

保健体育科学習指導案

平成 29 年 11 月 14 日 (火) 第 5 校時

(於：体育館)

第 2 学年 1 組

男子 19 名

1 単元名 球技「ハンドボール」

2 単元について

(1) 一般的特性

①機能的特性

ハンドボールはボールを媒介として、集団対集団、あるいは個人対個人で攻防を展開し、ドリブルやパスなどのボール操作で相手コートに侵入し、シュートを放ち、一定時間内に相手チームより多くの得点を取り合ったり、勝敗を競い合ったりすることをねらいとしている。攻撃や防御において、個人や集団技能の習得過程で、投・跳・走の運動能力を主体とした調和のとれたボディコントロールや総合的な持久力を高めるのに適している。また、他の球技と比べ、パスやキャッチボールなどのボール操作が比較的簡単なので、個人や集団における戦術的学習を取り入れやすい。

②構造的特性

ハンドボールは個人や集団での合理的な動き方、戦術に力点を置いた動きの形という視点から、敵陣突破型に分類できる。敵陣突破型は身体妨害ありの攻守混合ゲームに位置づく。さらに、ゴールキーパーしか入れないゴールエリアが存在するため、この付近での突破に関する攻防の戦術が目立つ。また、技術的な側面として、ボールの大きさや重さが手ごろなため、それを思い切り目標に投げるなど片手で簡単に操作することができる。したがって、ハンドボールは多様な戦術を覚えることや工夫・創作するのに適している。

③効果的特性

ハンドボールはキャッチとスローを行うことによって、肩と腕などの筋肉が発達する。また、攻撃や防御を繰り返し行うことで、持久力を基礎としたスタミナと筋持久力が発達する。チームの戦術の練習やゲームでは、協力する動きを学習する中で、社会生活に必要な態度の育成もなされ、他者への心身への気づきや体ほぐしの効果も十分に期待できる。

(2) 生徒からみた特性

ハンドボールはサッカーやバスケットボールに比べ、メディアなどで取り上げられることが比較的少なく、初めて経験する生徒が多い球技である。しかし、扱いやすいボールの大きさや、比較的簡単なルールで行える種目であるため、技能の段階に応じてプレーすることが可能である。また、色々な種類のパスや思い切ったシュートで攻めるなどスピード感あふれ

るパスやダイナミックなシュート等はハンドボール特有の醍醐味である。

ハンドボールは攻防の切り替えが激しく、一人一人が運動量を確保することが出来るので、運動の充実感や達成感を十分に味わうことができる。

また、チームで行うスポーツであるため、集団で作戦を立てて試合に臨む過程や結果に楽しさを味わうこともできる。協力し合うことの大切さやゲームでの成果が現れることにより球技特有の楽しさを味わうことができる。

(3) 生徒の実態

加曾利中学校2年生は男子94名、女子68名の5クラスである。本授業を展開するのは2年1組の男子19名のクラスで、保健体育の授業は単独クラスで行っている。授業に関して興味・関心は高く、準備片付けなど意欲的に行動できる場面が多く見られる。保健体育の授業に関する意識調査で、保健体育の授業は好きか、嫌いかの質問に対しては、88%の生徒が好きと答えた。その理由として体を動かすのが好きだからなどが挙げられる。保健体育の授業で考えながら運動をしているかの質問に対しては約8割の生徒が考えながら授業に臨んでいることがわかった。

2年生の男子の新体力テストを見ると、8項目中6項目が県平均と比べ、劣っていることがわかった。その中でも特に、反復横跳び、立ち幅跳び、ハンドボール投げの3項目が劣っている。具体的な数値は以下の通りとなっている。

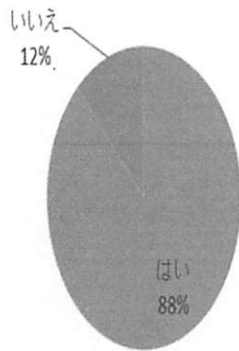
	反復横跳び	立ち幅跳び	ハンドボール投げ
本校2年生男子	52.56	180.24	19.27
県平均	53.11	198.18	20.55

この結果をふまえ、授業で行う補助トレーニングでは反復横跳び、立ち幅跳び、ハンドボール投げに関連する運動を行う。

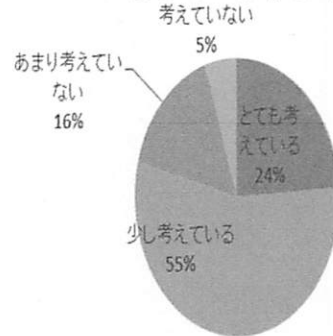
ハンドボールに対する意識調査では、ハンドボールを知っている（ルール等を含む）生徒は全体の11%で、ほとんどの生徒はルール等の詳しい内容までは知らなかった。また、ハンドボールの授業で習得したいことは何かという質問に対し、いろいろなシュート、作戦（戦術）、仲間とのコミュニケーションという回答が多かった。

