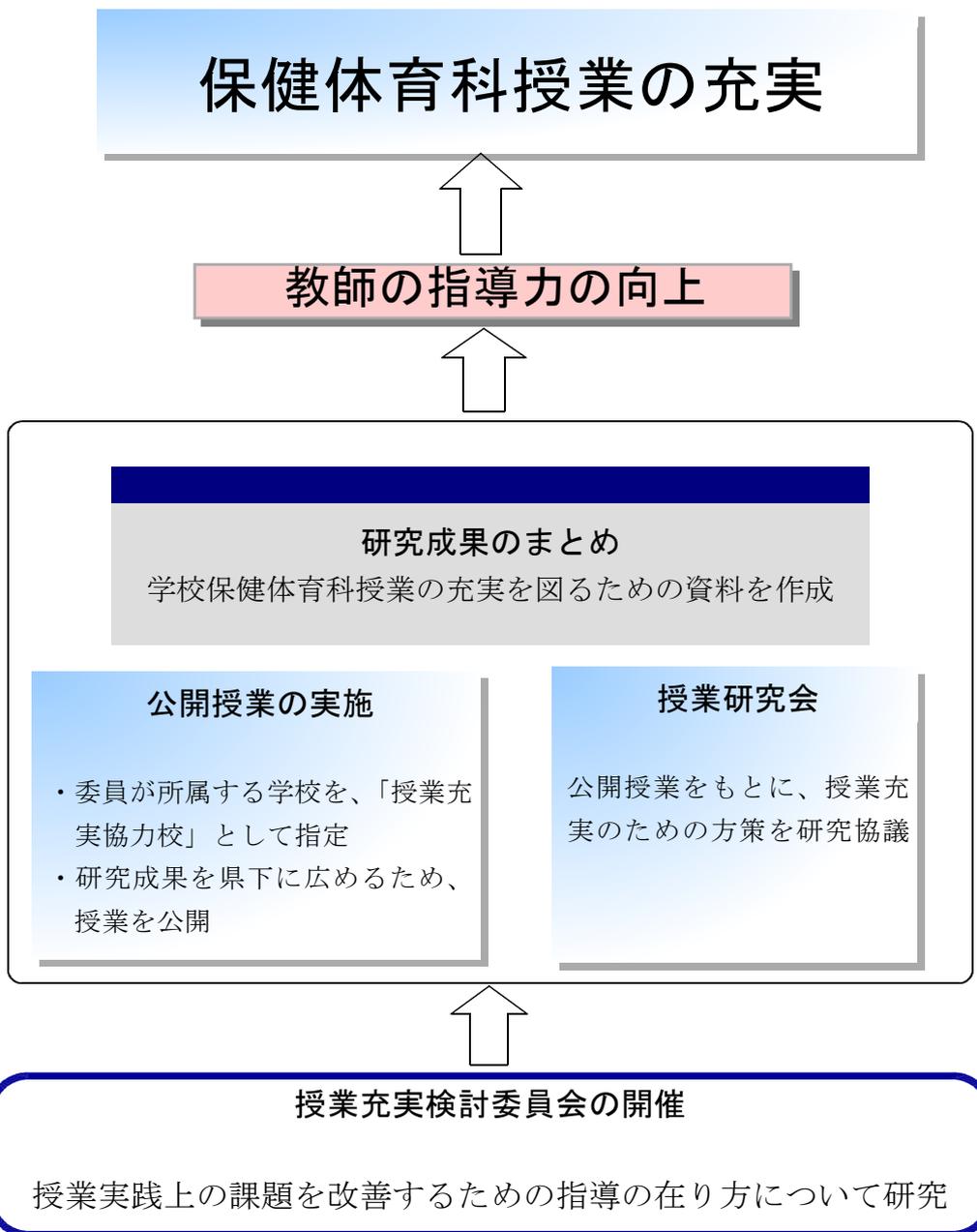


群馬県教育委員会
(健康体育課)

1 保健体育科授業充実事業の概要

授業充実事業とは

中学校保健体育科授業の充実を図るため、授業実践上の課題を明らかにし、課題解決のための方策等を具体化することで、教師の指導力の向上に資する。



2 実践事例

期 日：平成29年10月18日（水）

会 場：高崎市立寺尾中学校

単 元：バレーボール

学 年：2年男子

授業者：小井土 泰之 教諭

<参考資料>

①学習指導案

②学習カード等

平成29年度授業協力校及び授業充実推進員
高崎市立寺尾中学校 小井土 泰之 教諭

平成29年度授業充実検討委員
中野 隆之（西部教育事務所）
加藤 弘朗（高崎市教育委員会）
勅使河原誠（健康体育課）

[参考資料]

- ・ 中学校学習指導要領解説保健体育編【文部科学省】
（平成20年9月）
- ・ 学校体育実技指導資料 第7集「体づくり運動」改訂版
【文部科学省】
- ・ 評価規準の作成, 評価方法等の工夫改善のための参考資料
（中学校 保健体育）
【国立教育政策研究所 教育課程研究センター】
（平成23年7月）
- ・ はばたく群馬の指導プラン【群馬県教育委員会】
（平成24年3月）
- ・ はばたく群馬の指導プラン実践の手引き
【群馬県教育委員会】（平成26年3月）

保健体育科学習指導案

平成29年10月18日(水)

第5校時 体育館

2年1・2組男子 指導者 小井土泰之

授業の視点

チームの課題を解決するため、チームの課題に応じた練習内容を選択し活動する場面において、これまでの学習内容を掲示し、付箋を用いて生徒の言葉で動きのポイントを示しておくことは、生徒の主体的な活動につながるであろう。

1 単元名 球技（ネット型：バレーボール）

2 考察

（1）生徒の実態

1組男子16名、2組男子17名、合計33名である。

体育実技の授業では、意欲的に運動に取り組み、お互い協力しながら技能を高め合う姿が見られる。

【運動への関心・意欲・態度】

生徒は昨年度、12時間計画でバレーボールの授業を行っている。その授業では、自分やチームの技能を高めようとレシーブやパスなどを精一杯練習する姿や、得意な生徒が苦手な生徒へ丁寧に技能のポイントを教えている姿が見られ、意欲的に取り組んでいた。

バレーボールについてのアンケート結果から、バレーボールの授業に対して「好き」「どちらかといえば好き」と前向きに回答した生徒が25名であり、「普通」と回答した生徒が5名、「嫌い」と悲観的に回答した生徒は1名であった。

前向きに回答した生徒の理由として、「みんなで声を掛け合い攻撃できるから」「1年次の授業が楽しかったから」などであった。「普通」や「嫌い」と回答した生徒の理由は、「あまり上手ではないから」や「うまくできないから」という理由である。

【運動への思考・判断】

1年次においては、パスのみでの三段攻撃をねらいとして実施した。学習を進めるにあたり、ボールを持たないときの動きについてのポイントを見付けたり、課題を見付けられたりできる生徒は少数であった。

運動の思考力や判断力についてのアンケートから、「苦手としている技能を高めるためにはどんな練習方法がありますか。」の問いでは、「壁に向かって行う」「友達の動きを見る」「繰り返し練習する」「一生懸命練習する」と様々であった。

【運動への技能】

1年次では、相手側のコートの空いた場所にボールを返すことや、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生徒は、およそ2割程度であった。

「1年次に身につけた技能についてのどの程度身につけていますか。」では、「相手に、アンダーハンドパスやオーバーハンドパスで返すことができる」「アンダーハンドサービスで相手コートに入れられ

