

中学校 第1学年 保健体育科学習指導案

1. 単元 「ハンドボール」(15時間計画)

2. 運動の特性

(1) 一般的特性

ハンドボールは1チーム7人ずつの2チームがコートに入り交じり、パスやドリブルを使って、相手をかかわしながらゴールにシュートして勝敗を競うゲームである。また、チームで攻防の作戦を立てて勝敗を競い合う過程や結果が楽しい運動である。

(2) 生徒から見た特性

A 楽しさ体験(運動の特性に触れる楽しさ体験の状況)

アンケートでは、ほとんどの生徒が球技を好きと答えている。ハンドボールに関しては、小学校の授業の中でハンドボールを経験している生徒が少なく、ハンドボールに関する知識や経験が少ない実態が見えてきた。ガイダンスでハンドボールについて説明したところ、個人技能ではシュートに、集団技能ではチームワークに興味を示している生徒が多い。また逆に個人技能のなかで強烈なシュートや素早いパスのボールに恐怖心をもっている。集団技能の中でみんなと一緒に競技するのが苦手という生徒が数名いる。

B 技術の習得状況

野球、バスケットボール、ドッジボールなど運動を小学校で経験している。その場での二人組のキャッチボールはほとんどの生徒ができる。しかし動きながらのランニングパスやディフェンスが間に入るとミスが目立つ。

C 学び方に関する学習経験の状況

一学期の陸上競技・水泳では自分の能力に応じた目標の設定、課題の解決のための練習方法の工夫ができるように学習を進めてきた。今回の球技ではチームとして目標をたて、練習をすすめるための話し合いの場が必要になってくる。チームのしでの取り組みに差があり、学習ノートに練習計画をたて練習をしているが課題意識がうすい状態がみられた。ハンドボールのルール、技術の説明を加えながらのゲームを入れることにより徐々に意識が高まりつつある。

3. 学習を進めるにあたって

本学年の生徒は、はじめてハンドボールを経験する生徒がほとんどである。基本技能の習得およびゲームを通して楽しさを味わい、基本的なハンドボールの特性にふれさせていきたい。そして個人及びグループの力を知り、それを生かすための練習やルール、戦術の工夫をさせることで、パスがうまく通ったり、シュートが決まったりする喜びを経験させたい。

○学習過程

まずガイダンスを重視し、運動特性の具体的な説明とともに、教科書やビデオを使い、種目に対する興味・関心を高める手立てに重点をおいて計画した。

めあて1では、チームやゲームに慣れてハンドボールを楽しむことをねらいとし、総当たりのゲームの中で、個人が今もっている力や自チームの課題を意識化させたい。そして、ゲーム後のミーティングでは、必ず活動の振り返りを行い、できなかったことなどを確認させたい。

めあて2では、チームや個人にあったプレーを練習しルールを工夫してハンドボールを楽しむことをねらいとし、個人やチームのめあて達成の確認をゲームの中で行うことで個人やチームの特性をチーム内で共通理解させたい。

めあて3では、個人の特技を生かしたりチーム分析を生かしたりして作戦を立てたゲームを楽しむことをねらいとし、「運営」「試合」「作戦タイム」をローテーションし、それぞれの場面を通してゲームを見る眼を育てていきたい。

#### ○支援

まず、個人的な技能として、ボールハンドリングを中心としたキャッチボールの技能に着目し、二人組で1分間の連続キャッチボールを診断的評価として取り入れる。回数を毎回記録させていくようにする。

次に集団的な技能を高めるために、活動の中で作戦タイムを位置付ける。ここでは、必ず試合の中での課題確認をさせることでチームとしての課題を共有化させ、あとの活動につなげることを目標に支援をしていきたい。学習ノートでは、試合や運営、作戦タイムで気づいたり感じたりしたことを記録させ、課題のフィードバックがより容易にできるようにしたい。教師は、必ずコメントを入れ、次時の学習意欲を高めるように支援していきたい。分析カードでは、チームの特徴を簡単に分析できるように分析の視点を事前に伝え、試合の作戦を立てる資料としていきたい。