※右はアンケート結果

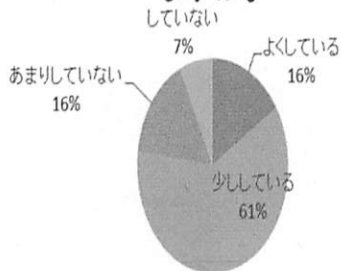
①保健体育の授業は好きですか。



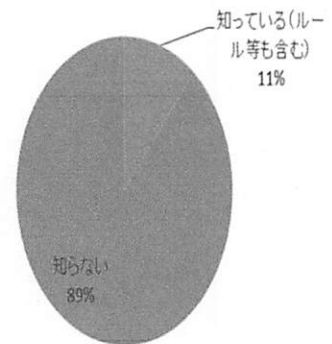
②保健体育の授業で考えながら運動をしていますか。



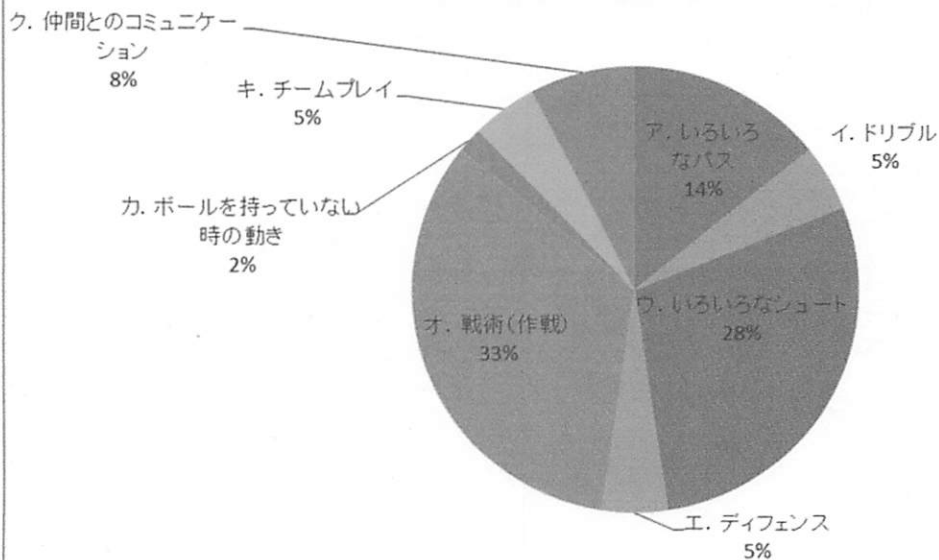
③保健体育の授業でグループなどで話し合うときに自分の意見や考えを伝えていますか。



④ハンドボールを知っていますか。



⑤ハンドボールの授業で習得したいことは何ですか。



(4) 教師の指導観

本校の2年生はハンドボールを初めて授業で実践する。与えられた動きの中でゲームを実践していくより、空間へ走り込む動き方を自分たちで考え、ゲームの中で実践していく方がより効果的だと考える。

ボールを持たないときの効果的な動きを得るためには、パスを受けるための動き方などを自分たちで考え、フィールドの立ち位置を把握させることで、より良い判断や動きが実践できると考えている。空間へ走り込む動き方や戦術を自分たちで考察、実践することにより、自ら考え、自主的に運動に取り組ませることで、学習に対する意欲がより一層高まると考えている。

また、本校のスポーツテストの結果から、県平均と比べ、反復横跳び、立ち幅跳び、ハンドボール投げの3項目が劣っている。そこで、毎時間の授業の初めにハンドボールを使ったキャッチボール、立ち幅跳びジャンプ、ボール操作を含むドリブルを行いながらの反復横跳びドリブルなどスポーツテストに関連させた補助トレーニングを行い、体力の向上に努めたい。

また、学習ノートを使い、毎時間の補助トレーニングの回数を記録することで、学習意欲と体力の向上を高めることを目指していきたいと考えている。グループとしてどのようなゲームを展開したいと考えているか、チームの課題を明確にして、毎時間の目標を持って活動させていきたい。