る」等と回答した生徒が半数以上であった。2名が、1年次パスでの三段攻撃に繋げられるという回答があった。

「2年次で更に高めたい（身に付けたい）技能は何ですか。」という問いでは、スパイクを身に付けたい生徒が20名であった。

【運動への知識・理解】

1年次の学習を通して、「セッター」「トス」「レシーブ」「スパイク」「三段攻撃」などの基本的な用語を覚えている生徒は、およそ7割程度であった。また、これまで工夫したルールでゲームを行っているため、バレーボールの正式なルールを理解できている生徒は少ない。

（2）教材観

バレーボールは、ネットをはさんで向き合ったチーム同士が、3回以内の触球でパスやアタックを有効に活用し、状況判断しながら集団対集団の攻防を繰り返す中で、相手コートにボールをいかに落とすかを競い合う競技である。また、相手とのボールの奪い合いがなく相手チームに邪魔されることがないため、チームの作戦が組み立てやすく、自分たちのチームに適した作戦を立てて練習すれば、短時間の練習も実践に生かされる。

【運動への関心・意欲・態度】

バレーボールは、ネットをはさんでいるため相手との身体接触が少ないことから、安全性が高く全員にボールが回る機会があり誰でも楽しめるスポーツである。また、基本技能を身に付けるなかで、仲間と協力して練習を工夫したり、作戦を立てて勝敗を競い合ったりする過程において、楽しさや喜びを味わうことができる。

中学2年生の段階では、個人技能や集団技能を高め、三段攻撃につなげるための練習の場の工夫をし、生徒自らが達成感を味わえるようにしていきたい。

【運動への思考・判断】

バレーボールの学習では、生徒の学習カードなどを見ながら、個人やチームの課題を分析するとともに、練習の仕方を掲示したり副読本（体育実技）を参考にさせたりしながら練習の場を工夫させていきたい。また、課題解決に向けた練習をお互いに協力しながら取り組めるようにしていくことが大切である。そのため、瞬時に判断したり、ボールに正対しボール操作やボールを持たないときの動き方を考えたりしなければならない。

2年次においては、自己やチームの課題を見付け、その課題に応じて練習方法を選択し、学習課題への取り組み方を工夫させていきたい。

【運動への技能】

バレーボールでは、チームの仲間が連携し、「レシーブ - トス - スパイク」という三段攻撃を行うことが攻撃の基本となる。三段攻撃ができるよう、個人やチームで課題を見付け、課題の解決に向けた練習をお互いに協力しながら取り組めるようにしていくことが大切である。練習やゲームを通して個人的技能や集団的技能を高めることができるとともに、巧緻性や敏捷性といった体力の向上を図ることができる。

1年次では、パスによる三段攻撃を中心に学習に取り組んできた。2年次では、アンケート結果からあるように、スパイクを取り入れた三段攻撃を目標に学習を進め、味方が操作しやすい位置にボールをつなげることを身につけさせていきたい。

【運動への知識・理解】

オリエンテーションにおいて、昨年度の学習を想起させながら基本的な用語やルール、ゲームの進め方と審判の仕方を確認させていく。2年次では、バレーボールの用語を使いながら授業を進めていき、定着を図っていききたい。また、ゲーム時においては、審判を全員にさせることでルールを理解させ、自信を持って役割を果たせるようにしていきたい。

バレーボールの学習は、多くの生徒にとって運動する楽しさを味わうだけでなく、仲間との交流を通して協力することや公正な判断を養うことができる教材である。2年生では、1年生で学習したパスによる三段攻撃や基本的な技能を習熟させながら、スパイクを取り入れた三段攻撃、チームの課題解決練習を中心に学習を進めていく。そして3年生以降での学習において生涯にわたってバレーボールのゲームに親しむことができる資質を高めていきたい。

(3) 研修との関連

今年度の本校の研修課題である「意欲を持ち、自ら学ぶ生徒～自発的な活動を取り入れた指導の工夫を通して～」を受けて、本単元のバレーボールにおいて、チーム練習やゲームの合間に、どんな課題があるかを仲間同士で話し合い、協力して課題を解決しようとするを通して、本校研修課題である自ら学ぶ生徒を育成していきたい。

3 単元の目標

技能	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームが展開できるようにする。
関心・意欲・態度	バレーボールに積極的に取り組むとともに、フェアプレーを守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、作戦などについての話し合いに参加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。
知識、思考・判断	バレーボールの特性や成り立ち、技術の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

4 指導計画（詳細は単元構想参照）

	過程	時間	はじめ				なか①			なか②				まとめ	
			①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	⑬
学 習 内 容	導入	10	オリエンテーション	集合・整列・挨拶・準備運動・ドリル練習・学習のめあての確認											
	展開①	15		ボール操作練習 【ドリル練習】 ・アンダーハンドパス ・オーバーハンドパス 等	三段攻撃への練習 ・レシーブ ・トス ・スパイク	課題解決練習（チーム・個） ・チームや個の課題解決の練習 ・チーム力を高める練習 ・サーブ練習	チーム練習 ・サーブ練習								
	展開②	20	試しのゲーム	【ドリルゲーム】 ・パスゲーム ・パスを中心のゲーム三段攻撃を意識	【タスクゲーム】 ・ルールを工夫したゲーム	【タスク・メインゲーム】 ・三段攻撃を意識したゲーム	【メインゲーム】 リーグ戦								
	まとめ	5	学習のまとめ・振り返り（学習カードに記入）・整理体操												

5 指導方針

【はじめ】

- 1年次に学習した基本的なボール操作や体の構え、ボールのとらえ方等を想起させ、バレーボールが苦手な生徒も安心して取り組めるようにする。
- 基本的なボール操作の技能をドリルゲームで活用できるよう、3回以上のパスをつないでもよいことや相手コートにはパスで返すなどのルールの工夫をしていく。

【なか】

- 三段攻撃への練習（3時間）の中で、レシーブ・トス・アタックと一つ一つポイントを絞って練習することで、課題に応じた練習方法を見付ける手立てとなるようにする。
- チームの課題をもとに三段攻撃の練習の仕方を選択できるよう、これまでの学習を掲示しておく。また、生徒の主體的な活動となるよう、付箋紙を用いて生徒の言葉で動きのポイントを掲示する。
- ボール操作の基本的な技能の習得につながるよう、準備運動の中にグリッドでのパス練習やスマールステップを用いたスパイク練習を取り入れ、全員がたくさんボールに触れ練習ができるようにする。また、副読本（体育実技）や資料をもとに視覚からもとらえることができるようにする。
- 個人の課題解決を図ることができるよう、課題に応じて練習内容を選択し個人技能の向上を図る時間を確保する。
- 同じ課題の仲間と協力して課題解決に取り組めるよう、課題に合った練習の場や段階を選び練習できるようにする。また、仲間同士でお互いの動きを見合いながら教え合いや学び合いができるようにする。

【まとめ】

- ルールの定着と審判の仕方を身に付けることができるよう、ゲームのないチームが審判や得点付けの役割を交代で行い、全員が経験できるようにする。
- 個人的な技能の習熟を図れるよう、アンダーハンドサービスのドリルゲームを取り入れた後、メイ