### 4. 学習のねらいとみちすじ

#### (1) 学習のねらい

ハンドボールの個人的技能を身につけ、みんなで協力して、自分たちのチームの課題や対戦相手に応じた作戦などを工夫しながらゲームを楽しむ。

#### (2) 学習のみちすじ

めあて1…チームやルールに慣れながら基礎的なゲームを楽しむ。

めあて2…チームや個人にあったプレーを練習し、ルールを工夫してゲームを楽しむ。

めあて3…チームや個人の練習の成果を確かめながらゲームを楽しむ。

### 5. 本時

平成17年10月27日(木) 4時間目 中学校運動場

#### (1) 本時の指導観

前時までには、ハンドボールの特性及びルールについて深く学習してきた。一つ一つの技術の練習に興味を示し、特にシュートの練習では活発な活動が見られた。

本時では、技能の習得とその課程で発生する課題とその解決をねらいとしている。スキルチェックを練習で活用し、グループ内の自己評価を重視することで課題解決のための目標や手だてを考えさせている。

チームとしてはリーダーを中心に個人の達成状況や試合記録、つまずきの把握などから解決策を話し合い、練習やゲームに取り組みせたいと考える。教師の支援として、練習やゲーム等の活動を観察し、ポイントの助言や技術指導を行い、場に応じた評価をしていきたいと考えている。グループの成長はお互いのアドバイスによるという認識を持たせ、つねに自己評価を行い、グループノートを十分に生かしながら本時を振り返らせ、指示への意欲へとつながると考える。

## (2) 主眼

自分の課題を意識し, グループで立てた計画や方法で練習やゲームができる。

## (3) 準備

- ①めあてを書いた掲示物 ②グループノート・筆記用具 ③作戦板 ④教科書  
⑤ハンドボール ⑥タイマー ⑦カラーゼッケン

学習活動・内容	準備	目標達成 ための手だて	形態	配時
1. 学習の準備をする ・挨拶, 出欠・見学忘れ物確認, 健康観察 ・本時の学習のめあて確認 (学習のめあて) 味方や相手の動きを確認し, 場に応じた攻防でゲームを楽しもう。	①②	○見学者への指示 ○全員で協力しコートの準備する。 ○前時までの学習をふり返り, 本時のめあて確認し意識付けをする。 ○学習のめあてにそったチームの目標を立てさせ, 授業の見通しをもたせる。	一斉	5
2. チームに分かれる ・ミーティング ・準備運動 ・チーム練習 (考えられる練習) ・シュート練習 ・チーム内でのゲーム形式	③④ ⑤	思: 各チームの状況に応じて練習方法やゲームのルールを工夫しているか (活動状況チェック・ノート分析) ○ミーティングの内容をまとめたノートを提出させる。 ○班ノートの内容と実際の練習内容について, リーダーと確認する。 ○グループ内でのアドバイス交換を示唆する。 ○課題解決に向けた練習への意識付けをする。	グループ	15
3. 本時の成果を確認するためのゲームを行う 【ゲーム1】 5分×2 Aコート 1組 v s 2組 Bコート 3組 v s 4組 作戦タイム 【ゲーム2】 5分×2 Aコート 1組 v s 2組 Bコート 3組 v s 4組	⑤⑥ ⑦	○チームの練習内容を生かした攻防ができるように確認させる。 ○声での連携で攻防するように助言する。 ○前半Aチーム5分、後半Bチーム5分で間に作戦タイムを入れゲームを進行させる。 ○作戦の工夫を呼びかける。 ○相手チームを分析したゲーム運びができるように意識させる。	グループ	20
4. 本時のまとめ ・整理運動 ・ミーティング ・全体での発表とまとめ	⑤⑥ ⑦ ③ ①②	○練習やゲームの反省点を次の課題とし, 評価を行わせる。 ○次の課題が確認させる。 ○良かった点・改善点に基づき, 次時への意欲を持たせる。	グループ 一斉	10