3 単元の目標

- ・ハンドボールの特性に興味を持ち、仲間と協力して学習しようとする。

(関心・意欲・態度)

- ・ボールを持たないときに効果的な動きをしている。

(思考・判断)

- ・狙ったところにパスができる。

(技能)

- ・ハンドボールのルールを理解することができる。

(知識・理解)

4 評価規準

観点	運動への 関心・意欲・態度	運動についての 思考・判断	運動の技能	運動についての 知識・理解
単元の評価規準	球技の特性に関心をもち、楽しさや喜びが味わえるように進んで取り組んでいる。	チームの課題や自分の能力に適した課題の解決を目指して、ルールを工夫したり作戦を立てたりしている。	選択した球技の特性に応じた技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができる。	選択した球技種目の特性や学び方、合理的な練習の仕方を理解するとともに、競技や審判の方法を理解し、知識を身に付けている。
具体的な指導内容及び学習活動に即した評価規準	<p>①ルールや作戦に応じて勝敗を競い合う球技の楽しさや喜びを味わおうとしている。</p> <p>②アドバイスなどを伝え合いながら、仲間と協力して練習しようとする。</p> <p>③安全に留意しようとする。</p>	<p>①自分や相手の技能の程度などを的確に把握し、それに応じた作戦を立てている。</p> <p>②ボールを持たないときに効果的な動きをしている。</p>	<p>①チームや自分の能力に適した課題の練習やゲームを通して集団的スキルや個人的スキルを高めることができる。</p> <p>②練習したスキルを試合で生かすことができる。</p>	<p>①ルールや審判法、試合の進め方を理解している。</p>

5 指導と評価計画（全 12 時間）

ねらい①（2～6 時間目）

ハンドボールのルールを理解し、基本的な技能を身につける。

ねらい②（7～12 時間目）

基本的な技能を生かし、空間へ走り込む動き方を自分たちで考え、ゲームを楽しむことができる。

時間		○学習内容・活動	評価の観点				評価方法及び 評価資料
			関	思	技	知	
1		オリエンテーション ○学習のねらいや進め方を知り、学習の見通しをもつ ・ハンドボールのルールについての学習、学習ノートの使い方 ・補助トレーニングの進め方について				①	観察 学習ノート
2	整 列 ・ 挨拶	○パス練習・ショルダーパス・アンダーハンドパス・リストパス	②				観察 学習ノート
3		○シュート練習・ステップシュート・ジャンプシュート			①		
4		○試しのゲーム	①				観察 学習ノート
5	3 分 間 走	○数的優位な状況でのゲーム ・2対1でのゲーム		②			
6				②			
⑦	準 備 運 動	○空間へ走り込む動きの考案 ・ホワイトボードを使用 ・3対2でのゲーム ・5対4でのゲーム	①	①			観察 学習ノート
8				②			
9					②		
10	補 助 ト レ ー ニ ン グ	○リーグ戦 ・6対6でのゲーム	③				観察 学習ノート 技能テスト
11		○学習のまとめ ・技能テスト			①	①	
12					①		

6 本時の指導（7時間目／全12時間）

(1) 目標

- ・仲間と協力して練習することができるようにする。(関心・意欲・態度)
- ・空間へ走り込む動きをチームで考えることができる。(思考・判断)

(2) 展開

時	学習活動	指導上の留意点及び支援の工夫
はじめ 5分	<p>1 集合、整列、挨拶</p> <p>2 本時のねらいの確認</p>	<p>・機敏に行動させ、元気よく授業を始めさせる。</p> <p>・出欠確認をする。</p> <p>・本時のねらいを提示し、課題意識を持たせる。</p>
なか 36分	<p>3 3分間走、準備運動、補助トレーニング</p> <p>・準備運動（体育係が前に立って行う）</p> <p>・補助トレーニング（3班編制） （キャッチボール、反復横跳びドリブル、立ち幅ジャンプの3種類）</p> <div data-bbox="225 1349 801 1735" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> </div>	<p>・3分間走で前方の生徒を追い越す際にぶつからないように注意を促す。</p> <p>・突き指をしないように指先まで準備運動させる。</p> <p>・反復横跳びでは、上下運動をさせずにスピードが上がるように意識させる。</p> <p>・立ち幅跳びでは身体全体を大きく使い、遠くに跳ぶように意識させる。</p> <p>・三角パス回しでは指を開き、手の平でボールを受け突き指に気を付けさせる。</p> <p>◇仲間と協力して練習しているか。(関心・意欲・態度)</p>