ンゲームに取り組むようにする。

○チームごとに目標を設定できるように、チーム内で学び合う時間を設けるようにする。

6 本時の学習（本時は10／14）

(1) ねらい

チームの課題に応じて、実態に適した練習方法を工夫することができる。

(2) 準備

バレーボールの支柱、バレーボールネット、支柱カバー、バレーボール、得点板、タイマー、ホワイトボード、学習カード、学習資料

(3) 展開

過程	時間	学習活動	支援及び留意点
			評価項目【観点】(評価方法) ☆努力を要する生徒への支援
導入	15分	<p>1 準備、準備運動をする。</p> <p>【ドリル練習】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・対人パス・スパイク練習 ○オーバーハンドパス ○アンダーハンドパス ○スパイク：レシーブ・スパイクと繰り返す。 <p>2 集合、挨拶、出欠確認</p> <p>本時の学習のねらい、授業の流れの確認</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>めあて：チームの課題から適切な練習を選び、チーム力を高めよう。</p> </div> <p>3 チームの課題に応じた練習方法を選択する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・個人の考えをもとにグループで検討する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・チームごとに体育館を3周の後、リーダー、副リーダーを中心に準備運動を行わせる。 ・ドリル練習を取り入れたウォーミングアップを行う。 ・ボールや相手に正対しているかお互いに確認しながら行うよう助言する。 ・ドリル練習では、ボールを持たない動きやボールや相手に正対しているか意識するよう助言する。また、スパイクを打つ瞬間手のひら全体でスナップをきかせるよう意識させる。 ・本時のねらいを明確に説明し、理解させる。 ・はじめに個人の考えと理由と発表させ、グループで検討するよう助言する。 ・いくつかのチームに、課題と練習方法を確認する。

<p>展 開</p>	<p>15 分</p>	<p>4【ドリル練習・ドリルゲーム】チームの課題に応じた課題解決練習に取り組む。</p> <p>(レシーブについての課題)</p> <p>○相手からのチャンスボールレシーブやサーブスレシーブの練習</p> <p>○三角形、円陣レシーブ練習</p> <p>(トスについての課題)</p> <p>○レシーバーワンタッチ練習</p> <p>・レシーバーはセッターがトスを上げやすいボールを投げ入れ、トスを上げる練習。</p> <p>○扇形パス</p> <p>(アタックについての課題)</p> <p>○セッターワンタッチドリル練習</p> <p>○ボールキャッチの練習</p> <p>・ボールキャッチして落とさずにつなぎ3回以内に相手コートへ返す練習。</p> <p>○自陣から三段攻撃につなげる練習</p> <p>・バックセンターが両サイドの生徒にボールを投げ入れ、レシーブ・トス・スパイクへとつなげていく練習。</p> <div data-bbox="301 1160 869 1995" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>【生徒の考え】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・レシーブは、できるだけ素早くボールの正面に移動するといい。 ・腰を低くして、構えておくとよさそう。 ・セッターはレシーバーの方に体を向けることが大事。 ・相手からのボールがコートの前の方に来たら、セッターがレシーバーになってカバーし合うとよさそう。 ・セッターからのトスを上手にスパイクにつなげることができた。 ・状況に応じて二段攻撃になったけど、最後はスパイクみたいな形で返せたぞ。 ・チャンスボールの時は、オーバーハンドパスでセッターに返すと、セッターもトスしやすいかな。 </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・前時の学習で分かったチームの課題に応じて、それを解決するためのチーム練習をさせる。 ・練習のポイントを書いた付箋紙を確認し練習に生かすようにする。 ・各チームの課題解決練習により、違った練習が行われる事を確認する。 ・レシーブをする際、相手やボールに正対することを告げる。 ・複数の練習を組み合わせる場合は、2つまでとし、チームの課題を意識させ取り組ませる。 ・ボールを持たない動きを確認し、カバーリングの意識を持つようにする。 ・1人1人に役割を持たせ、声をかけ合うようにする。 ・三段攻撃につなげられるよう、チームごとに確認させ課題練習に取り組ませる。 ・1回ごとにローテーションさせ、様々な役割を体験させる。 ・レシーバーやセッターになった生徒には、ボールの落下点に素早く入り込む意識をもたせる。 ・バックセンターがレシーブする時は、アンダーハンドパスかオーバーハンドパスを使うかを素早く見極めさせる。 ・安全に留意しながらドリル練習を行うようにする。 ・6チームの場所が危険のないように配置する。 ・協力して行えているチームを賞賛し、意欲的に練習するよう働きかける。 <div data-bbox="922 1532 1444 1742" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>チームの課題を解決するため、課題に応じた適切な練習方法を選び、チーム力を高めようとしている。</p> <p>【思考・判断】(観察・学習カード)</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ☆相手やボールに正対できていない生徒には、一緒に動きながら動きのポイントを確認する。 ☆ボール操作が苦手な生徒には、個に応じた伸びを具体的に賞賛し意欲的に練習できるようにする。
------------	-------------	---	---

<p>展開</p>	<p>15分</p>	<p>5【メインゲーム】ゲームを通して練習の成果を確認する。</p> <p>正規のコートを使用して行う。 サービスは、コートの中からボールを投げ入れてゲーム開始。 三段攻撃で返球すると1点 決まれば2点 ゲーム時間・回数は5分3セット</p> <p>【生徒の考え】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・チームの課題解決の練習の成果が、ゲームの中でうまく三段攻撃につながられたぞ。 ・スパイク（パスアタック）が決まって気持ちがいい。今度は、コースをねらって打てるように練習しよう。 ・セッターがトスしやすいようにレシーブできるともっとよい形になるな。 ・体の向き、姿勢に気をつけてボールをレシーブしよう。 ・苦手だったスパイクも今日は、片手で力強く打てるようになったぞ。 	<ul style="list-style-type: none"> ・メインゲームの前に、チーム課題練習で見られた良い動きを紹介し、全体で共有していくようにする。 ・ゲームでは、本時のチームの課題練習を意識させて行わせる。 ・対戦相手や審判の役割の一覧を示し、自分達で運営できるようにする。 ・全ゲームとも5分ラリーポイント制とする。 ・球技大会に向けて、ローテーションを取り入れる。 ・挨拶は時間確保の為、始めと終わりに3チームが三角形に整列し挨拶をさせる。 ・審判はゲームをしていないチームに行わせ、全員が役割を持って行えるようにする。 ・教師は、見回りながら本時の練習の成果が表れた動きについて積極的に賞賛し、生徒に意欲・自信を持たせる。 ・1人1人が声をかけ合いながら、コート内でコーチングが行えるようにする。 ・ゲームの勝敗だけを楽しむのではなく、自分たちのチームスキルが向上するために協力し合うことを助言する。
<p>まとめ</p>	<p>5分</p>	<p>6 整理体操を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・チームごとに班長を中心として授業で使った部分をストレッチングする。 ・ストレッチングしながら、チームの振り返りを行う。 <p>7 まとめ・振り返りを行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・個人の振り返りとチームの振り返りを記入する。 <p>8 整列、挨拶</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時の挨拶をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・班長を中心に整理体操をさせる。 ・授業で使った部分を意識させ、体操を行わせる。 ・ストレッチングしながら、学習の成果や課題を話し合わせる。 ・成果と課題を学習カードに記入させる。 ・2、3人に学習の振り返りを発表させ、次時への課題解決への意欲を高めさせる。