中学校1年生「ハンドボール」学習の指導と計画

配時	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15																																																						
0	1. 学習の準備をする ・挨拶、出欠・見学忘れ物確認、健康観察  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;">ガイダンス</div>			1. 学習の準備をする ・挨拶、出欠・見学忘れ物確認、健康観察 ・本時の学習のめあて確認  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">めあて1 チームやゲームに慣れてハンドボールを楽しもう。</div>				1. 学習の準備をする ・挨拶、出欠・見学忘れ物確認、健康観察 ・本時の学習のめあて確認  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">めあて2 チームや個人にあったプレーを練習しルールを工夫してハンドボールを楽しもう。</div>				1. 学習の準備をする ・挨拶、出欠・見学忘れ物確認、健康観察 ・本時の学習のめあて確認  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">めあて3 個人の特技を生かしたりチーム分析を生かしたりして作戦を立ててゲームを楽しもう。</div>																																																									
5	2. 学習の見通しをもつ。 ○ハンドボールとは ・ビデオ ・種目特性について ・どんなゲーム  ○グルーピング 1チーム10人×8チーム ○学習ノートの活用方法			2. チームに分かれる ・ミーティング ・チーム練習(考えられる練習) ・キャッチボール ・シュート練習 ○練習計画にそって練習が進められているか声かけをする				2. チームに分かれ4つの練習をローテーションで行う。 ①四角パス練習 ②パスゲーム ③速攻競争 ④2対1				2. チームに分かれる ・ミーティング ・チーム練習 ・シュート練習 ・ゲーム形式																																																									
25	○ゲームの進め方 ・チーム構成 ・ポジション ・ゲームの開始と再開 ・得点ゴール ・コートの説明 ・ルールの説明 ○練習の紹介 ・キャッチボール ・シュート練習 ・四角パス練習 ・パスゲーム ・速攻競争 ・2対1			3. ルールを確認するためのゲームを行う。  <table border="1" style="font-size: small;"> <thead> <tr> <th>ゲーム順</th> <th>①</th> <th>②</th> <th>③</th> <th>④</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aコート</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>作戦タイム</td> <td>4</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>審判</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>1</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>Bコート</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>1</td> </tr> </tbody> </table> ○運営の役割を果たす。 ○ルールの分からないプレーは必ずゲームをとめ確認をする。 ○良いプレーについても試合をとめ紹介する				ゲーム順	①	②	③	④	Aコート	1	2	3	4	作戦タイム	4	1	2	3	審判	3	4	1	2	Bコート	2	3	4	1	3. 本時の成果を確認するためのゲームを行う(5分×2)  <table border="1" style="font-size: small;"> <thead> <tr> <th></th> <th>ゲーム</th> <th>運営と作戦</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aコート</td> <td>1 A-1 B</td> <td>2 AB</td> </tr> <tr> <td>Bコート</td> <td>3 A-3 B</td> <td>4 AB</td> </tr> <tr> <td>Aコート</td> <td>2 A-2 B</td> <td>1 AB</td> </tr> <tr> <td>Bコート</td> <td>4 A-4 B</td> <td>3 AB</td> </tr> </tbody> </table> ○運営と作戦タイムは交代で行う ○主に作戦タイムに入りゲームにいかせるようにアドバイスする。					ゲーム	運営と作戦	Aコート	1 A-1 B	2 AB	Bコート	3 A-3 B	4 AB	Aコート	2 A-2 B	1 AB	Bコート	4 A-4 B	3 AB	3. 今までの成果を確認するためのリーグ戦を行う  <table border="1" style="font-size: small;"> <thead> <tr> <th>ゲーム</th> <th>運営と作戦</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1-2</td> <td>3・4</td> </tr> <tr> <td>3-4</td> <td>1・2</td> </tr> <tr> <td>1-4</td> <td>2・3</td> </tr> <tr> <td>2-3</td> <td>1・4</td> </tr> <tr> <td>1-3</td> <td>4・2</td> </tr> <tr> <td>4-2</td> <td>1・3</td> </tr> </tbody> </table> Aコート…Aリーグ Bコート…Bリーグ 5分・1分・5分				ゲーム	運営と作戦	1-2	3・4	3-4	1・2	1-4	2・3	2-3	1・4	1-3	4・2	4-2	1・3
ゲーム順	①	②	③	④																																																																	
Aコート	1	2	3	4																																																																	
作戦タイム	4	1	2	3																																																																	
審判	3	4	1	2																																																																	
Bコート	2	3	4	1																																																																	
	ゲーム	運営と作戦																																																																			
Aコート	1 A-1 B	2 AB																																																																			
Bコート	3 A-3 B	4 AB																																																																			
Aコート	2 A-2 B	1 AB																																																																			
Bコート	4 A-4 B	3 AB																																																																			
ゲーム	運営と作戦																																																																				
1-2	3・4																																																																				
3-4	1・2																																																																				
1-4	2・3																																																																				
2-3	1・4																																																																				
1-3	4・2																																																																				
4-2	1・3																																																																				
45	3. 本時のまとめ			4. 本時のまとめ ・ミーティング ・全体での発表とまとめ				4. 本時のまとめ ・ミーティング ・全体での発表とまとめ				4. 本時のまとめ ・ミーティング ・全体での発表とまとめ																																																									