ねらい① 空間へ走り込む動きをチームで考えよう。

4 チームミーティング①

- ・ホワイトボードとマグネットを使い、具体的に空間へ走り込む動き方をイメージする。

- ・チームミーティングでの話し合い活動が活発に進んでいないグループには声掛けをし、話し

《話し合いの視点》

ボール保持者と守備側が一直線になっていると、パスを受けとることができないことを理解させる。バックステップを踏み、マークを外すなど、どのような動きが効果的かということ話し合う。

5 数的優位な状況でのタスクゲーム①
(2分×3)

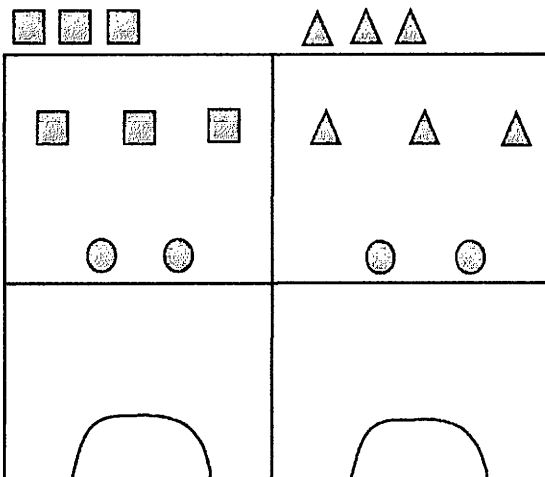
タスクゲーム①ルール

- ・ボールは攻撃側から守備側に1度パスを渡しそのボールを攻撃側に渡した瞬間から開始する。
- ・ゴールエリア内にボールを運ぶことができれば得点になる。
- ・守備側はローテーションして守備を行う。(ボールがサイドラインから出たり、守備側にボールを保持されたりした場合にローテーションを行う)

【試合順】

- ① Aチーム：攻撃 Bチーム：攻撃 Cチーム：守備
- ② Aチーム：攻撃 Bチーム：守備 Cチーム：攻撃
- ③ Aチーム：守備 Bチーム：攻撃 Cチーム：攻撃

■ = Aチーム ▲ = Bチーム ● = Cチーム



- ・ゲームに出ない生徒は空いている空間を伝えるなどの声掛けさせるよう促していく。

- ・守備側は必ずボールを保持している人のディフェンスに向かうようにさせる。

	<p>6 チームミーティング②</p> <ul style="list-style-type: none"> ・タスクゲーム①を踏まえた上でもう1度ホワイトボードとマグネットを使い、具体的に空間へ走り込む動き方をイメージする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・チームミーティングでの話し合い活動が活発に進んでいないグループには声掛けをし、話し合いが進むように促す。 <p>◇空間へ走り込む動きをチームで考えることができているか。(思考・判断)</p>
<p>《話し合いの視点》 タスクゲーム①を踏まえ、どのような動きが効果的かということ話し合いさせる。</p>		
	<p>7 数的優位な状況でのタスクゲーム② (2分×3)</p>	
<p>タスクゲーム②ルール</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ボールは攻撃側から守備側に1度パスを渡しそのボールを攻撃側に渡した瞬間から開始する。 ・シュートを決めることができれば得点になる。 ・守備側はローテーションして守備を行う。(ボールがサイドラインから出たり、守備側にボールを保持されたりした場合にローテーションを行う) <p>【試合順】</p> <p>① Aチーム：攻撃 Bチーム：攻撃 Cチーム：守備 ② Aチーム：攻撃 Bチーム：守備 Cチーム：攻撃 ③ Aチーム：守備 Bチーム：攻撃 Cチーム：攻撃</p>		
		<ul style="list-style-type: none"> ・ゲームに出ない生徒は空いている空間を伝えるなどの声掛けさせるよう促していく。 ・守備側は必ずボールを保持している人のディフェンスに向かうようにさせる。
<p>ま と め 9 分</p>	<p>8 片付け、集合、整列、本時のまとめをする</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体育係は自分の列を整列させ、筆記用具、学習ノートの配布を行う。 ・学習ノートの記入 	<ul style="list-style-type: none"> ・機敏に行動させる。 ・空間への動きに関して個人の課題の整理や解

	<ul style="list-style-type: none">・本時の反省の発表をする	<ul style="list-style-type: none">決の方法を記入するように促す。・何名かの生徒を発表させる。
9	健康観察・挨拶	

(3) 評価

- ・仲間と協力して練習することができたか。(関心・意欲・態度)
- ・空間へ走り込む動きをチームで考えることができる。(思考・判断)