単元構想 保健体育科 1 単元名 球技(バレーボール)		全14時間予定(本時は10時間目)	
単元目標	運動への関心・意欲・態度 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、分担当した役割を果たそうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとするなど、健康・安全に気を配ることができるようになる。	運動の技能 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームが展開できるようにする。	運動についての知識 バレーボールの特性や成り立ち、技術の名称や行い方、関連して高まる体力やゲームが展開できるようにする。
単元の評価規準	運動への関心・意欲・態度 バレーボールの楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアなプレイを守ろうとすること、分担当した役割を果たそうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとするなど、健康・安全に留意して、学習に積極的に取り組もうとしている。	運動の技能 バレーボールの特性に応じて、ゲームを展開するための基本的な技能や仲間と連携した動きを身に付けている。	運動についての知識 バレーボールの特性や成り立ち、技術の名称や行い方、関連して高まる体力や試合の行い方を理解している。
評価項目	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ルールを尊重し、フェアプレイを守ろうとしている。 ③自分の役割を果たそうとしている。	①ポジションを意識しながら位置へ動いたり、ボールの位置に応じて空いた場所へ動いたりできる。 ②状況に応じて、パスやパスアタック、スパイクでボールを返すことができる。	①技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げて書いている。 ②試合の進め方や審判法を理解している。
単元の系統	小学校1年 基本技能の習得 基本技能を使っているゲーム 中学校2年 集団技能の習得 基本練習とレシーブやスパイクを入れたゲーム 中学校3年 個人技能の向上 相手チームを意識し戦略を考えているゲーム		
過程	ねらい ・オリエンテーションを通して学習の進め方を知る。 ・前年度の学習内容を確認し、2年次における学習の見通しを持つ。 ・基本技能の復習。 ・アンダーハンドパス、オーバーハンドパスの練習をする。 ・1年次に実施した、パスゲームをする。	支援・指導上の留意点 ★「努力を要する」生徒への支援 ・バレーボールの基本技能を実際に行いながら、技術の名称や行い方の具体例を挙げて考えようにする。 ★バレーボールの主な動きを示しながら行うようにする。	評価の観点 関 思 技 知 ①
はじめ	○積極的にパスゲームへ取り組み、バレーボールを楽しもう。 ○基本的なボール操作の動き方を身につける。	・説明は簡潔に、実際の動きを伴いながら2種類のパスの動きを学習して行くようにする。 ・自分の役割を考えさせ、意欲的に学習に取り組むようにする。 ・得意な生徒が中心となって、ボールを持たない時の動きを示し、全体で理解できるようにする。 ・スパイク練習は、スモールステップを踏みながら動きを確認しながら学習して行くようにする。 ・学習した技能をもとに、試しのゲームを行うようにする。 ★ボールの状況に応じて、どのパスを使って返せば良いか一緒に確認する。 ★ボールを受けたり、返したりすることが苦手な生徒には、ボールや相手に正対しているか一緒に確認する。 ★自分の分担当された役割が分かるよう一緒に動きながら練習を行う。	②
	○基本技能の確認や試しのゲームで、コート内の空いた場所をなくす動きを身につける。	・場面に応じてパスを使い分けようようにする。 ・役割に応じて、ボールを持たないときの動きのポイントを確認して行くようにする。 ・タスクゲームの後に、基本的な動きができていたか振り返る時間を取る。 ★チームの話し合いや役割がわかるよう声をかける。 ★ボールを持たないときの動き方が理解できるよう助言する。	①

	5	○レシーブを中心としたドリルゲームを通して、レシーブのポイントを見つけている。	<ul style="list-style-type: none"> チャスボールレシーブやサーブレスレシーブの練習をする。 三角形レシーブの練習をする。 円陣レシーブの練習をする。 ルールを工夫したタスクゲームをする。 	<ul style="list-style-type: none"> 後衛にボールを投げ入れるようにする。 ボールを持たない動きを確認し、カバリングの意識を持つようにする。 相手やボールに正対する。 ★相手やボールに正対できない生徒に列し、個別指導をする。 	③	
なか①	6	○トスを中心としたドリルゲームを通して、トスのポイントを見つけている。	<ul style="list-style-type: none"> レシーバーワンキックドリル練習をする。 グリッドパスの練習をする。 扇形パス 	<ul style="list-style-type: none"> レシーバーは、セッターがトスを上げやすいボール投げるようにする。 一人一人に役割を持たせ、声を掛け合うようにする。 ねらった所へトスが上げられるようにする。 ★ボールの落下地点に素早く入るように、一緒に動く。 	③	
	7	○アタックを中心としたドリルゲームを通して、アタックのポイント見つけている。	<ul style="list-style-type: none"> セッターワンキックドリル練習をする。 ボールキックでのドリル練習をする。 	<ul style="list-style-type: none"> トスに合わせジャンプができるようにする。 ボールをキックして落とさずにつなぎ、3回以内に相手コートに運球する。 スパイカーは状況に応じて、パスアタックかスパイクかを判断する。 ★タイミングが取れない生徒は一緒に、動いて確認する。 	③	
	8	○ポジションに応じた役割を理解し、タスクゲームを楽しむ。	<ul style="list-style-type: none"> 攻撃を中心としたドリル練習とタスクゲームをする。 レシーブを中心としたドリル練習とタスクゲームをする。 ルールを工夫したタスクゲームをする。 	<ul style="list-style-type: none"> 得意な生徒が全体の前で、ボールを持たないときの動きを示し、全体で理解できるようにする。 タスクゲームでは、正解のコートを使用し、サーブは、コート半分から投げ入れるよう伝え、タスクゲームをする。 ゲームの後は、チームでの振り返りをする。 	③	
	9	○タスクゲームを楽しむとともに、チームの課題を見つけている。	<ul style="list-style-type: none"> レシーブやスパイクを中心とした、ドリル練習とタスクゲームをする。 試しのゲームをする。 チームで振り返り、課題を見つけている。 	<ul style="list-style-type: none"> ゲーム後には、チームで振り返る時間を設け、チームのよい所と課題を話し合うようにする。 タスクゲームでは、良い動きができていない生徒やチームを賞賛し、練習の成果を実践できるようにする。 ★課題が見つけれない生徒には、一緒に考えて発言する。 	①	
なか②	10	○チームの課題に応じた練習方法を選び、チーム力を高めようとしている。	<ul style="list-style-type: none"> チームの課題に応じた、練習方法を資料から選びドリル練習をする。 練習の成果を試す、タスクゲームをする。 	<ul style="list-style-type: none"> チームの課題解決の練習ができるよう、協力して取り組むようにする。 チームの課題に応じた練習方法を選び、ドリル練習を行うようにする。 チームの振り返りの際、チームの課題を発表させ、他のチームも共有できるようにする。 ★仲間の意見を参考に、学習カードに書けるようにする。 	②	
	11	○三段攻撃を意識した、タスクゲームを楽しむとともに、個々の課題を見つけている。	<ul style="list-style-type: none"> 前時の課題をもとに、三段攻撃につながるドリル練習、タスクゲームをする。 練習の成果を試す、タスク・メインゲームをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ボールを持たない時の動き、ボールの位置に応じて空いた場所へ動くようにする。 声を掛け合いながら、練習やゲームに取り組みるようにする。 ★カバリングの場所をその場で示し一緒に動く。 ★課題が見つけれない生徒には、仲間の意見を参考にし見つけられるようにする。 	①	
	12	○公平な審判を行い、スムーズなゲームの進行を行う。	<ul style="list-style-type: none"> 個々の課題に応じた練習方法を選び、ドリル練習に取り組み。 練習の成果を試す、タスク・メインゲームをする。 審判方法を確認し、スムーズにゲーム進行を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 審判方法を再確認し、全員が公平に審判を行うことができるようにする。 分担当しながら審判を行うことができるようにする。 ★審判方法が理解できていない生徒には、個別に審判方法を助言する。 	②	
まとめ	13	○ルールを守り、フェアプレーでゲームを楽しむ。	<ul style="list-style-type: none"> アンダーハンドサーブの練習に取り組み。 チームで、ゲーム場面を想定したドリル練習をする。 まとめのリーグ戦を行う。 ゲームを行い、チームの振り返りを行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ネットに正対し、後ろ足に体重を乗せ体重を前に移動させながらアンダーハンドサーブを打てるようにする。 チームリーダーを中心に、ゲーム場面を想定した練習に取り組みできるようにする。 ★サーブが入らない生徒には、個別指導をしたり打つ位置を変えたら助言する。 	②	
	14	○これまで身につけた技能を活かしゲームを楽しむ。		<ul style="list-style-type: none"> 定位置での守備の役割に応じて、カバリングの動きができる。 チームの役割分担ができ、スムーズに試合を進行できるようにする。 ★自分の役割を理解できるよう助言する。 	②	

1年次バレーボール目標 :パスを中心とした三段攻撃でのゲームを楽しむ						
2年次バレーボール目標 :レシーブ・トス・スパイクなどのボール操作で、三段攻撃でのゲームを楽しむ。						
3年次バレーボール目標 :チームで攻防の作戦を立て、チームプレイで攻めたり・守ったりしてゲームを楽しむ。						
バレーボール学習カード 2年 組 番 班名前【 】						
① 月 日()	② 月 日()	③ 月 日()	④ 月 日()	⑤ 月 日()	⑥ 月 日()	⑦ 月 日()
本時のめあて ○必要な用語を理解し、学習の進め方を確認しよう。	本時のめあて ○積極的にパスゲームへ取り組み、バレーボールを楽しもう。	本時のめあて ○基本的なボール操作の動き方を身に付けよう。	本時のめあて ○コート内の空いたスペースをなくす動きを身につけよう。	本時のめあて ○レシーブを中心としたドリル練習を通して、レシーブのポイントを見つけよう。	本時のめあて ○トスを中心としたドリル練習を通して、トスのポイントを見つけよう。	本時のめあて ○アタックを中心としたドリル練習を通して、アタックのポイントを見つけよう。
【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】
技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム
レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)
トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)
スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)
振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)
振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)

⑧ 月 日 ()	⑨ 月 日 ()	⑩ 月 日 ()	⑪ 月 日 ()	⑫ 月 日 ()	⑬ 月 日 ()	⑭ 月 日 ()
本時のめあて ○ポジションに応じた役割でゲームを楽しもう。	本時のめあて ○タスクゲームを通して、チームの課題を見つげよう。	本時のめあて ○チームの課題から適切な練習を選び、チーム力を高めよう。	本時のめあて ○三段攻撃を意識したゲームを通して、個々の課題を見つげよう。	本時のめあて ○公平な審判でスムーズなゲームの進行を行うおもう。	本時のめあて ○ルールを守り、フェアプレーでゲームを楽しもう。	本時のめあて ○これまで身につけた技能を活かし、ゲームを楽しもう。
【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】
技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム
レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)
トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)
スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)
			サーブ (A B C) (A B C)	サーブ(A B C) (A B C)	サーブ(A B C) (A B C)	サーブ(A B C) (A B C)
振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)
振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)

バレーボール資料

○ボール運動のゲーム（練習）

- ドリルゲーム：個人的技能（基本的な技能）を高めるための練習・ゲーム。
- タスクゲーム：個人及び集団の技術的、戦術的能力（仲間と連携した動き）を目的とした練習・ゲーム
- メインゲーム：ルールを工夫したゲーム。

○バレーボールのポジションに応じたプレイヤーの役割

- レシーバー：相手のサービスやスパイクなどをパス（レシーブ）してセッターにつなぐ。
3段攻撃の起点となる。
- セッター：ゲームの状況を判断しながら、アタッカーにトスを上げ、攻撃を組み立てる。
- アタッカー：（サイドアタッカー）両サイドで高いトスや速いトスを打つ。
（補助アタッカー）ネットの中央部で速攻などの攻撃を行う。

まとめ

1 授業づくりにあたって（授業構想）

バレーボールの授業を構想するにあたり、次の3項目を重点とした。

- ①味方が操作しやすい位置にボールをつなぐこと。
- ②相手側のコートの中の空いた場所にボールを返すこと。
- ③チームの課題を解決するために、課題に応じた適切な練習方法を選び、チーム力を高めること。

①は、味方が操作しやすいボールを送ったり、次の攻撃につなげたりすることができるように、個人技能の向上に努めた。個人技能の向上とチームの課題を解決することをバランスよく学習していくことで、味方が操作しやすい場所に返したり、パスを送った後定位置に戻ったりすることができると思った。

②は、2年次の目標として三段攻撃の最後をスパイク（パスアタック）で返せるようにすることを掲げてきた。そのため、空いている場所への攻撃を中心にラリーを続けられるよう構想した。「ドリルゲーム」では、レシーブ等の個人技能の習得、「タスクゲーム」では、三段攻撃を成功させるためのチーム技能の向上をねらいとした指導計画を作成した。

③は、指導要領解説における、「思考・判断」の自己やチームの課題を見つけること。また、チームの課題に応じた練習方法を選ぶことを受け、授業構想を考えた。そのため、これまでの学習内容を掲示し、付箋を用いて生徒の言葉で動きのポイントを示すことで、生徒主体の授業づくりにつながると考えた。

2 授業研究会より（○：良かった点 ●：課題及び改善点）

（1）指導者の生徒へのかかわり方

- 準備運動の流れや整理運動をしながらの振り返りで運動量も確保され、時間が有効に使われていた。
- ボールに正対する等、ボールを扱う時の身体の向きに対して指示が具体的で参考になった。
- 全チームを巡回して、丁寧に指導やアドバイスをしていた。「ただ上げるだけではなく高さも意識して」など。
- ボールが他のチームやコートに入った時は、ケガにつながるので声を出して知らせる。
- 生徒がめあてに則して取り組み方が向上するような褒め言葉が少なかった。

（2）教材化の工夫

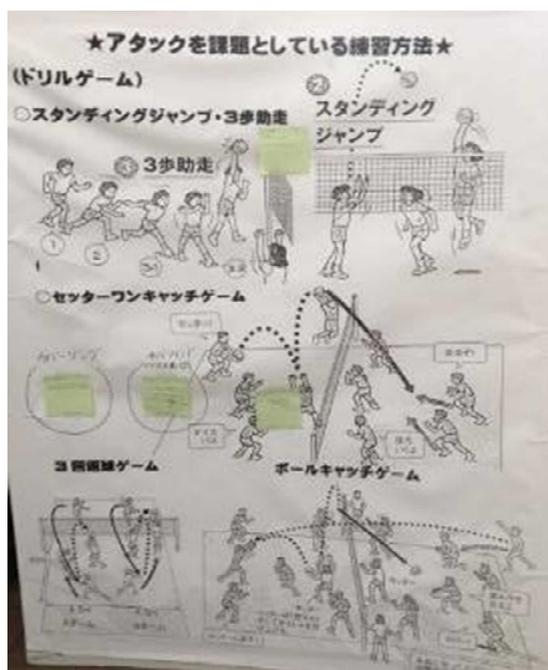
- コートとコートの中のスペースをうまく使うために、ネットの高さと同じ高さにひもをはることに
よって真ん中で練習していたチームもネットを意識して練習できた。
- ウォーミングアップや課題解決に向けたドリル
練習・ゲームの時間がちょうど良く組まれていた。
- 三段攻撃が成立したらボーナス点なので、三段攻
撃をしよう意識できて良かった。
- サーブの投げ入れの時、名前を呼ぶ約束が良かった。
- 課題解決練習の場がせまい、ネット越しの練習が
あった方がより実践的になる。



- 時間があればメインゲームのセット間に課題解決のための作戦タイムやポイントの見通しを数分入れると良い。
- 課題解決の練習時にもタイマーを動かしておく、メリハリのある活動になると思う。

(3) 課題設定・見通しの持たせ方

- 資料が大きく、基礎技能のポイントや練習の種類がひと目でわかる掲示物が有効であった。
- 技術ポイントを生徒が付箋に書いて貼っていたので、他の生徒の心に残りやすく、意識した声かけもできていた。
- 授業の流れを明確に説明していた。また、次時に行う「個人のみあての解決」についての見通しを持てた。
- 単元構想の5～7時間目の課題解決についての練習方法を資料や、生徒からのポイントが書かれた付箋が掲示されていたため生徒も課題解決の練習方法を選びやすかった。
- 練習の途中でもう少し、資料の活用ができるように工夫すればさらに良かった。
- 練習やゲームの途中でも、良い練習や三段攻撃がしっかりできているチームをみせると良かった。
- 掲示物のポイントに応じて、生徒同士でアドバイスをできると良かった。
- 練習の中で新たな課題を見つけて、生徒がポイントを付箋に書き、練習に取り組む流れがあっても良かった。



(4) 発問・掲示物（板書）

- 意見や理由を発表する場面が設定されており、全体で共有できる機会を設けていた。
- いつでも掲示物が見られる状態で、途中でオーバーハンドパスの形を生徒と確認しており良かった。

(5) 自己評価・相互評価

- グループで振り返りの時間を確保することで、低位の生徒も友だちの話を聞いてヒントとしていた。
- チームの課題と成果が単元を通してわかりやすく、成長を感じられると思った。
- ドリル練習の中にも、生徒同士で課題意識を持ち、ポイントを意識した学び合いを入れた。



(6) 指導計画・指導内容

- 学習規律がしっかりしていたので授業の時間が確保されていた。
- ドリル練習は、絶対必要と思うので良かった。

- チームで練習したことを試合で生かそうと意識しており、チームの課題を見つけやすかった。
- 約束練習をローテーションすることで、役割を把握し最低限度の技術を確認できている。
- チームの課題とその課題を克服する練習との関連が弱かったのではないかな。
- 約束練習をする中で不確実性が多いレシーバーの判断への対応が必要では。
- 三段攻撃の理解が生徒によって違っていたのではないかな。



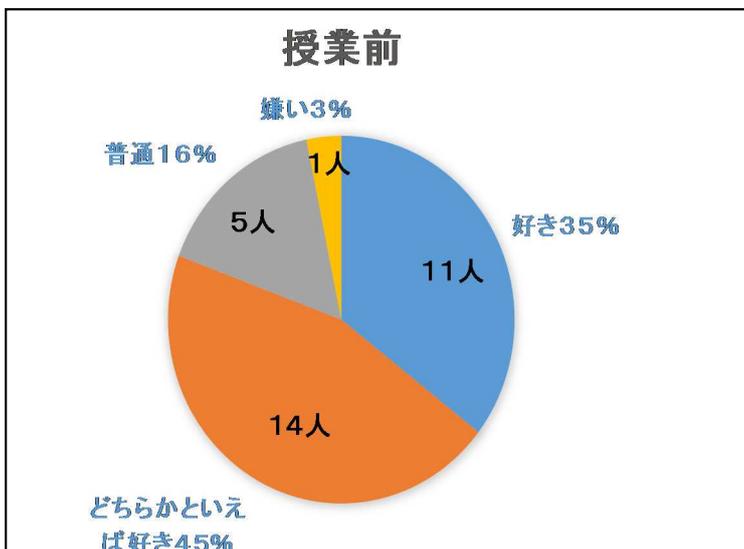
(7) 生徒の取組

- 生徒が自主的に取り組んでいた。
- 三段攻撃をあれだけ意識し、成功させることができるのはすごい。
- メインゲームでローテーションし、みんながトスやスパイクを行っていたのが良かった。
- グループの中で相談しながら自主的に練習していた。
- 助言ポイントを明確にさせて、活動させると良いのでは。
- 挨拶返事の声は良かったので、練習やゲーム中にその声を生かして、もっと生徒同士の声かけをした方が良い。



3 生徒の変容

(1) バレーボールへの意欲



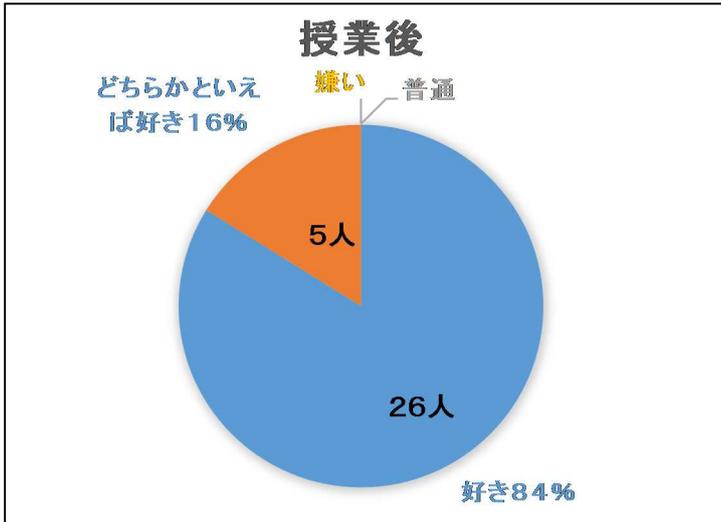
【授業前アンケート結果】

「バレーボールは好きですか。」

好き・どちらかと言えば好き
25人 (80%)

普通 5人 (16%)

嫌い 1人 (3%)



【授業後アンケート結果】
「バレーボールは好きですか。」
好き・どちらかといえば好き
31人 100%

【授業前・授業後アンケート結果より】

授業前に行ったアンケートでは普通と答えた生徒が5人、嫌いと答えた生徒が1人と答えていた。理由として挙げられていたのは、「痛いから」「個人的な技能に自信がない」等であった。授業後のアンケート結果では、事前アンケートで「どちらかといえば好き」と答えていた生徒が「好き」と答えていた。

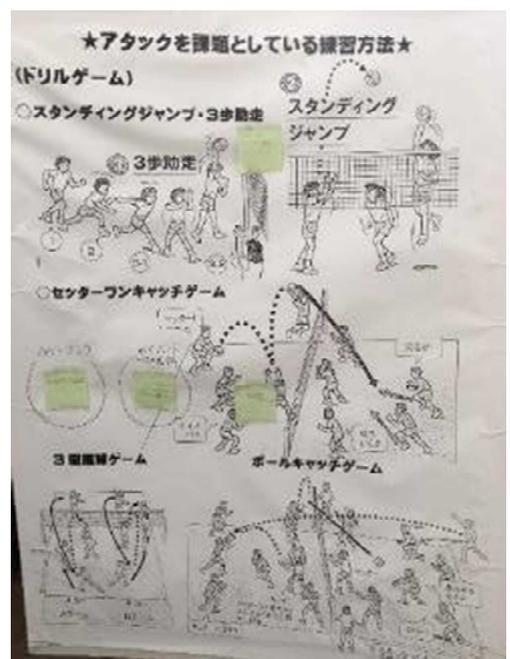
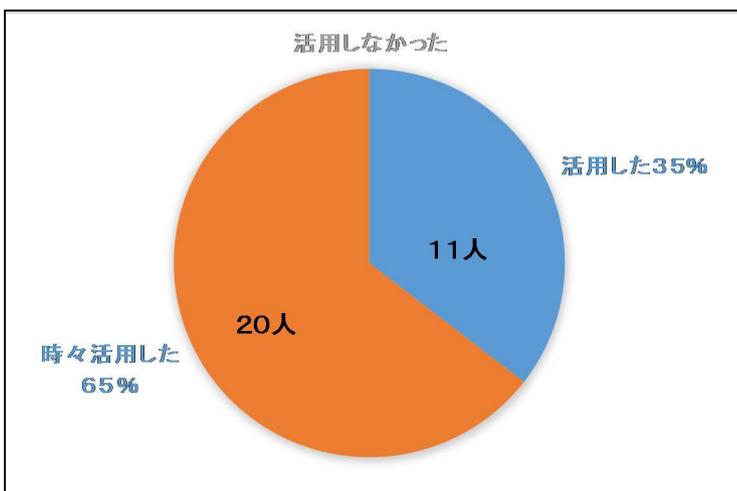
また、「普通」や「嫌い」と答えていた生徒が「どちらかといえば好き」に変容していた。その理由として、「ドリル練習の時間が毎時間あったこと」「チームで協力しながら練習できた」「チーム内で役割があつたり、話し合ったりしながらできたこと」等が挙げられていた。

生徒の苦手意識を取り除くためにも、ドリルゲームの時間を計画的に取り入れ基礎的な技能をしっかりと身につけることが大切であると感じた。

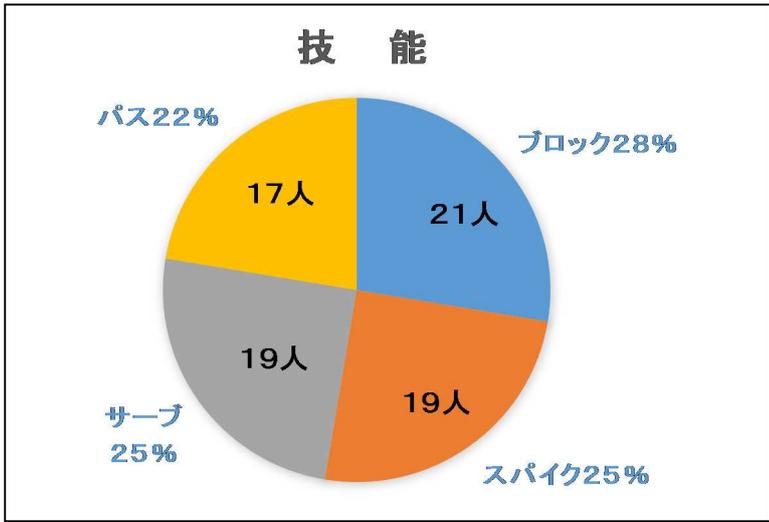
(2) 課題解決時の掲示物・付箋紙の活用について

【アンケート結果より】

生徒は、付箋紙を用いて技のポイントを掲示物に貼っていき活用したことで、必要に応じて授業中に活用していたことが見て取れる。どんなところで活かすことができたかの間では、「うまくパスにつなげられなかったとき」「三段攻撃につなげるときやチーム練習中」等が挙げられていた。付箋紙を用いながら確認することで、ドリルゲームやタスクゲームの練習中にポイントを意識して取り組むことができたこと、答えていた生徒も多数いた。



(3) 3年生の授業で取り組みたい技能について



【アンケート結果より】

3年次で取り組みたい技能として、ブロックが21人、スパイクとサーブで19人となった。これは、2年次の目標として三段攻撃の最後はアタックを意識してきたことがこのような結果になったのだと考える。そして、3年次は、ブロックを取り入れたり、スパイクやサーブで相手コートを狙った場所に打つてみたいという気持ちの表れと考えられる。今回のように具体的な目標を持っているため、来年度も意欲的に取り組めると思われる。

【考察】

(運動への関心・意欲・態度)

個人技能や集団技能を高めるため、ドリルゲームやタスクゲームを毎時間取り入れたこと。また、個人やチームの課題解決を取り入れ生徒自らが達成感を味わえるようにしていったことで、多くの生徒が意欲的にバレーボールに取り組んでいた。

(運動への思考・判断)

掲示物に付箋紙を用いて技のポイントを貼り確認したり、自己やチームの課題を見つけ、その課題に応じて練習方法を選択し学習課題への取り組み方を工夫したりしたことで、生徒1人1人がポイントを確認し取り組んでいた。

(技能)

ドリルゲームやタスクゲームを計画的に取り組んできたことで、バレーボールが苦手と感じている生徒も技能が上達しているという実感を持てるようになっていた。今後は、チームの課題練習の種目を増やしていくこと。また、サーブからのレシーブ練習を取り入れていくようにしていきたい。

(知識・理解)

ゲーム時において審判を全員にさせたり、学習資料を用いて授業前や授業後に確認させたりした。審判においては、1人1人役割をもって取り組んでいた。今後も、役割を持たせゲームや球技大会等で生徒が主体的に取り組めるようにしていきたい。

4. 授業後の生徒の感想など

1年生のときより、オーバーハンドパスや、アンダーハンドパスの個人技能がだいぶ上手になりました。フロ-ターサーブも少しだけ上手になりました。

- ・アタックハンドパスでセッターがアタッカーにつなげやすいパスを出せたことができた。
- ・セッターでアタッカーに打ちやすい所にパスするようになった。
- ・相手を見ながらどのようかを判断することができた。
- ・点差がけななくてもおさまらぬようにできた。

バレーボールでいちばん心に残ったのはサーブがおもった以上に入ったことです。一年の時はまたく入らなかったのでもサーブが入った時はうれしかった。

スパイクを打つのを身に付けることができた。チームで盛り上げて三段攻撃につなげることができた。

来年はブロック フロアサービスがいつでもできるようにしたいです。

5 成果と課題

(1) 成果

【運動への関心・意欲・態度】

- ・アンケート結果から、生徒が主体的に楽しみながら授業に取り組んでいた。来年度のバレーボール授業への意欲につながっている。
- ・グループ内での話合いでは活発なやりとりをしていたり、ゲーム中では審判をしているチームからも良いプレーには、拍手や声かけがあつたりしていた。チーム作りや1人1人の役割においても、協力しながら取り組むことができた。

【運動への思考・判断】

- ・授業のまとめに、生徒達からの意見や理由を発表する場面を設定し、全体で成果や課題を共有できる機

会を設けることで、次時への個人やチームの課題を意識して取り組むことができた。

- ・練習方法が掲示されていることで、チームでどの練習を選べば良いかが明確であった。掲示物に友達からのポイントが貼ってあるため生徒の関心も高く、授業中いつでも確認しながら生徒が主体的に考えて練習していた。

【運動への技能】

- ・毎時間授業の最初にドリル練習を取り入れたことで、2種類のパスを確認しながら練習することができた。また、個人の課題解決に向けた練習時間を計画したことで、苦手な生徒も技能が上達し自信を持ってプレーすることができた。
- ・練習の場を工夫する（コート2面の間にひもを張りネットと見立てる）ことでチーム練習やタスクゲームの運動量を減らすことなく実施することができた。
- ・掲示物等で学習の流れの見通しを持たせることで、ドリル練習、チーム練習等において生徒一人一人がボールに触れる時間を多く設定することができた。

【運動への知識・理解】

- ・学習資料にバレーボールの基礎用語や課題別の練習方法を掲載していたので、生徒自ら確認し取り組んでいた。また、審判についても1人1人役割を持たせ進めたことで基本的なルールを理解することができた。

(2) 課題

【運動への関心・意欲・態度】

- ・ボールが他のチームやコートに入ったときは、ケガにつながるので声を出して伝えられるようにした方が良かった。

【運動への思考・判断】

- ・掲示物に貼り付けられている付箋紙のキーワードを大きくマジックで書いておくと遠くからも見えて、より実効性のある掲示となった。（アンダーラインを入れることも有効）

【運動への技能】

- ・チームの課題解決練習において、より実践的にしていくためネット越しの練習があっても良かった。また、課題解決練習の内容をもう少し多く取り入れた方が、生徒も場面に応じた練習内容を選択し練習できると思う。

【運動への知識・理解】

- ・メインゲームにおいて、主審・副審・線審の仕方を生徒一人一人が理解できるように、生徒同士の学び合いを深めさせていきたい。
- ・バレーボールの専門用語を、一人一人がしっかりと理解できるように、資料や授業での言語活動をとおして身に付けさせていきたい。

6 授業の様子

①準備運動



チームごとにランニング開始



準備運動開始。しっかり体を温めよう。

②ドリル



ドリル練習

対人パス：オーバーハンドパス
アンダーハンドパス
スパイク

- ・ボールや相手に正対しているかな。
- ・スパイク時、手のひら全体でスナップをきかせているかな。

③挨拶・ねらいの確認



集合してしっかり挨拶。本時のねらいの確認。

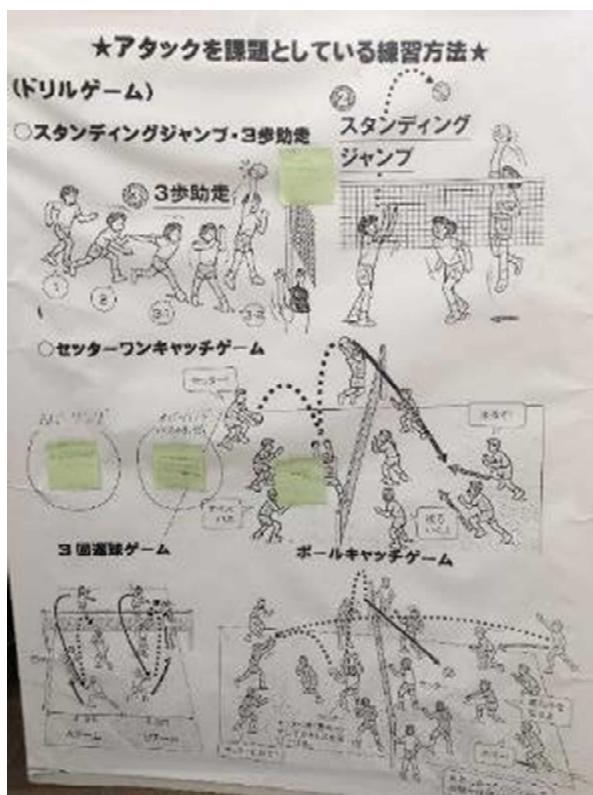
④チームの課題確認



自分たちのチームの課題は・・・
この練習を選択していこう。

チームの課題と練習内容を、
ホワイトボードに記入しよう。

⑤掲示資料



友だちが記入したポイントを参考に、チーム練習に活かそう。

⑥チームの課題解決練習



チームで確認。
このポイントは練習で
意識できそうだ。



さっきの動きの確認。レシーブの
入りは良かったよね。しっかりセッ
ターに返せるように頑張ろう。



〇〇！ボールが行ったよ。



ナイスレシーブ！
セッター構えて！



⑦メインゲーム（練習の成果を確認）



ナイスレシーブ！



アタック！
手のひらで強く打てたぞ！



⑧整理体操、振り返り



整理体操をしながら
チームで振り返ろう。



個人の振り返りもしっかり

1年次バレーボール目標:パスを中心とした三段攻撃でのゲームを楽しむ
 2年次バレーボール目標:レシーブ・トス・スパイクなどのボール操作で、三段攻撃でのゲームを楽しむ。
 3年次バレーボール目標:チームで攻防の作戦を立て、チームプレイで攻めたり・守ったりしてゲームを楽しむ。

バレーボール学習カード 2年組 番 班名前

① 9月22日(金)	本時のめあて ○必要な用語を理解し、学習の進め方を確認しよう。	①0月2日(月)	本時のめあて ○基本的なボール操作の動き方を身に付けよう。	② 9月25日(月)	本時のめあて ○積極的にパスゲームへ取り組み、バレーボールを楽しもう。	③ 10月2日(月)	本時のめあて ○コート内の空いたスペースをなくす動きを身につけよう。	④ 10月6日(金)	本時のめあて ○レシーブを中心としたドリル練習を通して、レシーブのポイントを見つげよう。	⑤ 10月12日(木)	本時のめあて ○トスを中心としたドリル練習を通して、トスのポイントを見つげよう。	⑥ 10月13日(金)	本時のめあて ○アタックを中心としたドリル練習を通して、アタックのポイントを見つげよう。
【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】	【チームの目標】	
○相手の動きを予測し、パスを返す	○相手の動きを予測し、パスを返す	○相手の動きを予測し、パスを返す	○相手の動きを予測し、パスを返す	○相手の動きを予測し、パスを返す	○相手の動きを予測し、パスを返す	○相手の動きを予測し、パスを返す	○相手の動きを予測し、パスを返す	○相手の動きを予測し、パスを返す	○相手の動きを予測し、パスを返す	○相手の動きを予測し、パスを返す	○相手の動きを予測し、パスを返す	○相手の動きを予測し、パスを返す	
技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム	技 自己 チーム	
レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	レシーブ(A B C) (A B C)	
トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	トス(A B C) (A B C)	
スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	スパイク(A B C) (A B C)	
振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	振り返り(チームの課題)	
○三段攻撃にうまくつなげる	○三段攻撃にうまくつなげる	○三段攻撃にうまくつなげる	○三段攻撃にうまくつなげる	○三段攻撃にうまくつなげる	○三段攻撃にうまくつなげる	○三段攻撃にうまくつなげる	○三段攻撃にうまくつなげる	○三段攻撃にうまくつなげる	○三段攻撃にうまくつなげる	○三段攻撃にうまくつなげる	○三段攻撃にうまくつなげる	○三段攻撃にうまくつなげる	
振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)	振り返り(個人)	
○しゃべりながら仲間を助けよう	○しゃべりながら仲間を助けよう	○しゃべりながら仲間を助けよう	○しゃべりながら仲間を助けよう	○しゃべりながら仲間を助けよう	○しゃべりながら仲間を助けよう	○しゃべりながら仲間を助けよう	○しゃべりながら仲間を助けよう	○しゃべりながら仲間を助けよう	○しゃべりながら仲間を助けよう	○しゃべりながら仲間を助けよう	○しゃべりながら仲間を助けよう	○しゃべりながら仲間を助けよう	

⑧ 10月16日(月)	⑨ 10月17日(火)	⑩ 10月18日(水)	⑪ 10月19日(木)	⑫ 10月27日(金)	⑬ 10月30日(月)	⑭ 10月31日(火)
本時のめあて ○ポジションに応じた役割でゲームを楽しもう。	本時のめあて タスクゲームを通して、チームの課題を見つけよう。	本時のめあて チームの課題から適切な練習を選び、チーム力を高めよう。	本時のめあて 三段攻撃を意識したゲームを通して、個々の課題を見つけよう。	本時のめあて ○公平な審判でスムーズなゲームの進行を行おう。	本時のめあて ○ルールを守り、フェアプレーでゲームを楽しもう。	本時のめあて ○これまで身につけた技能を活かし、ゲームを楽しもう。
【チームの目標】 カバリングを いかに 見上げる	【チームの目標】 タスクゲームを通して、 チームの課題を 見上げる	【チームの目標】 ミニゲーム 前回の課題	【チームの目標】 三対二人のドリブルを 多くして点をとり たい	【チームの目標】 三対二人のドリブルを 多くして点をとり たい	【チームの目標】 チームの目標を 達成しよう	【チームの目標】 今までの練習を いかに 活かして三対二人のドリブル を上げよう
技 自己 チーム						
レシーブ(A)(B)(C) (A)(B)(C)						
トス(A)(B)(C) (A)(B)(C)						
スライク(A)(B)(C) (A)(B)(C)						
サーブ(A)(B)(C) (A)(B)(C)						
振り返り(チームの課題) ○カバリングを いかに 見上げる ○セッターが上げやぶりに レシーブを 上げる						
振り返り(個人) カバリングの 方向に よって レシーブの 方向に よって レシーブの 方向に よって						